

EFEKTIVITAS PENYULUHAN KESEHATAN MELALUI VIDEO ANIMASI TERHADAP PENGETAHUAN TENTANG PEMILIHAN BRA DAN PERILAKU SADARI

*Siti Nur Habibah¹, Syahrul Ramadhan², Nunik Puspitasari³

¹Departemen Epidemiologi, Biostatistika, Kependudukan, dan Promosi Kesehatan,
Prodi Kesehatan Masyarakat, Sekolah Ilmu Kesehatan dan Ilmu Alam

²Departemen Kesehatan Lingkungan, Prodi Kesehatan Masyarakat,
Sekolah Ilmu Kesehatan dan Ilmu Alam

³Departemen Epidemiologi, Biostatistika, Kependudukan, dan Promosi Kesehatan,
Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga

ABSTRAK

Perawatan kesehatan payudara sesuai dengan fase perkembangannya penting dilakukan dengan melakukan pemilihan bra yang tepat dan melakukan pencegahan penyakit sedini mungkin melalui perilaku SADARI. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui efektivitas media video animasi dalam meningkatkan pengetahuan siswi SMP Ma'arif Kebunrejo Genteng tentang pemilihan bra dan perilaku SADARI. Desain penelitian ini eksperimental dengan intervensi melalui video animasi. Populasi penelitian adalah siswa kelas 7 dan 8 SMP Ma'arif Kebunrejo Genteng yang berjumlah 112 siswa dan sampel 87 siswa. Variabel penelitian yaitu pengetahuan terkait pemilihan bra dan pengetahuan terkait perilaku SADARI. Pengukuran pengetahuan menggunakan pretest dan posttest yang terdiri dari 20 pertanyaan. Teknis analisis data menggunakan *paired t-test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kategori pengetahuan sebelum intervensi sebanyak 26 (29,9%) baik, 55 (63,2%) cukup, dan 6 (6,9%) buruk. Kategori pengetahuan setelah intervensi sebanyak 72 (82,8%) baik, 14 (16,1%) cukup, dan 1 (1,1%) buruk. Rata-rata pengetahuan siswa tentang pemilihan bra dan perilaku SADARI sebelum diberikan intervensi adalah 14,34 dan sesudah diberikan intervensi menjadi 17,02. Berdasarkan *paired t-test* menunjukkan hasil $p = 0,000$ yang artinya terdapat perbedaan tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Kesimpulannya, media video animasi terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan responden tentang pemilihan bra dan perilaku SADARI.

Kata Kunci

Perilaku SADARI, Pemilihan Bra, Penyuluhan, Video Animasi

ABSTRACT

Breast health care according to the phase of its development is important for selecting the right bra and preventing disease as early as possible through BSE behavior. The purpose of this study was to determine the effectiveness of animated video media in increasing the knowledge of Ma'arif Kebunrejo Genteng Middle School students about bra selection and BSE behavior. The research design was experimental, with an intervention through animated videos. The study population consisted of students in grades 7 and 8 of the SMP Ma'arif Kebunrejo Genteng, totaling 112 students and a sample of 87 students. The research variables were knowledge related to choosing a bra and knowledge related to BSE behavior. Knowledge was measured using the pretest and posttest, which consists of 20 questions. Technical data analysis was performed using a paired t-test in SPSS. The results showed that the categories of knowledge before the intervention were 26 (29.9%) good, 55 (63.2%) sufficient, and 6 (6.9%) bad. The knowledge category After the intervention, 72 (82.8%) were good, 14 (16.1%) were sufficient, and 1 (1.1%) was bad. The average student knowledge about choosing a bra and BSE behavior before being given an intervention was 14.34 and after being given an intervention it was 17.02. Based on the paired t-test, the results showed a p-value of 0.000, which means that there were differences in the level of students' knowledge before and after the intervention was given. In conclusion, animated video media proved effective in increasing respondents' knowledge about bra selection and BSE behavior.

Keywords

BSE behavior, selecting bra, counseling, animation video

Received : 25 Mei 2023

Revise : 16 Juni 2023

Accepted : 21 Juli 2023

Correspondence*: Siti Nur Habibah

Sekolah Ilmu Kesehatan dan Ilmu Alam

Email: siti.nur.habibah-2019@fkm.unair.ac.id

Pendahuluan

Remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Pada masa remaja terdapat sebuah peristiwa yang akan dialami yaitu masa pubertas. Masa pubertas akan dialami oleh remaja laki-laki maupun perempuan. Remaja perempuan lebih cepat mengalami pubertas dibandingkan laki-laki. Pada remaja perempuan, ciri utama yang menandai seorang remaja memasuki masa pubertas adalah menstruasi pertama atau biasanya disebut menarche.¹ Selain itu, masa pubertas pada perempuan juga akan ditandai dengan beberapa pertumbuhan dan perkembangan fisiologis tubuh salah satunya yaitu ukuran payudara menjadi lebih besar.

