

BAB I

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Remaja putri usia 17–19 tahun berada pada fase akhir masa remaja, dimana terjadi perubahan hormonal dan perkembangan jaringan payudara yang aktif. Kondisi ini dapat memunculkan keluhan seperti nyeri, pembengkakan, maupun munculnya benjolan yang sering menimbulkan kecemasan. Sebagian besar benjolan payudara pada remaja bersifat jinak, namun tetap membutuhkan perhatian karena dapat mengganggu kenyamanan, rasa percaya diri, hingga kualitas hidup. Salah satu benjolan jinak yang cukup sering ditemukan pada kelompok usia ini adalah *fibroadenoma mammae* (FAM), yaitu tumor jinak payudara yang umumnya berbatas jelas, terasa kenyal, dan mudah digerakkan saat diraba (Kristiana et al., 2025).

Fibroadenoma mammae dikenal sebagai tumor jinak payudara yang paling sering terjadi pada usia muda, terutama pada rentang 14–35 tahun. Penelitian di rumah sakit menunjukkan bahwa FAM lebih umum terjadi pada kelompok usia remaja hingga dewasa muda, sedangkan kasus pada usia lebih tua relatif lebih sedikit (Kristiana et al., 2025). Selain itu, kajian literatur juga menyebutkan bahwa *fibroadenoma* merupakan salah satu masalah tumor jinak yang prevalensinya cukup tinggi pada perempuan, termasuk di Indonesia, sehingga pencegahan dan deteksi dini menjadi

penting dilakukan sejak usia remaja (Mesakh et al., 2023) Pada remaja, FAM umumnya tampak sebagai benjolan yang tidak nyeri, namun karena kurangnya pengetahuan kesehatan payudara, kondisi tersebut dapat terlambat dikenali atau justru diabaikan.

Secara global, *fibroadenoma* merupakan salah satu massa payudara jinak yang dominan pada kelompok usia remaja. Studi literatur menyebutkan bahwa *fibroadenoma* pada populasi remaja memiliki insidensi sekitar 2,2%, dan *fibroadenoma* dapat menyumbang sekitar 68% dari seluruh massa payudara pada remaja, sehingga kelainan ini sering menjadi temuan utama pada benjolan payudara usia muda (Ogochukwu, 2023). Fakta tersebut menunjukkan bahwa risiko adanya massa payudara tidak hanya terjadi pada usia dewasa, tetapi juga dapat ditemukan sejak masa remaja, sehingga edukasi dan deteksi dini perlu ditingkatkan pada kelompok ini.

Di Indonesia, jumlah kasus FAM dilaporkan mencapai 28.910 kasus pada tahun 2019, yang menunjukkan bahwa permasalahan ini cukup signifikan dan membutuhkan perhatian melalui upaya deteksi dini yang lebih optimal, khususnya pada kelompok usia muda (Di & Gantar, 2024). Di Provinsi Jawa Barat, angka kejadian FAM juga tergolong tinggi, yaitu sekitar 6.109 kasus, sehingga menjadi salah satu provinsi dengan jumlah kasus tertinggi dibandingkan daerah lainnya (Kristiana et al., 2025). Berdasarkan data Profil Dinas Kesehatan Kabupaten/Kota Tasikmalaya - pada tahun 2018 tercatat sebanyak 101 wanita mengalami benjolan pada

payudara (Azka Ghaida Hauna et al., 2025). Selain itu, berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti melalui aplikasi e-Puskesmas Ciawi, ditemukan 19 kasus *fibroadenoma mammae* pada remaja putri usia 15 - 25 tahun pada periode Desember 2024 hingga Januari 2025. Data tersebut menunjukkan bahwa kejadian FAM masih ditemukan pada usia remaja dan dapat terjadi di lingkungan sekitar responden penelitian. Hal ini menegaskan pentingnya penerapan deteksi dini yang lebih efektif dan mudah dilakukan sejak usia muda.

