

PENGARUH METODE PEMBELAJARAN TUTOR SEBAYA TERHADAP KEMAMPUAN SADARI (PEMERIKSAAN PAYUDARA SENDIRI) PADA REMAJA PUTRI

Gema Alya Salsabila^{1*}, Diana Noor Fatmawati¹, Evi Dwi Prastiwi²
S1 Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Maharani Kota Malang¹
D3 Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Maharani Kota Malang²
*Corresponding Author: alyasalsa@gmail.com

ABSTRAK

SADARI adalah prosedur pemeriksaan payudara secara mandiri yang merupakan salah satu upaya untuk mendeteksi risiko kanker payudara sejak awal. SADARI akan lebih efektif jika dilakukan sesegera mungkin, karena 85% perubahan pada payudara biasanya pertama kali terdeteksi oleh individu itu sendiri jika tidak ada skrining massal yang dilakukan. Sel kanker muncul akibat hasil dari mutasi atau perubahan yang tidak normal pada gen. Kanker payudara bisa menyerang siapa saja, terutama wanita. Namun, kesadaran dan sikap wanita terhadap kesehatan payudara masih kurang memadai, sehingga kebanyakan kasus kanker payudara terdeteksi di tahap yang sudah lanjut. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh metode pembelajaran remaja terhadap kemampuan SADARI remaja putri. Metode penelitian yang diterapkan adalah *Pra-Experimental Design* dengan pendekatan *One Group Pretest-Post Test*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah simple random sampling, dengan total sampel sebanyak 62 responden remaja putri yang memenuhi kriteria inklusi. Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri). Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukan metode pembelajaran sebaya tentang pemeriksaan payudara sendiri didapatkan 100% responden mampu melakukan SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri) dalam Uji Wilcoxon *signed rank test* dengan $\alpha = 0,05$, diperoleh nilai *Sig. (2 tailed)* sebesar 0,000. Karena nilai tersebut lebih kecil dari 0,05, maka H_0 ditolak, yang menunjukkan bahwa metode pembelajaran sebaya berpengaruh terhadap kemampuan SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri) pada remaja putri.

Kata kunci: metode pembelajaran sebaya, remaja, SADARI,

ABSTRACT

Breast self-examination procedure that is one of the efforts to detect the risk of breast cancer early on. Breast self-examination will be more effective if done as soon as possible, because 85% of changes in the breast are usually first detected by the individual themselves if there is no mass screening. Cancer cells arise as a result of mutations or abnormal changes in genes. Breast cancer can affect anyone, especially women. However, women's awareness and attitude towards breast health is still inadequate, so most cases of breast cancer are detected at an advanced stage. The purpose of this study was to determine the effect of learning methods on the Breast self-examination skills of adolescent girls. The research method applied was a Pre-Experimental Design with a One Group Pretest-Post Test approach. The sampling technique used was simple random sampling, with a total sample of 62 adolescent female respondents who met the inclusion criteria. The research instrument used was the Breast self-examination observation sheet. The results showed that after peer learning methods on self-breast examination were implemented, 100% of respondents were able to perform Breast self-examination. In the Wilcoxon signed rank test with $\alpha = 0.05$, a Sig. (2 tailed) value of 0.000 was obtained. Since this value is less than 0.05, H_0 is rejected, indicating that the peer teaching method has an effect on the breast self-examination skills of adolescent girls.

Keywords: Adolescents, Breast self-examination, Peer teaching

PENDAHULUAN

Penyakit kanker payudara merupakan salah satu penyakit kanker yang berkontribusi tinggi pada prevalensi kanker wanita. Wanita muda bisa terserang kanker ini seiring dengan fisiknya yang terus berkembang. Terdapat banyak faktor risiko seperti jenis kelamin, usia, estrogen, genetik, mutasi gen, dan gaya hidup tidak sehat yang dapat meningkatkan resiko kanker payudara (Sun et al., 2017). Kanker payudara terjadi akibat kehilangan pengendalian atau pertumbuhan sel payudara yang seharusnya mengalami apoptosis, sehingga sel-sel tersebut terus berkembang secara berlebihan (Id & Chaudhry, 2019). Sel kanker muncul akibat hasil dari mutasi atau perubahan yang tidak normal pada gen. Kanker payudara bisa menyerang siapa saja, terutama wanita. Namun, kesadaran dan sikap wanita terhadap kesehatan payudara masih kurang memadai, sehingga kebanyakan kasus kanker payudara terdeteksi di tahap yang sudah lanjut (Juliana, 2024).