Perkembangan pada payudara terjadi secara bertahap. Tahapan perkembangan payudara terjadi dalam 5 tahapan.² Tahap pertama, disebut prapubertas dimana ukuran payudara masih belum berkembang dan hanya terlihat gundukan puting saja. Pada tahap kedua, mulai muncul kuncup payudara namun ukurannya masih kecil. Pada tahap ketiga, ukuran payudara mulai membesar dan mulai muncul areola. Areola adalah area di sekitar puting yang berwarna lebih gelap. Pada tahap keempat, terjadi pembesaran lanjutan pada payudara, disertai areola dan puting yang mulai menonjol menunjukkan gundukan sekunder. Pada tahap kelima, payudara sudah seperti ukuran payudara orang dewasa dimana areola sudah dalam kontur yang sama dengan payudara dan hanya puting yang terlihat lebih menonjol. Setiap tahapan perkembangan payudara menunjukkan ukuran dan ciri yang berbeda, oleh karena itu perawatan pada payudara perlu dibedakan dalam setiap tahapnya. Salah satu proses perawatan payudara adalah dengan pemakaian bra yang disesuaikan dengan perkembangan ukuran payudara.

Bra memiliki beberapa fungsi, diantaranya untuk menutupi puting, menunda payudara kendor payudara, mengurangi guncangan yang akan menghasilkan rasa sakit dan tidak nyaman, membantu mengontrol produksi keringat pada bagian bawah payudara, menjadi bagian dari *fashion* atau gaya, serta mencegah sakit punggung dan masalah pada tulang belakang bagi wanita yang memiliki ukuran payudara besar.³ Sehingga penting untuk memperhatikan pemilihan bra sesuai dengan perkembangan payudara.

Sebagian besar perempuan masih salah dalam melakukan pemilihan bra. Beberapa kesalahan yang umum dilakukan perempuan dalam pemilihan bra diantaranya adalah tidak pernah merubah ukuran bra,

salah dalam memilih bra, salah saat membeli dan memakai bra, dan tidak pernah membeli bra baru.⁴ Kesalahan perempuan dalam pemakaian bra tidak hanya dialami oleh remaja Indonesia. Berdasarkan penelitian yang dilakukan di *Victoria University* pada remaja berusia 18-26 tahun menyatakan bahwa 80% wanita mengalami kesalahan dalam pemakaian bra, 70% memakai bra terlalu kecil, dan 10% memakai bra terlalu besar.⁵

Pemilihan bra yang salah akan berdampak buruk terhadap kesehatan. Payudara yang mulai tumbuh dapat terganggu pertumbuhannya ketika tidak mendapatkan penyangga atau penopang yang sesuai.³ Penelitian lain yang dilakukan oleh Wakefield-Scurr menyatakan bahwa bra yang tidak sesuai ukuran dan tidak memberikan penyangga yang tepat dapat menyebabkan nyeri payudara, kerusakan kulit payudara yang ditandai *stretch mark*.⁶ Kesalahan dalam pemilihan bra terjadi karena kurangnya informasi mengenai pemilihan bra yang tepat.

Kesehatan payudara tidak terbatas hanya pada pemakaian bra yang tepat. Pada perempuan, terdapat penyakit yang dapat menyerang payudara yaitu kanker payudara. Berdasarkan data dari Komite Penanggulangan Kanker Nasional,⁷ kanker payudara merupakan kanker yang paling banyak ditemukan pada pasien di rumah sakit di Indonesia yaitu sebesar (28.7%). Berdasarkan data Kemenkes RI 2022, Kanker payudara di Indonesia menduduki peringkat pertama pada jumlah terbanyak kasus kanker, dan menyumbang penyebab kematian pertama akibat kanker.⁸ Berdasarkan data dari WHO tahun 2020, kanker payudara dialami oleh 2,3 juta perempuan di seluruh dunia.⁹ Berdasarkan data GLOBOCAN 2020, kanker payudara menduduki kasus kanker pertama pada perempuan dengan jumlah mencapai 24,5% dari seluruh kasus kanker pada perempuan seluruh dunia.¹⁰ Sedangkan di Indonesia, menurut data GLOBOCAN 2020, jumlah kasus baru kanker payudara mencapai 16,6% dari total kasus baru penyakit kanker.⁸

