



SOSIALISASI SADARI SEBAGAI UPAYA DETEKSI DINI KANKER PAYUDARA PADA REMAJA PUTRI

Citra Indah Fitriwati¹, Meinarisa²

¹ Fakultas Kesehatan, Institut Administrasi dan Kesehatan Setih Setio Muara Bungo

² Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi
email: citra.indah.fitriwati@gmail.com

Abstract

Based on data in 2018, the number of breast cancer sufferers increases by about 7 million peoples every year. Likewise, breast cancer patients in Indonesia increase of 0.9% in 2018. Meanwhile, breast cancer cases in Jambi Province based on medical record data from the hospital in Raden Mattaher Jambi in 2017, it showed 107 cases of breast cancer were treated in the hospital and 99 cases were outpatient. From January to April 2018, there were 39 cases of breast cancer that were treated as outpatients, while 45 women with breast cancer who were hospitalized. Therefore, the author give socialitation breast self-examination because of early detection of breast cancer is important. Realize is a technique that can be done at home and can be done by all women, including teenagers. This examination is relatively simple, easy, inexpensive and effective to do and makes it easy to physically feel the breast yourself and observe yourself visually if there are changes. By being aware of providing opportunities for women to increase the chance to be able to get treatment faster and increase survival rates in women.

Keywords: *Breast self-examination, Early Detection, Breast Cancer, Teenagers*

PENDAHULUAN

Penyakit kanker saat ini adalah satu dari penyebab utama kematian di seluruh dunia. Tahun 2030 diperkirakan akan meningkat menjadi 26 juta penderita dan 17 juta di antaranya meninggal dunia akibat kanker (WHO, 2015). Kanker menjadi masalah kesehatan masyarakat di Indonesia dengan prevalensi sebanyak 136.2/100.000 penduduk (Kemenkes, 2019).

World Health Organization (WHO) pada tahun 2018 menunjukkan bahwa jumlah penderita kanker payudara meningkat sekitar 7 juta orang setiap tahun, 78% kasus kanker payudara terjadi pada wanita berusia di atas 50 tahun dan 6% pada wanita dengan usia reproduksi masalah usia subur. Tingkat kelangsungan hidup pasien kanker payudara meningkat menjadi 80% karena menerapkan deteksi dini dan diagnosis dini (Majdawati, A, 2021).

Pasien kanker payudara di Indonesia sebanyak 58.256 penderita, jumlah ini meningkat dari 0,4% penderita pada tahun 2013 menjadi 0,9% penderita pada tahun 2018 (Yunitasari & Putri, 2020). Sedangkan di Provinsi Jambi setiap tahunnya memiliki prevalensi naik turun. Pada tahun 2014 sebanyak 341 penderita, pada tahun 2015

sebanyak 240 penderita, pada tahun 2016 sebanyak 425 penderita dan tahun 2017 sebanyak 281 penderita. Data rekam medis dari rumah sakit di Raden Mattaher Jambi pada tahun 2017 menunjukkan penderita kanker payudara yang dirawat di rumah sakit berjumlah 107 kasus dan 99 kasus di rawat jalan. Januari-April 2018, terdapat 39 kasus kanker payudara yang di rawat jalan, sedangkan per Januari-Mei 2018 terdapat 45 wanita dengan kanker payudara dirawat di rumah sakit (Mardiantun, 2019).

Kanker payudara adalah penyakit yang ditandai dengan sel dan jaringan payudara yang membelah secara tidak terkendali sehingga membentuk tumor di payudara. sel kanker payudara dapat menekan pertumbuhan sel normal, menyerang jaringan di sekitarnya dan menggunakan nutrisi untuk mempercepat pertumbuhannya (Irawan, E., Hayati, S., & Purwaningsih, D., 2017).

