

# Breast Self Examination Knowledge Through Health Education Media Poster And Demonstration Method

## [Pengetahuan SADARI Melalui Pendidikan Kesehatan Media Poster Dan Metode Demonstrasi]

Aisyah Nabilah Halim<sup>1)</sup>, Yanik Purwanti <sup>\*2)</sup>, Nurul Azizah<sup>3)</sup>, Sri Mukhodim Faridah Hanum<sup>4)</sup>

<sup>1)</sup>Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

<sup>2,3,4)</sup> Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

\*Email Penulis Korespondensi: [yanik1@umsida.ac.id](mailto:yanik1@umsida.ac.id)

**Abstract.** *In Indonesia, one of the most common causes of death is breast cancer. Breast cancer is a normal thing to happen to women. The danger of breast cancer can be reduced and can be recognized early so it does not cause malignancy. BSE is a strategy to prevent breast cancer at an early stage. The purpose of this study was to determine the effect of health education through poster media and demonstration methods on knowledge about BSE. This research method uses a Quasi Experiment Pretest and Posttest design and uses the Mann-Whitney. All participants in this study were female high school students at Al-Fattah Buduran Sidoarjo. The research sample consisted of 80 female students who were divided into two groups. The results of research on poster media and demonstration methods p-value 0.000. From the research results, poster media and demonstration methods have an effect on increasing BSE knowledge.*

**Keywords** – BSE, Demonstration, Health Education, Knowledge, Poster

**Abstrak.** Di Indonesia, salah satu penyebab kematian terbanyak adalah kanker payudara. Kanker payudara merupakan hal yang wajar terjadi pada wanita. Bahaya kanker payudara dapat dikurangi dan dapat dikenali sejak dini sehingga tidak menimbulkan keganasan. SADARI merupakan strategi untuk mencegah kanker payudara pada stadium dini. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penyuluhan kesehatan melalui media poster dan metode demonstrasi terhadap pengetahuan tentang SADARI. Metode penelitian ini menggunakan desain *Quasi Experiment Pretest and Posttest* dan menggunakan *Mann-Whitney*. Semua partisipan dalam penelitian ini adalah siswi SMA Al-Fattah Buduran Sidoarjo. Sampel penelitian terdiri dari 80 mahasiswi yang dibagi menjadi dua kelompok. Hasil penelitian media poster dan metode demonstrasi *p-value 0,000*. Dari hasil penelitian media poster dan metode demonstrasi berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan SADARI.

**Kata Kunci** – Demonstrasi, Pendidikan Kesehatan, Pengetahuan, Poster, SADARI

## I. PENDAHULUAN

Salah satu penyebab kematian paling umum di seluruh dunia adalah kanker payudara, yang merupakan salah satu jenis kanker yang lebih banyak terjadi pada wanita [1]. Kanker payudara, menurut laporan dari Organisasi Kesehatan Dunia, adalah jenis kanker yang paling umum dialami wanita, baik di negara maju maupun berkembang [2]. Penyebab utama kanker payudara adalah akumulasi sel abnormal di payudara yang tidak terkontrol dan berlipat ganda, membentuk benjolan di dalam jaringan payudara. Jika sel-sel ini tidak diangkat, mereka dapat menyebar ke jaringan lain yang disebut metastasis, yang pada akhirnya dapat menyebabkan kematian [3]. Di Indonesia, jumlah penderita kanker payudara terus bertambah seiring berjalannya waktu. Kanker payudara merupakan penyakit yang sangat mengancam jiwa, terutama bagi orang muda dan dewasa [4].

Kanker payudara merupakan masalah kesehatan global yang terjadi pada wanita di seluruh dunia. Meskipun kejadian kanker payudara dapat terjadi pada usia pubertas, frekuensi kasus yang lebih tinggi sering terjadi pada usia yang lebih lanjut. Menurut data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2020, terdapat sekitar 2,3 juta wanita yang didiagnosis menderita kanker payudara, dengan 685.000 orang meninggal akibat penyakit ini di seluruh dunia. Hingga akhir tahun tersebut, sekitar 7,8 juta wanita hidup dengan diagnosis kanker payudara, menjadikannya jenis kanker paling umum yang terjadi di dunia [5]. Di Indonesia, kanker payudara juga merupakan masalah serius. Menurut data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2022, dari total 396.914 kasus baru kanker yang terjadi di negara ini, kanker payudara menduduki peringkat pertama dalam hal jumlah kasus dan juga menjadi penyebab kematian tertinggi dengan 68.858 kasus baru (atau sekitar 16,6%) dan lebih dari 22.000 kematian [6]. Di Provinsi Jawa Timur, pada tahun 2021 terdapat 1.689 wanita yang diperiksa dan ditemukan benjolan pada payudara mereka, menunjukkan angka sebesar 0,5% dari jumlah yang diperiksa. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur 2021, Kabupaten Sidoarjo menduduki peringkat kedelapan dalam jumlah persentase ditemukannya benjolan

pada kanker payudara, dengan persentase sebesar 0,9%. Angka ini menunjukkan masih tingginya tingkat kejadian kanker payudara di daerah Sidoarjo.