Kanker payudara dapat menyerang perempuan dari berbagai usia termasuk remaja. Kanker payudara dapat diketahui awal kemunculannya melalui tumor payudara dimana ketika tumor dibiarkan maka akan menjadi kanker. Ditemukan 11,3% wanita mengalami kanker payudara di usia muda, yaitu di umur kurang dari 40 tahun. Dari kategori tersebut, diturunkan kembali berdasarkan kategori usia 5 tahunan dan ditemukan 4,1% wanita

mengalami kanker payudara di usia kurang dari 25 tahun atau pada usia remaja.¹¹ Melihat fenomena munculnya kanker payudara pada remaja, perlu dilakukan edukasi untuk melakukan pencegahan pada kanker payudara. Upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah kanker payudara yaitu dengan deteksi dini kanker payudara melalui Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). SADARI dilakukan untuk menemukan secara dini benjolan atau kelainan pada payudara. Dengan melakukan SADARI yang benar dan rutin, sebanyak 85% kanker payudara bisa ditemukan oleh penderita sendiri.¹² Pendidikan kesehatan tentang SADARI terbukti secara signifikan dapat meningkatkan perilaku SADARI responden.¹³

Kesehatan pada payudara penting untuk diperhatikan karena akan berdampak terhadap kesehatan tubuh secara utuh. Upaya yang dapat dilakukan untuk menjaga kesehatan payudara yaitu dengan melakukan pemilihan bra yang tepat sesuai perkembangan payudara dan meningkatkan perilaku SADARI untuk mendeteksi secara dini benjolan atau kelainan pada payudara. Sehingga penting untuk dilakukan edukasi menjaga kesehatan payudara dengan pemilihan bra dan perilaku SADARI pada remaja.

Pendidikan kesehatan dapat diberikan melalui berbagai macam cara dan media. Salah satu media yang efektif digunakan untuk meningkatkan pengetahuan pada pendidikan kesehatan yaitu media video animasi. Berdasarkan *systematic review* yang dilakukan oleh Knapp *et al*, menyatakan bahwa 8 dari 10 penelitian menunjukkan hasil peningkatan pengetahuan yang signifikan karena penyuluhan menggunakan media video animasi.¹⁴ Penelitian lain yang dilakukan oleh Febriani dkk, tentang dampak penyuluhan menggunakan video pada remaja tentang SADARI menunjukkan hasil video terbukti efektif berpengaruh terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja dalam melakukan SADARI.¹⁵

Payudara mulai tumbuh seiring dengan terjadinya pubertas pada remaja putri. Masa pubertas umum terjadi ketika remaja putri menduduki bangku sekolah menengah pertama (SMP). Oleh karena itu, edukasi menjaga kesehatan payudara dengan pemilihan bra yang tepat dan perilaku SADARI dilakukan di SMP Ma'arif Kebunrejo, Kecamatan Genteng, Kabupaten Banyuwangi, Provinsi Jawa Timur. Hal ini karena seluruh siswa di SMP Ma'arif Kebunrejo Genteng berjenis kelamin perempuan. Edukasi menjadi tepat sasaran dan lebih mudah ketika

melakukan pengkondisian kelas. Tujuan dari penulisan artikel ini untuk menganalisis perbedaan tingkat pengetahuan siswa SMP Ma'arif Kebunrejo tentang pemilihan bra dan perilaku SADARI sebelum dan sesudah mendapatkan penyuluhan melalui video animasi.

Metode

Penelitian dilakukan dengan metode eksperimen yaitu memberikan intervensi langsung kepada responden. Penelitian ini merupakan bagian dari kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi kesehatan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan kepada responden, sehingga tidak ada kelompok kontrol dalam penelitian ini. Semua responden mendapatkan intervensi yang sama. Intervensi dilakukan dengan cara memberikan sosialisasi secara langsung kepada responden dalam bentuk melihat bersama penayangan video animasi yang berisi edukasi pengenalan bra dan perilaku SADARI.

Video terbagi menjadi dua, video pertama berisi edukasi pengenalan bra dengan durasi 4 menit 47 detik dan video kedua berisi edukasi perilaku SADARI dengan durasi 7 menit 49 detik. Video disajikan dalam bentuk animasi, yaitu gambar yang bergerak dengan tokoh kartun sehingga menarik untuk ditonton oleh remaja SMP dan menggunakan bahasa sederhana yang mudah dipahami. Durasi video juga cukup singkat sehingga tidak membuat penonton jenuh. Video dapat diakses pada dua tautan yaitu penggunaan bra pada tautan https://www.instagram.com/p/CfOLE_kF2KO/?utm_source=ig_web_copy_link&igshid=MzRIODBiNWFIZA==, dan perilaku SADARI pada tautan https://www.instagram.com/p/CfbaEXDIE6J/?utm_source=ig_web_copy_link&igshid=MzRIODBiNWFIZA==.

