

**EFEKTIVITAS PENDIDIKAN KESEHATAN  
MELALUI APLIKASI *QUIZIZZ* TERHADAP  
PENINGKATAN PENGETAHUAN PEMERIKSAAN  
PAYUDARA SENDIRI (SADARI) PADA REMAJA  
PUTRI DI SMA MUHAMMADIAH GOMBONG**

**SKRIPSI**

Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Mencapai Derajat Sarjana Keperawatan



Diajukan oleh

Arista Widya Bela Zafira

NIM: 202202021

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIAH GOMBONG**

**2026**

**EFEKTIVITAS PENDIDIKAN KESEHATAN  
MELALUI APLIKASI *QUIZIZZ* TERHADAP  
PENINGKATAN PENGETAHUAN PEMERIKSAAN  
PAYUDARA SENDIRI (SADARI) PADA REMAJA  
PUTRI DI SMA MUHAMMADIAH GOMBONG**

**SKRIPSI**

Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Mencapai Derajat Sarjana Keperawatan



Diajukan oleh

Arista Widya Bela Zafira

NIM: 202202020

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIAH GOMBONG**

**2026**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**EFEKTIVITAS PENDIDIKAN KESEHATAN  
MELALUI APLIKASI *QUIZIZZ* TERHADAP  
PENINGKATAN PENGETAHUAN PEMERIKSAAN  
PAYUDARA SENDIRI (SADARI) PADA REMAJA  
PUTRI DI SMA MUHAMMADIYAH GOMBONG**

Telah disetujui dan Telah Memenuhi Syarat untuk diujikan  
Pada Tanggal 22 Januari 2026

Pembimbing,



(Ns. Eka Riyanti, M.Kep., Sp.Kep.Mat.)

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana



(Ns. Cahya Septiwi, M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D.)

## HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

### EFEKTIVITAS PENDIDIKAN KESEHATAN MELALUI APLIKASI *QUIZZ* TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN PEMERIKSAAN PAYUDARA SENDIRI (SADARI) PADA REMAJA PUTRI DI SMA MUHAMMADIYAH GOMBONG

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:



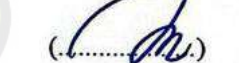
Arista Widya Bela Zafira

NIM: 202202021

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 22 Januari 2026

#### Susunan Dewan Penguji

- |    |   |             |   |
|----|---|-------------|---|
| 1. | Ns. Diah Astutiningrum, M.Kep.                | (Penguji 1) |  |
| 2. | Dr. Hj. Herniyatun, S.H., M.Kep., Sp.Kep.Mat. | (Penguji 2) |  |
| 3. | Ns. Eka Riyanti, M.Kep., Sp.Kep.Mat.          | (Penguji 3) |  |

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana



(Ns. Cahyu Septuwi, M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D.)

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi yang saya ajukan tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis digunakan sebagai rujukan dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka, dan sudah dinyatakan lolos uji plagiarisme.

Apabila dikemudian hari diketemukan seluruh atau sebagian dari skripsi tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa unsur paksaan dari siapapun.

Gombong, 22 Januari 2026



Arista Widya Bela Zafira

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS

### AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Muhammadiyah Gombong, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Arista Widya Bela Zafira

Nim : 202202021

Program studi : Keperawatan Program Sarjana

Jenis karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepala Universitas Muhammadiyah Gombong Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Nonexclusive Royalty Free Right) atas skripsi saya yang berjudul:

EFEKTIVITAS PENDIDIKAN KESEHATAN MELALUI APLIKASI *QUIZIZZ* TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN PEMERIKSAAN PAYUDARA SENDIRI (SADARI) PADA REMAJA PUTRI DI SMA MUHAMMADIYAH GOMBONG

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan) Dengan Hak bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data, merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Gombong, Kebumen

Pada Tanggal 22 Januari 2026

Yang menyatakan



(Arista Widya Bela Zafira)

## PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISM

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Arista Widya Bela Zafira

Tempat Tanggal Lahir : Kebumen, 18 Januari 2004

Alamat : Desa Wero RT 03/RW 01, Gombang, Kebumen.

Nomor Telepon : 089630346497

Alamat Email : [aristabella181@gmail.com](mailto:aristabella181@gmail.com)

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul  
**EFEKTIVITAS PENDIDIKAN KESEHATAN MELALUI APLIKASI  
QUIZIZZ TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN  
Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) pada Remaja  
Putri di SMA Muhammadiyah Gombang**

**Bebas dari plagiarism dan bukan hasil karya orang lain**

Apabila di kemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian dari skripsi tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa paksaan dari siapapun.

Gombang, 22 Januari 2026



(Arista Widya Bela Zafira)

## KATA PENGANTAR

*Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh.*

*Alhamdulillah* rabbil'alamiin, puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT ta'ala atas berkat, rahmat, petunjuk dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Efektivitas Pendidikan Kesehatan melalui Aplikasi *Quizizz* terhadap Peningkatan Pengetahuan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) pada Remaja Putri di SMA Muhammadiyah Gombang”.

Penulisan skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar sarjana keperawatan pada program studi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gombang. Penelitian ini mendapatkan arahan dan bimbingan dari berbagai pihak sehingga dapat tersusun dengan baik oleh karena itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan petunjuk, nikmat iman islam serta nikmat sehat sehingga saya bisa melalui proses proses kuliah dan dapat menyusun skripsi.
2. Orang tua tercinta Bapak Tri Puji Widodo dan Ibu Tohati yang sangat berjasa dalam hidup saya yang selalu mendukung, memberikan pengorbanan dalam bentuk cinta, kasih sayang, memberikan nasehat terbaik dan mendoakan selalu selama proses penyusunan skripsi.
3. Adik saya Aqil Mirzam Satria yang selalu mendukung dan mendoakan saya selama proses penyusunan skripsi.
4. Bapak Prof. Dr. Sofyan Anis, M.Si., selaku rektor Universitas Muhammadiyah Gombang dan selaku anggota penguji yang telah menyediakan waktu tenaga dan pikiran untuk mengarahkan memberi masukan peneliti dalam penyusunan skripsi.
5. Ibu Ns. Cahyu Septiwi, M.Kep, Sp.Kep.MB., Ph.D., selaku ketua Prodi Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Gombang
6. Ibu Ns. Eka Riyanti, M.Kep., Sp.Kep.Mat., selaku pembimbing yang telah menyediakan banyak waktu, tenaga, pemikiran dan perhatian sekaligus

memberikan pengarahan dalam membimbing penyusunan skripsi penelitian ini.

7. Ibu Ns. Diah Astutiningrum M.Kep., selaku penguji yang telah menyediakan waktu tenaga dan pikiran untuk mengarahkan memberi masukan peneliti dalam menyusun skripsi.
8. Civitas akademika Universitas Muhammadiyah Gombong yang telah banyak memberikan ilmu dan pengalaman dalam proses perkuliahan.
9. Kepala sekolah SMA Muhammadiyah Gombong yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
10. Untuk diri saya sendiri, karena terus berusaha dan tidak menyerah, serta senantiasa menikmati prosesnya terimakasih sudah bertahan sejauh ini.
11. Teman-teman dan saudara-saudara tercinta yang telah banyak membantu dan menyemangati penulisan dalam menyelesaikan skripsi ini.
12. Semua pihak yang membantu menyusun skripsi ini baik secara langsung maupun tidak langsung yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Akhir kata, semoga Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan yang telah diberikan kemua pihak yang telah membantu semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan.

*Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh.*

## HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### MOTTO

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”

**(QS. Al-Insyirah, 5-6)**

“*Welcome to Qadarullah era*” Tidaklah mungkin bagi matahari mengejar bulan dan malam pun tidak dapat mendahului siang. Masing-masing beredar pada garis edarnya”

**(Qs. Yasin: 40)**

“Semua jatuh bangunmu hal yang biasa, angan dan pertanyaan waktu yang menjawabnya, berikan tenggat waktu bersedihlah secukupnya, rayakan perasaanmu sebagai manusia”

**(Baskara Putra - Hindia)**

“*Work hard in silence. Let your success be your noise.*”

**(Frank Ocean)**

## **PERSEMBAHAN**

*Alhamdulillahirabbil Alamin*, Karya ini merupakan bentuk rasa syukur saya kepada Allah SWT karena telah memberikan nikmat karunia pertolongan yang tiada henti hingga saat ini.

Skripsi ini dengan tulus saya persembahkan kepada mereka yang menjadi sumber kekuatan dan alasan terbesar saya untuk terus melangkah, bahkan ketika segalanya terasa berat.

### **Ayah, Ibu, dan Adik Tercinta**

Terima kasih telah menjadi tiang penyangga yang kokoh dalam setiap langkah saya, bahkan di saat saya sendiri merasa goyah. Terima kasih telah mengusahakan segalanya, meski tidak mudah, demi melihat anak perempuan pertamamu ini bisa merasakan duduk di bangku kuliah. Dan tak lupa berterima kasih kepada adik laki-laki saya, meskipun sering membuat kesal, namun selalu menjadi sumber senyum kekuatanku.

### **Dosen Pembimbing**

Terima kasih atas bimbingan, kesabaran, dan arahan yang telah Ibu Ns. Eka Riyanti, M.Kep., Sp.Kep.Mat., yang ibu berikan selama proses penyusunan skripsi ini. Di tengah kesibukan dan tanggung jawab yang begitu banyak, Ibu senantiasa tetap meluangkan waktu untuk membimbing, mengoreksi, dan memberikan masukan yang sangat berarti bagi perkembangan akademik dan pribadi saya.

### **Sahabat Terbaiku**

Teruntuk sahabat-sahabat terhebat, terbaik, terkocak yang tidak bisa sebutkan satu persatu, terima kasih atas kebersamaannya selalu menghibur hari-hari tersulit dalam proses skripsi saya dan terimakasih telah menjadi support system ter the best yang pernah ada, yang tidak ada habisnya memberikan hiburan,dukungan,

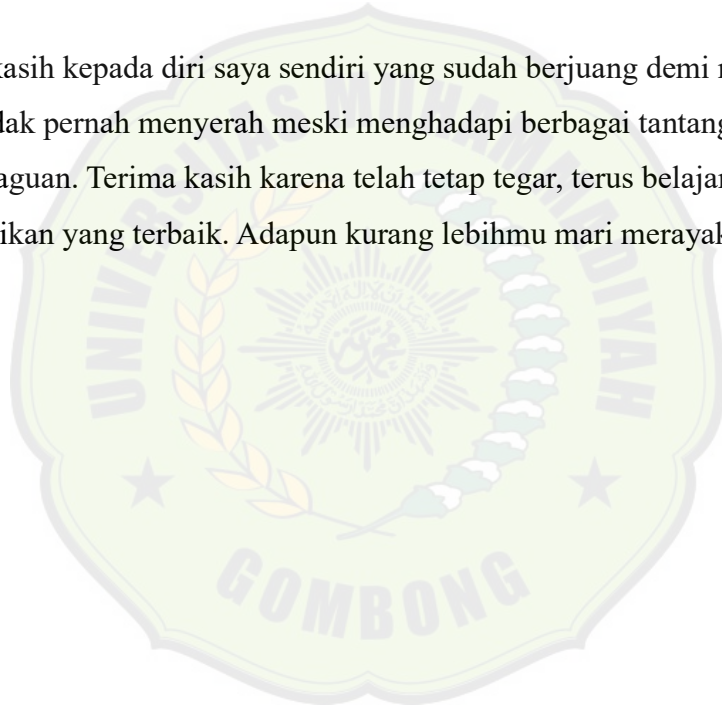
semangat, tenaga, serta bantuan yang senantiasa selalu sabar dalam menghadapi saya, terimakasih telah menjadi teman senang maupun susah.

### **Teman-teman S1 Keperawatan 2022**

Terima kasih atas kebersamaan yang penuh dengan makna hangat, penuh semangat untuk selalu saling menguatkan memberikan support, serta perjuangan yang dijalani bersama selama masa perkuliahan.

### **Diri Saya Arista Widya Bela Zafira**

Terima kasih kepada diri saya sendiri yang sudah berjuang demi mimpi kecil ini, yang tidak pernah menyerah meski menghadapi berbagai tantangan, kelelahan, dan keraguan. Terima kasih karena telah tetap tegar, terus belajar, dan berusaha memberikan yang terbaik. Adapun kurang lebihmu mari merayakan diri sendiri.



Program Studi Keperawatan Program Sarjana  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Gombong  
Skripsi, Januari 2026

Arista Widya Bela Zafira<sup>1)</sup>, Eka Riyanti<sup>2)</sup>  
[aristabella181@gmail.com](mailto:aristabella181@gmail.com)

## ABSTRAK

### EFEKTIVITAS PENDIDIKAN KESEHATAN MELALUI APLIKASI *QUIZIZZ* TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN PEMERIKSAAN PAYUDARA SENDIRI (SADARI) PADA REMAJA PUTRI DI SMA MUHAMMADIYAH GOMBONG

**Latar Belakang:** Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) merupakan upaya deteksi dini kanker payudara yang penting dilakukan sejak usia remaja. Namun, tingkat pengetahuan remaja putri tentang SADARI masih relatif rendah akibat keterbatasan metode dan media pendidikan kesehatan yang digunakan. Pemanfaatan media digital interaktif seperti aplikasi *Quizizz* berpotensi meningkatkan efektivitas pendidikan kesehatan karena sesuai dengan karakteristik remaja sebagai *digital native*.

**Tujuan Penelitian:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pendidikan kesehatan melalui aplikasi *Quizizz* terhadap peningkatan pengetahuan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) pada remaja putri di SMA Muhammadiyah Gombong.

**Metode Penelitian:** Penelitian ini menggunakan desain *pre eksperimen* dengan pendekatan *one group pretest posttest*. Sampel penelitian yaitu 50 remaja putri di SMA Muhammadiyah Gombong yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian berupa kuesioner pengetahuan SADARI. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon*

**Hasil Penelitian:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum intervensi, mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan SADARI dalam kategori sedang (64%). Setelah diberikan pendidikan kesehatan melalui aplikasi *Quizizz*, mayoritas responden mengalami peningkatan pengetahuan ke kategori tinggi (96%). Uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai *Z Score* sebesar -6.132 dengan nilai signifikansi 0.000.

**Kesimpulan:** Pendidikan kesehatan melalui aplikasi *Quizizz* terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) pada remaja putri di SMA Muhammadiyah Gombong.

**Rekomendasi untuk Peneliti Selanjutnya:** Peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan desain penelitian dengan kelompok kontrol serta mengembangkan media pembelajaran digital lain yang lebih variatif.

