

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Pengertian Kanker Payudara

Kanker payudara adalah suatu penyakit yang diakibatkan oleh adanya suatu perkembangan sel kanker pada payudara atau adanya pertumbuhan jaringan yang tidak terkontrol pada payudara (Liabalingka, 2020). Kanker payudara umumnya terjadi pada wanita, tetapi tidak menutup kemungkinan laki– laki juga dapat terkena kanker payudara akan tetapi kasusnya hanya 1 : 1000 dibandingkan dengan wanita. Kanker payudara termasuk salah satu penyakit yang dapat menyebabkan kematian terbesar pada seseorang wanita (Nina *et all.*, 2017).

2. Penyebab Kanker Payudara

Penyebab kanker payudara Menurut Nina *et all* (2017) yaitu:

- a. Faktor Genetik, jika mempunyai keluarga yang menderita kanker payudara.
- b. Faktor usia, penyakit kanker payudara meningkat pada usia remaja ke atas.
- c. Pola hidup tidak sehat, seringnya mengkonsumsi *junkfood* dan jarang olahraga.
- d. Menggunakan obat–obatan, seperti: hormon replacement therapy (HRT) yang dapat menyebabkan peningkatan resiko terkena penyakit kanker payudara.
- e. Faktor lain yang diduga menjadi salah satu penyebab kanker payudara ialah tidak menikah, menikah tapi tidak punya anak, melahirkan anak pertama setelah usia 35 tahun, tidak pernah menyusui anak.
- f. Beberapa penelitian mengungkapkan bahwa penyakit kanker payudara meningkat pada orang yang sering menghadapi kondisi stress, dan pada wanita yang menstruasi pertamakali terjadi pada saat usia dibawah 11 tahun (Liabalingka, 2020).

g. Perokok pasif

Orang yang tidak merokok akan tetapi ia mnghirup asap rokok yang dikeluarkan oleh orang perokok dan ini biasanya disebut perokok pasif dan ini lebih beresiko terkena kanker payudara dibandingkan dengan perokok aktif. Menurut ahli dari California Environment Protection Agency perokok paif memiliki hubungan yang sangat erat dengan resiko terkena penyakit kanker payudara, oleh karena itu jangan menjadi perokok pasif dan jangan menjadi perokok aktif, hindarilah orang – orang yang merokok disekitar anda agar anda tidak menjadi perokok pasif karena akan beresiko terkena penyakit kanker payudara (Nina *et all.*, 2017).

3. Manifestasi klinis

Pasien kanker payudara biasanya datang dengan keluhan adanya benjolan atau massa di payudaranya, terasa sakit, dan adanya cairan yang keluar dari puting susu, tanpa adanya kelainan pada kulit (dimpling, kemerahan, ulserasi, kulit keriput seperti kulit jeruk), terjadi pembesaran kelenjar getah bening. Dalam anamnesis juga ditanyakan adanya faktor – faktor resiko pada pasien, dan pengaruh siklus haid terhadap keluhan atau perubahan ukuran tumor. Untuk meminimalkan pengaruh dari hormon estrogen dan progesteron, sebaiknya pemeriksaan pada payudara dilakukan kurang lebih 1 minggu setelah haid dan dihitung dari hari pertama saat menstruasi terjadi (Olfah, 2017).

4. Komplikasi

Kebnyakan komplikasi timbul akibat operasi, radiasi dan kemoterapi, atau penggunaan obat tamoxifen, yang efek dalam pencegahan agar kanker pada payudara tidak kembali lagi, tetapi semua itu dapat meningkatkan resiko wanita mengalami kanker endometrium (rahim) dan penyakit trombo embolik. komplikasi – komplikasi tersebut yaitu:

- a. Terbatasnya pergerakan bahu
- b. Inflamasi (peradangan) jaringan ikat pada lengan yang terlibat
- c. Penumpukan cairan pada payudara, pembengkakan dilengan

- d. Perubahan warna pada kulit akibat radiasi atau timbulnya bercak merah hitam
 - e. Peradangan paru akibat radiasi
 - f. Kematian sel lemak dibawah jaringan payudara
 - g. Kanker tumbuh kembali (*recurrence*)
 - h. Kanker paru – paru, hati, tulang, otak dan kulit
- (Ranggiasanka, 2010).

