

PENYULUHAN TENTANG SADARI UNTUK DETEKSI DINI KANKER PAYUDARA DI SMKN TAMANAN

^aIra Martin Pramiyana

^aAkademi Kebidanan Dharma Praja Bondowoso, JL.MT.Hariyono No.30A, Bondowoso

Email: iramartinpramiyana87@gmail.com

Article History

Received: 5-5-2024

Revised: 16-5-2024

Accepted: 10-6-2024

Kata Kunci:

Konseling, Skrining
Payudara (SADARI),
Kanker Payudara

Keywords:

Counseling, Breast
Screening (SADARI),
Breast Cancer

Abstrak: Latar Belakang: Kanker payudara meningkat karena rendahnya pengetahuan remaja putri tentang SADARI, sehingga 70% kasus datang pada stadium lanjut dan 80% masyarakat tidak memahami pentingnya SADARI. Pentingnya pemahaman SADARI untuk deteksi dini kesehatan payudara sangat diperlukan. Kanker payudara adalah pertumbuhan sel abnormal dan tak terkendali. SADARI bisa mendeteksi 75-85% keganasan sejak remaja hingga pre-menopause untuk pengobatan lebih efektif. **Tujuan:** Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswi dalam SADARI sebagai deteksi dini dan pencegahan kanker payudara. **Metode:** Presentasi, video, simulasi SADARI, dan leaflet. **Hasil:** Pengetahuan siswi meningkat dari 18,18% pada pre-test menjadi 54,54% pada post-test. **Kesimpulan:** Diharapkan siswi memahami pentingnya SADARI dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari, dengan dukungan keluarga, guru, dan teman untuk keberhasilan program SADARI, mengingat potensi remaja sebagai agen perubahan.

Abstract: Background: Breast cancer incidence is rising due to young women's low knowledge about breast self-examination (BSE), leading to 70% of cases being detected at advanced stages and 80% of the population not understanding the importance of BSE. Understanding and routinely practicing BSE is essential for early detection of breast health issues, as BSE can detect 75-85% of malignancies from adolescence to pre-menopause, making treatment more effective. **Objective:** To increase female students' knowledge and skills in BSE for early detection and prevention of breast cancer. **Method:** Presentations, videos, BSE simulations, and leaflets. **Results:** Knowledge increased from 18.18% in the pre-test to 54.54% in the post-test. **Conclusion:** It is hoped that female students understand the importance of BSE and apply it in daily life, with support from family, teachers, and friends, recognizing young women's potential as agents of change.

PENDAHULUAN

Kanker payudara merupakan salah satu kanker dengan angka mortalitas cukup tinggi dan merupakan jenis penyakit ganas yang sering menyerang wanita. Adanya kejadian kanker payudara dikarenakan terganggunya sistem pertumbuhan sel dalam jaringan payudara. Kanker payudara (*breast of cancer*) merupakan tumor ganas yang berkembang dalam jaringan payudara,

dimana kanker ini bermetastasis di dalam kelenjar susu, duktus, jaringan lemak maupun jaringan ikat payudara (Piat, Ningsih, & Jakri, 2021). Sel-sel kanker tersebut membelah diri lebih cepat dari sel normal serta berakumulasi, kemudian membentuk benjolan atau massa. Pada stadium yang lebih tinggi, sel – sel abnormal ini menyebar melalui kelenjar getah bening ke organ tubuh lainnya.

Kanker payudara merupakan kanker dengan kasus terbanyak pada wanita usia subur 15 – 49 tahun setelah kanker payudara di seluruh dunia termasuk Indonesia. Tahun 2022 terdapat 1.918.030 kasus kanker baru dan 609.360 kematian akibat kanker diproyeksikan terjadi di Amerika Serikat. Kanker membunuh lebih dari 1,1 juta orang setiap tahun di regional Asia Tenggara, dan *World Health Organization* (WHO) memperkirakan pada tahun 2030 kanker akan menjadi penyebab kematian tertinggi di Indonesia (Kemenkes RI 2020). Menurut laporan *Global Burden of Cancer Study* dari WHO terdapat 396.914 penyakit kanker yang menyerang penduduk tanah air pada 2020, dimana data menunjukkan prevalensi kanker 0,6 % di usia remaja, 5 % pada usia ≥ 75 tahun, 5 % di usia 1 – 4 tahun serta 0,1 % di usia 5 – 14 tahun. Sekitar 43% lebih kematian karena kanker dapat dikalahkan jika pasien rutin melakukan deteksi dini dan menghindari faktor risiko penyebab kanker (Wirata et al., 2021).

Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) adalah salah satu pemeriksaan dan tindakan skrining untuk menemukan abnormalitas yang mengarah pada kanker payudara. Pemeriksaan payudara ini merupakan metode yang mudah dilakukan, tidak menggunakan biaya, tidak nyeri, tidak berbahaya dan nyaman dilakukan karena dilakukan oleh wanita itu sendiri (Hapsari, 2020). SADARI merupakan metode sederhana untuk deteksi dini kanker payudara, namun hanya dua pertiga wanita mau mempraktikkannya dalam setahun dan hanya setengahnya yang dapat melakukan dengan benar. Hal tersebut disebabkan karena kurangnya edukasi, informasi dan pengetahuan remaja putri tentang pentingnya SADARI. Waktu terbaik untuk melakukan Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) ialah setelah menstruasi (hari ke 7 – 10) dikarenakan kepadatan jaringan payudara lebih rendah sehingga terasa lembut dan mudah diraba untuk mengetahui lekuk payudara. Pada wanita yang memiliki menstruasi tidak teratur SADARI dapat dilakukan di hari yang sama setiap bulannya. Sedangkan untuk perempuan

yang sudah mengalami menopause SADARI dilakukan secara rutin setiap bulan (Dwitania, Azizah dan Rosyidah, 2021).

Penanganan jenis kanker oleh Kemenkes dengan upaya penanggulangan sebagaimana tertuang dalam Rencana Aksi Nasional Kanker 2022 yaitu melalui tiga pilar strategi nasional penanggulangan kanker payudara di Indonesia yakni promosi kesehatan, deteksi dini dan tatalaksana kasus. Jika kanker dapat dideteksi pada tahap awal atau dini kemungkinan untuk sembuh dari kanker payudara sangat tinggi (Syaiful & Aristantia, 2016)

Adapun tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri terhadap Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) sebagai upaya deteksi dini kanker payudara. Selain itu siswi dapat menolong dirinya sendiri melalui upaya preventif dengan mengaplikasikan SADARI secara rutin untuk meningkatkan kualitas hidup yang sehat dan lebih baik.

METODE

Metode kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dengan memberikan pendidikan kesehatan kepada remaja putri tentang Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) yaitu dengan tehnik presentasi, pemutaran video, tanya jawab serta simulasi praktik langsung (demonstrasi) yang dikemas dalam bentuk penyuluhan. Adapun media yang digunakan yaitu leaflet, laptop, LCD dan powerpoint. Pengabdian masyarakat ini dilakukan pada hari Kamis 6 Oktober 2022 bertempat di SMKN Taman Kabupaten Bondowoso, dengan jumlah peserta yang mengikuti penyuluhan ini adalah 55 peserta, terdiri dari siswi kelas X dan XI.

Adapun beberapa tahapan dalam kegiatan pengabdian masyarakat diantaranya :

1. Tahap I : Persiapan, tahapan ini meliputi kegiatan survey untuk mengangkat topik masalah PKM, sasaran, mencari data dan informasi yang berkaitan dengan topik, serta mempersiapkan materi dan media yang digunakan dalam kegiatan

pengabdian.

2. Tahap II : Pelaksanaan kegiatan, pada tahap ini terbagi beberapa kegiatan yaitu :
 - a) Penyampaian materi dengan memberikan penyuluhan (PPT dan video) yaitu sosialisasi gerakan SADARI dan promosi kesehatan tentang kanker payudara.
 - b) Demonstrasi, dengan melakukan simulasi cara melakukan praktik SADARI dengan langkah-langkah yang benar dan tepat.
 - c) Pemberian media edukasi yaitu berupa leaflet, sebagai bahan bacaan
3. Tahap III : Evaluasi kegiatan, setelah penyuluhan diberikan melakukan evaluasi dan memastikan bahwa peserta paham dengan materi dan demonstrasi yang disampaikan. Evaluasi yang dilakukan tidak hanya tanya jawab dan diskusi saja namun juga dilakukan pre-test sekaligus post-test.