Beberapa faktor berpotensi menyebabkan kanker payudara, termasuk usia, faktor genetik, penggunaan terapi hormon estrogen, gaya hidup yang tidak sehat, penggunaan kosmetik yang mengandung hormon, dan penggunaan pil KB. Dalam penelitian yang melibatkan 1.689 orang, ditemukan bahwa sebanyak 0,5% dari total populasi memiliki benjolan pada payudara [7]. Meskipun kanker payudara tidak dapat dicegah, namun risikonya dapat dikurangi dan penyakit ini dapat diobati jika dideteksi pada tahap awal. Penting untuk melakukan diagnosis dini dengan menggunakan metode-metode skrining yang beragam karena hal ini dapat meningkatkan tingkat kelangsungan hidup [8]. Menariknya, saat ini kanker payudara lebih sering ditemukan pada usia muda, termasuk pada remaja perempuan berusia empat belas tahun. Kehadiran tumor pada usia muda menimbulkan kekhawatiran karena tumor tersebut berpotensi berubah menjadi kanker jika tidak terdeteksi sejak dini [9]. Oleh karena itu, kesadaran akan pentingnya pemeriksaan dan deteksi dini kanker payudara perlu ditingkatkan, terutama di kalangan remaja perempuan.

Pencegahan kanker payudara dapat dilakukan melalui tiga pendekatan, yaitu primer, sekunder, dan tersier. Pencegahan primer melibatkan pola hidup sehat dan menghindari faktor risiko. Pencegahan sekunder berfokus pada deteksi dini melalui mamografi dan pemeriksaan payudara sendiri. Pencegahan tersier ditujukan kepada individu yang telah didiagnosis dengan kanker payudara, dengan tujuan mengurangi kecacatan, meningkatkan harapan hidup, dan memberikan pengobatan yang sesuai. Pencegahan kanker payudara melibatkan tiga tahap yang berbeda, dengan pencegahan primer sebagai tahap yang paling penting. Dalam pencegahan primer, penting untuk menjalani pola hidup sehat dan menghindari faktor risiko yang terkait dengan kanker payudara. Pencegahan sekunder melibatkan deteksi dini melalui mamografi dan pemeriksaan payudara sendiri guna mengidentifikasi kanker pada tahap awal. Pencegahan tersier fokus pada pengobatan yang tepat dan memberikan perawatan yang sesuai bagi individu yang telah didiagnosis dengan kanker payudara. Dengan menggabungkan ketiga pendekatan ini, diharapkan dapat mengurangi angka kejadian kanker payudara dan meningkatkan kualitas hidup penderita. Upaya pencegahan kanker payudara sangat penting dalam meminimalkan risiko dan dampak penyakit ini pada individu-individu yang rentan terkena kanker payudara [10].

Pemeriksaan payudara sendiri, atau SADARI, adalah metode deteksi dini yang sederhana, murah, dan dapat dilakukan sendiri untuk mengidentifikasi adanya perubahan atau kelainan pada payudara. SADARI memiliki tujuan utama untuk meningkatkan peluang penyembuhan dengan melakukan skrining pada populasi yang tidak memiliki gejala atau tanda awal penyakit. Pemeriksaan payudara sendiri dapat memberikan manfaat terutama pada remaja putri yang sedang mengalami perubahan fisik dan perkembangan seks sekunder, seperti masa pubertas. Pada usia antara dua belas hingga tiga belas tahun, terjadi pembesaran payudara yang merupakan salah satu tanda pertumbuhan normal pada remaja putri. Oleh karena itu, SADARI menjadi penting untuk membantu remaja putri dalam mengenali perubahan yang terjadi pada payudara mereka. Dengan melakukan pemeriksaan payudara sendiri secara rutin, remaja putri dapat lebih cepat mengenali adanya kelainan atau perubahan yang tidak normal, sehingga dapat segera memperoleh pengobatan yang diperlukan [11].

Jika seorang wanita mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur atau jarang, atau bahkan tidak menstruasi dalam satu bulan, SADARI (Deteksi Dini Kanker Payudara Sendiri) tetap dapat dilakukan pada hari yang sama setiap bulannya. Waktu yang paling tepat untuk melakukan SADARI adalah setelah menstruasi selesai, atau pada hari ke-7 hingga ke-10 setelah menstruasi, karena pada rentang waktu ini kepadatan jaringan pada payudara lebih rendah. Bagi wanita yang sudah mengalami menopause, SADARI harus dilakukan secara rutin setiap bulan [12]. Teknik SADARI melibatkan palpasi atau perabaan payudara untuk mencari adanya benjolan. Cara yang tepat adalah dengan menekan payudara menggunakan ujung jari, bukan telapak tangan. Pemeriksaan SADARI dapat dilakukan saat wanita berdiri, duduk, atau sambil berbaring [13]. Sayangnya, kesadaran remaja dalam melakukan deteksi dini kanker payudara masih rendah. Hal ini dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan tentang kanker payudara dan kurangnya paparan informasi mengenai penyakit tersebut serta manfaat deteksi dini. Upaya perlu dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang kanker payudara dan pentingnya deteksi dini guna meningkatkan kesadaran dan mengurangi risiko kanker payudara di masa depan [14].