Sebelum melihat video tersebut, responden diminta mengisi *pre test* untuk mengetahui tingkat pengetahuan responden sebelum mendapatkan sosialisasi. Selanjutnya setelah melihat video animasi, responden diminta mengisi *post test* dengan pertanyaan yang sama untuk mengetahui tingkat pengetahuan responden setelah diberikan intervensi. Penelitian ini dilakukan di SMP Ma'arif Kebunrejo, Kecamatan Genteng, Kabupaten Banyuwangi pada bulan Juni tahun 2022. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa kelas 7 dan 8 SMP Ma'arif Kebunrejo Genteng Banyuwangi yang berjumlah 112 siswa.

Sampel dihitung menggunakan rumus *simple random sampling* dari Lwanga dan Lemeshow dan didapatkan sebanyak 87 responden.¹⁶ Karena jumlah anggota kelas 7 dan kelas 8 tidak sama, sehingga dilakukan perhitungan proporsi untuk mendapatkan proporsi sampel yang sama dan diperoleh 37 siswa kelas 7 dan 50 siswa kelas 8.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah pengetahuan siswa sebelum dilakukan intervensi, dan variabel dependen adalah pengetahuan siswa setelah dilakukan intervensi. Adapun pertanyaan pengetahuan yang diberikan sebanyak 20 pertanyaan terdiri dari 10 pertanyaan mengenai bra dan 10 pertanyaan mengenai SADARI. Masing-masing jawaban yang benar diberi nilai 1 dan yang salah diberi nilai 0. Skor pengetahuan responden selanjutnya dikategorikan menjadi baik, cukup dan buruk dengan rentang sebagai berikut: baik (skor 76%-100%), cukup (56%-75% dan kurang (< 55%).¹⁷ Penelitian ini telah dilakukan kaji etik dan dinyatakan lulus oleh Komite Etik Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Airlangga dengan nomor sertifikat 284/HRECC.FODM/III/2023. Teknik pengambilan data dilakukan dengan survei. Teknik analisis data dilakukan dengan uji *Paired t-test* menggunakan software SPSS.

Hasil

Penyuluhan dilakukan kepada siswa kelas 7 dan 8 SMP Ma'arif Kebunrejo Genteng. Jumlah responden adalah 87 dengan frekuensi sebagai berikut: Penyuluhan dilakukan menggunakan media video animasi. Sebelum dan sesudah mendapatkan intervensi, responden melakukan pengisian kuesioner yang berisi 20 pertanyaan. Kuesioner digunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan responden tentang pemilihan bra dan perilaku SADARI. Kuesioner terdiri 20 item pertanyaan yang terdiri dari 10 item pertanyaan terkait pemilihan bra dan 10 item pertanyaan terkait perilaku SADARI. Topik pemilihan bra membahas tentang tanda-tanda pubertas pada remaja perempuan, fase perkembangan payudara, dan bra yang tepat sesuai fase perkembangan payudara. Topik perilaku SADARI membahas tentang tujuan, langkah, dan waktu SADARI, faktor risiko kanker payudara, dan perilaku CERDIK.

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan kelas di SMP Ma'arif Kebunrejo Kecamatan Genteng, Kabupaten Banyuwangi, Tahun 2022

Kelas	Jumlah Siswa	Persentase (%)
Kelas 7	37	42,52
Kelas 8	50	57,47
Total	87	100,0

Kuesioner digunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan responden tentang pemilihan bra dan perilaku SADARI. Kuesioner terdiri 20 item pertanyaan yang terdiri dari 10 item pertanyaan terkait pemilihan bra dan 10 item pertanyaan terkait perilaku SADARI. Topik pemilihan bra membahas tentang tanda-tanda pubertas pada remaja perempuan, fase perkembangan payudara, dan bra yang tepat sesuai fase perkembangan payudara. Topik perilaku SADARI membahas tentang tujuan, langkah, dan waktu SADARI, faktor risiko kanker payudara, dan perilaku CERDIK.

Variabel yang dianalisis adalah perbedaan pengetahuan siswa SMP Ma'arif Kebunrejo Genteng sebelum dan sesudah mendapatkan intervensi menggunakan video animasi. Pengetahuan tersebut dikategorikan dan didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden Sebelum Dan Sesudah Mendapatkan Intervensi di SMP Ma'arif Kebunrejo Kecamatan Genteng, Kabupaten Banyuwangi, Tahun 2022

Tingkat Pengetahuan	Sebelum Intervensi		Sesudah Intervensi	
	N	%	N	%
Baik	26	29,9	72	82,8
Cukup	55	63,2	14	16,1
Buruk	6	6,9	1	1,1
Total	87	100,0	87	100,0

Dari tabel 2, diketahui setelah dilakukan intervensi, didapatkan 82,8% memiliki pengetahuan baik, 16,1% pengetahuan cukup, dan hanya 1% memiliki pengetahuan buruk. Dari hasil tersebut diketahui.

mayoritas peserta sudah memiliki pengetahuan yang baik terhadap pemilihan bra dan perilaku SADARI.