HASIL

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan cara tatap muka langsung melalui metode penyuluhan mengenai Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) untuk deteksi dini kanker payudara di SMKN Taman Kabupaten Bondowoso. Kegiatan ini berjalan dengan baik dan lancar. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Kamis 6 Oktober 2022. Peserta kegiatan berjumlah 55 siswi dengan rentang usia 16-17 tahun.

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

No.	Karakteristik	Jumlah	%
1.	Usia 16 tahun	36	65,45%
2.	Usia 17 tahun	19	34,55%
	Jumlah	55	100%

Adapun penyampaian materi menggunakan media PPT dan video yang terlaksana dengan baik dan lancar serta siswi tampak antusias dan menyimak, selama kegiatan penyuluhan tampak bahwa peserta memang belum mengetahui

mengenai tehnik SADARI yang bertujuan untuk deteksi dini kanker payudara



Gambar 1. Pemutaran Video SADARI

Selanjutnya dilakukan demonstrasi tentang tehnik melakukan SADARI yang benar dan tepat yaitu dilakukan saat di kamar mandi, sambil bercermin dan saat berbaring. Pemeriksaan di kamar mandi dilakukan untuk menilai kelainan seperti ukuran, tekstur, serta bentuk payudara dengan cara meraba seluruh areanya secara melingkar dari atas hingga ke bawah menggunakan tiga jari utama, yaitu telunjuk, tengah, dan jari manis. Selain itu raba payudara dengan gerakan melingkar mulai dari luar dekat ketiak hingga ke tengah puting. Rasakan apakah terdapat benjolan atau perubahan tekstur pada payudara. Selain area payudara, jangan lupa untuk memeriksa area ketiak. Pemeriksaan SADARI dapat dilakukan seminggu sebelum siklus menstruasi atau seminggu setelah siklus menstruasi.



Gambar 2. Penyuluhan SADARI

Di tengah kegiatan simulasi dilakukan pembagian leaflet sebagai media edukasi yang dapat dijadikan sumber informasi serta ilmu untuk pelajar. Acara kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. Berbagai pertanyaan oleh peserta kegiatan disampaikan secara antusias dalam sesi tanya jawab. Pertanyaan – pertanyaan yang disampaikan oleh remaja dijawab bersama-sama dengan diskusi antara pemateri dan remaja lainnya. Selain itu juga terdapat timbal balik dengan memberikan pertanyaan kepada remaja guna memastikan remaja memahami materi yang telah disampaikan, melalui kegiatan pre-test dan post-test dengan hasil sebagai berikut :

Tabel 2. Hasil Pre-Test dan Post-Test

No	Pengetahuan	Pre-Test	Post-Test
1.	Baik	10 18,18%	30 54,54%
2.	Cukup	28 50,91%	16 29,10%
3.	Kurang	17 30,91%	9 16,36%
	Jumlah	55 100%	55 100%

PEMBAHASAN

Tercapainya derajat kesehatan yang sempurna, baik fisik, mental dan sosial, maka masyarakat harus mampu mengenal dan mewujudkan aspirasinya, kebutuhannya serta mampu mengatasi perubahan lingkungannya. Upaya yang dapat dilakukan untuk mengendalikan kanker payudara adalah dengan melakukan pencegahan primer seperti pengendalian faktor risiko dan peningkatan Komunikasi, Informasi dan Edukasi (KIE). Promosi kesehatan adalah suatu pendekatan edukatif untuk menghasilkan perilaku individu atau masyarakat melalui peningkatan pengetahuan, dalam hal ini tentang Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) untuk meningkatkan kesadaran siswi serta cara pencegahan termasuk skrining deteksi dini dan berkala kanker payudara.