Pendidikan kesehatan adalah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan remaja dan mencapai tujuan hidup yang sehat. Pendidikan kesehatan adalah kegiatan pendidikan yang diberikan kepada individu, kelompok atau masyarakat dengan tujuan menambahkan kesadaran, pemahaman, dan keinginan melakukan tindakan kesehatan yang baik [15]. Penggunaan media poster dalam pendidikan dapat berfungsi sebagai cara untuk menarik minat siswi terhadap topik yang ingin disampaikan, mencari dukungan untuk ide atau konsep, dan mendorong siswi untuk tertarik dan menerapkan pesan yang tercakup dalam poster [16]. Metode demonstrasi adalah metode untuk mendemonstrasikan pemahaman, konsep, dan prosedur mengenai sesuatu yang telah dipersiapkan dengan cermat untuk memperagakan cara melakukan tindakan dan adegan dengan bantuan alat peraga untuk mengembangkan keterampilan belajar siswa (keterampilan mental, fisik, atau teknis). Kelebihan metode demonstrasi antara lain kemampuan peserta mengingat 60% materi dan meningkatkan kepercayaan diri terhadap ketepatan demonstrasi [17]. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Nurul Aeni mengungkapkan bahwa pengetahuan remaja meningkat

setelah diberikan intervensi dengan video dan demonstrasi pengetahuan remaja mengalami peningkatan, yang awal mulanya tingkat pengetahuannya cukup menjadi lebih baik.

Berdasarkan uraian diatas masih tingginya angka kejadian kanker payudara maka perlu dilakukan upaya peningkatan pengetahuan siswi tentang deteksi dini kanker payudara dengan SADARI. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan yang dilakukan dengan media poster dan metode demonstrasi pada peningkatan pengetahuan tentang SADARI.

## II. METODE

**Desain Penelitian:** Penelitian ini kuantitatif Quasi Experiment dengan rancangan Pretest Posttest yang menggunakan dua kelompok, pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah perlakuan. Penelitian ini menggunakan pendekatan cross-sectional, yang mengamati data variabel dependen dan independen sekaligus dalam satu waktu.

**Identifikasi Variabel Penelitian:** Variabel independen dalam penelitian ini adalah pendidikan kesehatan melalui media poster dan melalui metode demonstrasi, sedangkan untuk variabel dependennya adalah pengetahuan SADARI

**Populasi, sampel dan sampling :** Populasi penelitian ini adalah 80 siswi SMA Al-Fattah Buduran Sidoarjo tahun 2023. Metode total sampling digunakan untuk memilih sampel penelitian, yang mencakup hingga 80 siswa perempuan yang memenuhi kriteria inklusi yaitu siswi belum pernah melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI), dan bersedia mengikuti kegiatan sampai tuntas untuk kriteria eksklusi yaitu responden sakit. Sampel dibagi menjadi dua kelompok yaitu satu kelompok mendapatkan intervensi melalui penggunaan media poster, dan kelompok lainnya mendapatkan intervensi melalui metode demonstrasi.

**Tempat dan waktu penelitian:** Pengambilan sampel dan pengambilan data dilakukan di SMA Al-Fattah Buduran Sidoarjo. Pengambilan data ini telah dilaksanakan pada bulan Januari 2023. Penelitian ini disusun mulai bulan Juni 2022.

**Instrumen Penelitian:** Instrumen penelitian yang digunakan adalah panthom untuk demonstrasi, poster yang berisikan langkah-langkah SADARI, dan lembar kuesioner yang berisi pernyataan terkait dengan pengetahuan SADARI, instrumen telah diuji validitas dan reliabilitas oleh penelitian Dena, 2015 dengan hasil  $r$  hitung didapatkan 0,444 dan crombach's alpha sebesar 0,937 yang artinya seluruh item pertanyaan dalam kuesioner adalah valid dan reliabel. Peneliti tidak melakukan uji valid dan reliabilitas ulang terhadap instrumen pengetahuan SADARI.

**Metode pengumpulan data:** Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu dengan memberi lembaran kuesioner atau angket yang berisikan pernyataan kepada responden untuk dijawab. Pengisian kuesioner sebanyak dua kali yakni pre-test dan post-test. Setelah data terkumpul peneliti melakukan rekapitulasi data dalam bentuk tabel untuk selanjutnya dianalisis secara statistik.

**Teknik Analisis Data :** Pengolahan data menggunakan analisis univariat untuk menganalisis setiap variabel dari hasil penelitian, yang disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi. Karena data dalam penelitian ini tidak berdistribusi normal, maka analisis bivariat yang digunakan untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel dilakukan dengan uji statistik, yaitu uji Mann Whitney.

**Etika Penelitian:** Peneliti telah mengajukan izin penelitian di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo dan menyerahkan izin penelitian ke SMA Al-Fattah Buduran Sidoarjo sebelum memulai penelitian. Peneliti memulai penelitiannya setelah mendapat izin dengan menitikberatkan pada masalah etika penelitian. Etika dalam penelitian yang mencakup *informed consent, anonymity dan confidentiality*.