#### Kata Kunci;

*Pendidikan Kesehatan, Pengetahuan, Quizizz, Remaja Putri, SADARI*

---

<sup>1,2</sup> Universitas Muhammadiyah Gombong

Undergraduate of Nursing Study Program  
Faculty of Health Sciences  
Universitas Muhammadiyah Gombong  
Thesis, January 2026

Arista Widya Bela Zafira<sup>1)</sup>, Eka Riyanti<sup>2)</sup>  
[aristabella181@gmail.com](mailto:aristabella181@gmail.com)

## ABSTRACT

### THE EFFECTIVENESS OF HEALTH EDUCATION THROUGH THE QUIZIZZ APPLICATION IN IMPROVING KNOWLEDGE OF BREAST SELF-EXAMINATION (BSE) AMONG ADOLESCENT GIRLS AT SMA MUHAMMADIYAH GOMBONG

**Background:** Breast self examination (BSE) is an important early detection method for breast cancer that should be introduced from adolescence. However, the level of knowledge regarding BSE among adolescent girls remains relatively low due to limitations in the methods and media used in health education. The use of interactive digital media, such as the Quizizz application, has the potential to enhance the effectiveness of health education as it aligns with the characteristics of adolescents as digital natives.

**Purpose:** This study aimed to determine the effectiveness of health education delivered through the Quizizz application in improving knowledge of breast self-examination (BSE) among adolescent girls at SMA Muhammadiyah Gombong.

**Methods:** This study employed a pre-experimental design using a one-group pretest posttest approach. The sample consisted of 50 adolescent girls at SMA Muhammadiyah Gombong, selected using purposive sampling. The research instrument was a questionnaire assessing knowledge of BSE. Data were analyzed using the Wilcoxon test.

**Results:** The results showed that before the intervention, the majority of respondents had a moderate level of BSE knowledge (64%). After receiving health education through the Quizizz application, most respondents demonstrated an increase in knowledge to a high category (96%). The Wilcoxon test yielded a Z score of -6.132 with a significance value of 0.000.

**Conclusion:** Health education delivered through the Quizizz application was proven to be effective in improving knowledge of breast self examination (BSE) among adolescent girls at SMA Muhammadiyah Gombong.

**Recommendations:** Future researchers are encouraged to use a research design with a control group and to develop more varied digital learning media to further enhance health education outcomes.

#### **Keywords;**

*Health Education, Knowledge, Quizizz, Adolescent Girls, Breast Self-Examination (BSE)*

---

<sup>1,2</sup> Universitas Muhammadiyah Gombong

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	v
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISM .....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	ix
ABSTRAK .....	xii
ABSTRACT.....	xiii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR GAMBAR .....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian .....	5
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7

A.	Tinjauan Teori .....	7
B.	Kerangka Teori.....	22
C.	Kerangka Konsep Penelitian.....	23
D.	Hipotesa.....	23
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....		24
A.	Design atau Rancangan Penelitian.....	24
B.	Populasi dan Sampel .....	24
C.	Tempat dan Waktu Penelitian.....	26
D.	Variabel Penelitian .....	26
E.	Definisi Operasional.....	27
F.	Instrumen Penelitian.....	28
G.	Validitas dan Reliabilitas Instrumen .....	29
H.	Etika Penelitian .....	30
I.	Teknik Pengumpulan Data .....	31
J.	Teknik Analisis Data .....	32
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....		34
A.	Hasil Penelitian .....	34
B.	Pembahasan Penelitian.....	38
C.	Keterbatasan Penelitian.....	51
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....		53
A.	Kesimpulan .....	53
B.	Saran.....	53

#### DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	6
Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	27
Tabel 4.1 Karakteristik Remaja Putri di SMA Muhammadiyah Gombong Tahun 2025 berdasarkan Usia (N: 50) .....	34
Tabel 4.2 Tingkat Pengetahuan SADARI sebelum dan sesudah Intervensi Pendidikan Kesehatan melalui <i>Quiziz</i> pada Remaja Putri di SMA Muhammadiyah Gombong Tahun 2025 (N: 50).....	35
Tabel 4.3 Uji Normalitas Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Pengetahuan SADARI Sebelum dan Sesudah Intervensi Pendidikan Kesehatan melalui <i>Quizizz</i> di SMA Muhammadiyah Gombong Tahun 2025 (N: 50).....	36
Tabel 4.4 Analisis Efektivitas Pendidikan Kesehatan melalui Aplikasi <i>Quizizz</i> terhadap Peningkatan Pengetahuan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) pada Remaja Putri di SMA Muhammadiyah Gombong (N: 50).....	37

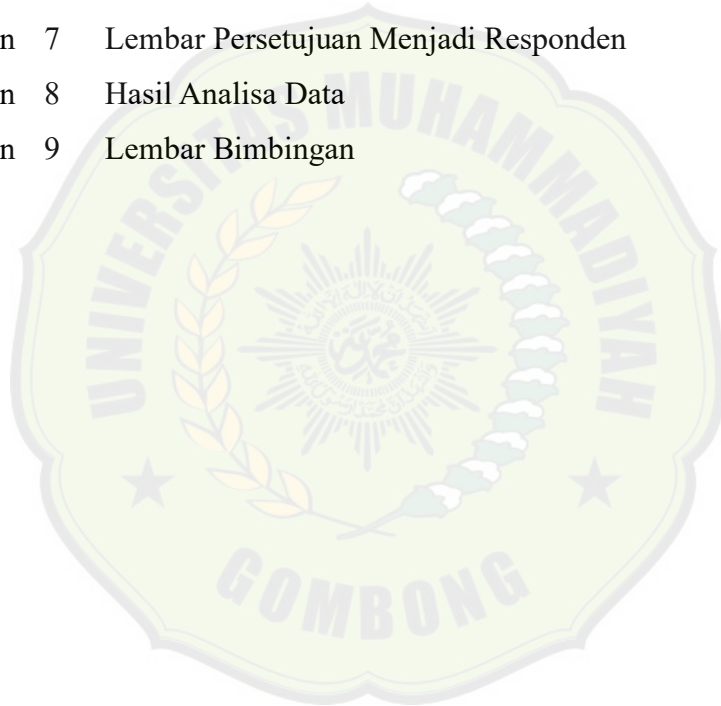
## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	22
Gambar 2.2 Kerangka Konsep Penelitian .....	23



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 Surat Ijin Studi Pendahuluan di SMA Muhammadiyah Gombong
- Lampiran 3 Surat Permohonan Izin Penelitian di SMA Muhammadiyah Gombong
- Lampiran 4 Surat Keterangan Lolos Uji Etik
- Lampiran 5 Hasil Uji Turnitin
- Lampiran 6 Instrumen Penelitian
- Lampiran 7 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8 Hasil Analisa Data
- Lampiran 9 Lembar Bimbingan



## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Kanker adalah sel abnormal yang mengalami pertumbuhan tidak terkendali, berkembang secara berlipat ganda, serta dapat menyebar ke jaringan sekitar yang berpotensi menyebabkan kematian. Kanker payudara merupakan masalah kesehatan global yang signifikan dan menjadi jenis kanker yang paling sering dialami oleh perempuan. Kanker menempati urutan kedua sebagai penyakit dengan prevalensi tertinggi di dunia. Merujuk pada data *World Health Organization* (WHO) tahun 2022, sejumlah 2.3 juta perempuan di seluruh dunia terdiagnosis kanker payudara, dengan jumlah kematian mencapai 670.000 kasus. Data *International Agency for Research on Cancer* (IARC) tahun 2018 menunjukkan jika kanker payudara ialah salah satu jenis kanker dengan angka kejadian paling tinggi di dunia, yakni 40 per 100.000 penduduk, sedangkan kanker leher rahim sebesar 17 per 100.000 penduduk, dengan persentase kematian akibat kanker payudara hingga menyentuh angka 12.9%.