Pengetahuan sangat penting dalam upaya pencegahan kanker payudara. Pengetahuan Perempuan tentang deteksi

dini kanker payudara berpengaruh signifikan dan positif terhadap keyakinannya mengenai kesehatan. Dengan adanya pengetahuan yang baik maka di harapkan remaja mampu memotivasi diri sendiri bahkan orang di sekitarnya untuk melakukan SADARI. Salah satu cara untuk memberikan atau menyampaikan informasi menjadi pengetahuan adalah dengan cara memberikan penyuluhan dan melakukan demonstrasi (simulasi) (Marfianti, 2021). Seseorang yang mempunyai informasi lebih banyak akan mempunyai pengetahuan lebih luas, dikarenakan terjadi peningkatan pengetahuan setelah edukasi dan simulasi SADARI dibanding sebelumnya.

Edukasi tentang deteksi dini kanker payudara melalui SADARI sangatlah penting. Kanker payudara merupakan penyebab kematian yang memprihatinkan dengan insiden yang tinggi di seluruh dunia terutama bagi wanita usia reproduksi. Penatalaksanaan dimulai dari awal yang mencakup skrining kanker hingga penegakkan diagnosa dan pengobatan yang efektif (Kashyap *et al.*, 2022). Kanker payudara yang terdeteksi dan diobati secara dini, kemungkinan bertahan hidup sangat tinggi. Namun terdapat banyak faktor yang menghambat dan bersifat sangat kompleks seperti faktor sosial, ekonomi, geografis dan faktor lainnya yang saling terkait. *Breast Health Global Initiative* (BHGI) mengembangkan pedoman bertingkat sumber daya untuk pelaksanaan deteksi dini dan diagnosis kanker payudara. Pengembangan program deteksi dini tersebut dimulai dengan strategi manajemen untuk diagnosis penyakit yang terdeteksi secara klinis berdasarkan pendidikan, kesadaran dan pelatihan teknis, anamnesis dan pemeriksaan fisik serta diagnosis jaringan yang akurat (Ginsburg *et al.*, 2017).

Pencegahan sekunder dilakukan melalui deteksi dini kanker payudara yaitu Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) (Kemenkes RI, 2015). Tindakan ini sangat penting karena hampir 85% benjolan di payudara wanita ditemukan oleh penderita sendiri. Terbatasnya pengetahuan

masyarakat mengenai kanker payudara dan bagaimana cara melakukan deteksi merupakan salah satu penyebab hal tersebut terjadi. Terdapat tiga faktor yang mempengaruhi kemampuan untuk melakukan SADARI yaitu host (umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan motivasi), environment (lingkungan fisik, lingkungan sosial, sarana kesehatan), dan agent (gaya hidup, peraturan sekolah, pola asuh orang tua, ketersediaan media pendidikan, informasi dan keberadaan UKS) (Rosdiana et al., 2020).

Walaupun tindakan SADARI adalah kegiatan sederhana namun memberikan dampak besar terhadap permasalahan kesehatan utamanya pencegahan kanker payudara. Terdapat penelitian yang signifikan antara SADARI dengan kejadian Kanker Payudara, hal ini membuktikan terdapat korelasi antara SADARI dalam terjadinya Kanker Payudara. Sejalan dengan berbagai teori bahwa pengetahuan dapat menjadikan seseorang memiliki kesadaran sehingga akan berperilaku sesuai pengetahuan yang dimiliki. Perubahan perilaku yang dilandasi pengetahuan, kesadaran dan sikap positif bersifat langgeng yang didasari oleh kesadaran mereka sendiri bukan karena paksaan (Notoadmodjo, 2012).