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Responden Menurut Usia

| Kelompok     | Usia     | Frekuensi | Persentase (%) |
|--------------|----------|-----------|----------------|
| Poster       | 15 Tahun | 0         | 0              |
|              | 16 Tahun | 19        | 47,5           |
|              | 17 Tahun | 21        | 52,5           |
| <b>Total</b> |          | 40        | 100            |
| Demonstrasi  | 15 Tahun | 17        | 42,5           |
|              | 16 Tahun | 23        | 57,5           |
|              | 17 Tahun | 0         | 0              |
| <b>Total</b> |          | 40        | 100,0          |

Berdasarkan Tabel 1 Pada kelompok yang menggunakan media poster, sebagian besar responden berusia 17 tahun, atau 21 orang (52,5%) dan pada kelompok yang menggunakan metode demonstrasi, sebagian besar responden berusia 16 tahun, atau 23 orang (57,5%).

Tabel 2 Pengetahuan Responden Mengenai SADARI pada Kelompok yang Diterapkan Media Poster

| Poster       | Pengetahuan | Frekuensi | Persentase (%) | Mean   | P Value |
|--------------|-------------|-----------|----------------|--------|---------|
| Pre Test     | Baik        | 0         | 0              | 50,525 | 0,000*  |
|              | Cukup       | 22        | 55             |        |         |
|              | Kurang      | 18        | 45             |        |         |
| <b>Total</b> |             | 40        | 100            |        |         |
| Post Test    | Baik        | 30        | 75             | 81,400 |         |
|              | Cukup       | 10        | 25             |        |         |
|              | Kurang      | 0         | 0              |        |         |
| <b>Total</b> |             | 40        | 100,0          |        |         |

\**p-value* 0,000 < 0,05

Berdasarkan Tabel 2 Pengetahuan awal responden tentang SADARI pada kelompok yang menggunakan media poster berada pada kategori cukup, setelah media poster diterapkan, sebagian besar responden berada pada kategori baik yang artinya penerapan media poster memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan tentang SADARI.

Tabel 3 Pengetahuan Responden Mengenai SADARI pada Kelompok yang Diterapkan Metode Demonstrasi

| Demonstrasi  | Pengetahuan | Frekuensi | Persentase (%) | Mean   | P Value |
|--------------|-------------|-----------|----------------|--------|---------|
| Pre Test     | Baik        | 0         | 0              | 40,475 | 0,000*  |
|              | Cukup       | 3         | 7,5            |        |         |
|              | Kurang      | 37        | 92,5           |        |         |
| <b>Total</b> |             | 40        | 100            |        |         |
| Post Test    | Baik        | 34        | 85             | 86,550 |         |
|              | Cukup       | 6         | 15             |        |         |
|              | Kurang      | 0         | 0              |        |         |
| <b>Total</b> |             | 40        | 100,0          |        |         |

\**p-value* 0,000 < 0,05

Berdasarkan Tabel 3 Pengetahuan awal responden tentang SADARI pada kelompok yang menerapkan metode demonstrasi berada pada kategori kurang, setelah metode demonstrasi diterapkan, sebagian besar responden berada pada kategori baik yang artinya penerapan metode demonstrasi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan tentang SADARI.

## B. Pembahasan

### Pengetahuan SADARI Media Poster

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media poster dalam pendidikan kesehatan memiliki dampak yang signifikan terhadap pengetahuan siswi tentang SADARI. Penggunaan media poster dalam pendidikan kesehatan memiliki beberapa keunggulan. Pertama, informasi yang disampaikan secara visual dapat membantu siswi memahami konsep-konsep yang terkait dengan SADARI dengan lebih baik [18]. Poster dapat menyajikan gambar, diagram, dan grafik yang memperjelas informasi dan memudahkan siswi dalam memahaminya. Selain itu, penggunaan media poster juga dapat membuat informasi menjadi lebih konsisten. Pesan-pesan yang ingin disampaikan dapat dirancang dengan jelas dan terstruktur dalam poster, sehingga siswi dapat menerima informasi dengan lebih baik [19]. Dengan menggunakan media poster juga dapat membuat pendidikan kesehatan menjadi lebih menarik bagi siswi. Poster yang dirancang dengan desain yang menarik dan menarik perhatian dapat membuat siswi lebih tertarik untuk memperhatikan dan mempelajari informasi yang disampaikan. Hal ini dapat meningkatkan motivasi siswi dalam belajar dan memperoleh pengetahuan yang dibutuhkan tentang SADARI.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anastasya Puspita Marta pada tahun 2022 dengan judul "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang SADARI Dalam Upaya Pencegahan Penyakit Kanker Payudara Di Kp. Sidamukti Rw 10 Cilodong", yang menemukan bahwa ada perubahan tingkat pengetahuan setelah pemberian penyuluhan kesehatan tentang SADARI melalui media poster [4]. Poster dapat menyampaikan informasi dengan cara yang jauh lebih menarik dan memberi pembaca cukup waktu untuk memahaminya. Poster, sebagai media komunikasi yang mandiri, harus informatif dan menyampaikan pesan secara mandiri kepada pembacanya tanpa bantuan penjelasan. Poster harus dapat dilihat dengan jelas dan disesuaikan dengan jarak pandang pembaca. Hasilnya menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan melalui poster dapat membantu meningkatkan pengetahuan tentang SADARI [2].