Pada tahun 2024, jumlah perempuan usia 30–50 tahun di Provinsi Jawa Timur yang telah menjalani deteksi dini kanker payudara tercatat sebanyak 2.995.992 orang atau setara dengan 46,1% dari total wanita usia subur di kelompok usia tersebut (Dinkes Provinsi Jawa Timur, 2024). Dari pemeriksaan tersebut, ditemukan benjolan pada 6.638 orang (0,2%). Dari semua kasus kanker payudara, 70% di antaranya sudah dalam tahap lanjut ketika terdeteksi.

SADARI adalah pemeriksaan payudara secara mandiri yang berfungsi sebagai salah satu upaya untuk mendeteksi secara dini risiko kanker payudara. Proses SADARI akan lebih efektif jika dilakukan sesegera mungkin, karena 85% dari kelainan yang terjadi pada payudara biasanya pertama kali terdeteksi oleh penderita itu sendiri jika penapisan secara massal tidak dilakukan (Bse, 2023). Berdasarkan hasil studi pendahuluan di salah satu pondok pesantren di Kabupaten Malang peneliti mendapatkan informasi bahwa hanya 10% santri yang pernah melakukan pemeriksaan payudara (SADARI) sebelumnya dan mereka tidak melakukannya secara rutin bahkan waktu pelaksanaannya kurang tepat. Pendidikan kesehatan tentang SADARI sangat penting terutama pada masa usia subur terutama remaja sebagai deteksi dini pencegahan kanker payudara.

Masa remaja dianggap sebagai masa penting di mana cara berperilaku seumur hidup mulai terbentuk. Perilaku kesehatan yang dibelajarkan saat masih remaja terus berlanjut hingga usia tua. Remaja perempuan merupakan kelompok yang penting untuk mendeteksi kanker payudara secara dini dan pengembangan target (Irawati, Kirana, et al. 2024). Semakin banyak remaja yang sadar akan kanker payudara, kemungkinan besar akan membentuk kebiasaan perlindungan dan pencegahan yang berlangsung sepanjang hidup mereka. Sesuai dengan perkembangan sosial remaja cenderung dilakukan secara berkelompok. Mereka akan memperoleh dukungan emosional dan sosial serta menjadi lebih independen dalam bertanggung jawab dari teman maupun kelompok sebayanya (Rahmawati et al., 2025). Pembelajaran kelompok dapat dilakukan dengan melibatkan siswa sebagai tutor, di mana siswa yang memiliki keunggulan di suatu bidang akan mengajarkan topik tertentu kepada teman-temannya. Begitupula hasil penelitian Salamah (2018) dilakukan pelatihan tutor di kelas 12 sehingga telah terbentuk tutor mandiri menunjukkan hasil bahwa adanya kemandirian yang bermakna setelah dilakukan pelatihan dalam perawatan organ reproduksi salah satunya SADARI di Pondok pesantren di Kabupaten Malang. Melalui adanya tutor akan terbentuk tutee bisa dilakukan metode pembelajaran yang disebut *peer teaching*. *Peer teaching* adalah pembelajaran aktif dimana metode ini mengajak siswa untuk belajar dengan teman sebayanya sehingga siswa lebih paham dengan materi yang diajarkan oleh temannya sendiri. Hasil penelitian terbaru menunjukkan bahwa 96,2% remaja menganggap teman sebaya sebagai sumber informasi utama yang paling nyaman, di mana diskusi kelompok secara daring terbukti efektif dalam mempercepat pemahaman mengenai hak-hak kesehatan reproduksi (Putri, 2025). Pendidikan kesehatan melalui metode ini diharapkan dapat menjadi upaya dalam meningkatkan SADARI bagi remaja putri di Kabupaten Malang. Selain itu, didapatkan informasi bahwa