Penyebab utama kanker payudara karena interaksi kompleks dari banyak faktor seperti genetika, lingkungan, gaya hidup, diet yang semuanya mengandung pengawet dan hormonal berarti jumlah hormon estrogen dalam tubuh terlalu tinggi. Jaringan payudara yang berkembang sangat sensitif terhadap estrogen, sehingga wanita yang terpapar estrogen dalam



waktu lama memiliki risiko yang sangat tinggi terkena kanker payudara (Mardhiah, A., & Anjani, A. D., 2019).

Pemeriksaan payudara sendiri (sadari), pemeriksaan klinis payudara, momografi adalah beberapa pilihan dalam screening awal pemeriksaan payudara untuk deteksi dini kanker payudara. Sadari merupakan pilihan tehnik yang bisa dilakukan di rumah dan dilakukan sendiri oleh semua wanita termasuk juga remaja. Pemeriksaan ini tergolong simpel, mudah, murah dan efektif untuk dilakukan dan memudahkan untuk meraba sendiri payudara secara fisik dan mengamati sendiri secara visual jika terjadi perubahan. Dengan sadari memberikan kesempatan kepada perempuan untuk meningkatkan kesempatan untuk bisa mendapatkan treatment lebih cepat dan meningkatkan tingkat kelangsungan hidup pada wanita (Erbil, N., & Bolukbas, N., 2014).

Kanker pada wanita usia muda memiliki tingkat keganasan yang lebih tinggi dan tingkat kelangsungan hidup yang lebih kecil. Sehingga deteksi dini pada kanker payudara harus lebih dini (Angrainy, R, 2017). Sadari umumnya dilakukan sebulan sekali setelah menstruasi. Dengan bantuan minyak atau sabun agar tangan pemeriksa menjadi licin dan memudahkan pergerakan (Sulistyowati, L., 2017).

Berdasarkan hasil wawancara, Remaja putri di SMPN 3 Kabupaten Bungo terkadang enggan melakukan karena menganggap tabu dan sungkan untuk meraba payudara sendiri dan beberapa alasan lain seperti lupa dan tidak tahu cara melakukannya.

Berdasarkan uraian diatas maka sosialisasi sadari perlu diberikan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri agar terhindar dari penyakit kanker payudara. Berdasarkan fenomena tersebut, maka perlu dilakukan pengabdian masyarakat terkait sosialisasi sadari sebagai upaya deteksi dini kanker payudara pada remaja putri di SMPN 3 Kabupaten Bungo.

MASALAH, TARGET DAN LUARAN

Salah satu masalah yang ditemukan pada remaja putri di SMPN 3 Kabupaten Bungo adalah pengetahuan siswi tentang SADARI dan kanker payudara masih rendah, mereka tidak tahu gejala dan tanda awal kanker payudara. Selain itu, ada siswi yang memiliki keluhan nyeri pada area payudara saat melakukan aktivitas dan ada juga yang memiliki riwayat keluarga yang

menderita kanker payudara. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini memiliki target untuk memberikan sosialisasi pemeriksaan sadari sebagai upaya preventif kanker payudara. Luaran dari kegiatan ini adalah remaja putri bisa melakukan pemeriksaan sadari. Jika ditemukan tanda dan gejala yang mengarah ke kanker payudara, remaja putri harus melanjutkan pemeriksaan payudara secara klinis (sadanis) di fasilitas kesehatan terdekat.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di laksanakan pada bulan Juni 2022. Metode dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah dengan melakukan *forum group discussion* (FGD) dengan peserta kegiatan, dilanjutkan dengan melakukan *pre test* untuk mengetahui tingkat pemahaman remaja tentang kanker payudara dan deteksi dini SADARI.

Selanjutnya kegiatan dilanjutkan dengan memberikan sosialisasi yaitu menjelaskan tentang pengertian SADARI, faktor resiko kanker payudara, hal-hal yang perlu diperhatikan pada payudara, manfaat melakukan SADARI, syarat melakukan SADARI, waktu pelaksanaan SADARI, praktik cara deteksi dini pencegahan kanker payudara dengan SADARI dan dilakukan diskusi.