Dengan informasi yang disampaikan secara visual, konsisten, dan menarik, siswi dapat lebih mudah memahami dan mengingat informasi yang diberikan. Hal ini dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswi mengenai pentingnya pemeriksaan payudara sendiri untuk deteksi dini kanker payudara [20]. Dalam upaya pencegahan kanker payudara, pendidikan kesehatan yang efektif sangat penting. Penggunaan media poster dapat menjadi salah satu strategi yang efektif dalam menyampaikan informasi kepada siswi. Namun, penting juga untuk mempertimbangkan pendekatan pendidikan kesehatan yang komprehensif. Selain penggunaan media poster, pendidikan kesehatan yang melibatkan interaksi langsung dengan siswi, seperti diskusi kelompok atau simulasi, juga dapat menjadi tambahan yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswi mengenai SADARI [21].

Dalam konteks penelitian ini, penggunaan media poster dalam pendidikan kesehatan telah terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswi mengenai SADARI. Pendidikan kesehatan menggunakan media poster dapat meningkatkan pengetahuan siswi mengenai SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri). Poster dapat menyajikan informasi dengan cara visual yang menarik dan mudah dipahami. Gambar-gambar yang digunakan dalam poster dapat memperlihatkan langkah-langkah SADARI secara jelas dan detail, sehingga siswi dapat memahami dengan lebih baik tentang bagaimana melakukan pemeriksaan payudara yang benar [20]. Poster dapat ditempatkan di tempat-tempat strategis seperti ruang kelas, koridor sekolah, atau aula, sehingga siswi secara konsisten akan terpapar dengan informasi SADARI. Dengan melihat poster secara teratur, siswi akan diingatkan untuk melakukan pemeriksaan payudara secara rutin dan memastikan bahwa mereka melakukan langkah-langkah yang benar [22].

Poster dapat menyajikan informasi yang singkat, padat, dan mudah dipahami. Pesan-pesan utama mengenai SADARI, seperti kapan melakukan pemeriksaan, teknik yang benar, dan tanda-tanda yang harus diperhatikan, dapat disampaikan dengan jelas melalui poster. Hal ini membantu siswi untuk memahami konsep-konsep penting dan mengingatkannya dalam jangka panjang [23]. Desain visual yang menarik dan warna-warna yang cerah pada poster dapat menarik perhatian siswi. Hal ini membuat siswi lebih tertarik untuk membaca informasi yang disampaikan dan memperoleh pengetahuan tentang SADARI. Dengan pendekatan visual yang menarik, poster dapat meningkatkan minat siswi dalam mempelajari topik kesehatan ini.

#### **Pengetahuan SADARI Metode Demonstrasi**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode demonstrasi dapat meningkatkan pengetahuan siswi tentang SADARI. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Eva Purwanti tahun 2023, yang mengungkapkan bahwa setelah intervensi dengan metode demonstrasi, 96,6% responden dalam penelitiannya meningkatkan pengetahuan mereka tentang SADARI dalam kategori baik [24]. Artinya bahwa pendidikan kesehatan yang diberikan melalui demonstrasi mampu meningkatkan pengetahuan siswi tentang SADARI karena fakta bahwa pengetahuan responden dari kategori yang cukup meningkat menjadi kategori yang lebih baik mengalami perubahan yang positif.

Setelah mendapatkan pendidikan kesehatan dengan metode demonstrasi tentang pengetahuan SADARI, siswi tersebut akan memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang SADARI. Mereka akan memahami pentingnya pemeriksaan payudara sendiri dalam mendeteksi dini kanker payudara. Mereka akan belajar tentang tanda-tanda dan gejala yang perlu diperhatikan, seperti benjolan atau perubahan bentuk pada payudara, nyeri, atau keluarnya cairan dari puting susu. Mereka juga akan mempelajari faktor risiko yang dapat meningkatkan kemungkinan terkena kanker payudara, seperti riwayat keluarga, usia, dan gaya hidup. Dalam pendidikan kesehatan dengan metode demonstrasi, siswi akan diberikan contoh langsung tentang bagaimana melakukan pemeriksaan payudara sendiri dengan benar. Mereka akan mempelajari langkah-langkah yang harus diikuti, seperti memeriksa payudara saat mandi atau menggunakan cermin. Siswi juga akan diberikan informasi tentang frekuensi yang dianjurkan untuk melakukan SADARI, yaitu satu kali sebulan. Mereka akan memahami bahwa melakukan pemeriksaan payudara sendiri secara teratur dapat membantu mendeteksi perubahan apa pun dalam payudara mereka dan memungkinkan mereka untuk segera berkonsultasi dengan tenaga medis jika diperlukan [25].