remaja putri di lokasi penelitian belum pernah menerima pendidikan tentang kesehatan SADARI dari para tenaga kesehatan. Menyadari pentingnya SADARI bagi remaja maka peneliti tertarik untuk meneliti “Pengaruh Metode Pembelajaran Sebaya terhadap Kemampuan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) Remaja Putri”.

METODE

Penelitian ini menerapkan metode kuantitatif dengan desain pra-eksperimental, menggunakan pendekatan *One Group Pretest-Post Test*. Jumlah populasi yang terlibat dalam penelitian ini adalah 73 orang, yang terdiri dari remaja putri berusia 17-18 tahun di sebuah pondok pesantren di Kabupaten Malang. Dari populasi tersebut sejumlah 62 orang siswi menjadi responden penelitian dengan kriteria inklusi belum pernah mengikuti pelatihan tutor, sudah mengalami menstruasi dan bersedia menjadi responden.

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan kuesioner dan lembar observasi. Dalam jenis penelitian ini, dilakukan *pretest* sebelum perlakuan diberikan untuk memperoleh hasil yang lebih akurat. Setelah itu, kelompok yang diteliti akan menerima perlakuan, dan hasilnya akan diobservasi. Pada penelitian ini maka akan dilakukan dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) menggunakan metode pembelajaran sebaya serta menilai perbedaan tingkat kemampuan remaja putri dalam melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) sebelum dan sesudah diberi metode pembelajaran tutor sebaya. Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji Wilcoxon.

HASIL

Karakteristik Responden Berdasarkan Rentang Usia

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Usia Remaja Putri

Usia	Frekuensi (f)	Persentase (%)
17 tahun	45	72%
18 tahun	17	27%
Jumlah	62	100

Tingkat kemampuan sebelum pembelajaran tutor sebaya

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Kemampuan sebelum dilakukan Metode Pembelajaran Tutor Sebaya pada Remaja Putri

Kriteria	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Mampu	0	0%
Tidak Mampu	62	100%
Jumlah	62	100

Berdasarkan tabel 3 dapat dijelaskan bahwa 100% remaja putri di salah satu Pondok Pesantren Kabupaten Malang tidak mampu melakukan SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri).

Tingkat Kemampuan Sesudah Pembelajaran Metode Tutor Sebaya

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Kemampuan Sebelum dilakukan Metode Pembelajaran Tutor Sebaya pada Remaja Putri

Kriteria	Frekuensi	Persentase
----------	-----------	------------

	(f)	(%)
Mampu	62	100%
Tidak Mampu	0	0%
Jumlah	15	100

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa setelah dilakukan *peer teaching* 100% remaja putri di salah satu Pondok Kabupaten Malang mampu melakukan SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri).

Tabulasi Silang Kemampuan Responden Sebelum dan Sesudah Dilakukan Metode Pembelajaran Tutor Sebaya pada Remaja Putri

Tabel 4. Tabulasi Silang Kemampuan Responden Sebelum dan Sesudah Dilakukan *Peer Teaching* pada Remaja Putri

No	Perlakuan	Kemampuan				Total		Uji Wilcoxon
		Mampu		Tidak Mampu		f	%	
		f	%	f	%			
1	Sebelum	0	0	62	100	100	100	nilai Sig. (2 tailed) (0,000)
2	Sesudah	62	100	0	0	0	100	
	Jumlah	62	50	62	50	100	100	