5. Penatalaksanaan

Olfah *et all* (2017) menjelaskan kanker payudara yang masih bisa diobati dengan cara dioperasi yaitu stadium IIIA. Sedangkan, terapi pada stadium IIIB dan IV tidak lagi dengan mastektomi, melainkan pengobatan dengan paliatif. Ada beberapa pengobatan pada kanker payudara tetapi tergantung pada stadium klinik penyakit kanker payudara tersebut:

a. Pembedahan / operasi

Dilakukan pada kanker payudara yang ditemukan adanya benjolan lebih dini pada payudara, maka semakin dini kanker payudara ditemukan maka semakin besar kemungkinan untuk sembuh setelah menjalani operasi. Jenis operasi yang dilakukan untuk mengobati kanker payudara yaitu mastektomi dan pengangkatan kelenjar getah bening (KGB).

b. Radiasi / penyinaran

Radiasi adalah proses penyinaran yang dilakukan pada daerah yang terkena kanker dengan menggunakan sinar X dan sinar gamma tindakan ini bertujuan untuk membunuh sel kanker yang masih tersisa di payudara.

c. Kemoterapi

Kemoterapi merupakan tindakan kanker payudara dengan cara pemberian obat – obatan anti kanker dalam bentuk pil cair atau kapsul melalui infus, ini bertujuan untuk membunuh sel kanker yang ada di seluruh tubuh bukan hanya dibagian payudara saja.

6. Pencegahan kanker payudara

Pencegahan kanker payudara Olfah *et all* (2017). Beberapa hal yang bisa mengurangi risiko kanker payudara adalah sebagai berikut:

a. Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)

Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) merupakan suatu tindakan yang dilakukan secara mandiri guna membantu mengecek kondisi payudara pada seseorang apakah terdapat benjolan ataupun perubahan lainnya yang dapat menjadi tanda terjadinya tumor atau kanker payudara.

b. Aktivitas Fisik

Berbagai penelitian telah membuktikan bahwa aktivitas fisik dapat menurunkan resiko kanker payudara. Terutama yang rajin berolahraga secara rutin akan mengalami penundaan *menarche* (menstruasi pertama- kali) sedangkan perempuan yang berusia kurang dari 40 tahun dan aktivitas fisik dibandingkan dengan perempuan yang tidak melakukan aktivitas rutin akan menurunkan resiko terkena penyakit kanker payudara. Aktivitas fisik yang dianjurkan yang dapat menurunkan resiko kanker payudara yaitu latihan fisik intensitas sedang, sebanyak 5x/minggu dengan durasi masing masing 30 menit.

c. Berat badan

Selama masa awal menuju kedewasaan (remaja) berat badan yang berlebih dikaitkan dengan resiko rendah kanker payudara pada saat seseorang tersebut menopause nantinya. Dan sebaliknya, penambahan berat badan yang terjadi pada saat setelah usia 18 tahun ada hubungannya dengan peningkatan resiko terjadi kanker payudara pada saat menopause kelak. Berat badan yang berlebih atau obesitas setelah menopause meningkatkan resiko kanker payudara karena terjadi peningkatan hormon reproduksi yaitu estrogen pada jaringan lemak.

d. Cukupi kebutuhan vitamin D

Vitamin D bermanfaat sebagai anti kanker terus bermunculan. Seseorang yang kekurangan vitamin D maka kanker payudara lebih cepat menyebar dibandingkan dengan mereka yang cukup akan vitamin D dalam tubuhnya.

e. Batasi alkohol

Data terbaru dari National Cancer Institute menunjukkan perempuan yang minum satu atau dua gelas alkohol setiap harinya memiliki resiko kanker payudara sebanyak 32% lebih besar.

B. Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI)

1. Pengertian pemeriksaan payudara sendiri (SADARI)

Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) merupakan suatu tindakan yang dilakukan secara mandiri guna membantu mengecek kondisi payudara pada seseorang apakah terdapat benjolan ataupun perubahan lainnya yang dapat menjadi tanda terjadinya tumor atau kanker payudara. Pemeriksaan ini dilakukan dengan cara menggunakan cermin (Irianto, 2015).

2. Tujuan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI)

Mendeteksi sedini mungkin adanya suatu benjolan pada payudara atau perubahan lainnya pada payudara. Deteksi dini dapat menekan angka kematian sebesar 25% - 30% (Eva *et all.*, 2020).

3. Waktu pemeriksaan payudara sendiri (SADARI)

Saat yang paling tepat untuk melakukan pemeriksaan ini adalah pada hari ke 7-10 setelah menstruasi, pada saat tersebut pengaruh hormon estrogen dan progesteron sangat rendah dan pada saat itu juga jaringan kelenjar payudara dalam keadaan tidak oedema atau tidak bengkak sehingga memudahkan kita untuk meraba adanya benjolan pada payudara. Bila seseorang tidak mengalami menstruasi atau menstruasi tidak teratur, maka sebaiknya melakukan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) pada tanggal yang sama tiap bulan, misal tiap tanggal 1 disetiap bulannya maka Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) bisa dilakukan rutin sesuai tanggal tersebut disetiap bulannya (Savitri, 2015).

4. Manfaat pemeriksaan payudara sendiri (SADARI)

Semua wanita perlu diberikan informasi mengenai kanker payudara dan cara melakukan deteksi dini kanker payudara atau pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) pada usia remaja. Ini merupakan elemen penting untuk meningkatkan kesadaran melakukan tindakan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) sejak dini, sehingga para remaja tersebut bisa memberikan edukasi kanker payudara kepada wanita di lingkungan sekitarnya dan cara mendeteksi dini kanker payudara agar para wanita waspada terhadap resiko yang berkaitan dengan kanker payudara dan kejadian kanker payudara dapat diketahui lebih awal atau sedini mungkin sehingga manifestasi kanker payudara lebih lanjut dapat diatasi (Savitri, 2015).

5. Indikasi pemeriksaan payudara sendiri (SADARI)

Indikasi SADARI adalah untuk mendeteksi terjadinya kanker payudara dengan mengamati payudara dari depan, sisi kiri dan sisi kanan, apakah ada benjolan, perubahan warna kulit, puting bersisik dan pengeluaran cairan berupa nanah atau darah. (Olfah, 2017).

6. Cara melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI)

Kanker payudara pada tahap awal tidak menimbulkan gejala apapun, namun bersamaan dengan berkembangnya kanker payudara ini akan timbul suatu gejala yang dapat menyebabkan suatu perubahan pada payudara seseorang. Maka dari itu dianjurkan untuk melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) secara berkala guna mendeteksi dini kanker payudara. Setiap wanita dianjurkan untuk melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) secara teratur setiap setelah selesai haid atau sebulan sekali, untuk perempuan yang sudah menopause maka pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dapat dilakukan pada tanggal yang mudah diingat di setiap bulannya, berikut adalah langkah – melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI):

- a. Posisi badan kita berdiri tegak menghadap cermin. Amati bila ada suatu perubahan pada payudara dalam hal ukuran, bentuk, warna, tekstur kulit, serta ada tidak perubahan pada puting.
- b. Berdiri di depan cermin dengan mengangkat kedua lengan anda ke atas dan posisikan siku ditekuk dan diletakkan di belakang kepala. Kemudian, dorong siku kearah depan. Amati payudara. Melihat retraksi kulit atau perlekatan tumor terhadap otot atau *fascia* dibawahnya. Berdiri tegak dengan posisi tersebut lalu miringkan badan kekanan dan kekiri untuk melihat ada tidaknya perubahan pada payudara.
- c. Berdiri di depan cermin dan posisikan tangan pada pinggul. Menegangkan otot – otot bagian dada dengan cara tangan menekan pinggul tujuannya untuk menegangkan otot di daerah *axilla*.
- d. Raba payudara kanan, yakni dengan cara mengangkat lengan kanan keatas. Perabaan payudara kanan dilakukan menggunakan 3 jari tangan kiri yaitu jari telunjuk, jari tengah, dan jari manis. Bagian jari yang digunakan untuk meraba atau