Di Indonesia, merujuk pada data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI), prevalensi kanker payudara menunjukkan tren peningkatan setiap tahun dan kini menjadi penyebab kematian kedua tertinggi setelah kanker serviks. Dalam Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi kanker payudara di Indonesia tergolong tinggi, menempati peringkat ketujuh di antara seluruh jenis kanker. Angka kejadian kanker payudara tercatat sejumlah 1.4 per 1.000 penduduk pada tahun 2013 dan mengalami peningkatan menjadi 1.79 per 1.000 penduduk pada tahun 2018.

Provinsi Jawa Tengah merupakan provinsi yang memiliki prevalensi kanker payudara tertinggi yaitu sebesar 0.7 persen (Putri dkk, 2017). Menurut data Dinas Kesehatan Jawa Tengah (Dinkes Jateng) 2021, menunjukkan adanya peningkatan penderita kanker moulr rahim dan payudara. Penderita kanker

payudara mencapai 8.287 jiwa, sedangkan pada tahun 2022 naik menjadi 10.530 jiwa. Adanya angka kenaikan sejumlah 27 persen.

Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap keterlambatan diagnosis kanker payudara adalah kehati-hatian pasien saat melakukan deteksi dini kanker payudara. Hal ini berkontribusi terhadap keterlambatan diagnosis kanker payudara. Inilah alasan utama mengapa angka kejadian kanker payudara sangat umum terjadi, dan juga mengapa pasangan yang berpacaran biasanya melakukan pemeriksaan selama acara yang berlangsung lama (Saputra *et al.*, 2024). Kurangnya pendidikan tentang deteksi dini dan pengobatan kanker payudara. Deteksi dini kanker payudara sangatlah penting, sehingga dapat dianggap sebagai salah satu faktor kunci dalam diagnosis payudara ker, yang membuat pasien cenderung tidak menyadari penyakitnya dan cenderung tidak mencari pengobatan.

Masa remaja adalah fase tumbuh kembang yang dinamis serta penting untuk pendidikan kesehatan, terutama terkait deteksi dini kanker payudara. Dengan meningkatnya kasus kanker payudara pada perempuan usia 15-20 tahun, penting bagi mereka untuk melaksanakan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dengan rutin, tidak ada kata terlalu dini untuk melakukan SADARI. Program deteksi dini di Indonesia, termasuk SADARI yang dilakukan secara rutin, dapat membantu menemukan kanker payudara pada tahap awal. Keberhasilan SADARI: Sekitar 85% keabnormalan dapat terdeteksi melalui SADARI, yang dapat dilakukan oleh semua usia, termasuk remaja. Pentingnya pengetahuan serta sikap mengenai kanker payudara untuk meningkatkan SADARI pada remaja. Berdasarkan hasil penilitan sebelumnya yang dilakukan oleh Elma Rezi dalam judulnya “Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kanker Payudara dengan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) di SMA Negeri 12 Padang”, bahwa hasil penelitiannya ada hubungan tingkat pengetahuan remaja putri tentang kanker payudara dengan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) di SMA Negeri 12 Padang.

Penerapan konsep di bidang kesehatan dikenal sebagai pendidikan kesehatan. Ide dasar pendidikan adalah proses pembelajaran, yang mengandung makna bahwa di dalamnya terdapat proses pertumbuhan, perkembangan, atau perubahan yang berlangsung secara bertahap, bersifat positif, serta memberikan dampak yang lebih signifikan bagi individu, kelompok, maupun masyarakat secara umum (Saputra *et al.*, 2024). Pendidikan kesehatan mengenai SADARI sangat penting bagi remaja karena diyakini bahwa remaja dapat mengembangkan kebiasaan sehat untuk diri mereka sendiri sehingga mereka dapat menggunakan SADARI untuk meningkatkan daya ingat jangka panjang mereka secara lebih efektif daripada jika mereka tidak mengikuti tes.

Seiring berjalannya perkembangan zaman, usia remaja adalah waktu yang tepat untuk memanfaatkan kecanggihan teknologi dalam pendidikan kesehatan tentang penggunaan teknologi untuk edukasi remaja, khususnya mengenai SADARI. Remaja Gen Z sangat akrab dengan teknologi, terutama *smartphone*, yang menjadi alat bantu utama dalam aktivitas sehari-hari. Dengan banyaknya pilihan media komunikasi, fitur game pada *smartphone* tidak hanya sebagai hiburan menggunakan game edukatif untuk memberikan informasi tentang SADARI membuat pesan lebih mudah diterima. Peneliti tertarik menggunakan aplikasi yang dapat diunduh di *smartphone*, berfungsi sebagai media edukasi interaktif tentang SADARI. Salah satu aplikasi dengan basis *online* yang bisa dimanfaatkan untuk menjadi media pembelajaran ialah *Quizizz*.

*Quizizz* adalah alat pembelajaran *online* yang sangat efektif untuk meningkatkan keterlibatan siswa, terdiri atas fitur kuis, game, maupun diskusi. *Quizizz* menyediakan pertanyaan interaktif yang membuat proses belajar menjadi lebih menyenangkan seperti penambahan video, gambar, dan musik, yang dapat memperkaya pengalaman belajar dan memudahkan pemahaman konsep. Atmosfer belajar yang diciptakan oleh *Quizizz* membuat siswa lebih fokus dan termotivasi untuk berpartisipasi aktif. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media pembelajaran *Quizizz* dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Hal ini didukung oleh studi yang dilakukan

oleh Ashimatul Wardah Al Mawaddah (2021), yang menemukan pengaruh signifikan dengan nilai  $p = 0.000 (< 0.05)$  dan kekuatan hubungan sebesar 0.766. Temuan tersebut menunjukkan bahwa hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis alternatif ( $H_1$ ) diterima, yang berarti terdapat pengaruh positif penggunaan media pembelajaran *Quizizz* pada pembelajaran matematika secara daring di SD IT Al Ibrah Gresik, sehingga hasil belajar siswa mengalami peningkatan.

Merujuk pada studi pendahuluan yang dilaksanakan peneliti pada hari Senin, 14 April 2025 dan data yang diperoleh melalui wawancara oleh 10 responden di SMA Muhammadiyah Gombong, 7 orang diantaranya belum tahu tentang SADARI siswa juga kurang mendapatkan informasi dari guru sehingga tidak pernah melakukan tindakan SADARI. 3 responden mengetahui pemeriksaan payudara sendiri dan tidak bisa melakukan pemeriksaan payudara sendiri.

Merujuk pada permasalahan diatas, maka peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian dengan judul “Efektivitas pendidikan kesehatan melalui aplikasi *Quizizz* terhadap peningkatan pengetahuan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) pada remaja putri di SMA Muhammadiyah Gombong.”

## **B. Rumusan Masalah**

Merujuk pada latar belakang yang sudah diuraikan maka rumusan masalah pada penelitian ini yakni “Bagaimanakah efektivitas pendidikan kesehatan melalui aplikasi *Quizizz* terhadap peningkatan pengetahuan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) pada remaja putri di SMA Muhammadiyah Gombong?”

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui efektivitas pendidikan kesehatan melalui penggunaan aplikasi *Quizizz* sebagai media peningkatan pengetahuan remaja putri terkait SADARI.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik remaja putri di SMA Muhammadiyah Gombong.
- b. Untuk mengetahui nilai rata-rata pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan aplikasi *Quizizz* terkait SADARI
- c. Untuk mengetahui efektivitas aplikasi *Quizizz* sebagai media peningkatan pengetahuan remaja putri terkait SADARI

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Manfaat Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan dan wawasan bagi peneliti dalam metode pemberian pendidikan kesehatan khususnya SADARI yang selanjutnya akan diterapkan dalam praktisi kesehatan.