Hasil tabel 5 yang didapatkan oleh peneliti diperoleh dari penilaian lembar observasi responden dalam melakukan SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri), diketahui bahwa sebelum diberikan metode pembelajaran tutor sebaya seluruhnya tidak mampu melakukan SADARI (100%), sedangkan kemampuan responden setelah diberikan metode pembelajaran tutor sebaya seluruhnya mampu melakukan SADARI (100%). Berdasarkan analisis menggunakan uji Wilcoxon dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0.05$ dan jumlah sampel sebanyak 62, diperoleh nilai *Sig. (2-tailed)* sebesar 0,000, yang lebih kecil (<) dari 0.05. Oleh karena itu, H_0 ditolak, yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh metode pembelajaran tutor sebaya terhadap kemampuan SADARI pada remaja putri.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum penerapan metode pembelajaran tutor sebaya, seluruh responden (100%) tidak dapat melakukan SADARI (pemeriksaan payudara sendiri). Beberapa faktor yang mempengaruhi kemampuan responden mencakup keyakinan dan nilai-nilai keterampilan, pengalaman, karakteristik kepribadian, motivasi, serta kemampuan intelektual. Ketidakmampuan remaja putri dalam melakukan SADARI disebabkan karena kurangnya pengalaman remaja mendapat pengetahuan tentang informasi kesehatan reproduksi yang disebabkan kurangnya akses informasi kesehatan di pondok pesantren. Pengalaman sangat berperan dalam menjalankan tugas, karena memberikan pembelajaran yang konkret dan lebih mudah diingat (Vitalita et al., 2025)

Setiap responden mengalami perubahan kemampuan yang signifikan terhadap pelaksanaan SADARI. Hal ini didapatkan peneliti bahwa kemampuan setelah diberikan tutor sebaya seluruhnya mampu 100%. Proses pada remaja putri tidak terlepas dari umur responden yaitu 17-18 tahun yang termasuk remaja akhir dengan karakteristik pengungkapan kebebasan diri mereka. Apabila seorang remaja dapat mengungkapkan kebebasan dirinya dengan hal yang positif maka akan yakin dengan dirinya sendiri sehingga dapat meningkatkan kemampuannya dalam melakukan sesuatu. Selain itu, timbul proses berpikir kemudian mempraktekan apa yang diketahui setelah memperoleh pelajaran tutor sebaya terhadap kemampuan SADARI. Penelitian lain menyatakan bahwa metode pendidik sebaya untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi di kalangan remaja lebih berhasil karena ketika menyampaikan pesan-

pesan sensitif, seperti isu-isu seksual, remaja cenderung merasa lebih nyaman berdiskusi dengan teman sebayanya mengenai topik-topik yang mereka anggap tabu (Siahaan, 2023). Sehingga melalui metode tutor sebaya remaja putri di pondok pesantren merasa lebih nyaman dan lebih kooperatif karena yang menyampaikan informasi yaitu teman yang telah dikenal sehari-hari.

Hasil pengujian hipotesis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$ menunjukkan nilai *Sig. (2 tailed)* sebesar 0,000, yang lebih kecil dari 0,05, sehingga H_0 ditolak, maka ada pengaruh tutor sebaya terhadap kemampuan remaja putri. Sesuai dengan karakteristik responden yang berada pada masa remaja akhir dengan ciri yang dapat mendukung tingkat kemampuan remaja putri. Selain itu remaja putri ini seluruhnya berada di tingkat Madrasah Aliyah sehingga mereka mudah memahami informasi kesehatan yang didapatkannya.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Kusyani et al., (2025) tutor sebaya dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam mendengarkan, berkonsentrasi, dan memahami materi pelajaran dengan cara yang lebih bermakna, karena penjelasan yang diberikan menggunakan bahasa yang lebih dekat dengan mereka. Dalam proses ini, tutor sebaya menerapkan pendekatan kolaboratif, bukan kompetitif. Siswa yang berpartisipasi dalam program tutor sebaya akan merasa bangga dengan peran mereka dan belajar dari pengalaman tersebut, yang pada gilirannya membantu memperkuat pemahaman yang telah mereka raih serta tanggung jawab yang diemban. Saat belajar dengan teman sebaya, siswa juga mengasah keterampilan mendengarkan, konsentrasi, dan pemahaman materi dengan cara yang lebih relevan. Penjelasan yang diberikan oleh tutor sebaya cenderung lebih efektif dibandingkan yang disampaikan oleh guru. Siswa melihat masalah dengan perspektif yang berbeda dari orang dewasa dan cenderung menggunakan bahasa yang lebih akrab.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa sebelum dilaksanakan pelatihan sebaya mengenai pemeriksaan payudara sendiri, seluruh responden (100%) tidak dapat melakukan SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri). Setelah pelatihan sebaya tersebut, seluruh responden (100%) berhasil melakukan SADARI. Hasil uji hipotesis menggunakan Uji *Wilcoxon signed rank test* menunjukkan bahwa H_0 ditolak, yang berarti ada pengaruh positif dari metode pembelajaran sebaya terhadap kemampuan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) remaja putri di salah satu pondok pesantren Kabupaten Malang.

