

**HEALTH BELIEF MODEL PADA PEMERIKSAAN PAYUDARA SENDIRI
(SADARI) TERHADAP WANITA : SYSTEMATIC REVIEW****Ribka Sabarina Panjaitan^{1*}, Yurita Mailintina², Nia Rosliany³, Ludovikus⁴**¹⁻³STIKes RS Husada⁴Horizon UniversityEmail Korespondensi: sabrinapanjaitan26@gmail.com

Disubmit: 30 September 2024

Diterima: 30 Juli 2025

Diterbitkan: 01 Agustus 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v7i8.17784>**ABSTRACT**

The leading cause of mortality for women is breast cancer, a common illness. In the world, approximately a million new cases are found each year. The rising incidence of this disease is caused by a number of risk factors, including age, genetics, and lifestyle choices. The government-sponsored breast self-examination (BSE) program is one method of early breast cancer detection. Despite the program's effectiveness, minimal participation persists. Based on the Health Belief Model (HBM) paradigm, research has demonstrated improvements in health behaviors like BSE. Systematically identify and analyze various literature regarding the effectiveness of using interventions based on the Health Belief Model theory on BSE practice behavior for women. This research uses a systematic review method, collecting data from scientific journals, clinical reports, and other related publications, namely Pubmed, Science Direct, Sagejournal. The inclusion criteria set are original research articles, in English and published within the 2014-2024 period. The sample used in this research ranged in age from 16-80 years and was conducted on women. Based on the search results, 6 articles were found that met the inclusion criteria. The articles obtained prove that the use of HBM-based interventions is effective in increasing knowledge, perceptions, skills, and in some cases, behavior related to BSE practice. HBM-based interventions are effective in increasing BSE knowledge and skills, but behavior change requires long-term support. Mass and visual media are also effective in increasing awareness.

Keywords: Breast Cancer, BSE, Health Belief Model, Women**ABSTRAK**

Penyebab utama kematian perempuan adalah kanker payudara, penyakit yang umum. Di dunia, sekitar satu juta kasus baru ditemukan setiap tahunnya. Meningkatnya kejadian penyakit ini disebabkan oleh sejumlah faktor risiko, antara lain usia, genetik, dan pilihan gaya hidup. Program pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) yang disponsori pemerintah merupakan salah satu metode deteksi dini kanker payudara. Meskipun program ini efektif, partisipasinya masih sangat minim. Berdasarkan paradigma Health Belief Model (HBM), penelitian telah menunjukkan perbaikan dalam perilaku kesehatan seperti SADARI. Mengidentifikasi dan menganalisis dari berbagai literatur secara sistematis terkait efektifitas penggunaan intervensi berbasis teori *Health Belief Model* pada

perilaku praktik SADARI terhadap wanita. Penelitian ini menggunakan metode tinjauan sistematis, mengumpulkan data dari jurnal ilmiah, laporan klinis, dan publikasi terkait lainnya yaitu *Pubmed*, *Science Direct*, *Sagejournal*. Adapun kriteria inklusi yang ditetapkan yaitu artikel penelitian *original*, berbahasa Inggris dan di publikasikan dalam rentang waktu 2014-2024. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berusia berkisar 16-80 tahun dan dilakukan pada wanita. Berdasarkan hasil pencarian, ditemukan 6 artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi. Dari artikel yang didapatkan membuktikan bahwa penggunaan intervensi berbasis HBM efektif untuk meningkatkan pengetahuan, persepsi, keterampilan, dan pada beberapa kasus, perilaku terkait prakek SADARI. Intervensi berbasis HBM efektif meningkatkan pengetahuan dan keterampilan SADARI, namun perubahan perilaku memerlukan dukungan jangka panjang. Media massa dan visual juga efektif meningkatkan kesadaran.

Kata Kunci: Kanker Payudara, SADARI, *Health Belief Model*, Wanita

PENDAHULUAN

Selain menjadi penyakit yang banyak dialami perempuan, kanker payudara juga merupakan bahaya kesehatan masyarakat yang membahayakan nyawa perempuan. Di seluruh dunia, diperkirakan ada lebih dari satu juta kasus baru kanker payudara yang didiagnosis setiap tahunnya. (Naz M. S., Simbar, Fakari, & Ghasemi, 2018). Secara global, kanker payudara merupakan jenis kanker yang paling umum terjadi. Perkiraan menunjukkan bahwa 14%, atau 458.400 kasus, akan mengakibatkan kematian dan 23%, atau 1.383.500 kasus baru, setiap tahunnya. Penyakit keganasan yang paling sering terjadi pada wanita adalah kanker payudara. Usia, warisan dan genetika, terapi penggantian estrogen, kontrasepsi oral, paparan karsinogen, alkoholisme, diet tinggi lemak, dan merokok adalah beberapa dari beberapa faktor yang berkontribusi terhadap kanker payudara. Prevalensi kanker payudara berbeda antar negara. Dibandingkan dengan Asia, Amerika Utara dan Eropa Barat mempunyai insiden yang lebih besar (Nindrea, Aryandono, Lazuardi, & Dwiprahasto, 2019). Perempuan di seluruh dunia, termasuk Indonesia, saat ini khawatir akan terserangnya