melakukan SADARI yaitu 2 ruas jari terluar. Tekan perlahan permukaan payudara dan rasakan apakah ada benjolan atau tidak. Tekanan dilakukan pada payudara hingga ketiak. Melingkar dari puting hingga bagian tepi payudara (bergantian antara payudara kanan dan kiri).

- e. Langkah nomor 4 dapat dilakukan pada saat mandi dalam keadaan kulit basah dan licin.
- f. Melihat perubahan bentuk payudara dengan cara berbaring. Pemeriksaan sadari dilakukan dari payudara kanan, perabaan payudara kanan dilakukan menggunakan 3 ujung jari tangan kiri raba dan rasakan apakah ada benjolan atau tidak.
- g. Tekan dan pijat areola (area gelap disekitar puting) kearah puting. Amati apakah ada cairan yang keluar atau tidak. Jika ada perhatikan warnanya, apakah berwarna bening atau keruh, atau berwarna putih kekuningan, atau merah coklat dan hitam.
- h. Ulangi langkah yang sama pada payudara kiri dari nomor 4 – 7 (Edukasi Medis Kanker Payudara, 2017).

7. Ciri – ciri benjolan Abnormal

Setelah melakukan Pemeriksaan Payudara Semdiri (SADARI) berikut adalah ciri – ciri benjolan pada payudara yang perlu diwaspadai:

- a. Terasa keras jika dipegang
- b. Biasanya benjolan tidak dapat digerakkan atau ditekan
- c. Bentuk benjolan tidak teratur, ukurannya beragam (sesuai stadium kanker payudara)
- d. Benjolan sering muncul didekat ketiak
- e. Nyeri pada payudara pada saat dilakukan perabaan (SADARI)
- f. Payudara tampak kemerahan, tekstur payudara menyerupai kulit jeruk (Edukasi Medis Kanker Payudara, 2017).

8. Penanganan tindak lanjut

- a. Mamografi
 - b. USG payudara
 - c. Biopsy
- (Olfah, 2017).

C. Remaja

1. Pengertian remaja

Remaja dalam psikologis berarti *puberteit*, *adolescence*, dan *youth*. Remaja atau *adolescence* berasal dari bahasa latin “*adolescere*” yang artinya tumbuh kearah kematangan, baik secara fisik, sosial dan psikologi. Sedangkan menurut WHO remaja adalah masa peralihan dari anak – anak menuju dewasa, yang ditandai dengan pertumbuhan fungsi reproduksi yang mempengaruhi perkembangan fisik, mental maupun sosial (Intan *et all.*, 2013).

World Health Organization (WHO) 2014 menjelaskan bahwa remaja adalah rentan usia dimana pada masa ini terjadi pertumbuhan fisik kearah kematangan. Kementerian kesehatan RI No. 5 tahun 2014 menjelaskan remaja adalah seorang yang memiliki rentang sian 10-19 tahun dimana pada masa ini maka remaja mengalami pertumbuhan dan perkembangan tanda seksual sekunder. Kematangan organ seksual sekunder remaja putri berbeda dengan remaja putra. Remaja putri mengalami menstruasi, pertumbuhan payudara dan perkembangan tanda *femininitas* lainnya sedangkan remaja putra mengalami perkembangan tanda – tanda *maskulinitas*. Payudara remaja putri mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat sebagai akibat dari peningkatan jumlah dan aktivitas hormon estrogen. Hormon estrogen yang tinggi pada remaja putri menstimulasi payudara sehingga mencapai ukuran dan fungsi yang optimal. Masa dimana tubuh secara fisiologis mencapai kematangan organ yang optimal ini berhubungan dengan keadaan risiko kejadian tumor jinak pada payudara yang biasa disebut *fibro adenoma malignancy* (FAM) (Dimas *et all.*, 2020).