Lalu dilanjutkan dengan melakukan praktik SADARI setelah dijelaskan langkah-langkah sadari yang benar dilanjutkan dengan praktek mandiri oleh siswi untuk mencoba melakukan SADARI. Lalu dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab. Kemudian setelah edukasi dan sosialisasi selesai lalu dilakukan *post-test* untuk mengevaluasi kegiatan.

HASIL PEMBAHASAN

Kegiatan pendidikan kesehatan dan praktik SADARI ini termasuk dalam upaya promosi kesehatan untuk membentuk motivasi dan keterampilan SADARI yang selanjutnya berguna meningkatkan self efficacy dalam deteksi dini kanker payudara. Berdasarkan hasil *forum group discussion* (FGD) yang dilakukan diketahui bahwa pengetahuan siswi tentang SADARI dan kanker payudara masih rendah, mereka tidak tahu gejala dan tanda awal kanker payudara, tidak pernah mendapat edukasi dan sosialisasi tentang SADARI sebelumnya. Pengetahuan yang



rendah ini juga terlihat dari hasil pre-test yang dilakukan dimana mayoritas tingkat pengetahuan siswi masih rendah tentang SADARI dan kanker payudara.

Hasil rata-rata *pre test* siswi adalah 65 dan naik menjadi 85 setelah *post test*. Kenaikan tersebut karena seluruh siswi antusias mengikuti kegiatan penyuluhan mulai dari sesi tanya jawab, diskusi sampai demonstrasi.



Gambar 1 Penyampaian materi



Gambar 2 Demonstrasi langkah SADARI

Setelah dilakukan edukasi terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan sebelum dan sesudah tentang pengertian kanker payudara, gejala dan tanda kanker payudara, faktor resiko kanker payudara, pengertian dan cara melakukan SADARI, manfaat SADARI, syarat dan waktu pelaksanaan SADARI. Hal ini menunjukkan efektifitas penggunaan media edukasi berupa leaflet, video SADARI, dan media peraga.

Kegiatan sosialisasi tentang SADARI ini merupakan salah satu bentuk promosi kesehatan yang mengupayakan individu dan masyarakat untuk meningkatkan kemampuan mereka dalam mengendalikan faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatannya. Sedangkan tujuan pendidikan kesehatan tidak terbatas pada penyebaran informasi yang berhubungan dengan kesehatan tetapi juga membina motivasi, keterampilan, dan self efficacy yang diperlukan untuk mengambil tindakan untuk meningkatkan kesehatan (WHO, 2012).

Perilaku SADARI merupakan bentuk perilaku kesehatan. Perilaku kesehatan menurut Lawrence green dalam Notoatmodjo (2014) faktor predisposisi, faktor pemungkin, dan faktor penguat. Faktor Predisposisi (predisposing factors) antara lain pengetahuan, sikap, nilai-nilai budaya, persepsi, dan beberapa karakteristik individu seperti umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan pekerjaan. Faktor Pemungkin (*enabling factors*) mencakup ketersediaan sarana dan prasarana atau fasilitas kesehatan bagi masyarakat seperti rumah sakit, puskesmas, poliklinik, posyandu, polindes, dan sebagainya serta Faktor Penguat (*reinforcing factors*) meliputi pendapat, dukungan sosial keluarga, pengaruh teman, kritik baik dari teman-teman atau lingkungan bahkan saran dan umpan balik dari petugas kesehatan.

Mayoritas remaja putri melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) ditentukan oleh beberapa faktor yaitu predisposisi berupa umur, pengetahuan dan pekerjaan, faktor *enabling* berupa keterjangkauan jarak, ketersediaan sarana dan prasarana, dan keterampilan, dan faktor *reinforcement* berupa keterpaparan informasi, dukungan keluarga dan dukungan petugas kesehatan (Juwita & Purbasari, 2018).

Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) merupakan deteksi dini kanker payudara yang paling dianjurkan bagi setiap wanita karena caranya mudah dan praktis, SADARI merupakan tindakan yang sangat penting karena hampir 80% benjolan pada payudara wanita ditemukan oleh penderita sendiri (Widyaningsih, Eka, Bati, 2019).