kanker payudara, salah satu jenis kanker yang paling sering terjadi. Meskipun etiologi pasti kanker payudara masih belum jelas, beberapa penelitian telah mengaitkan beberapa sifat dengan peningkatan risiko. Tidak memiliki anak, bertambahnya usia, memiliki riwayat penyakit dalam keluarga, hamil pertama kali setelah usia 30 tahun, dan siklus menstruasi yang lebih panjang adalah beberapa di antara bahaya tersebut (menstruasi dini atau menopause kemudian) dan faktor hormonal (endo dan estrogen)(Darsyah, 2013).

Kanker payudara adalah penyakit kompleks yang ditandai dengan pertumbuhan sel-sel abnormal yang tidak terkendali pada jaringan payudara, yang melibatkan inisiasi, promosi, perkembangan, dan metastasis. Inisiasi terjadi ketika sel-sel payudara normal memperoleh mutasi genetik karena faktor-faktor seperti mutasi genetik yang diturunkan, paparan lingkungan, hormon, dan gaya hidup. Selama promosi, sel-sel yang bermutasi berkembang biak secara tidak terkendali, membentuk tumor lokal. Perkembangannya melibatkan sel-sel tumor yang menyerang jaringan di sekitarnya dan menyebar

ke tempat yang jauh dengan menghancurkan membran basal dan matriks ekstraseluler, yang menyebabkan metastasis di organ seperti paru-paru, hati, tulang, atau otak. Metastasis, tahap akhir, dikaitkan dengan prognosis buruk karena sel tumor membentuk tumor sekunder di organ jauh melalui aliran darah atau sistem limfatik, beradaptasi dengan lingkungan mikro baru. Memahami proses ini sangat penting untuk pencegahan yang efektif, deteksi dini, dan terapi yang ditargetkan (Hong & Xu, 2022).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), 65.858 kasus baru kanker payudara akan terdiagnosis di kalangan perempuan Indonesia pada tahun 2020, dengan 22.430 kematian disebabkan oleh penyakit tersebut. Jumlah kasus kanker serviks terbanyak kedua adalah 36.633 kasus dengan kematian 21.003 orang (Khaerunnisa, Latief, Syahrudin, Royani, & Juhamran, 2023). Kanker payudara adalah salah satu penyebab utama kematian pada wanita (324.000 kematian, atau 14,3% dari seluruh kematian), dan menduduki peringkat kelima secara keseluruhan (522.000 kematian) di antara semua kematian terkait kanker (Kemenkes RI, 2016).

Kanker payudara dapat diobati secara efisien dengan berbagai metode, termasuk upaya pemerintah untuk mencegah penyakit melalui prosedur deteksi dini seperti mengajarkan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). Tujuan dari kegiatan SADARI ini adalah untuk mendeteksi adanya massa payudara yang mencurigakan sehingga terapi dapat dimulai sesegera mungkin (Kemenkes RI, 2014). SADARI dapat dilakukan secara mandiri dan tidak mengeluarkan biaya, hal ini dianggap sebagai metode pencegahan kanker payudara yang cukup efektif (Glanz, Rimer, & Viswanath, 2015).

Pemerintah secara historis mendukung inisiatif SADARI sebagai sarana memerangi kanker payudara. Bahkan sudah dituangkan dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 34 Tahun 2015 tentang Pencegahan Kanker Rahim dan Payudara (Kemenkes RI, 2016). SADARI dianggap sebagai sarana identifikasi dini kanker payudara, meskipun secara statistik menunjukkan bahwa hanya 25-30% perempuan yang berpartisipasi dalam program ini, meskipun faktanya program ini dikembangkan sebagai inisiatif pemerintah (Sari et al, 2020). Menurut Khotbehsara, et al., (2021) perilaku SADARI akan lebih baik jika menggunakan intervensi promosi kesehatan berbasis teori. Gagasan bahwa intervensi promosi kesehatan berbasis teori lebih baik dibandingkan pendekatan non-teori dalam mempengaruhi perilaku kesehatan yang bermanfaat di masyarakat. Penelitian ini mengevaluasi efektivitas jangka pendek dari intervensi berbasis teori dalam meningkatkan perilaku kesehatan. Meskipun studi ini berfokus pada hasil jangka pendek, studi ini memberikan wawasan mengenai keunggulan intervensi berbasis teori dibandingkan intervensi non-teori.

