

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Konsep remaja**

##### **1. Pengertian remaja**

Remaja atau “adolescence”(inggris) berasal dari bahasa latin “adolescere” dapat diartikan sebagai tumbuh kearah kematangan, yang memiliki arti yang sangat luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. Adapun *World Health Organization* (WHO) memberikan definisi secara konseptual. Menurut Mohammad (2007) yang mengemukakan bahwa remaja adalah anak yang berusia 13-25 tahun, dimana pada usia 13 tahun merupakan batas usia pubertas yang secara biologis sudah mengalami kematangan seksual dan pada usia 25 tahun adalah usia dimana mereka apada umunya secara sosial dan psikologis mampu mandiri. Sementara Episentrum (2010) mengatakan bahwa masa remaja adalah masa transiksi perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang pada umumnya dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada usia akhir belasan tahun atau awal dua puluhan tahun (Lubis, 2013).

Seorang dikatakan sudah memasuki masa remaja yaitu usia 16 atau 17 tahun dan berakhir diusia 21 tahun. Seseorang disebut remaja apabila sudah ditandai dengan kematangan seksual dan memantapkan identitasnya sebagai individu terpisah dari ketergantungan keluarga, dan mencapai usia matang secara hukum. Masa remaja disebut sebagai masa peralihan karna

ada peralihan dari masa pubertas menuju dewasa peralihan berarti terputusnya atau berubah dari apa yang pernah terjadi sebelumnya. Masa remaja disebut juga dengan masa mencari identitas diri dikarenakan remaja merasa sudah tidak puas lagi dengan kehidupan bersama-sama dengan teman sebayanya, tujuan remaja mencari identitas diri adalah menjelaskan bahwa dirinya dan perannya yakni mendapatkan *sense of individual identity*, yang mencakup bentuk keputusan standar peningkatan dan mengangkat harga diri (Pieter, 2011).

Berdasarkan kronologis usia maka remaja adalah individu antara umur 10-19 tahun. Sedangkan ditinjau dari segi tersebut mereka masih masuk kedalam golongan anak-anak, mereka masih harus menemukan tempatnya di masyarakat. Remaja masih harus banyak belajar untuk dapat memperoleh tempat dalam masyarakat sebagai warga negara yang bertanggung jawab dan bahagia remaja belajar ini melalui pengkulturan, sosialisasi dan adaptif sosialisasi dan adaptasi aktif ( Marmi, 2013).

Individu dikatakan sudah memasuki masa remaja antara usia 16 atau 17 tahun dan berakhir pada usia 21 tahun. Seseorang disebut remaja apabila dia telah berkembang ke arah kematangan seksual dan memantapkan identitasnya sebagai individu terpisah dari keluarga, persiapan diri menghadapi tugas, menentukan masa depannya, dan berakhir saat mencapai usia matang secara hukum (Peiter, 2012 ).

## 2. Kategori Remaja

### a. Remaja Awal/dini (*early adolescence*)

Periode ini berkisar pada umur 11-13 tahun secara fisik mengalami banyak perubahan, seperti semakin matangnya fungsi organ dalam dan seksual serta memiliki proporsi tubuh yang seimbang. Sementara itu pada perkembangan psikologis awal dimulai dari sikap penerimaan pada perubahan kondisi fisik, mulai berkembangnya cara berfikir, menyadari perbedaan potensi individu, bersikap over estimate, seperti meremehkan masalah, meremehkan kemampuan orang lain dan terkesan sombong yang menjadikan dia gegabah dan kurang waspada dan bertindak ke kanak-kanak.

### b. Remaja pertengahan (*middle adolescence*)

Periode ini berkisar pada umur 14-16 tahun bentuk fisik remaja tengah semakin sempurna dan mirip dengan orang dewasa. Demikian juga perkembangan intelektual, psikis, dan sosial. Dia semakin ingin dapat status, bebas menentukan sikap pendapat dan minat ingin menolong dan ditolong orang lain, belajar bertanggung jawab dan pola pergaulannya yang sudah mengarah pada heteroseksual. Namun pada sisi lain, dia terkadang bersifat apatis terutama apabila dirinya ditentang atau sebaliknya timbul perilaku agresif akibat dipandang sebagai anak-anak.