Metode demonstrasi dalam pendidikan kesehatan telah terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa tentang berbagai topik kesehatan, termasuk SADARI. Dengan menggunakan metode demonstrasi, siswi dapat melihat secara langsung bagaimana melakukan pemeriksaan SADARI. Dalam demonstrasi ini, instruktur atau ahli kesehatan dapat menunjukkan langkah-langkah yang tepat dan teknik yang benar dalam melakukan pemeriksaan [26]. Melalui pengamatan langsung, siswi dapat mengerti dengan lebih baik tentang cara melakukan SADARI dengan benar. Metode demonstrasi juga melibatkan interaksi langsung antara instruktur dan siswi. Siswi dapat mengajukan pertanyaan, meminta klarifikasi, atau memperoleh penjelasan tambahan langsung dari instruktur yang berpengalaman. Interaksi semacam ini memungkinkan siswi untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang SADARI dan memperoleh jawaban langsung dari sumber yang kompeten [27].

Dalam metode demonstrasi, siswi juga dapat diberikan kesempatan untuk mencoba secara langsung melakukan SADARI dengan bimbingan instruktur. Melalui pengalaman praktis ini, siswi dapat merasakan secara nyata bagaimana melakukan pemeriksaan dan mempraktikkan teknik yang dipelajari. Pengalaman praktis ini dapat meningkatkan kepercayaan diri siswi dan membantu mereka memahami dan mengingat informasi dengan lebih baik [28]. Metode demonstrasi melibatkan penggunaan alat bantu visual, seperti model payudara atau gambar-gambar yang menjelaskan langkah-langkah pemeriksaan SADARI. Melalui visualisasi ini, siswi dapat melihat dengan jelas lokasi

dan teknik yang benar dalam melakukan pemeriksaan. Pembelajaran visual dapat mempermudah pemahaman dan membantu siswi mengingat informasi yang diberikan. Metode demonstrasi melibatkan siswi secara aktif dalam proses pembelajaran. Mereka dapat mengamati, berinteraksi, dan melakukan tindakan konkret dalam sesi demonstrasi. Partisipasi aktif ini dapat meningkatkan motivasi belajar siswi dan membantu mereka terlibat lebih dalam dalam materi yang diajarkan [29].

## V. Simpulan

Pengetahuan SADARI responden sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberikan perlakuan berupa poster dan demonstrasi pengetahuan responden mengalami peningkatan menjadi baik. Terdapat pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan pada kelompok media poster dan metode demonstrasi. Namun tidak terdapat perbedaan yang bermakna kenaikan rata-rata pada kelompok poster dan demonstrasi. Pendidikan Kesehatan Media poster dan Metode keduanya mampu meningkatkan pengetahuan responden mengenai SADARI.

Perbedaan antara media poster dan metode demonstrasi terletak pada cara penyampaian informasinya. Pada penelitian ini kelompok media poster hanya menggunakan poster yang berisikan gambar dan teks untuk menggambarkan prosedur dan langkah-langkah SADARI, mereka memahami isi poster dengan mandiri. Di sisi lain, kelompok metode demonstrasi diberikan pengalaman langsung kepada siswi melalui interaksi langsung dengan peneliti. Siswi dapat melihat dan mempraktikkan sendiri teknik SADARI dengan bimbingan langsung dari peneliti. Metode ini memungkinkan siswa untuk belajar dengan melibatkan indra penglihatan dan perabaan teknik pemeriksaan yang benar bagaimana, apa saja yang perlu diperhatikan saat SADARI, dll. Sehingga dapat meningkatkan pemahaman dan keterampilan mereka secara langsung. Media poster dan metode demonstrasi dalam penelitian ini mampu meningkatkan pengetahuan responden mengenai SADARI.

Pada penelitian ini terdapat kekurangan seperti pada kelompok media poster, responden hanya diberi poster dan diminta untuk memahami isi poster tersebut secara mandiri. Kekurangan ini yang mungkin nantinya bisa dilanjutkan pada penelitian selanjutnya. Pada penelitian selanjutnya mungkin bisa menambahkan metode ceramah pada kelompok poster, sehingga terdapat lebih efektif mana antara media poster dan metode demonstrasi.