Health Belief Model (HBM), yang diciptakan oleh Irwin Rosenstock dan Godfrey Hochbaum, awalnya dikembangkan pada tahun 1950-an oleh psikolog sosial di Amerika Serikat untuk menjelaskan kegagalan luas orang-orang yang berpartisipasi dalam program pencegahan dan deteksi penyakit. (Orleans, Glanz, Rimer, & Vismanath, 2010). Hipotesis ini menyatakan bahwa meskipun terdapat manfaat dalam menjalankan perilaku kesehatan, namun terdapat tantangan dalam menerapkannya. (Olam 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Aşcı & Sahin (2011) dengan menggunakan HBM menunjukkan perilaku dan keputusan individu terkait dengan kondisi kesehatan umum seperti kanker payudara dapat dievaluasi dengan menggunakan HBM. Penelitian senada yang diungkapkan oleh Heydari & Noroozi (2015) bahwa pendidikan berbasis *health belief model* (HBM) berpengaruh pada peningkatan pengetahuan dan partisipasi dalam mamografi.

Penelitian ini bertujuan mengevaluasi penerapan *Health Belief Model* (HBM) terhadap perilaku wanita dalam melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI), dengan penekanan pada persepsi risiko, manfaat, kendala, serta faktor pendorong yang memengaruhi pelaksanaan SADARI. Hasil yang diperoleh diharapkan mampu mengidentifikasi intervensi yang efektif dalam meningkatkan kesadaran dan deteksi dini kanker payudara.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, berbagai pendapat penggunaan mengenai intervensi berbasis teori *Health Belief Model* telah banyak dibahas, namun belum ada ulasan secara khusus mengenai efektifitas penggunaan intervensi berbasis teori *Health Belief Model* pada perilaku praktik SADARI terhadap wanita.

KAJIAN PUSTAKA

Kanker payudara merupakan salah satu kondisi kesehatan yang dapat menyebabkan kematian pada wanita. Proses ini berkembang karena proliferasi sel-sel payudara ganas yang menyimpang dan tidak terkendali (Saydam, 2012). Sel kanker payudara dapat menyebar ke seluruh tubuh melalui sirkulasi sehingga memperburuk kondisi fisik penderitanya (Subagja, 2014).

Kanker payudara biasanya didiagnosis atau ditemukan pada stadium lanjut, dengan kejadian tertinggi pada wanita (Putra, 2015).

Etiologi spesifik kanker payudara tidak diketahui, meskipun beberapa penelitian telah menemukan berbagai faktor risiko, termasuk riwayat penyakit dalam keluarga, bertambahnya usia, tidak memiliki anak, kehamilan pertama di atas usia 30 tahun, dan siklus menstruasi yang lebih lama. (awal menstruasi pertama atau menopause terlambat) Pertimbangan hormonal (Darsyah, 2013). Kehidupan dan kesejahteraan pasien kanker payudara terpengaruh secara fisik, psikologis, emosional, sosial, dan spiritual, dan hal ini diperparah jika terjadi pada usia reproduksi karena terkait dengan seksualitas mereka (Brousselle, et al., 2017).

Pada tanggal 21 April 2008, pemerintah menetapkan SADARI sebagai program nasional, sebagai bagian dari upaya pengobatan dini kanker payudara (Sarina, Thara, & Sudirman, 2020). Teknik Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) adalah pemeriksaan payudara sendiri yang dilakukan setiap hari ke 7 sampai ke 10, dimulai pada hari pertama haid/menstruasi atau setiap bulan pada hari yang sama bagi individu yang sudah menopause (Kolak, et al., 2017).

Pada dasarnya, seringkali SADARI dapat menjadi metode yang berhasil untuk identifikasi dini kanker payudara, dan berpotensi menurunkan angka kematian hingga 20% (Sarina, Thara, & Sudirman, 2020). Kesadaran melakukan SADARI ini adalah hal yang tidak bisa diabaikan dan penting untuk dilakukan oleh setiap wanita, karena jika diketahui sejak dini adanya keabnormalan membantu prognosis yang lebih baik (Kemenkes RI, 2014).

Intervensi berbasis perilaku

merupakan strategi promosi kesehatan yang menuntut masyarakat untuk secara aktif mengontrol perilaku kesehatannya agar terhindar dari penyakit. Perawatan berbasis perilaku dapat membantu perempuan mengatasi hambatan pribadi, mendorong mereka untuk melakukan dan mempertahankan perilaku SADARI (Rezaeian et al, 2014).

Komponen dasar *health belief model* berasal dari teori psikologi dan perilaku. Antesedennya sama dengan yang memunculkan teori kognitif sosial pada iterasi awal, konsep anteseden ini disebut teori pembelajaran sosial. Arah yang diambil dalam *health belief model* menekankan keyakinan pribadi atas berbagai faktor yang lebih luas yang diperhitungkan dalam teori kognitif sosial dan konstruksi regulasi diri (Riekert, Ockene, & Pbert, 2014).