#### 2. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini dapat dijadikan rujukan dalam penyusunan program pendidikan kesehatan rutin bagi remaja di masa mendatang, khususnya yang berkaitan dengan SADARI.

#### 3. Bagi Siswi

Penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai SADARI, sehingga mereka bisa mempraktikkannya di kehidupan sehari-hari sebagai cara untuk deteksi dini kanker payudara.

## E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Nama Peneliti dan Tahun Penelitian	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan dengan Penelitian ini
(Nurul Aeni, Yuhandini, 2018).	Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video dan Metode Demonstrasi terhadap Pengetahuan SADARI.	Desain penelitian <i>quasi experiment</i> .	Metode demonstrasi terbukti meningkatkan pengetahuan remaja tentang SADARI, sedangkan penggunaan media video yang mengandalkan pendengaran dan penglihatan memiliki kelebihan seperti menarik, penyampaian pesan lebih cepat dan mudah diingat.	Persamaan penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis adalah kesamaan tema yakni pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan SADARI. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan pada media, variabel, sampel, dan tempat penelitiannya.
(Reyhanda Okva, 2022).	Efektivitas Aplikasi Quiz terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Siswi SMA PGRI 4 Padang Terkait Periksa Payudara Sendiri.	<i>Quasi experiment</i> dengan pendekatan <i>one group pretest and post test</i> .	Didapatkan media aplikasi <i>quiz</i> sesuai dengan responden sehingga efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap siswi SMA PGRI 4 Padang.	Persamaan penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis adalah kesamaan tema yakni pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan SADARI. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan pada media, variabel, sampel, dan tempat penelitiannya.
(Milfin, 2023).	Pengaruh Penggunaan Media Pembelajaran <i>Quizizz</i> terhadap Hasil Belajar Siswa.	<i>Quasi eksperiment</i> yaitu <i>non-equivalent control group design</i> .	Ada pengaruh penggunaan media pembelajaran <i>Quizizz</i> terhadap hasil belajar siswa. Hal ini terlihat dari hasil pengujian hipotesis dengan menggunakan uji-t ( <i>independent sample t-test</i> ). Hasil belajar siswa pada kelas eksperimen mengalami peningkatan dari rata-rata nilai <i>pretest</i> yaitu 73.59 menjadi rata-rata nilai <i>posttest</i> yaitu 80.50.	Persamaan penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis adalah kesamaan media penelitiannya menggunakan <i>Quizizz</i> . Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan pada, variabel, sampel, dan tempat penelitiannya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, D. F. (2020). Quizizz Website as an Online Assessment for English Teaching and Learning: Students' Perspectives. *Jo-ELT (Journal of English Language Teaching) Fakultas Pendidikan Bahasa & Seni Prodi Pendidikan Bahasa Inggris IKIP*, 7(1), 1. <https://doi.org/10.33394/jo-elt.v7i1.2638>.
- Amany, A. (2020). Quizizz sebagai Media Evaluasi Pembelajaran Daring Pelajaran Matematika. *Buletin Pengembangan Perangkat Pembelajaran*, 2(2), 1-11. <https://doi.org/10.23917/bppp.v2i2.13811>.
- American Cancer Society. (2023). *Breast Cancer Early Detection and Diagnosis*. American Cancer Society. <https://www.cancer.org>.
- Ardiansyah, M. (2022). Efektivitas Penggunaan Platform Quizizz dalam Meningkatkan Minat dan Pemahaman Konsep Matematika. *SAP (Susunan Artikel Pendidikan)*, 6(3), 417-423. <https://doi.org/10.30998/sap.v6i3.9892>.
- Citra, C. A., & Rosy, B. (2020). Keefektifan Penggunaan Media Pembelajaran Berbasis Game Edukasi Quizizz terhadap Hasil Belajar Teknologi Perkantoran Siswa Kelas X SMK Ketintang Surabaya. *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran (JPAP)*, 8(2), 261-272. <https://doi.org/10.26740/jpap.v8n2.p261-272>.
- Dale, E. (2020). *Audiovisual Methods in Teaching* (3rd ed.). Holt, Rinehart & Winston.
- Darmawati, J., Fransisca, L., & Adriani, A. (2022). Pengetahuan Remaja Putri terhadap Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). *Jurnal Kesmas Asclepius*, 4(2), 52-58. <https://doi.org/10.31539/jka.v4i2.4112>.
- Davis, F. D. (2020). Perceived Usefulness, Perceived Ease of Use, and User Acceptance of Information Technology. *MIS Quarterly*, 13(3), 319-340. <https://doi.org/10.2307/249008>.
- Degirmenci, R. (2021). The Use of Quizizz in Language Learning and Teaching from the Teachers' and Students' Perspectives: A Literature Review Article Info Abstract. *Language Education and Technology (LET Journal)*, 1(1), 1-11. <http://langedutech.com>.
- Glanz, K., Rimer, B. K., & Viswanath, K. (2015). *Health Behavior: Theory, Research, and Practice* (5th ed.). Jossey-Bass.
- Hidayati, I. D., & Aslam, A. (2021). Efektivitas Media Pembelajaran Aplikasi Quizizz Secara Daring terhadap Perkembangan Kognitif Siswa. *Jurnal Pedagogi Dan Pembelajaran*, 4(2), 251. <https://doi.org/10.23887/jp2.v4i2.37038>.

- I. P. T. P. S. (2013). Pendidikan Kesehatan Sekolah Sebagai Proses Perubahan Perilaku Siswa. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 9(2), 141-147. <https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=5aC5EAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=bank+sampah+sekolah+pengelolaan+sampah+sekolah+sampah+non+organik+sekolah&ots=BnzzbeGjtU&sig=-qyRm1Bt4RElOpnl6FOxHlwh5sA>.
- IARC. (2022). *Global Cancer Observatory Indonesia*. IARC.
- Kartika Adyani, Friska Realita, & Anisa Alya Maulidina. (2022). SADARI Sebagai Skrining Kanker Payudara: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(10), 1219-1227. <https://doi.org/10.56338/mppki.v5i10.2638>.
- Kemkes, RI. (2020). *Prevelensi Kanker Payudara Menunjukkan Tren Peningkatan Setiap Tahun di Indonesia*.
- Lestari, P., & Wulansari. (2018). Pentingnya Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) Sebagai Upaya Deteksi Dini Kanker Payudara. *Indonesian Journal of Community Empowerment (IJCE)*, 1161, 55-58. <http://jurnal.unw.ac.id:1254/index.php/IJCE/article/view/327>.
- Marfianti, E. (2021). Peningkatan Pengetahuan Kanker Payudara dan Ketrampilan SADARI untuk Deteksi Dini Kanker Payudara. *Jurnal Abdimas Madani Dan Lestari*, 3(1), 25-31.
- Milfin, D. (2023). Pengaruh Penggunaan Media Pembelajaran Quizizz terhadap Hasil Belajar Siswa (Studi Kasus Pada Siswa Kelas XI IPA SMA Negeri Arjasa Jember Mata Pelajaran Ekonomi Kompetensi Dasar Menganalisis Konsep dan Metode Perhitungan Pendapatan Nasional Semester Ganji. *Digital Repository Universitas Jember*, i-105. [https://repository.unej.ac.id/handle/123456789/115404%0Ahttps://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/115404/Delvi Milfin - 180210301047.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repository.unej.ac.id/handle/123456789/115404%0Ahttps://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/115404/Delvi%20Milfin%20180210301047.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
- Munawir, A., & Hasbi, N. P. (2021). the Effect of Using Quizizz to Efl Students' Engagement and Learning Outcome. *English Review: Journal of English Education*, 10(1), 297-308. <https://doi.org/10.25134/erjee.v10i1.5412>.
- Ningrum, P. M., & Rahayu, R. S. (2021). Kejadian Kanker Payudara pada Wanita Usia Subur (15-49 Tahun). *UIJPHN*, 1(3), 362-370. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/IJPHN>,
- Notoatmodjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nurhayati, E., & Handayani, S. (2019). Faktor yang Memengaruhi Pengetahuan SADARI pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 10(2), 101-108. <https://doi.org/10.22435/kespro.v10i2>.