## Referensi

- [1] A. D. Prastowo, "Pengaruh Konseling Terhadap Tingkat Pemahaman Penyakit Dan Efek Samping Obat Kemoterapi Pada Pasien Kanker Payudara Di Unit Kemoterapi Salah Satu Rumah Sakit Di Kota Malang," *Sainsbertek Jurnal Ilmiah Sains & Matematika Teknologi*, Vol. 1, No. 2, Pp. 36–41, Mar. 2021, Doi: 10.33479/Sb.V1i2.95.
- [2] N. Ningsih, Y. I. P. Sari, And B. M. Girsang, "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Deteksi Dini Kanker Payudara Dengan Sadari Terhadap Pengetahuan Remaja Putri," *Jurnal Penelitian Kesehatan "Suara Forikes" (Journal Of Health Research "Forikes Voice")*, Vol. 12, No. 0, Art. No. 0, Nov. 2020, Doi: 10.33846/Sf12nk112.
- [3] U. Masturo, K. Kholisotin, And Y. D. Agustin, "Efektifitas Penyuluhan Kesehatan Tentang Sadari Dengan Metode Diskusi Kelompok Dan Metode Demonstrasi Terhadap Perilaku Wus Dalam Melakukan Sadari," *Citradelima*, Vol. 3, No. 2, Pp. 141–154, Dec. 2019, Doi: 10.33862/Citradelima.V3i2.86.
- [4] A. P. Marta, A. M. Usman, And M. Helen, "Pengaruh Health Education Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Sadari Dalam Upaya Pencegahan Penyakit Kanker Payudara Di Kp. Sidamukti Rw 10 Cilodong," *Mahesa : Malahayati Health Student Journal*, Vol. 2, No. 3, Art. No. 3, Jul. 2022.
- [5] "Breast Cancer." <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/breast-cancer> (Accessed Jul. 16, 2023).
- [6] "Kementerian Kesehatan Republik Indonesia." <https://www.kemkes.go.id/article/view/22020400002/kanker-payudara-paling-banyak-di-indonesia-kemenkes-targetkan-pemerataan-layanan-kesehatan.html> (Accessed Jul. 16, 2023).
- [7] N. Nurfitriani And H. Hesty, "Pkm Remaja Sehat Bersama Sadari Di Smk Baiturrahim Jambi," *Jurnal Abdimas Kesehatan (Jak)*, Vol. 4, No. 2, Art. No. 2, Jun. 2022, Doi: 10.36565/Jak.V4i2.305.
- [8] G. Koc And S. Ergol, "Female University Students' Knowledge And Practice Of Breast- Self Examination In Turkey," *Nigerian Journal Of Clinical Practice*, Vol. 22, Pp. 410–415, Mar. 2019.
- [9] A. Wahdi, D. R. Puspitosari, And E. Setiyowati, "The Differences Influence Of Health Education Demonstration And Video Methods On Knowledge, Attitude, And Ability Of Adolescent Practices About The Breast Self-Examination," *Journal For Quality In Public Health*, Vol. 4, No. 1, Pp. 20–26, Nov. 2020, Doi: 10.30994/Jqph.V4i1.145.
- [10] L. Firrahmawati, R. R. Kusumadewi, S. Kustiyati, And I. N. Mahmudah, "Pengetahuan Tentang Kanker Payudara Dan Pola Konsumsi Isoflavon Dari Produk Olahan Kedelai Pada Remaja Putri," *Jmhsa: Journal Of Midwifery And Health Science Of Sultan Agung*, Vol. 1, No. 1, Art. No. 1, 2022, Doi: 10.30659/Jmhsa.V1i1.16.
- [11] R. H. Siregar, "Peningkatan Pengetahuan Dan Kesadaran Remaja Putri Dalam Melakukan Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Siswi Kelas X Di Smk Negeri 2 Karawang Tahun