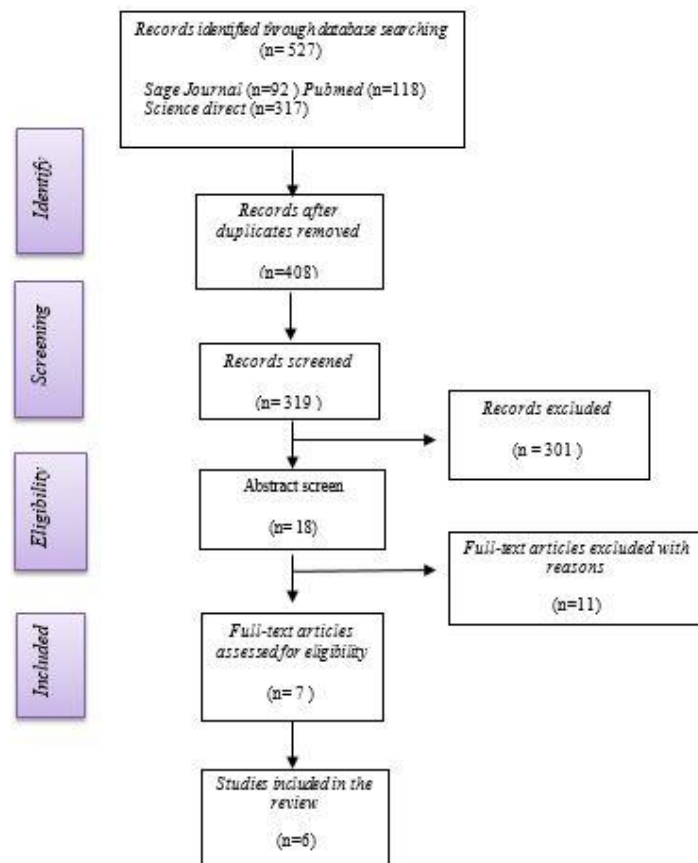
METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan teknik tinjauan sistematis. Tinjauan sistematis adalah proses metodis dalam mengumpulkan, meninjau secara kritis, mengintegrasikan, dan menyajikan data dari beragam studi penelitian mengenai isu-isu penelitian atau tema-tema yang diminati. Tinjauan sistematis dapat memberikan tingkat informasi yang lebih luas dan tepat dibandingkan tinjauan literatur pada umumnya (Rodríguez & Arenas, 2018). Tinjauan sistematis ini menggunakan teknik yang terdefinisi dengan baik dan lebih menyeluruh, komprehensif, serta memerlukan

rentang waktu pemilihan literatur (Richardson, 2013). Proses tinjauan sistematis juga dilakukan secara bertahap dan prosedur untuk mengurangi bahaya bias dan penafsiran subjektif di kalangan peneliti. Pedoman Joanna Briggs Institute digunakan dalam tinjauan sistematis ini untuk menilai kualitas makalah yang dinilai. Pedoman daftar periksa PRISMA digunakan sebagai panduan penyusunan untuk tinjauan sistematis. Aromataris dan Munn (2020) menyatakan bahwa Melakukan tinjauan sistematis melibatkan beberapa tahapan, antara lain: 1) merumuskan tujuan penelitian, 2) menentukan kriteria inklusi dan eksklusi, dan 3) menentukan metodologi pencarian. 4) Pemilihan data, 5) Evaluasi kualitas penelitian, 6) Ekstraksi data, 7) Analisis dan sintesis penelitian yang relevan, dan 8) Penyajian dan interpretasi hasil.

Sebelum melakukan tinjauan sistematis, peneliti membuat tujuan penelitian dan pertanyaan penelitian untuk memandu pencarian makalah mereka (Armstrong , Hall , Doyle , & Waters , 2011). Pertanyaan penelitian yang ditelusuri adalah “bagaimana efektifitas penggunaan intervensi berbasis teori *Health Belief Model* pada perilaku praktik SADARI terhadap wanita?”

Prosedur pemilihan dan penyaringan literatur dijelaskan menggunakan diagram alir PRISMA dan disesuaikan untuk memenuhi persyaratan kelayakan peneliti. Alur PRISMA untuk Tinjauan Sistematis ini adalah sebagai berikut:



Gambar 1

HASIL PENELITIAN

Sebanyak 527 artikel ditemukan relevan dengan kata kunci berdasarkan hasil pencarian dari tiga database dengan tanggal publikasi berkisar antara 2014-2024. Setelah judul yang sama dihilangkan, terdapat 408 artikel. Setelah menyaring judul penelitian dan abstrak, diperoleh 319 publikasi. Terakhir, tergantung pada kriteria inklusi, hanya enam publikasi yang dipilih untuk dipelajari. Alasan dikeluarkannya 301 publikasi dari daftar review adalah karena merupakan penelitian kualitatif, cross-sectional, laporan kasus, hanya berisi protokol, dan termasuk kelompok yang tidak sesuai (pasien yang tidak menderita kanker payudara).