- Okva, R. (2022). *Efektivitas Penggunaan Aplikasi Quiz terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Siswi SMA PGRI 4 Padang Terkait Periksa Payudara Sendiri (SADARI)*.
- Putri, L. (2025). Peningkatan Pengetahuan Siswa Mengenai Kanker Payudara di SMA Negeri 1 Majalengka Lestari Putri. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 03(03), 223-227. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v3i3.384>.
- Putri, R. A., Sari, D. K., & Handayani, S. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan SADARI pada Remaja Putri SMA. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 12(2), 85-92. <https://doi.org/10.22435/kespro.v12i2>.
- Prince, M. (2004). Does active learning work? A Review of the Research. *Journal of Engineering Education*, 93(3), 223-231. <https://doi.org/10.1002/j.2168-9830.2004.tb00809.x>.
- Rinaldi, F. S., & Mujiyanto, B. (2017). *Metodologi Penelitian Dan Statistik*. Kementerian Kesehatan RI.
- Riskesdas, (2018). *Prevalensi Kanker Payudara Di Indonesia*.
- Santrock, J. W. (2019). *Adolescence* (17th ed.). McGraw-Hill Education.
- Saputra, A. S., Ariyani, Y., & Arsi, R. (2024). Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-ilmu Sosial. *Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 1(7), 478-484. <https://doi.org/10.5281/zenodo.12813124>.
- Sari, I. G., Saputri, M. E., & Lubis, R. (2022). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Sadari pada Remaja Putri di SMK Pandutama Bogor Tahun 2021. *Jurnal Penelitian Keperawatan Kontemporer*, 2(1), 98-106.
- Setyawan, Aditya, D., Devriany, A., Huda, N., Rahmadiliyani, N., Patriyani, Happy, Ros, E., & Sulustyowati, Caturini, E. (2021). *Buku Ajar Statistika*. Penerbit Adab.
- Siyoto, S., & Ali, S. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian Dr. Sandu Siyoto, SKM, M.Kes M. Ali Sodik, M.A.I.* Dasar Metodologi Penelitian.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. ALVABETA,cv.
- Wahyuni, S., & Lestari, T. (2020). Pendidikan Kesehatan SADARI terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 8(1), 45-52. <https://doi.org/10.32584/jkk.v8i1>.
- WHO. (2020). *Cancer Incidient in Indonesia*. Int Agency Res Cancer.

# LAMPIRAN



**Lampiran 1 Jadwal Penelitian**

No.	Kegiatan	Mar	Apr	Mei	Jun	Jul	Ags	Sep	Okt	Nov	Des	Jan
1.	Penentuan Tema											
2.	Penyusunan Proposal											
3.	Ujian Proposal											
4.	Uji Etik											
5.	Pengambilan Data Hasil Penelitian											
6.	Penyusunan Hasil Penelitian											
7.	Ujian Hasil Penelitian											

## Lampiran 2 Surat Izin Studi Pendahuluan di SMA Muhammadiyah Gombong



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG  
**LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT**  
Sekretariat : Jl. Yos Sudarso no. 461 Gombong, Kebumen Telp. (0287)472433  
Email: [lppm@unimugo.ac.id](mailto:lppm@unimugo.ac.id) Web: <http://unimugo.ac.id/>

No : 1356.5/IL3.AU/PN/IV/2025  
Hal : Permohonan Ijin  
Lampiran : -

Gombong, 14 April 2025

Kepada :  
Yth. Kepala Sekolah SMA Muhammadiyah Gombong

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Teriring do'a semoga kita dalam melaksanakan tugas sehari-hari senantiasa mendapat perlindungan dari Allah SWT. Aamiin

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian bagi mahasiswa Keperawatan Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Gombong, dengan ini kami mohon kesediaannya untuk memberikan ijin kepada mahasiswa kami:

Nama : Arista Widya Bela Zafira  
NIM : 202202021  
Judul Penelitian : Efektifitas Pendidikan Kesehatan melalui Aplikasi Quizizz terhadap Peningkatan Pengetahuan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) pada Remaja Putri di SMA Muhammadiyah Gombong  
Keperluan : Ijin Studi Pendahuluan

Demikian atas perhatian dan ijin yang diberikan kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Kepala LPPM  
Universitas Muhammadiyah Gombong

Amika Dwi Asti, M.Kep

## Lampiran 3 Surat Permohonan Izin Penelitian di SMA Muhammadiyah Gombong



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG  
**LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT**  
Sekretariat : Jl. Yos Sudarso no. 461 Gombong, Kebumen Telp. (0287)472433  
Email: [lppm@unimugo.ac.id](mailto:lppm@unimugo.ac.id) Web: <http://unimugo.ac.id/>

No : 2048.5/II.3.AU/PN/XII/2025  
Hal : Permohonan Ijin  
Lampiran : -

Gombong, 22 Desember 2025

Kepada :  
Yth. Kepala Sekolah SMA Muhammadiyah Gombong

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Teriring do'a semoga kita dalam melaksanakan tugas sehari-hari senantiasa mendapat lindungan dari Allah SWT. Aamiin

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian bagi mahasiswa Keperawatan Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Gombong, dengan ini kami mohon kesediaannya untuk memberikan ijin kepada mahasiswa kami:

Nama : Arista Widya Bela Zafira  
NIM : 202202021  
Judul Penelitian : Efektifitas Pendidikan Kesehatan melalui Aplikasi Quizziz terhadap Peningkatan Pengetahuan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) pada Remaja Putri di SMA Muhammadiyah Gombong  
Keperluan : Ijin Penelitian

Demikian atas perhatian dan ijin yang diberikan kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Kepala LPPM  
Universitas Muhammadiyah Gombong

Annika Dwi Asti, M.Kep

## Lampiran 4 Surat Keterangan Lolos Uji Etik



**KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN**  
*HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE*  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

eCertificate

KETERANGAN LAYAK ETIK  
*DESCRIPTION OF ETHICAL  
EXEMPTION*  
"ETHICAL EXEMPTION"  
Nomor : 266.6/II.3.AU/F/KEPK/XII/2025

No. Protokol : 21113000477



Peneliti  
*Researcher* : Arista Widya Bela Zafira  
Ns. Eka Riyanti, M.Kep., Sp.Kep.Mat

Nama Institusi  
*Name of The Institution* : KEPK Universitas Muhammadiyah Gombong

"EFEKTIFITAS PENDIDIKAN KESEHATAN MELALUI  
APLIKASI QUIZZIZ TERHADAP PENINGKATAN  
PENGETAHUAN PEMERIKSAAN PAYUDARA SENDIRI  
(SADARI) PADA REMAJA PUTRI DI SMA  
MUHAMMADIYAH GOMBONG"