2. Tahap – tahap remaja

Amita (2018), menjelaskan masa remaja adalah masa peralihan atau masa transisi dari anak menuju dewasa. Pada masa ini begitu pesat mengalami

pertumbuhan dan perkembangan baik itu fisik maupun mental. Sehingga dapat dikelompokkan remaja terbagi dalam tahap berikut ini :

d. Pra Remaja (11 atau 12-12 atau 14 tahun)

Pra remaja ini mempunyai masa yang sangat pendek, kurang lebih hanya 1 tahun, untuk laki – laki usia 12 atau 13 atau 14 tahun. Dikatakan fase ini adalah fase negatif, karena terlihat tingkah laku yang cenderung negatif. Fase yang sukar untuk hubungan komunikasi antara anak dengan orang tua. Perkembangan fungsi – fungsi tubuh juga terganggu karena mengalami perubahan – perubahan hormonal yang dapat menyebabkan perubahan suasana hati yang tak terduga.

e. Remaja Awal (13 atau 14 – 17 tahun)

Pada fase ini perubahan – perubahan terjadi sangat pesat dan mencapai puncaknya ketidakseimbangan emosional dan ketidakstabilan dalam banyak hal terdapat pada usia ini. Ia mencari identitas diri karena masa ini statusnya tidak jelas. Pola – pola hubungan sosial mulai berubah. Menyerupai orang dewasa muda, remaja sering merasa berhak untuk membuat keputusannya sendiri. Pada masa perkembangan ini, pencapaian kemandirian dan identitas sangat menonjol, pemikiran semakin logis, abstrak dan identitas dan semakin banyak waktu diluangkan diluar keluarga.

f. Remaja Lanjut (17 – 20 atau 21 tahun)

Dirinya ingin menjadi pusat perhatian, ia ingin menonjolkan dirinya caranya lain dengan remaja awal. Ia idealis, mempunyai cita – cita tinggi, bersemangat dan mempunyai energi yang besar. Ia berusaha memantapkan identitas diri dan ingin mencapai ketidakergantungan emosional.

3. Perubahan yang terjadi pada remaja

Ada perubahan fisik yang terjadi pada fase remaja yang begitu cepat, misalnya :

- a. perubahan pada karakteristik seksual seperti pembesaran buah dada, perkembangan pinggang untuk anak perempuan sedangkan anak laki – laki tumbuhnya kumis, jengot serta perubahan suara yang semakin dalam.

- b. Remaja berpenampilan yang aneh – aneh supaya mendapat perhatian dan diakui keberadaannya. Misalnya, tentang model rambut, model baju, dan lain sebagainya.
- c. Remaja sudah mempunyai rasa ketertarikan dengan lawan jenis.
- d. Timbulnya harga diri yang kuat, ekspresi kegirangan, keberanian yang berlebih.

(Amita, 2018).

4. Perubahan hormonal pada remaja

Manuba *et all* (2017), menjelaskan bahwa secara anatomis remaja putri usia 12 – 13 tahun mengalami pembesaran ukuran payudara dan peningkatan hormon. SADARI dilakukan pada saat setelah menstruasi yaitu dihari ke tujuh sampai sepuluh hari setelah setelah menstruasi, pada saat tersebut pengaruh hormon estrogen dan progesteron sangat rendah dan pada saat itu jaringan kelenjar payudara dalam keadaan tidak oedema tau tidak membengkak seingga lebih mudah meraba adanya tumor.