- 2020,” *Selaparang Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, Vol. 4, No. 2, P. 175, Apr. 2021, Doi: 10.31764/Jpmb.V4i2.3859.
- [12] E. F. Dwitania, N. Azizah, And R. Rosyidah, “The Practice Of Breast Self-Examination (Sadari) In Adolescent Based On Knowledge:,” *Jurnal Kebidanan Midwiferia*, Vol. 7, No. 2, Art. No. 2, Oct. 2021, Doi: 10.21070/Midwiferia.V7i2.1330.
- [13] P. T. Nandimath, N. S. N. Rao, And S. Ansari, “Knowledge And Practice Of Breast Self-Examination Among Nursing Staff In Bangalore,” *Ijfc*, Vol. 7, No. 4, Pp. 176–182, Jan. 2021, Doi: 10.18231/J.Ijfc.2020.038.
- [14] L. Juwita, N. A. P. P, And M. I. A. Astarini, “Penyuluhan Kanker Payudara Dan Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Pada Remaja Putri Melalui Media Audiovisual Di Sma Pembangunan Jaya 2 Sidoarjo,” *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, Vol. 2, No. 3, Art. No. 3, May 2022, Doi: 10.25008/Altifani.V2i3.229.
- [15] I. Sukmawati, J. Kusumawaty, A. Nurapandi, D. A. Lestari, E. Noviaty, And Y. Rahayu, “Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Ceramah Dan Audiovisual Terhadap Pengetahuan Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari),” *Healthcare Nursing Journal*, Vol. 4, No. 2, Art. No. 2, Jul. 2022, Doi: 10.35568/Healthcare.V4i2.2410.
- [16] R. Wulandari, “Poster Sebagai Media Pendidikan Karakter”.
- [17] L. R. E. Sinurat, R. R. Sipayung, And Y. T. O. Simajuntak, “Pengaruh Penyuluhan Metode Demonstrasi Dan Audiovisual Terhadap Keterampilan Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Pada Wanita Usia Subur Di Wilayah Kerja Puskesmas Paranginan,” *Jurnal Surya Muda*, Vol. 4, No. 1, Art. No. 1, Feb. 2022, Doi: 10.38102/Jsm.V4i1.104.
- [18] J. Indah And J. Junaidi, “Efektivitas Penggunaan Poster Dan Video Dalam Meningkatkan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Buah Dan Sayur Pada Siswa Dayah Terpadu Inshafuddin,” *Jurnal Sago Gizi Dan Kesehatan*, Vol. 2, No. 2, Pp. 129–135, Sep. 2021, Doi: 10.30867/Gikes.V2i2.311.
- [19] N. Angela And R. Kurniasari, “Efektivitas Media Poster Dan Podcast Terhadap Tingkat Pengetahuan Dasar Hipertensi Pada Penderita Hipertensi,” *Jurnal Gizido*, Vol. 13, No. 1 Mei, Art. No. 1 Mei, Nov. 2021, Doi: 10.47718/Gizi.V13i1.
- [20] W. Rosalini, L. Fatkuriyah, M. E. A. Budiman, And I. A. Silvanasari, “Pengaruh Media Poster Tempel Terhadap Perilaku Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Pada Wanita Beresiko,” *Professional Health Journal*, Vol. 5, No. 1, Pp. 125–130, Jun. 2023, Doi: 10.54832/Phj.V5i1.407.
- [21] N. M. Janah And E. Timiyatun, “Perbandingan Efektivitas Pendidikan Kesehatan Dengan Media Leaflet Dan Audio Visual Dalam Meningkatkan Pengetahuan Remaja Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari),” *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)*, Vol. 2, No. 2, P. 80, Nov. 2020, Doi: 10.32807/Jkt.V2i2.67.
- [22] R. Yulianti, T. Susantiningsih, A. P. Pramono, And N. Nugrohowati, “Penyuluhan Kesehatan Tentang Pemeriksaan Sadari (Pemeriksaan Payudara Sendiri) Pada Posbindu Anggrek Bulan Dan Posbindu Delima Senja Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Deteksi Dini Kanker Payudara,” *Madani : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, Vol. 4, No. 1, Art. No. 1, 2018, Doi: 10.53834/Mdn.V4i1.442.
- [23] S. D. Safitri And R. Rosini, “Pengaruh Literasi Kesehatan Melalui Poster Digital Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Pada Mahasiswi Fakultas Teknologi Informasi Universitas Yarsi,” *Bibliotech : Jurnal Ilmu Perpustakaan Dan Informasi*, Vol. 6, No. 1, Art. No. 1, 2021, Accessed: Jul. 27, 2023. [Online]. Available: <https://Academicjournal.Yarsi.Ac.Id/Index.Php/Bibliotech/Article/View/2213>
- [24] E. Purwati, “Perbedaan Hasil Penyuluhan Kesehatan Menggunakan Metode Audiovisual Dan Demonstrasi Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Sadari Di Smpn 3 Pagedongan Banjarnegara,” *Proceedings Series On Health & Medical Sciences*, Vol. 4, Pp. 1–9, Jan. 2023, Doi: 10.30595/Pshms.V4i.545.
- [25] P. Nurhayati, “Pendidikan Kesehatan Demonstrasi Sebagai Metode Untuk Meningkatkan Pengetahuan Sadari Siswi Sman 2 Banguntapan Bantul,” *Jurnal Penelitian Keperawatan*, Vol. 8, No. 2, Pp. 142–145, Aug. 2022, Doi: 10.32660/Jpk.V8i2.623.
- [26] L. Hastuti, R. M. Noer, And M. Agusthia, “Metode Demonstrasi Sadari Terhadap Kemampuan Melakukan Sadari Pada Wanita Usia Subur,” *Prepotif : Jurnal Kesehatan Masyarakat*, Vol. 4, No. 2, Art. No. 2, 2020, Doi: 10.31004/Prepotif.V4i2.953.
- [27] M. N. Oktaviana And F. Nuzula, “Perbedaan Pengetahuan Dan Praktik Antara Pre Post Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Demonstrasi Tentang Keterampilan Melakukan Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Pada Mahasiswi Baru Akademi Kesehatan Rustida Krikilan Banyuwangi,” *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, Vol. 7, No. 2, Pp. 99–106, Jul. 2020, Doi: 10.55500/Jikr.V7i2.104.
- [28] W. Induniasih; Ratna, *Promosi Kesehatan : Pendidikan Kesehatan Dalam Keperawatan*. Pustaka Baru Press, 2018. Accessed: Jul. 27, 2023. [Online]. Available: [//Lisa.Poltekkesjakarta3.Ac.Id%2fperpustakaan%2findex.Php%3fid%3d9197%26p%3dshow\\_Detail](https://Lisa.Poltekkesjakarta3.Ac.Id%2fperpustakaan%2findex.Php%3fid%3d9197%26p%3dshow_Detail)

[29] B. Arsita, D. Novira, And E. Buston, “Pengaruh Demonstrasi Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Sadari,” *Jurnal Penelitian Terapan Kesehatan*, Vol. 7, No. 1, Art. No. 1, 2020, Doi: 10.33088/Jptk.V7i1.126.

**Conflict of Interest Statement:**

*The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.*