"THE EFFECTIVENESS OF HEALTH EDUCATION  
THROUGH THE QUIZZIZ APPLICATION ON  
INCREASING KNOWLEDGE OF BREAST  
SELF-EXAMINATION (SADARI) IN ADOLESCENT GIRLS  
AT MUHAMMADIYAH GOMBONG HIGH SCHOOL"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

*Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.*


Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 22 Desember 2025 sampai dengan tanggal 22 Desember 2026  
*This declaration of ethics applies during the period December 22, 2025 until December 22, 2026*

December 22, 2025  
Professor and Chairperson,



Ning Iswati, M.Kep

## Lampiran 5 Hasil Uji Turnitin

	<p><b>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG</b> <b>PERPUSTAKAAN</b> Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp./Fax. (0287) 472433 GOMBONG, 54412 Website : <a href="https://library.unimugo.ac.id/">https://library.unimugo.ac.id/</a> E-mail : <a href="mailto:lib.unimugo@gmail.com">lib.unimugo@gmail.com</a></p>
---	---

**SURAT PERNYATAAN CEK SIMILARITY/PLAGIASI**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sawiji, M.Sc  
NIK : 96009  
Jabatan : Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

Menyatakan bahwa karya tulis di bawah ini **sudah lolos** uji cek similarity/plagiasi:


Judul : Efektivitas pendidikan Kesehatan Melalui Aplikasi Quizizz Terhadap Peningkatan Pengetahuan pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Pada Remaja Putri Di Sma Muhammadiyah Gombong


Nama : Arista Widya Bela Zafira  
NIM : 202202021  
Program Studi : Keperawatan Program Sarjana  
Hasil Cek : 27 %

Gombong, 31 Desember 2025

Mengetahui,  
Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

Pustakawan

  
(Puri Sundarwati)

  
(Sawiji, M.Sc)

## Lampiran 6 Instrumen Penelitian

### Kuesioner Pengetahuan SADARI

Identitas Nama (Inisial) :

Umur :

1. Cara deteksi dini kanker payudara yang dapat dilakukan sendiri disebut....
  - a. Sendiri
  - b. Bersama
  - c. Sadari
2. Perawatan payudara sendiri dapat....dilakukan
  - a. Sendiri
  - b. Sadari
  - c. Bersama
3. Perawatan payudara sangat....dilakukan
  - a. Sulit
  - b. Mudah
  - c. Bersama
4. Pemeriksaan sadari dapat dilakukan oleh...
  - a. Bayi
  - b. Laki-laki
  - c. Wanita > 11 tahun

5. Sadari adalah pemeriksaan payudara...
  - a. Sadari dulu
  - b. Sendiri
  - c. Bersama
6. Tujuan utama sadari adalah
  - a. Untuk mengetahui apakah ada benjolan pada payudara
  - b. Untuk mengetahui ada tidaknya asi
  - c. Untuk mengetahui adanya cairan
7. Pemeriksaan sadari dapat dilakukan sendiri tanpa mengeluarkan
  - a. Tenaga
  - b. Otot
  - c. Biaya
8. Sebaiknya pemeriksaan kanker dilakukan walaupun...
  - a. Harus dijumpai keluhan
  - b. Tidak dijumpai keluhan apapun
  - c. Tidak mau tau
9. Dengan melakukan deteksi dini seperti sadari diperlukan...
  - a. Ketidakmau tau-an tentang sadari
  - b. Kecemasan tentang sadari
  - c. Minat dan kesadaran akan pentingnya kesehatan untuk meningkatkan kualitas hidup serta menjaga hidup untuk lebih baik

10. Sadari adalah usaha untuk mendeteksi...
- Kanker rahim
  - Kanker payudara
  - Tumor otak
11. Sadari baiknya dilakukan pada...
- 7-14 hari setelah awal siklus menstruasi
  - 12-18 hari setelah siklus menstruasi
  - 20-22 hari setelah siklus menstruasi
12. Pemeriksaan sadari ini dapat dilakukan....
- Ketika berlari dan tidur
  - Ketika mandi dan berbaring
  - Ketika cuci baju
13. Mengapa pemeriksaan payudara dianjurkan dilakukan waktu mandi
- Tangan dapat lebih kasar bergerak pada kulit basah
  - Tangan dapat lebih lembut bergerak pada kulit basah
  - Tangan dapat lebih mudah bergerak pada kulit basah
14. Apakah cara pemeriksaan ketika mandi dan berbaring sama....
- Ya
  - Tidak
  - Tidak tau

15. Wanita yang dianjurkan untuk melakukan sadari adalah pada saat wanita...
  - a. Ketika tidak mengalami haid
  - b. Ketika tidak merasakan apa-apa
  - c. Sejak wanita mengalami haid pertama
16. Apa saja yang dilakukan pada langkah pertama pemeriksaan sadari...
  - a. Tidak melihat perubahan di depan cermin
  - b. Tidak mau melakukan pemeriksaan
  - c. Melihat perubahan di depan cermin
17. Apa saja yang dilakukan pada langkah kedua pemeriksaan sadari...
  - a. Periksa payudara dengan tangan di angkat di atas kepala
  - b. Periksa payudara dengan tangan di angkat kepala di miringkan ke kanan
  - c. Pemeriksaan payudara dengan kedua tangan di angkat
18. Apa saja yang dilakukan pada langkah ketiga pemeriksaan sadari...
  - a. Berdiri tegak di depan cermin
  - b. Berdiri tegak di depan cermin dengan tangan di samping kanan dan kiri
  - c. Berdiri tegak di depan cermin dengan tangan di angkat di atas
19. Apa saja yang dilakukan pada langkah keempat pemeriksaan sadari...
  - a. Menegangkan otot-otot bagian tangan
  - b. Menegangkan otot-otot bagian lengan
  - c. Menegangkan otot-otot bagian dada depan berkaca/dada

20. Dalam melihat perubahan bentuk payudara apa saja tahap-tahap yang dilakukan...

- a. Tahap persiapan, tahap pemeriksaan payudara dan tahap pemeriksaan payudara dengan cara memerah
- b. Tahap persiapan, tahap pemeriksaan payudara, tahap pemeriksaan dengan cara memutar
- c. Tahap pengenalan, tahap pemeriksaan payudara dan tahap memerah

(Lilis Harefa, 2020).



## Lampiran 7 Quizizz

## QUIZIZZ

Passage 1 Passage 2 Passage 3 Baca semua bagian untuk menjawab pertanyaan.

**PENGERTIAN**  
Tindakan pemeriksaan payudara sendiri (Sadari) adalah suatu cara untuk mengetahui sejak dini keabnormalan pada payudara.

Tujuan dilakukannya tindakan sadari yaitu untuk mengidentifikasi secara dini adanya kanker payudara berupa benjolan diarea payudara.

**MANFAAT**

- Dapat mendeteksi adanya tumor dalam ukuran kecil.
- Dapat mendeteksi adanya kanker payudara stadium dini.
- Dapat mencegah penyakit kanker payudara.
- Dapat menemukan adanya kelainan pada payudara.

Jawab Q1 - Q20 berdasarkan comprehension yang diberikan

Q1: Pilihan ganda  
Sadari adalah pemeriksaan payudara...

Q2: Pilihan ganda  
Tujuan utama sadari adalah...

Q3: Pilihan ganda  
Cara deteksi dini kanker payudara yang dapat dilakukan sendiri disebut....