Pemicu kanker payudara yang umumnya menyerang kaum wanita adalah akibat hormonal dan genetik. Hormon estrogen, terutama dalam bentuk estradiol. Estradiol merupakan salah satu jenis hormon pada wanita yang sangat erat hubungannya dengan kanker payudara. Hormon estradiol didalam tubuh wanita sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya asupan gizi, obesitas, aktivitas fisik, dan menstruasi dini (*menarche*). Pola makan dan gaya hidup yang tidak sehat juga sangat mempengaruhi jumlah hormon estradiol dalam tubuh setiap wanita. Menstruasi dini cenderung mempunyai siklus ovulator lebih cepat, dibandingkan dengan menstruasi yang lebih lambat. Terjadinya siklus ovulator yang semakin cepat juga dapat meningkatkan resiko terjadinya kanker payudara sebanyak empat kali lipat. Wanita yang mendapatkan menarche pada usia dini (<12 tahun) akan mengalami keterlambatan menopause (>55 tahun). Hal ini akan berdampak terpapar estrogen yang relatif panjang (Rumah Singgah Yayasan Kanker Payudara Indonesia Jakarta, 2019).

D. Luaran Video

1. Pengertian

Video merupakan media yang digunakan untuk menunjukkan alternatif dan visual yang dapat dipandang atau didengar suaranya. Tujuan penggunaan media ini untuk memberikan penjelasan lebih menarik dengan pengetahuan yang akan diberikan oleh penyaji ke audien. Hal ini diharapkan informasi yang disampaikan tepat dan dapat dilihat secara berulang – ulang. Video ini juga mendorong dan meningkatkan motivasi untuk tetap dilihat (Krissandi, 2018).

2. Kelebihan video

Kelebihan dan kekurangan video menurut Busyaeri *et all* (2016) sebagai berikut :

- a. Mengatasi keterbatasan waktu dan jarak yang jauh
- b. Pesan yang disampaikan cepat dan mudah diingat
- c. Mengembangkan pikiran dan pendapat
- d. Mengembangkan imajinasi
- e. Dapat diulang – ulang bila perlu untuk menambah kejelasan
- f. Mampu berperan sebagai media untuk mendokumentasikan realitas sosial
- g. Kerasnya suara bisa diatur dan disesuaikan.

3. Kekurangan video

- a. Memerlukan peralatan khusus dalam penyajiannya
- b. Memerlukan keterampilan khusus dan kerja tim dalam pembuatannya
- c. Memerlukan tenaga listrik

4. Manfaat video

Video merupakan salah satu jenis media Audio – visual yang bermanfaat sebagai media pembelajaran untuk mengenalkan suatu objek yang dapat menarik minat, menjadi pusat perhatian, menjelaskan dan mengilustrasikan suatu ide, sehingga yang menonton tidak cepat lupa. Disamping itu secara ekonomis video termasuk media yang relatif lebih murah baik harga maupun pengoperasiannya (Putri, 2012).

5. Ketepatan Solusi Yang Ditawarkan

Media luaran yang akan dicapai dalam pembuatan proyek ini adalah media video yang disusun dan didesain dengan karya sendiri. Judul video dalam proyek ini adalah “ Pemeriksaan Payudara Sendri (SADARI)”. Karena kurangnya pengetahuan tentang

Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) sehingga video dapat menjadi media untuk menambah motivasi masyarakat terutama pada remaja untuk melakukan Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) secara mandiri.

Video ini diharapkan menambah informasi dan pengetahuan bahwa dengan melakukan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) dapat mendeteksi secara dini adanya kelainan pada payudara sebagai penyebab kanker payudara. Video yang akan dibuat ini didasari oleh beberapa referensi baik dari buku atau jurnal ilmiah. Sebelumnya sudah ada hasil penelitian yang dilakukan oleh Nurfitriani (2020), dengan adanya media video materi yang telah disampaikan akan mudah dipahami dan dapat meningkatkan minat belajar signifikan. Bukan hanya mendengar tetapi dalam video ini dapat mengamati dan melihat langkah – langkah yang sudah ada didalam video. Sehingga dapat menumbuhkan motivasi remaja untuk belajar dirumah.