Berdasarkan hasil analisis, diperoleh rata-rata pengetahuan siswa SMP Ma'arif Kebunrejo Genteng tentang pemilihan bra dan perilaku SADARI sebelum mendapatkan intervensi adalah 14,34. Artinya rata-rata responden dapat menjawab dengan benar 72% dari keseluruhan pertanyaan. Rata-rata tersebut termasuk kategori cukup. Nilai terendah adalah 10 dan nilai tertinggi 18 dengan standar deviasi sebesar 1,916. Berdasarkan hasil tersebut, diketahui belum ada responden yang menjawab benar 100% dari keseluruhan pertanyaan.

Selanjutnya dilakukan penyuluhan kepada responden melalui video animasi yang terdiri dari 2 video. Video pertama berisi tentang tips memilih bra sesuai dengan fase perkembangan payudara. Video kedua berisi tentang cara melakukan SADARI. Setelah menonton tayangan kedua video tersebut, responden mengisi lembar *post test* untuk mengukur pengetahuan setelah mendapatkan intervensi.

Hasil analisis pengetahuan siswa SMP Ma'arif Kebunrejo Genteng setelah mendapatkan intervensi menggunakan video animasi, diperoleh nilai rata-rata yaitu 17,02. Artinya rata-rata responden berhasil menjawab benar 81% dari keseluruhan pertanyaan. Rata-rata nilai ini termasuk dalam kategori baik. Nilai terendah yaitu 10 dan nilai tertinggi yaitu 20 dengan standar deviasi sebesar 1,798. Berdasarkan hasil tersebut, diketahui sudah ada responden yang menjawab benar 100% dari keseluruhan pertanyaan. Hal ini menunjukkan peningkatan yang cukup signifikan jika dibandingkan dengan hasil pengetahuan responden sebelum diberikan intervensi. Untuk membuktikan hasil tersebut secara statistik, dilakukan uji *paired t-test* dengan tujuan mengetahui adanya perbedaan tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah dilakukan intervensi.

Setelah diuji menggunakan *one sample kolmogorov-smirnov*, menunjukkan hasil $p = 0.02$ untuk hasil nilai sebelum intervensi dan nilai $p = 0.03$ untuk hasil nilai setelah intervensi. Kedua nilai tersebut berada di bawah 0,05 ($<0,05$) artinya data berdistribusi normal. Sehingga dapat dilakukan uji *paired t-test* untuk menganalisis perbedaan tingkat pengetahuan responden sebelum dan setelah mendapatkan intervensi.

Tabel 3. Perbedaan Pengetahuan Responden Sebelum Dan Sesudah Intervensi di SMP Ma'arif Kebunrejo Kecamatan Genteng, Kabupaten Banyuwangi, Tahun 2022

Perlakuan	N	Mean	SD	Nilai p
Sebelum intervensi	87	14,34	1,916	0,000
Sesudah intervensi	87	17,02	1,798	

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 3, diketahui bahwa nilai $p = 0,000 < 0,05$. Dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tingkat pengetahuan siswa SMP Ma'arif Kebunrejo, Kecamatan Genteng, Kabupaten Banyuwangi tentang pemilihan bra dan perilaku SADARI sebelum dan sesudah mendapatkan intervensi melalui video animasi. Artinya media video animasi efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa SMP Ma'arif Kebunrejo, Kecamatan Genteng, Kabupaten Banyuwangi tentang pemilihan bra dan perilaku SADARI.

Pembahasan

Penyuluhan kesehatan merupakan kesempatan dan kombinasi berbagai kegiatan yang berlandaskan prinsip-prinsip belajar guna mencapai suatu keadaan dimana seseorang, keluarga, dan kelompok atau masyarakat secara keseluruhan berkeinginan hidup sehat, melakukan sesuatu yang dapat dilakukan, serta mengetahui bagaimana cara mengatasinya baik secara perseorangan maupun secara kelompok dengan meminta pertolongan.¹⁸ Penyuluhan kesehatan merupakan upaya untuk meningkatkan pemahaman peserta melalui berbagai metode misalnya melalui ceramah ataupun penyebaran informasi melalui berbagai media misalnya poster, leaflet, atau media lainnya.¹⁹ Dalam penelitian ini memfokuskan terkait intervensi tips dalam memilih bra sesuai dengan fase perkembangan payudara dan cara melakukan SADARI.

Berdasarkan hasil penelitian pada siswa SMP Ma'arif Kebunrejo Genteng yang mengikuti penyuluhan sebanyak 87 siswa dengan mayoritas dari kelas 8 sebanyak 50 siswa (57,47%) dan yang berasal dari kelas 7 sebanyak 37 (42,52%) siswa.