### c. Remaja lanjut (*late adolescence*)

Disebut juga sebagai dewasa muda karena remaja mulai meninggalkan kehidupan kanak-kanak dan berlatih mandiri dalam membuat

keputusan. Mulai memiliki kematangan emosional dan belajar mengendalikan emosi dan dapat berfikir objektif sehingga mulai mampu bersikap sesuai situasi dengan belajar menyesuaikan diri dengan norma-norma (Peiter, 2011).

### **3. Perkembangan fisik pada remaja menurut jenis kelamin (Marmi, 2013)**

#### **a. Perkembangan fisik pada anak perempuan**

- 1) Pertumbuhan tulang-tulang (badan menjadi tinggi, anggota-anggota menjadi panjang)
- 2) Pertumbuhan payudara
- 3) Tumbuh bulu yang halus dan lurus berwarna gelap dikemaluan
- 4) Mencapai ketinggian badan yang maksimal setiap tahunnya
- 5) Bulu kemaluan menjadi keriting
- 6) Haid
- 7) Tumbuh bulu-bulu ketiak

#### **b. Perkembangan fisik pada anak laki-laki**

- 1) Pertumbuhan tulang-tulang
- 2) Testis (buah pelir) membesar
- 3) Tumbuh bulu yang halus dan lurus berwarna gelap di kemaluan
- 4) Awal perubahan suara
- 5) Ejakulasi ( keluarnya air mani)
- 6) Bulu kemaluan menjadi keriting
- 7) Pertumbuhan tinggi dan mencapai tingkat maksimal setiap tahunnya

- 8) Tumbuh rambut-rambut halus di wajah ( kumis, dan jenggot)
- 9) Tumbuh bulu ketiak
- 10) Akhirperubahansuara
- 11) Rambut-rambutdiwajahbertambahtebaldangelap
- 12) Tumbuhbuludidada

#### 4. Ciri-ciri remaja

Masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu

##### a. Sebagai priode peralihan

Peralihan berarti terputus atau bertambah dari apa yang pernah terjadi sebelumnya. Peralihan adalah proses perkembangan dari satu tahap ketahap berikutnya. Apa yang tertinggal pada suatu tahap akan memberikan dampak di masa akan datang (Pieter, 2012).

##### b. Priode mencari identitas diri

Kini remaja merasa tidak puas lagi untuk sama dengan temannya. Remaja selalu mencari identitas diri guna menjelaskan dirinya dan apa perannya. Tugas penting yang dihadapi remaja ialah sense of individual identity, yaitu mencari jawaban dari pertanyaan mengenai dirinya, mencangkup keputusan dan standar-standar tindakan, mencari identitas dan mengangkat harga diri akan membuat remaja memakai simbol status harga diri(Pieter, 2012).

##### c. Usia bermasalah

Dikatakan priode remaja sebagai priode banyak masalah karna tindakan tindakan remaja selalu mengarah kepada :

- 1) Keinginan untuk menyendiri (*desire of isolation*).
- 2) Berkurangnya keinginan bekerja (*disinclination to work*).
- 3) Kurangnya koordinasinya fungsi-fungsi tubuh (*incoordination*).
- 4) Kejemuan (*berodem*).
- 5) Kegelisahan (*restlessness*).
- 6) Penantangan sosial (*sosial antagonism*).
- 7) Penantangan terhadap kekuasaan (*recistence to autority*).
- 8) Kepekaan terhadap perasaan (*heigtened emotionality*).
- 9) Kurang percaya diri (*lack of self-confidence*).
- 10) Timbulnya minat seks (*preoccupation with sex*)

(Pieter, 2012).

d. Usia menakutkan

Dikatakan sebagai usia yang menakutkan karna adanya stereotip yang berdampak buruk dalam perkembangan remaja, seperti kurang tanggung jawab, kurang simpatik dan tidak mampu kerjasama dengan orang tua atau orang dewasa, tidak rapi, tidak dapat dipercayai, dan berperilaku merusak (Pieter, 2012).

e. Masa tidak realistik

Remaja selalu melihat kehidupan ini menurut pandangan dan penilaian pribadinya, bukan melihat menurut fakta, terutama pemilihan cita-cita. Cita-cita yang tak realistik dapat menyebabkan remaja mengalami ketegangan emosi. Semakin tak realistik cita-citanya, semakin mudah marah, sakit hati, dan frustrasi (Pieter, 2012).