Q4: Pilihan ganda  
Perawatan payudara sendiri dapat....dilakukan

Q5: Pilihan ganda  
Perawatan payudara sendiri dapat....dilakukan

Passage 1 Passage 2 Passage 3 Baca semua bagian untuk menjawab pertanyaan.

**PENGERTIAN**  
Tindakan pemeriksaan payudara sendiri (Sadari) adalah suatu cara untuk mengetahui sejak dini keabnormalan pada payudara.

Tujuan dilakukannya tindakan sadari yaitu untuk mengidentifikasi secara dini adanya kanker payudara berupa benjolan diarea payudara.

**MANFAAT**

- Dapat mendeteksi adanya tumor dalam ukuran kecil.
- Dapat mendeteksi adanya kanker payudara stadium dini.
- Dapat mencegah penyakit kanker payudara.
- Dapat menemukan adanya kelainan pada payudara.

Jawab Q1 - Q20 berdasarkan comprehension yang diberikan

Q1: Pilihan ganda  
Sadari adalah pemeriksaan payudara...

Q2: Pilihan ganda  
Tujuan utama sadari adalah...

Q3: Pilihan ganda  
Cara deteksi dini kanker payudara yang dapat dilakukan sendiri disebut....

Q4: Pilihan ganda  
Perawatan payudara sendiri dapat....dilakukan

Q5: Pilihan ganda  
Perawatan payudara sendiri dapat....dilakukan

Passage 1 Passage 2 Passage 3 Baca semua bagian untuk menjawab pertanyaan.

**PENGERTIAN**  
Tindakan pemeriksaan payudara sendiri (Sadari) adalah suatu cara untuk mengetahui sejak dini keabnormalan pada payudara.

Tujuan dilakukannya tindakan sadari yaitu untuk mengidentifikasi secara dini adanya kanker payudara berupa benjolan diarea payudara.

**MANFAAT**

- Dapat mendeteksi adanya tumor dalam ukuran kecil.
- Dapat mendeteksi adanya kanker payudara stadium dini.
- Dapat mencegah penyakit kanker payudara.
- Dapat menemukan adanya kelainan pada payudara.

Jawab Q1 - Q20 berdasarkan comprehension yang diberikan

Q1: Pilihan ganda  
Sadari adalah pemeriksaan payudara...

Q2: Pilihan ganda  
Tujuan utama sadari adalah...

Q3: Pilihan ganda  
Cara deteksi dini kanker payudara yang dapat dilakukan sendiri disebut....

Q4: Pilihan ganda  
Perawatan payudara sendiri dapat....dilakukan

Q5: Pilihan ganda  
Perawatan payudara sendiri dapat....dilakukan

**Lampiran 8 Lembar Persetujuan Menjadi Responden**

**LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN**

*(INFORMED CONSENT)*

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama :

Alamat:

Umur :

Setelah membaca penjelasan dari penelitian dan memahami informasi yang diberikan oleh peneliti serta mengetahui tujuan dan manfaat penelitian, maka saya secara sukarela bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

Dengan demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar – benarnya dan dengan penuh kesadaran tanpa adanya paksaan dari siapapun.

Kebumen,.....2025

(Arista Widya Bela Zafira)

## Lampiran 9 Hasil Analisa Data

### Uji Normalitas

#### Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pengetahuan SADARI Pretest	.162	50	.002	.929	50	.005
Pengetahuan SADARI Posttest	.215	50	.000	.796	50	.000

a. Lilliefors Significance Correction

### Analisis Univariat

#### One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Usia	50	15.88	.718	.102

#### One-Sample Test

Test Value = 0

	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
Usia	156.331	49	.000	15.880	15.68	16.08

#### Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean		Std. Deviation	Variance	Skewness		Kurtosis	
						Statistic	Std. Error			Statistic	Std. Error	Statistic	Std. Error
Usia	50	2	15	17	794	15.88	.102	.718	.516	.183	.337	-.997	.662
Valid N (listwise)	50												

### Statistics

Usia		
N	Valid	50
	Missing	0
Mean		15.88
Median		16.00
Mode		16
Std. Deviation		.718
Range		2
Minimum		15
Maximum		17
Sum		794
Percentiles	25	15.00
	50	16.00
	75	16.00

### Kategori Pengetahuan SADARI Pretest

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	4	8.0	8.0	8.0
	Sedang	32	64.0	64.0	72.0
	Rendah	14	28.0	28.0	100.0
	Total	50	100.0	100.0	

### Kategori Pengetahuan SADARI Posttest

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	48	96.0	96.0	96.0
	Sedang	2	4.0	4.0	100.0
	Total	50	100.0	100.0	

## Analisis Bivariat

### Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Kategori Pengetahuan SADARI Posttest - Kategori Pengetahuan SADARI Pretest	Negative Ranks	45 <sup>a</sup>	23.00	1035.00
	Positive Ranks	0 <sup>b</sup>	.00	.00
	Ties	5 <sup>c</sup>		
	Total	50		

a. Kategori Pengetahuan SADARI Posttest < Kategori Pengetahuan SADARI Pretest

b. Kategori Pengetahuan SADARI Posttest > Kategori Pengetahuan SADARI Pretest

c. Kategori Pengetahuan SADARI Posttest = Kategori Pengetahuan SADARI Pretest

### Test Statistics<sup>a</sup>

	Kategori Pengetahuan SADARI Posttest - Kategori Pengetahuan SADARI Pretest
Z	-6.132 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Lampiran 10 Lembar Bimbingan







**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**  
**PRODI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA**  
Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp. Fax. (0287) 472433, Gombong 54412

Nama Mahasiswa : Arista Widya Bela Zafira

NIM : 202202021

Pembimbing : Ns. Eka Riyanti, M.Kep., Sp.Kep.Mat.

Tanggal Bimbingan	Topik/Materi Bimbingan	Paraf Pembimbing
20 Maret 2025	Konsultasi judul dan ACC judul	
15 April 2025	Konsultasi BAB I	
16 Juni 2025	Revisi BAB I dan BAB II	
07 Juli 2025	ACC BAB I & konsultasi BAB II	
13 Juli 2025	Revisi BAB II dan konsultasi BAB III	
25 Juli 2025	ACC BAB II dan revisi BAB III	
01 Agustus 2025	ACC BAB III	

08 Agustus 2025	Uji tumitin	
29 Desember 2025	Konsultasi BAB IV dan BAB V	
30 Desember 2025	Revisi BAB IV, BAB V, dan konsultasi abstrak	
30 Desember 2025	ACC Ujian Hasil	
30 Desember 2025	Uji tumitin	

Mengetahui,

Ketua Prodi Keperawatan Program Sarjana,



(Ns. Cahyu Septi W., M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D.)



**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**  
**PRODI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA**

Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp. Fax. (0287) 472433, Gombong 54412

Nama Mahasiswa : Arista Widya Bela Zafira

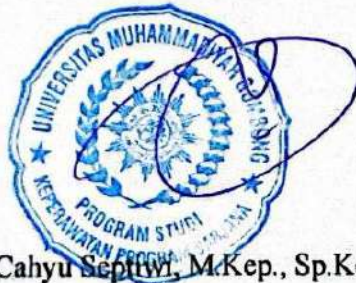
NIM : 202202021

Pembimbing : Muhammad As'ad, M.Pd

Tanggal Bimbingan	Topik/Materi Bimbingan	Paraf Pembimbing
19/01/2026	Revisi abstrak	
21/01/2026	Acc Abstract	

Mengetahui,

Ketua Prodi Keperawatan Program Sarjana,



(Ns. Cahyu Septiwi, M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D.)