Kualitas metodologi setiap makalah dievaluasi menggunakan Alat Penilaian Kritis The Joanna Briggs Institute (JBI), khususnya Daftar Periksa JBI untuk Uji Coba Terkendali Acak (2018). Checklist JBI terdapat 13 pertanyaan dengan pilihan jawaban masing-masing bagian yaitu "Ya", "Tidak", "Tidak Jelas", atau "Tidak Berlaku (NA)". Jawaban ya untuk setiap pertanyaan mendapat skor satu, dan skor keseluruhan kemudian dihitung.

Penilaian dilakukan secara terpisah oleh tiga reviewer, termasuk supervisor dan peneliti, dan hasilnya disepakati bersama. Tinjauan Sistematis terdiri dari artikel penelitian dengan skor $\geq 50\%$, yang disepakati oleh tiga pengulas.

Artikel yang memiliki skor di bawah 50% akan dihapus dari daftar Tinjauan Sistematis (Oikarainen, et al., 2019). Kualitas kajian setiap publikasi dinilai menggunakan analisis kualitas The JBI Critical Appraisal Tools yang diidentifikasi

sebagai sumber tinjauan sistematis, sehingga menghasilkan enam makalah yang sesuai. Pencarian literatur menghasilkan hasil sebagai berikut, yang diperiksa dan dinilai dalam tinjauan sistematis:

Tabel 1. Hasil Pencarian Literatur untuk Systematic Review

Tahun	Database	Jenis Studi Penelitian/Artikel
		<i>Quasi Experiment</i>
2014-2024	<i>Pubmed</i>	3
	<i>Scient Direct</i>	2
	<i>Sage Journal</i>	1
		6

PEMBAHASAN

Peningkatan Pengetahuan dan Persepsi tentang Kanker Payudara dan SADARI

Intervensi berbasis HBM secara konsisten menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan peserta tentang kanker payudara, risiko terkait, serta pentingnya pemeriksaan dini seperti SADARI dan mamografi. Penelitian dari Ghaffari, Esfahani, Rakhshanderou, & Koukamari (2018) dan Wondmu, Tessema, Degu, Mihiret, & Sinshaw (2021) menunjukkan bahwa program pendidikan dengan menggunakan intervensi berbasis HBM meningkatkan pengetahuan tentang kanker payudara serta persepsi peserta terhadap risiko kanker payudara. Skor pengetahuan peserta dalam penelitian Wondmu, Tessema, Degu, Mihiret, & Sinshaw (2021) meningkat sebanyak 6,24 poin setelah intervensi. Selanjutnya penelitian dari Masoudiyekta, et al (2017) melaporkan peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan peserta setelah intervensi pendidikan dilakukan.

Selain itu, persepsi tentang kerentanan terhadap kanker payudara, keparahan, manfaat, hambatan, dan efikasi diri juga

menunjukkan peningkatan. Penelitian dari Arrab & Shehata (2018) menyampaikan bahwa peningkatan persepsi terhadap risiko kanker payudara dan manfaat dari skrining memainkan peran penting dalam perubahan sikap peserta terhadap SADARI. Tuzcu, Bahar, & Gozum (2016) melaporkan bahwa intervensi berbasis HBM berhasil menurunkan persepsi tentang hambatan dan meningkatkan persepsi manfaat SADARI dan skrining kanker payudara. Mohamed, Ibrahim, Lamadah, Hassan, & El-Magd (2016) juga mengamati bahwa program pendidikan berbasis HBM mengubah persepsi mahasiswa tentang risiko dan manfaat skrining kanker payudara, dengan penekanan pada pentingnya pendidikan yang mengatasi ketidaktahuan terkait risiko.

Secara keseluruhan, peningkatan pengetahuan dan sikap yang ditunjukkan dalam semua uji coba ini menunjukkan bahwa pendidikan yang ditargetkan berdasarkan HBM berhasil meningkatkan kesadaran dan pemahaman peserta tentang kanker payudara. Namun, sebagaimana dinyatakan oleh Ghaffari, Esfahani,

Rakhshanderou, dan Koukamari (2018), perubahan persepsi ini mungkin tidak selalu berkorelasi langsung dengan perubahan perilaku aktual dalam waktu dekat.

Peningkatan Keterampilan dan Praktik SADARI

Arrab & Shehata (2018) mengungkapkan terjadi peningkatan signifikan dalam keterampilan SADARI di antara guru perempuan di Mesir setelah intervensi pendidikan berbasis HBM, yang dinilai melalui *checklist* kompetensi observasi. Begitu pula, Wondmu, Tessema, Degu, Mihiret, & Sinshaw (2021) melaporkan bahwa praktik bulanan SADARI di kalangan siswi meningkat dari 20% menjadi 57,58% setelah intervensi, dibandingkan dengan kelompok kontrol yang hanya meningkat dari 17,14% menjadi 24,27%.