Hingga saat ini, penyebab pasti terjadinya *fibroadenoma mammae* belum dapat ditentukan secara spesifik. Namun, sebagian besar literatur menyebutkan bahwa terbentuknya FAM berkaitan erat dengan faktor hormonal, terutama hormon estrogen. Estrogen berperan dalam merangsang pertumbuhan jaringan kelenjar dan stroma payudara, sehingga respons jaringan yang berlebihan dapat memicu munculnya massa jinak berupa *fibroadenoma*. Kondisi ini juga menjelaskan mengapa FAM lebih sering terjadi pada remaja dan wanita usia reproduktif, serta jarang ditemukan setelah menopause kecuali pada perempuan yang menjalani terapi hormon (Reddy et al., 2023).

Salah satu upaya deteksi dini terhadap perubahan atau kelainan payudara dapat dilakukan melalui pemeriksaan payudara sendiri atau SADARI (*Breast Self-Examination/BSE*). Metode ini merupakan langkah sederhana yang dapat dilakukan secara mandiri untuk mengenali bentuk, kontur, dan konsistensi payudara sehingga membantu menemukan benjolan

atau kelainan sejak tahap awal (Kandasamy et al., 2024). Efektivitas SADARI juga dipengaruhi oleh fase siklus menstruasi. Sebelum menstruasi, payudara cenderung lebih sensitif dan terasa penuh akibat fluktuasi hormon estrogen dan progesteron, sedangkan setelah menstruasi jaringan payudara menjadi lebih lunak sehingga palpasi benjolan dapat dilakukan dengan lebih mudah (Franjic, 2021).

Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) merupakan salah satu upaya penting dalam deteksi dini kelainan payudara. Waktu yang dianjurkan untuk melakukan SADARI adalah pada hari ke 7-10 setelah hari pertama menstruasi. Pada periode ini, kondisi fisiologis payudara relatif stabil karena pengaruh hormon telah menurun, sehingga jaringan payudara tidak mengalami pembengkakan atau nyeri. Keadaan tersebut membuat hasil pemeriksaan lebih akurat dan meminimalkan kesalahan dalam mendeteksi adanya kelainan (Kurniasih, 2021).

Namun demikian, pemeriksaan sebelum menstruasi juga memiliki manfaat sebagai pembandingan. Dengan melakukan SADARI sebelum dan sesudah menstruasi, remaja dapat mengenali pola perubahan normal payudara yang terjadi pada setiap siklus. Hal ini dapat meningkatkan kesadaran terhadap kondisi payudara (*breast awareness*) serta membantu membedakan antara benjolan yang bersifat fisiologis sementara dengan massa yang menetap, seperti *fibroadenoma mammae* (Kandasamy et al., 2024).

Meskipun ukuran *fibroadenoma mammae* umumnya tidak mengalami perubahan yang signifikan sepanjang siklus menstruasi, pemeriksaan elastografi menunjukkan adanya variasi elastisitas jaringan. Elastisitas tertinggi terjadi pada fase pra-menstruasi dan terendah pada fase pasca-menstruasi. Kondisi ini biasanya terjadi sekitar 7-1 hari sebelum menstruasi, yaitu pada fase luteal akhir, ketika peningkatan hormon progesteron menyebabkan jaringan payudara menjadi lebih padat dan tegang. Perubahan konsistensi tersebut membuat *fibroadenoma* terasa lebih kencang dan lebih mudah teraba dibandingkan pada fase pasca-menstruasi, meskipun ukuran benjolan tetap (Kılıç, 2015).

Sebuah penelitian pada siswi sekolah menengah melaporkan bahwa hanya sekitar 13,3% remaja putri yang pernah melakukan SADARI, sementara 86,7% lainnya tidak pernah melakukan SADARI sama sekali. Kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja belum menjadikan SADARI sebagai perilaku rutin dalam menjaga kesehatan payudara (Ginting et al., 2025). Rendahnya praktik SADARI ini umumnya disebabkan oleh keterbatasan pengetahuan praktis, rendahnya persepsi risiko, serta anggapan bahwa remaja belum memerlukan deteksi dini kelainan payudara. Rendahnya praktik SADARI berdampak langsung pada keterlambatan deteksi dini kelainan payudara, termasuk *fibroadenoma mammae* (FAM), *Fibroadenoma* yang tidak dipantau secara berkala dapat berkembang dan berpotensi memerlukan tindakan medis lanjutan, seperti biopsi atau pembedahan, terutama apabila ukuran benjolan terus membesar