Hasil penelitian didapatkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan intervensi terkait video animasi yang berisi edukasi pengenalan bra dan perilaku SADARI (nilai $p=0,000$). Hal ini menunjukkan bahwa video animasi merupakan media yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan siswa SMP Ma'arif Kebunrejo Genteng tentang pemilihan bra dan perilaku SADARI. Sejalan dengan penelitian Aeni dan Yuhandini.²⁰ yang menunjukkan bahwa media dalam bentuk video dan metode demonstrasi terbukti meningkatkan pengetahuan remaja tentang SADARI sebelum dan sesudah intervensi.

Adapun keberhasilan penyuluhan dipengaruhi oleh faktor penyuluh, sasaran, dan proses penyuluhan.¹⁸ Faktor keberhasilan dari penyuluh diantaranya persiapan, penguasaan materi yang akan dipaparkan, penampilan saat melakukan penyuluhan, bahasa yang digunakan, intonasi dan artikulasi suara saat penyuluhan, serta cara menyampaikan materi saat penyuluhan. Disamping itu, pada faktor sasaran diantaranya tingkat pendidikan, pengetahuan, tingkat sosial ekonomi, kepercayaan, dan adat maupun kebiasaan yang sudah dilakukan dan tertanam sehingga sulit untuk mengubahnya, serta kondisi lingkungan.

Pengetahuan yaitu luaran atau hasil keingintahuan melalui proses sensoris terhadap objek tertentu. Selain itu, pengetahuan juga menjadi domain terpenting dalam pembentukan perilaku.²¹ Pada hasil penelitian, tingkat pengetahuan responden sebelum diberikan intervensi tergolong kategori cukup, yaitu berada pada nilai rata-rata 14,34.

Sedangkan pengetahuan setelah diberikan intervensi tergolong kategori baik, yaitu berada pada rata-rata 17,02. Nilai ini menunjukkan peningkatan yang signifikan jika dibandingkan sebelum diberikan intervensi. Selaras dengan penelitian terkait penyuluhan pencegahan kanker payudara melalui video terdapat peningkatan pengetahuan pada siswa salah satunya terkait penggunaan bra.²²

Faktor keberhasilan penyuluhan yang terakhir yaitu proses penyuluhan terdiri dari waktu penyuluhan, tempat penyuluhan, jumlah sasaran penyuluhan, alat yang digunakan, dan metode yang digunakan. Penyampaian informasi dipengaruhi oleh metode dan media yang digunakan dimana metode dan media penyampaian informasi dapat memberikan efek yang signifikan.²³

Pada penelitian ini media yang digunakan yaitu media audio visual berbentuk video animasi dengan total kedua video berdurasi 12 menit 27 detik (pengenalan bra berdurasi 4 menit 47 detik dan perilaku SADARI berdurasi 7 menit 49 detik) yang mana ditampilkan setelah pemberian *pretest*. Video animasi pertama berisi terkait tips dalam memilih bra sesuai dengan fase perkembangan payudara. Sedangkan video kedua berisi tentang cara melakukan SADARI. Media video animasi dinilai cukup baik sebagai media penyuluhan atau pembelajaran karena materi disajikan secara sederhana dan sistematis melalui berbagai ilustrasi yang menarik dan contoh atau praktik langsung yang mudah dipahami oleh peserta sehingga peningkatan pengetahuan dapat tercapai.²⁴ Media video animasi merupakan media dengan tingkat efektivitas cukup tinggi dalam meningkatkan pengetahuan responden pada kegiatan penyuluhan. Sejalan dengan penelitian pada siswa SMAN 2 Banguntapan tentang pengetahuan SADARI, menunjukkan bahwa media audiovisual memiliki nilai peningkatan yang lebih besar daripada media leaflet.²⁵

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami peningkatan tingkat pengetahuan terkait pemilihan bra dan perilaku SADARI. Hal ini karena edukasi dilakukan menggunakan media video animasi, dimana media tersebut merupakan media yang paling banyak disukai oleh responden sehingga responden menyimak dengan seksama. Selain itu, edukasi juga dilakukan secara dua arah dimana responden diminta menjelaskan kembali pesan yang ada di dalam video tersebut untuk mengetahui tersampainya pesan yang ada dalam video kepada responden. Selanjutnya responden diminta mengisi *posttest* untuk mengukur tingkat pengetahuan setelah dilakukan edukasi. Ditemukan 94,3% responden mengalami peningkatan pengetahuan. Selanjutnya dilakukan uji *paired t-test* dan ditemukan hasil nilai $p = 0,000$ yang artinya terdapat perbedaan pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Hal ini menunjukkan bahwa media video animasi efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa SMP Ma'arif Kebunrejo, Kecamatan Genteng, Kabupaten Banyuwangi terkait pemilihan bra dan perilaku SADARI.