Penelitian Ghaffari, Esfahani, Rakhshanderou, & Koukamari (2018) juga menunjukkan peningkatan keterampilan SADARI yang signifikan dua bulan setelah intervensi, meskipun tidak ada perbedaan signifikan dalam praktik jangka panjang. Ini menunjukkan bahwa meskipun peserta menjadi lebih terampil dan terinformasi tentang cara melakukan SADARI, dampaknya pada praktik rutin mereka bisa memudar jika tidak ada upaya untuk mempertahankan keterampilan tersebut.

Studi Masoudiyekta, et al (2017) menekankan bahwa peningkatan keterampilan SADARI terkait erat dengan peningkatan efikasi diri, yang merupakan salah satu faktor kunci dalam HBM. Efikasi diri yang lebih tinggi, atau keyakinan bahwa seseorang mampu melakukan SADARI dengan benar, memainkan peran penting dalam perubahan perilaku.

Perubahan Perilaku SADARI dan Skrining Kanker Payudara

Salah satu tantangan terbesar yang dihadapi oleh intervensi berbasis pendidikan adalah menghasilkan perubahan perilaku yang nyata. Beberapa artikel melaporkan hasil yang beragam terkait perubahan perilaku SADARI dan penggunaan skrining mamografi setelah intervensi. Ghaffari, Esfahani, Rakhshanderou, & Koukamari (2018) misalnya, menyebutkan bahwa meskipun pengetahuan, persepsi, dan keterampilan SADARI meningkat, tidak ada perubahan signifikan dalam perilaku SADARI aktual atau penggunaan mamografi dua bulan setelah intervensi. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun peserta memahami pentingnya skrining, mereka belum sepenuhnya mengadopsi perilaku tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Di sisi lain, Tuzcu, Bahar, & Gozum (2016) melaporkan peningkatan yang signifikan dalam perilaku skrining pada kelompok intervensi yang diamati setelah tiga dan enam bulan pasca intervensi. Studi ini menunjukkan bahwa dengan dukungan yang tepat dan intervensi jangka panjang, perubahan perilaku dapat dicapai. Penelitian Wondmu, Tessema, Degu, Mihiret, & Sinshaw (2021) juga menunjukkan bahwa praktik SADARI meningkat secara signifikan di kalangan siswi setelah pendidikan berbasis HBM, dengan peningkatan dari 20% menjadi 57,58%.

Faktor-faktor yang mempengaruhi perubahan perilaku termasuk hambatan yang dirasakan, motivasi, dan efikasi diri. Setiap penurunan persepsi hambatan dikaitkan dengan peningkatan frekuensi SADARI dan mamografi, menunjukkan pentingnya mengurangi hambatan yang dirasakan untuk memfasilitasi

perubahan perilaku (Tuzcu, Bahar, & Gozum, 2016).

Hambatan dalam Perubahan Perilaku

Penelitian Mohamed, Ibrahim, Lamadah, Hassan, & El-Magd (2016) menemukan bahwa banyak siswa memiliki hambatan yang dirasakan terkait SADARI sebelum intervensi, seperti ketakutan terhadap hasil skrining atau kurangnya kepercayaan diri dalam melakukan SADARI dengan benar. Intervensi berbasis HBM terbukti efektif dalam mengatasi hambatan ini, yang kemudian meningkatkan efikasi diri dan motivasi untuk melakukan SADARI.

Tuzcu, Bahar, & Gozum (2016) mengungkapkan bahwa persepsi hambatan yang lebih rendah dan peningkatan motivasi kesehatan berkorelasi positif dengan frekuensi SADARI dan penggunaan mamografi. Dengan demikian, fokus pada pengurangan hambatan adalah salah satu aspek kunci dari intervensi berbasis HBM yang sukses. Arrab & Shehata (2018) juga mencatat bahwa penurunan hambatan yang dirasakan pasca intervensi mengarah pada peningkatan kepatuhan terhadap praktik SADARI di kalangan guru perempuan di Mesir.

Peran Media dan Materi Visual dalam Edukasi

Beberapa penelitian menekankan pentingnya penggunaan media massa dan materi visual dalam penyampaian intervensi pendidikan. Arrab & Shehata, (2018) menemukan bahwa penggunaan materi visual sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta tentang skrining kanker payudara dan SADARI. Mohamed, Ibrahim, Lamadah, Hassan, & El-Magd (2016) juga mengidentifikasi peran besar media audio-visual dalam meningkatkan kesadaran tentang kanker payudara dan SADARI di

kalangan mahasiswa. Media massa menyediakan sarana yang luas dan cepat untuk menyebarkan informasi kesehatan kepada populasi yang lebih besar.