atau menimbulkan kecurigaan secara klinis. Meskipun bersifat jinak, beberapa jenis *fibroadenoma* kompleks dilaporkan memiliki hubungan dengan sedikit peningkatan risiko kanker payudara di kemudian hari, sehingga pemeriksaan dan evaluasi oleh tenaga kesehatan tetap diperlukan (American Cancer Society, 2021)

Selain dampak fisik, keberadaan benjolan pada payudara juga dapat menimbulkan dampak psikologis, khususnya pada remaja. Kurangnya pemahaman mengenai perbedaan antara tumor jinak dan kanker payudara sering memicu kecemasan dan ketakutan berlebihan. Oleh karena itu, edukasi kesehatan payudara serta upaya deteksi dini sangat penting untuk meningkatkan pemahaman, mengurangi kecemasan, dan mendorong perilaku pemeriksaan payudara secara mandiri dan tepat (Kandasamy et al., 2024).

Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Hasil Pemeriksaan SADARI Sebelum dan Sesudah Menstruasi terhadap Deteksi Dini *Fibroadenoma Mammae* pada Remaja Putri Usia 17-19 Tahun di SMA Negeri 1 Ciawi”. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan bukti ilmiah mengenai perbedaan hasil pemeriksaan berdasarkan waktu pelaksanaan SADARI, serta menjadi dasar penyusunan edukasi kesehatan yang lebih tepat bagi remaja putri dalam melakukan deteksi dini kelainan payudara, khususnya *fibroadenoma mammae*

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sejauh mana efektivitas pemeriksaan SADARI sebelum dan sesudah menstruasi terhadap deteksi dini *Fibroadenoma Mammae* pada remaja putri 17-19 tahun?

Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui efektivitas hasil pemeriksaan SADARI sebelum dan sesudah menstruasi sebagai deteksi dini fibroadenoma mammae (FAM) pada remaja putri.

2. Tujuan Khusus

a. Mengidentifikasi hasil pemeriksaan SADARI sebelum menstruasi sebagai deteksi dini *fibroadenoma mammae* (FAM) pada remaja putri.

b. Mengidentifikasi hasil pemeriksaan SADARI sesudah menstruasi sebagai deteksi dini fibroadenoma mammae (FAM) pada remaja putri.

c. Menentukan waktu pelaksanaan SADARI yang lebih efektif untuk deteksi dini fibroadenoma mammae (FAM) pada remaja putri.

Ruang Lingkup Penelitian

3. Ruang Lingkup Materi

Ruang lingkup materi dalam penelitian ini berfokus pada efektivitas hasil pemeriksaan SADARI sebelum dan sesudah menstruasi terhadap deteksi dini fibroadenoma mammae (FAM).

Materi yang dibahas dalam penelitian ini meliputi:

- a. Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) sebagai metode deteksi dini kelainan payudara.
- b. Perbedaan hasil pemeriksaan SADARI pada fase sebelum menstruasi dan sesudah menstruasi.
- c. Perubahan fisiologis payudara yang dipengaruhi oleh siklus menstruasi.
- d. *Fibroadenoma mammae* sebagai benjolan jinak payudara yang sering ditemukan pada remaja putri.
- e. Efektivitas pemeriksaan SADARI dalam menemukan benjolan payudara yang menetap.

4. Ruang Lingkup Responden

Ruang lingkup responden dalam penelitian ini adalah remaja putri kelas Peminatan Kesehatan SMA Negeri 1 Ciawi berusia 17–19 tahun yang berada pada masa akhir remaja dan termasuk kelompok usia yang rentan mengalami *fibroadenoma mammae*.