f. Merupakan ambang batas dengan masa dewasa

Semakin meningkatnya usia kematangan, remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan stereotip yang dibawa dari tahun-tahun sebelumnya. Sementara untuk melakukan tindakan seperti orang dewasa belum cukup. Oleh karena itu, remaja memusatkan prilakunya yang selaras dengan status orang dewasa, seperti dia mulai merokok, minuman keras narkoba, dan perilaku seks bebas (Pieter, 2012).

g. Periode meningkatnya emosi

Meningkatnya intensitas emosi sangat tergantung kepada dampak perubahan fisik dan kehidupan psikologis remaja. Artinya, jika semakin banyak terjadi perubahannya dan tidak terkendali oleh remaja, maka semakin meningkat pula emosinya (Pieter, 2012).

h. Perubahan sikap dan perilaku

Selama masa remaja akan banyak mengalami perubahan sikap dan perilaku, faktor penyebabnya yaitu perubahannya nilai-nilai. Apa yang pernah terjadi masa kanak-kanak akan terjadi pula masa remaja. Yang membedakannya yaitu pola hubungan sosial dan tidak hanya mencari popularitas, namun pada kualitas (Pieter, 2012).

i. Periode ambivalen

Dikatakan sebagai periode ambivalen karena disatu sisi remaja menginginkan kebebasan, tetapi disisi lain dia takut bertanggung jawab dan ragu atas kemampuannya. Selama masa ambivalen remaja menjadi frustrasi dan mengalami konflik (Pieter, 2012).

## **B. Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)**

### **1. Pengertian SADARI**

Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) merupakan tindakan atau cara pemeriksaan payudara yang dilakukan secara rutin dan sistematis oleh setiap wanita sebagai langkah deteksi dini (Purwoastuti, 2008).

### **2. Tujuan SADARI**

Tujuan dilakukannya SADARI adalah untuk mendeteksi dini adanya benjolan abnormal pada payudara, mendeteksi secara dini adanya perubahan yang abnormal pada payudara, serta untuk mendeteksi kanker secara dini (Astutik, 2017).

### **3. Waktu Melakukan SADARI**

Saat paling tepat melakukan SADARI adalah pada hari ke 5-7 setelah menstruasi, saat payudara tidak mengeras, membesar, atau tidak nyeri lagi. Bagi wanita yang telah menopause atau tidak menstruasi lagi, SADARI dapat dilakukan kapan saja. Lakukan pemeriksaan ini satu bulan sekali, setiap awal atau akhir bulan (Savitri dkk, 2015). SADARI harus dilakukan setiap bulan oleh wanita yang berusia 20 tahun atau lebih. Pemeriksaan oleh dokter harus dilakukan 3 tahun untuk wanita yang berusia 20-40 tahun, dan setelah berusia 40 tahun, pemeriksaan harus dilakukan setiap tahun. Wanita dengan riwayat kanker payudara dalam keluarga harus melakukan pemeriksaan dokter setiap tahun. Jika wanita tersebut sudah menopause, ia harus memeriksa payudaranya



setiap bulan pada waktu yang sama, wanita hamil juga harus memeriksa payudaranya setiap bulan (Potter & Perry, 2012).

#### **4. Alat-alat melakukan SADARI**

- a. Cermin
- b. Minyak
- c. Bantal
- d. Pantom

#### **5. Cara melakukan SADARI**

Menurut Astutik (2017) pemeriksaan payudara (SADARI) meliputi dua tahap, yaitu : pertama *Inspeksi*. Inspeksi merupakan pemeriksaan pertama yang harus dilakukan dalam SADARI untuk menyingkirkan adanya kemungkinan kelainan yang ada pada payudara sebelum dilakukan pemeriksaan palpasi. Hal yang diamati pada saat melakukan inspeksi pemeriksaan payudara sendiri adalah sebagai berikut.

- a. Simetris/asimetris.
- b. Bengkak(bulging).
- c. Berkerut/cekung.
- d. Pori-pori melebar seperti kulit jeruk.
- e. Puting susu tertarik (retraksi).
- f. Lecet/luka.
- g. Kemerahan/biru kehitaman.
- h. Discharge/blood discharge.