KESIMPULAN

Intervensi berbasis Health Belief Model (HBM) efektif dalam meningkatkan pengetahuan, persepsi, dan keterampilan peserta tentang kanker payudara dan SADARI (pemeriksaan payudara sendiri). Meskipun terjadi peningkatan persepsi risiko dan manfaat skrining, perubahan perilaku tidak selalu terlihat segera. Hambatan yang dirasakan, seperti ketakutan terhadap hasil skrining dan kurangnya kepercayaan diri, dapat diatasi melalui program berbasis HBM. Selain itu, penggunaan media massa dan materi visual terbukti efektif dalam menyebarkan informasi dan meningkatkan kesadaran. Dukungan jangka panjang diperlukan untuk memastikan perubahan perilaku yang konsisten terkait SADARI dan skrining kanker payudara.

SARAN

Untuk mendorong peningkatan praktik SADARI di kalangan wanita, program edukasi kesehatan diarahkan pada upaya memperkuat persepsi mengenai risiko dan manfaat SADARI serta meminimalkan hambatan yang mungkin dihadapi melalui penyuluhan dan kampanye kesehatan. Intervensi yang berlandaskan *Health Belief Model* (HBM) dan melibatkan komunikasi persuasif serta dukungan dari tenaga kesehatan diharapkan dapat meningkatkan motivasi dan kepatuhan wanita dalam melaksanakan SADARI secara berkala.

DAFTAR PUSTAKA

- Abolfotouh, M., BaniMustafa, A., Mahfouz, A., Al-Assiri, M., Al-Juhani, A., & Alaskar, A. (2015). Using the health belief model to predict breast self examination among Saudi women. *BMC Public Health*.
- Aghamolaei, Hasani, Tavafian, & Zare. (2011). Improving Breast Self-Examination: an Educational Intervention Based on Health Belief Model. *Iranian Journal of Cancer Prevention*, 62-87.
- Ajzen , I. (2011). The theory of planned behaviour: Reaction and reflection. *Psychology and Health*, 1113-1127.
- American Cancer Society. (2016). Cancer Fact and Figures. *cancer.org*.
- American Cancer Society. (2019). What is Breast Cancer. *cancer.org*, 1-19.
- Arksey, H., & O'Malley, L. (2005). Scoping studies: towards a methodological framework. *International Journal of Social Research Methodology* , 19-32.
- Armstrong , R., Hall , B. J., Doyle , J., & Waters , E. (2011). Cochrane Update. 'Scoping the scope' of a cochrane review. *Journal of Public Health (Oxford, England)*, 147-150.
- Arrab, M., & Shehata, H. (2018). Effect of Education with Visual Material Based on Health Belief Model on Female Teachers Breast Cancer Screening and Breast Self Examination. *International Journal of Novel Research in Healthcare and Nursing* .
- Aşçı, O., & Sahin, N. (2011). Effect of the breast health program based on health belief model on breast health perception and screening behaviors . *Breast Journal* , 680-2.
- Aycinena, A. C., Jennings, K.-A., Gaffney, A. O., Koch, P. A., Contento, I. R., Gonzalez, M., . . . Greenlee, H. (2017). ¡Cocinar Para Su Salud! Development of a Culturally Based Nutrition Education Curriculum for Hispanic Breast Cancer Survivors Using a Theory-Driven Procedural Model . *Health Education Behavior*, 13-22.
- Azhar, Y., Hanafi, R., Lestari, B., & Halim, F. (2023). Breast Self-Examination Practice and Its Determinants among women in Indonesia: A systematic Review, Meta-Analysis, and Meta-Regression. *Diagnostics*.
- Barba, D., Leon-Sosa, A., Lugo, P., Suquillo-Yepez, D., Torres, F., Surre, F., . . . Caicedo, A. (2020). Breast Cancer, Screening and Diagnostic Tools: All You Need to Know. *ONCH*.
- Barnard, M., Boeke, C. E., & Tamimi, R. (2015). Established breast cancer risk factors and risk of intrinsic tumor subtypes . *Biochimia et Biophysica Acta*, 73-85.
- Birhane, N., Mamo, A., Girma, E., & Asfaw, S. (2015). Predictors of breast self - examination among female teachers in Ethiopia using health belief model. *Archives of Public Health*, 1-7.
- Conner, M., & Norrman , P. (2015). *Predictiing and Changing Health Behaviour Research and Practice with Social Cognition Models Third Edition*. New York : Open University Press.
- Darsyah. (2013). Menakar tingkat akurasi support vector machine study kasus kanker payudara. *Jurnal Statiska UNIMUS*, 15-20.
- Darsyah, M. (2013). Menakar Tingkat Akurasi Support Vector