Penelitian ini sejalan dengan Mesa dkk., yang menyatakan bahwa edukasi pengetahuan SADARI menggunakan video animasi pada wanita usia subur menunjukkan perbedaan pengetahuan yang signifikan

sebelum dan sesudah diberikan intervensi.¹⁷ Nurfitriani dkk. juga menyatakan hal yang sama, terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan terhadap perilaku SADARI sebelum dan sesudah diberikan intervensi menggunakan video *learning multimedia*.²⁶

Penelitian lain tentang pengetahuan bra, menyatakan hal yang sependapat dengan penelitian ini bahwa pendidikan kesehatan terbukti berpengaruh signifikan terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku tentang payudara. Pengetahuan payudara meliputi nama payudara, anatomi payudara, penyebab dan pencegahan payudara melenting, nyeri payudara dan payudara kendur, ukuran payudara dan perubahan payudara, penopang payudara yang tepat, ukuran bra, kesadaran payudara dan tanda-tanda kanker payudara.²⁷

Kelebihan dari penelitian ini adalah topik terkait pemilihan bra pada remaja putri masih belum banyak dibahas sehingga dapat menjadi sumber referensi baru bagi pembaca dan peneliti lainnya. Untuk mengetahui efektivitas media penyuluhan, dilakukan *pretest* dan *posttest* sehingga menghasilkan data yang valid dan akurat. Metode untuk melakukan intervensi menggunakan video animasi yang menarik dan sesuai dengan minat responden sehingga peningkatan pengetahuan menjadi lebih efektif. Kekurangan dari penelitian ini hanya berfokus pada variabel pengetahuan responden, tidak melakukan analisis dan penelitian lebih lanjut untuk variabel sikap dan perilaku responden terhadap pemilihan bra dan perilaku SADARI. Hal ini dapat menjadi rekomendasi untuk peneliti selanjutnya, dengan melakukan penelitian terkait sikap dan perilaku responden dalam pemilihan bra dan perilaku SADARI.

Kesimpulan

Tingkat pengetahuan responden sebelum diberikan intervensi berada pada kategori cukup. Tingkat pengetahuan responden sesudah diberikan intervensi berada pada kategori baik. Terdapat peningkatan pengetahuan responden tentang pengetahuan pemilihan bra sebelum dan sesudah diberikan intervensi melalui video animasi. Video animasi merupakan media yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan siswa SMP Ma'arif Kebunrejo, Kecamatan Genteng, Kabupaten Banyuwangi tentang pemilihan bra dan perilaku SADARI.

Direkomendasikan kepada pihak sekolah untuk melakukan kerjasama dengan tenaga kesehatan seperti Puskesmas di wilayah kerjanya untuk meningkatkan kegiatan penyuluhan kepada siswa terkait kesehatan payudara. Selain itu, pihak sekolah dan tenaga kesehatan perlu melakukan inovasi dalam upaya meningkatkan pengetahuan responden menggunakan berbagai media yang *up to date* seperti video animasi.

Conflict of Interest

Tidak ada konflik kepentingan dalam penulisan artikel ini.

Authors Contribution

SNH: membuat pendahuluan hingga kesimpulan, SR NP: memantau pembuatan artikel.

Acknowledgment

Penulis berterimakasih kepada semua pihak yang terlibat dalam penyusunan artikel ini.

Daftar Pustaka

1. Shafirir AL, Farland L V., Shah DK, Harris HR, Kvaskoff M, Zondervan K, et al. Risk for and consequences of endometriosis: A critical epidemiologic review. *Best Pract Res Clin Obstet Gynaecol* [Internet]. 2018;51(July):1–15. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.bpobgyn.2018.06.001>
2. Muliani M, Widiyanti IGA, Gede Wardana N, Yuliana Y, Karmaya M. Tahap pertumbuhan dan perkembangan tanda-tanda seks sekunder remaja SMPN 4 Bangli, Desa Pengotan, Kecamatan Bangli. *Med J*. 2017;48(2):75.
3. Mailoa BF, Dektisa A, Arini BD. Pemilihan Miniset , Pengaruhi Pertumbuhan Payudara Anak Metode Perancangan Miniset Karakteristik Anak usia 8-12 Tahun.
4. Simangunsong IMDNB. Perancangan Informasi Mengenai Pemakaian Bra Yang Baik Dan Benar Melalui Media Buku Ilustrasi. Universitas Komputer Indonesia; 2018.
5. Wood K, Cameron M, Fitzgerald K. Breast size, bra fit and thoracic pain in young women: A correlational study. *Chiropr Osteopat*. 2008;16:1–7.
6. Wakefield-Scurr J. Wearing an illfitting bra isn't just uncomfortable, it's bad for your health. University of Portsmouth. 2018.
7. Panigroro S, Hernowo BS, Purwanto H. Panduan Penatalaksanaan Kanker Payudara (Breast Cancer Treatment Guideline). J Kesehat