Kedua, dengan melakukan *palpasi*, ada beberapa type palpasi yaitu

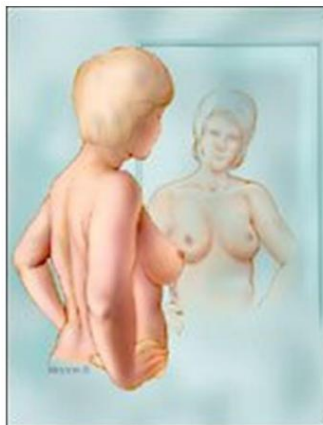
- a. Circle
- b. Line
- c. Wedges

Padaprinsipnyapemeriksaanpalpasi harus meraba seluruh permukaan pada payudara dan bahkan sekitarnya sampai dibawah ketiak. Palpasi menggunakan tiga jari palmar dan dilakukan dengan tiga tipe penekanan. Pertama dilakukan tekanan ringan untuk meraba adanya benjolan dideket permukaan kulit. Kedua, tekanan sedang untuk meraba adanya benjolan ditengah-tengah jaringan payudara. Ketiga, tekanan cukup kuat untuk merasakan adanya benjolan di dasar payudara yang dekat dengan tulang dada/iga.

## 6. Langkah-langkah SADARI

- a. Berdiri didepan cermin

Gambar 2.1  
Berdirididepancermin



<http://repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/50823/Chapter%20II.pdf?sequence=3>

Mulailah pemeriksaan dengan mengamati bentuk payudara didepan cermin. Pastikan bahu lurus sejajar, dan letakkan tangan dipinggang dalam keadaan rileks. Perhatikan bentuk, ukuran, dan warna payudara. Kelainan yang mungkin ditemukan seperti kerutan kulit yang tidak normal (merah, kasar, berkerut), atau rasa nyeri.

- b. Angkatlah kedua lengan untuk melihat kelainan bentuk payudara. Lihatlah apakah payudara terangkat bersama-sama.

Gambar 2.2

Angkatlah kedua lengan untuk melihat kelainan bentuk payudara



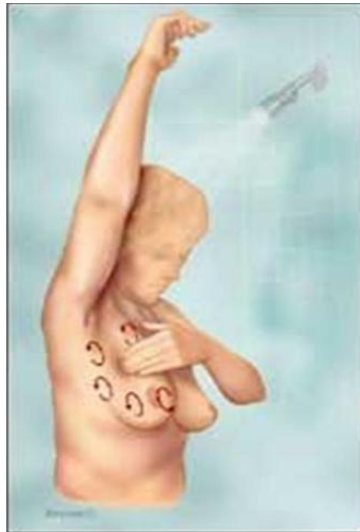
[http://repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/50823/Chapter %20II.pdf?sequence=3](http://repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/50823/Chapter%20II.pdf?sequence=3)

- c. Saat mandi

Dengan menggunakan ujung jari, tekan perlahan permukaan payudara dan rasakan apakah ada benjolan. Rabalah sesuai dengan pola melingkar berikut: dari atas kebawah, dan dari tengah ke samping sampai area ketiak, lakukan langkah ini pada kedua payudara. Selain pola melingkar, kita juga bisa melakukan dengan pola diagonal.

Gambar 2.3

Tekan perlahan permukaan payudara dan rasakan apakah ada benjolan



[http://repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/50823/Chapter %20II.pdf?sequence=3](http://repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/50823/Chapter%20II.pdf?sequence=3)

d. Ketika berbaring

Selain dengan berdiri, pemeriksaan payudara sendiri juga dapat dilakukan dalam keadaan berbaring.

Gambar 2.4

Saat berbaring gunakan tekanan ringan dan lembut dengan gerakan melingkar



[http://repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/50823/Chapter %20II.pdf?sequence=3](http://repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/50823/Chapter%20II.pdf?sequence=3)

Ganjalan separuh punggung pada sisi payudara yang akan diperiksa dengan bantal. Taruhlah tangan anda di belakang kepala lalu gunakan ujung jari tangan yang berlawanan untuk memeriksa. Gunakan tekanan ringan dan lembut dengan gerakan melingkar. Kemudian peras puting secara perlahan dan lihatlah apakah ada cairan berwarna putih, atau kekuningan, atau bahkan darah dari puting.