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian ini terselenggara dengan baik dan berjalan lancar sesuai rencana serta mendapat sambutan baik terbukti dengan keaktifan peserta mengikuti kegiatan dengan tidak meninggalkan tempat sebelum waktu kegiatan berakhir dan peserta aktif bertanya dan berbagi pengalaman pada saat kegiatan pengabdian berlangsung. Sehingga hasil pengabdian ini memberikan dampak terhadap pengetahuan dan sikap siswi SMKN Tamanan untuk melakukan deteksi kanker payudara melalui SADARI yang dapat diimplementasikan siswi secara rutin dan berkala sebagai upaya deteksi dini serta pencegahan sekunder kanker payudara dan menurunkan angka

kejadiannya. Selain itu siswa berpotensi sebagai *agen of change* untuk mempromosikan SADARI baik di lingkungan sekolah, keluarga, maupun masyarakat. Perlunya kesadaran diri dalam menjaga kebersihan melalui tindakan sederhana seperti SADARI serta pentingnya dukungan dari guru, teman dalam mendukung pelaksanaan program SADARI.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih disampaikan kepada pihak – pihak terkait yang ikut andil membantu dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini sampai tersusunnya manuskrip jurnal yang akan dipublikasikan. Ucapan terimakasih juga kami sampaikan kepada SMKN Tamanan Kabupaten Bondowoso karena sudah memberikan izin dan bersedia menjadi tempat serta memberikan fasilitas dan waktu dalam melaksanakan kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Dwitania, E. F., Azizah, N. dan Rosyidah, R. 2021. Praktik Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) pada Remaja Putri Berdasarkan Pengetahuan. *Jurnal Kebidanan Midwiferia*, 7(2), hal. 39–46. Tersedia pada: <https://midwiferia.umsida.ac.id/index.php/midwiferia/article/download/1330/1840>.
- Ginsburg et al. 2017. Breast Cancer Early Detection : A Phased Approach to Implementation. *HHS Public Access*, 176(1), hal. 139–148. doi: 10.1002/cncr.32887.Breast.
- Hapsari, F. N. 2020. Pengaruh Penyuluhan Kanker Payudara Terhadap Minat Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Pada Remaja SMAN 1 Jatinom. *Nersmid: Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*, 3(1), 57–66.

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2015. Pedoman Teknis Pengendalian Kanker Payudara Dan Kanker Leher Rahim. Jakarta: Departemen Kesehatan
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. Penyakit Tidak Menular Kini Ancam Usia Muda. Biro Komunikasi Dan Pelayanan Masyarakat. <https://www.kemkes.go.id/article/view/20070400003/penyakit-tidak-menular-kini-ancam-usiamuda.html>
- Kashyap, D. et al. 2022. Global Increase in Breast Cancer Incidence: Risk Factors and Preventive Measures. *BioMed Research International*, 2022. doi: 10.1155/2022/9605439.
- Marfianti, E. 2021. Peningkatan Pengetahuan Kanker Payudara dan Ketrampilan Periksa Payudara Sendiri (SADARI) untuk Deteksi Dini Kanker Payudara di Semutan Jatimulyo Dlingo. *Jurnal Abdimas Madani Dan Lestari (JAMALI)*, 25-31.
- Notoadmodjo S. 2012. Pengantar Pendidikan Kesehatan dan Ilmu Perilaku (Introduction to Health Education and Behavioral Sciences). Andi Offset.
- Piat, M., Ningsih, S., Jakri, Y. 2021. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Pengetahuan Biarawati Dalam Melakukan Deteksi Dini Kanker Payudara Di Biara OSM Pisa Tahun 2021. *Jurnal wawasan Kesehatan* vol. 6 (2) 80-88
- Rosdiana, E., Hirnama, H., Ulfa, C. R., Santika, R., & Marniati, M. 2020. Penyuluhan Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Pada Siswi Sman I Mesjid Raya. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (Kesehatan)*, 2(1), 41–46.
- Syaiful, Y., & Aristantia, R. 2016. Pendidikan Kesehatan Pemeriksaan Payudara Sendiri Terhadap Perilaku SADARI Pada Remaja (Health Education Breast Self Examination Toward BSE Behavior in Adolescent) (Vol. 07).
- Wirata, R. B., Studi, P., Keperawatan, S., Bethesda, S., & Yogyakarta, Y. 2021. Edukasi Deteksi Dini Kanker Payudara Dan SADARI Di Posbindu Apsari Yogyakarta (Issue 2). <http://pkm.uikabogor.ac.id/index.php/ABDIDOS/issue/archive>