- Machine Study Kasus Kanker Payudara. *Jural Universitas Muhammadiyah Semarang*, Vol 1, No. 1, pp 20 .
- Delpech, P. A., & Smith, G. H.-S. (2015). Breast Self-examination and Health Beliefs in Grenadian Women. *Cancer Nursing*, Vol. 38, No. 5.
- Dewi, T. K., Massar, K., Ruiter, R. A., & Leonardi, T. (2019). Determinants of breast self-examination practice among women in Surabaya, Indonesia: an application of the health belief model. *BMC Public Health*, 1-8.
- Didarloo, A., Nabilou, B., & Khalkhali, H. R. (2017). Psychosocial predictors of breast self examination behavior among female students: an application of the health belief model using logistic regression. *BMC Public Health*, 1-8.
- Ekanita, P., & Khosidah, A. (2013). Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap WUS Terhadap Perilaku Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). *Jurnal Ilmiah Kebidanan* , 167-177.
- Ellis, H., & Mahadevan, V. (2013). Anatomy and Physiology of the breast. *Basic Science*, 11-14.
- Ellis, P. (2016). *Evidence-based Practice in Nursing (Third Ed)*. London: SAGE Publication Ltd.
- Elo, S., & Kyngäs, H. (2008). The qualitative content analysis process. *Journal of Advanced Nursing*, 107-115.
- Esfahani, M. S., Taleghani, F., Noroozi, M., & Tabatabaein, M. (2018). An educational intervention on based information, motivation and behavior skills model and predicting breast self-examination. *Journal Prev Med*, 277-281.
- Heydari , E., & Noroozi, A. (2015). Comparison of Two Different Educational Methods for Teachers' Mammography Based on the Health Belief Model . *Asian Pac J Cancer Prev*, 6981-6.
- Higgins, J., Altaman, D., & Sterne , J. (2011). *Chapter 8: Assessing Risk of Bias in Included Studies: Cochrane Handbook for Systematic Reviews of Interventions Version 5.10*. The Cochrane Collaboration.
- Hong, R., & Xu, B. (2022). Breast cancer: an up-to-date review and future perspectives. *Cancer Communnications*.
- Hsieh, H.-F., & Shannon, S. E. (2005). Three Approaches to Qualitative Content Analysis. *Sage Journals*, <https://doi.org/10.1177/1049732305276687>.
- Imas, M., & Nauri, A. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan (2018 ed)*. BPPSDM Kesehatan.
- International Agency for Research on Cancer (IARC). (2012). *Estimated cancer incidence, mortality, and prevalence world wide 2012*. GLOBOCAN 2012.
- Joanna Briggs Institue. (2020). Manual for Evidence Synthesis JBI Manual for Evidence Synthesis . <https://doi.org/10.46658/jbi-mes-20-01>.
- Johnson, O. (2019). Awareness and Practice of Breast Self Examination among Women in Different African Countries: A 10-Year Review of Literature. *Nigerian Medical Journal*, 219-225.
- Kebede, N., Mekonen, A., Mihiretu, M., Tsega, Y., Addisu, E., Cherie, N., . . . Ayele, F. (2023). The efficacy of theory of planned behavior to predict

- breast self-examination among women: systematic review and meta-Analysis. *Health Psychology and Behavioral Medicine*.
- Kemenkes RI. (2014). *Buletin Jendela, Data dan informasi Kesehatan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes RI. (2014). *Undang-Undang RI No. 36 Tentang Tenaga Kesehatan*. Jakarta : Kemenkes RI.
- Kemenkes RI. (2015, April 21). *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*. Retrieved Januari 21, 2021, from www.p2ptm.kemkes.go.id: <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjDz8QFjADegQIAhAC&url=http%3A%2F%2Fp2ptm.kemkes.go.id%2Fuploads%2F2016%2F10%2FPanduan-Program-Nasional-Gerakan-Pencegahan-dan-Deteksi-Dini-Kanker>
- Tuzcu, A., Bahar, Z., & Gozum, S. (2016). Effect of Interventions Based on Health Behavior Models on Breast Cancer Screening Behaviors of Migrant Women in Turkey. *Cancer Nursing*, 40-50.
- Vaismoradi, M., Turunen, H., & Bondas, T. (2013). Content analysis and thematic analysis: Implications for conducting a qualitative descriptive study. *Nursing & Health Science*, 398-405.
- Wager, E., & Wiffen, P. J. (2011). Ethical issues in preparing and publishing systematic reviews. *Journal of Evidence-Based Medicine*, 130-134.
- Wahidin, M., Sabrida, H., Tehuteru, E. S., & Wiradinata, A. (2015). *Situasi Penyakit Kanker*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- White, S., Schmidt, W., Sahanggamu, D., Fatmaningrum, D., Liere, M. V., & Curtis, V. (2016). Can gossip change nutrition behaviour? Results of a mass media and community-based intervention trial in East Java, Indonesia. *Tropical Medicine and International Health*, doi:10.1111/tmi.12660 volume 21 no 3 pp 348-364 .
- WHO. (2020). *Cancer Country Profile*. Retrieved Januari 20, 2021, from www.who.int: https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwj4sL6OwKnuAhVYH7cAHcR9DMAQFjAQegQIDRAC&url=https%3A%2F%2Fwww.who.int%2Fcancer%2Fcountry-profiles%2FIDN_2020.pdf%3Fua%3D1&usg=AOvVaw2y5LdgFa-NLI97jMH7hiX6