- Masyarakat [Internet]. 2019;4(4):1–50. Available from:[http://kanker.kemkes.go.id/guidelines/PPK Payudara.pdf](http://kanker.kemkes.go.id/guidelines/PPK_Payudara.pdf)
8. Kemenkes RI. Kanker Payudara Paling Banyak di Indonesia, Kemenkes Targetkan Pemerataan Layanan Kesehatan. www.kemkes.go.id. 2022.
 9. WHO. Breast cancer [Internet]. WHO. 2021. Available from: www.who.int
 10. UICC. GLOBOCAN 2020: New Global Cancer Data | UICC. www.uicc.org. 2020.
 11. Diahpradnya Oka Partini P, Nirvana IW, Anda Tusta Adiputra P. Karakteristik kanker payudara usia muda di Subbagian Bedah Onkologi Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah tahun 2014-2016. *Intisari Sains Medis*. 2018;9(1):76–9.
 12. Yahya ES, Mulawardhana P, Kurniasari N. the Relationship Between Bse Knowledge and Breast Tumor Size During Surgical Center Visit At Unair Hospital. *Indones Midwifery Heal Sci J*. 2022;6(1):66–73.
 13. Husna PH, Handayani S. Efektifitas Pendidikan Kesehatan Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) ditinjau dari Tingkat Keterampilan dan Perilaku SADARI. 7th Univ Res Colloquium. 2018;477–81.
 14. Knapp P, Benhebel N, Evans E, Moe-Byrne T. The effectiveness of video animations in the education of healthcare practitioners and student practitioners: a systematic review of trials. *Perspect Med Educ*. 2022;11(6):309–15.
 15. Febriani AD, Atiqoh N, Efendi RF, Muyassaroh Y. The Influence Of Health Education Using Video “SEMAR LARI” About Breast Examination On Knowledge, Attitude And Behavior In Adolescent Women. *J Midwifery Sci Basic Appl Res*. 2021;3(1):32–9.
 16. Lwanga SK, Lemeshow S, Organization WH. Sample size determination in health studies: a practical manual. World Health Organization; 1991.
 17. Mesa MD, Perwiraningtyas P, Susmini S. Video Animasi sebagai Media Edukasi Pengetahuan SADARI pada Wanita Usia Subur. *JPKM J Profesi Kesehat Masy*. 2021;2(2):103–8.
 18. Effendy OU. Ilmu, Komunikasi Teori dan Praktek Komunikasi. Bandung PT Citra Aditia Bakti. 2015;
 19. Sumarni N, Rosidin U, Sumarna U. PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG JAJANAN SEHAT DI SEKOLAH DASAR NEGERI JATI III TAROGONG KALER GARUT. *Kumawula J Pengabd Kpd Masy* [Internet]. 2020;3(2):289–97. Available from: <http://jurnal.unpad.ac.id/kumawula/index>
 20. Aeni N. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Dan Metode Demonstrasi Terhadap Pengetahuan SADARI. *J Care*. 2018;6(2):162–74.
 21. Donsu J. Psikologi Perawat. Yogyakarta: Pustaka Baru Press; 2017.
 22. Tuti Surtimanah, Marcella L, Sjamsuddin IN. Penyuluhan Pencegahan Kanker Payudara Melalui Video. *Abdi Masada*. 2021;2(1).
 23. Notoatmodjo S. Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. Jakarta: rineka cipta. 2014;193.
 24. Sukarini K, Manuaba IBS. Pengembangan Video Animasi Pembelajaran Daring Pada Mata Pelajaran IPA Kelas VI Sekolah Dasar. *J Edutech Undiksha*. 2021;9(1):48–56.
 25. Janah NM, Timiyatun E. Perbandingan Efektivitas Pendidikan Kesehatan Dengan Media Leaflet Dan Audio Visual Dalam Meningkatkan Pengetahuan Remaja Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). *J Keperawatan Terpadu (Integrated Nurs Journal)*. 2020;2(2):80.
 26. Nurfitriani. Pengaruh Promosi Kesehatan Dengan Vidio Learning Multimedia Terhadap Pengetahuan Dengan Sadari Di Kecamatan Rappocini Kota Makassar. *J Muslim Community Heal*. 2020;1(3):123–9.
 27. Omrani A, Wakefield-Scurr J, Smith J, Wadey R, Brown N. Breast Education Improves Adolescent Girls’ Breast Knowledge, Attitudes to Breasts and Engagement With Positive Breast Habits. *Front Public Heal*. 2020;8(October):1–17.