Responden dalam penelitian ini adalah remaja putri yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu:

- a. Siswi Kelas Peminatan Kesehatan SMA Negeri 1 Ciawi yang berusia 17-19 tahun
- b. Mengalami siklus menstruasi normal 21-35 hari
- c. Tidak sedang mengonsumsi obat-obatan rutin atau menjalani terapi hormon
- d. Bersedia menjadi responden dengan menandatangani *informed consent*.

5. Ruang Lingkup Tempat

Ruang lingkup tempat penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Ciawi Tasikmalaya. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada ketersediaan populasi remaja putri usia 17–19 tahun serta kemudahan dalam pelaksanaan pengumpulan data penelitian.

Manfaat Penelitian

6. Aspek Teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian ilmiah di bidang kesehatan reproduksi remaja, khususnya terkait pelaksanaan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) sebagai upaya deteksi dini kelainan payudara. Penelitian ini memberikan kontribusi dalam memahami perbedaan hasil pemeriksaan SADARI yang dilakukan sebelum dan sesudah menstruasi, sehingga dapat menjadi referensi

tambahan mengenai pengaruh waktu pemeriksaan terhadap efektivitas deteksi dini *fibroadenoma mammae* (FAM). Temuan penelitian ini juga diharapkan dapat memperkuat landasan teori tentang perubahan fisiologis payudara selama siklus menstruasi yang memengaruhi hasil pemeriksaan palpasi payudara.

7. Kegunaan Praktik

a. Bagi Remaja Putri

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran remaja putri mengenai pentingnya melakukan SADARI secara rutin serta membantu menentukan waktu pemeriksaan yang lebih tepat untuk mengenali perubahan pada payudara sejak dini.

b. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam penyusunan materi edukasi kesehatan, khususnya dalam memberikan penyuluhan tentang pelaksanaan SADARI yang efektif dan sesuai dengan kondisi fisiologis remaja putri serta program tambahan melengkapi pemeriksaan fisik pada remaja putri.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan bahan rujukan dalam pengembangan program promosi dan preventif kesehatan reproduksi remaja, terutama yang berkaitan dengan deteksi dini kelainan payudara.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Temuan penelitian ini dapat menjadi data dasar dan referensi bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengembangkan penelitian sejenis dengan variabel atau metode yang lebih luas, seperti penggunaan media edukasi atau pemeriksaan klinis lanjutan.

Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Peneliti dan Tahun	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan
1.	(Dwitania et al., 2021)	The Practice of Breast Self-Examination in Adolescent Based on Knowledge	Deskriptif	Mayoritas remaja putri memiliki praktik SADARI yang cukup baik berdasarkan tingkat pengetahuan	Relevan karena fokus pada remaja, tetapi tidak menguji efektivitas waktu pemeriksaan
2.	(Aristania, 2024)	Pendidikan Kesehatan BSE terhadap Perilaku SADARI pada Remaja	One Group Pre Test-Post Test	Terdapat peningkatan perilaku SADARI setelah edukasi ($p < 0,05$)	Mendukung bahwa SADARI dapat ditingkatkan, namun belum membahas fase menstruasi
3.	(Herawati Jaya, 2024)	Factors Influencing Breast Self-Examination Behavior among	Mixed Method	Factor sosial dan akses informasi berpengaruh signifikan terhadap	Mendukung faktor pendukung SADARI, tetapi tidak menilai efektivitas sebelumnya

		Adolescent Girls		perilaku sadari ($p < 0,05$)	sesudah menstruas.
4.	(Chan et al., 2021)	Menstrual Cycle Variation in Breast Tissue Density	Obsevasion al	Ditemukan variasi densitas jaringan payudara sepanjang siklus menstruasi ($p < 0,05$), terutama dalam fase luteal.	Menggunakan alat 3D Ultrasound Tomography (3D UST) Sedangkan peneliti menggunakan perabaan manual/SAD ARI
5.	(Kılıç, 2015)	Influence of menstrual cycle on ultrasound elestograp hy of the breast	Eksperime ntal/klinis	Terdapat perbedaan signifikan pada elastisisitas dan ketebalan payudara antar fase menstruasi ($p < 0,05$)	Menggunakan alat medis Elastografi, sedangkan peneliti menggunakan teknik SADARI (manual).