DAFTAR PUSTAKA

- Bse, B. S. (2023). *Hubungan Pengetahuan dengan Sikap SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri) pada Remaja Putri The Correlation between Knowledge and Attitudes Young Women about Breast Self-Examination (BSE)*. 6(September), 146–151.
- Dinkes Provinsi Jawa Timur. (2024). *Profil Kesehatan Jawa Timur 2024*. Surabaya. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur.
- Erwin, P., Triyono, A., Pd-kpti, S., Yoto, M., Sekretaris, M. K., Kesehatan, D., Jawa, P., Pudjiati, L., Kes, S. T. M. M., Haripi, S., Km, S., & Kes, M. (n.d.). *Profil Kesehatan Jawa Timur 2024*.

- Id, R. J., & Chaudhry, G. (2019). Understanding Apoptosis and Apoptotic Pathways Targeted Cancer Therapeutics. *Tabriz University of Medical Sciences*, 7(3), 113–117. <https://doi.org/10.15171/jcvtr.2015.24>
- Juliana, N. (2024). *The Relationship Between Knowledge And Attitudes Of Young Women Towards Self-Breast Examination (Sadari)*. 3(1), 29–36.
- Kusyani, A., Ners, S. P., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Jombang, H. (2025). *EDUKASI SADARI Deteksi Dini kanker payudara pada remaja*. 2(2), 7–11.’
- Putri, A. (2025). Enhancing adolescent knowledge and attitudes : the impact of peer mentorship on sexual and reproductive health in senior high school , Batam. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, 37(6), 371–378. <https://doi.org/10.1515/ijamh-2025-0071>
- Rahmawati, D. A., Nasrum, E. K., Zakiah, V., & Jingsung, J. (2025). *TOFEDU : The Future of Education Journal The Improvement of Adolescents ' Knowledge on Reproductive Health Through Health Counseling*. 4(2), 555–560.
- Salamah, A. (2018). *Pengaruh Pelatihan Tutor tentang Perawatan Organ Reproduksi terhadap Kemandirian Tutor pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Al-Ittihad Poncokusumo Kabupaten Malang*. 2018. https://perpustakaan.poltekkes-malang.ac.id/assets/file/kti/1402450041/5.ABSTRAK_.pdf
- Siahaan, I. A. (2023). PENGARUH METODE PEER EDUCATOR TERHADAP PENGETAHUAN KESEHATAN REPRODUKSI PADA REMAJA DI SMA NEGERI 6 KOTA PADANGSIDIMPUAN TAHUN 2023. *Universitas Aufa Royhan*.
- Sun, Y., Zhao, Z., Yang, Z., Xu, F., Lu, H., Zhu, Z., & Shi, W. (2017). *Risk Factors and Preventions of Breast Cancer*. 13. <https://doi.org/10.7150/ijbs.21635>
- Vitalita, B., Dwi, A., Hayu, P., Tyas, P., & Dharma, U. S. (2025). *JUBIKOPS : Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DAN STATUS PENCAPAIAN IDENTITAS DIRI PADA REMAJA*. 5(September), 185–198.