Peningkatan perilaku SADARI bisa menjadi deteksi dini terhadap penyakit Kanker Payudara, sehingga dalam stadium awal bisa mendapatkan penanganan medis yang tepat. Kondisi ini diharapkan dapat meningkatkan harapan kesembuhan dan meningkatkan harapan hidup, secara umum dapat meningkatkan derajat kesehatan di Indonesia.

Faktor pengetahuan yang kurang tentang pemeriksaan payudara sendiri membuat remaja kurang kesadaran akan bahaya dari kanker payudara, sehingga kurang menyadari akibat buruk dari tidak dilakukannya deteksi sejak dini terhadap payudara, maka dari itu remaja harus memiliki pengetahuan yang cukup tentang penyakit wanita yang cukup ganas karena banyak wanita yang meninggal disebabkan oleh kanker payudara (Rachmasari, Pramukti, D., & Meilinda, E., 2018).



Pengetahuan sangat berperan penting terhadap perilaku seseorang yang dimana semakin tinggi tingkat pengetahuan seseorang maka akan semakin tinggi juga tingkat pemahaman dan kesiapan untuk melakukan pemeriksaan payudara sendiri (Sari, IG., Saputri, ME., Lubis, R., 2022).



Gambar 3 Pemberian *doorprize* untuk siswi yang aktif berpartisipasi selama kegiatan

Kegiatan ini juga memberikan kesempatan pada siswi untuk menjelaskan ulang dan melakukan demonstrasi ulang secara mandiri langkah-langkah SADARI yang sudah di sampaikan. Kegiatan ini disambut baik dan antusias oleh para siswi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah berhasil dilaksanakan. Secara umum sosialisasi sadari ini berjalan lancar dan hasil capaian yang diperoleh melalui kegiatan ini adalah siswi mampu menjelaskan definisi sadari, manfaat sadari, serta diharapkan siswi dapat menerapkan secara mandiri langkah-langkah sadari di rumah sebagai upaya deteksi dini kanker payudara. Jika ditemukan tanda dan gejala yang mengarah pada kanker payudara maka disarankan untuk melanjutkan pemeriksaan payudara secara klinis pada fasilitas kesehatan. Dilihat dari respon para siswi, kegiatan ini disambut baik dan di nilai memberi manfaat positif untuk siswi.

REFERENSI

Angrainy, R. (2017). Hubungan Pengetahuan, Sikap Tentang Sadari Dalam Mendeteksi Dini Kanker Payudara Pada Remaja. *Jurnal Endurance*, 2(2), 232. <https://doi.org/10.22216/jen.v2i2.1766>

Erbil, N., & Bolukbas, N. (2014). Health beliefs and breast self-examination among female university nursing students in Turkey. *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention*, 15(16), 6525–6529.

<https://doi.org/10.7314/APJCP.2014.15.16.6525>

- Irawan, E., Hayati, S., & Purwaningsih, D. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Penderita Kanker Payudara. *Jurnal Keperawatan BSI*, 5(2), 121–129.
- Kemendes. (2019). Hari Kanker Sedunia 2019. <https://www.depkes.go.id/article/view/19020100003/harikanker-sedunia-2019.html>
- Juwita, Purbasari. (2018). Hubungan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) Terhadap Sikap Dan Perilaku Pada Remaja Putri. *Adi husada nursing journal*, 4(2): 14.
- Majdawati, A. (2021). Upaya peningkatan pengetahuan seputar kanker payudara, sadari untuk deteksi dini kanker payudara. *Universitas Muhammadiyah Yogyakarta*, 5(2), 561–572.
- Mardhiah, A., & Anjani, A. D. (2019). Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Dengan Kejadian Kanker Payudara di RSUD Embung Fatimah Kota Batam Tahun 2017. *Jurnal Kebidanan*, 09(1), 2–31.
- Mardiantun, Sentana D. a'an. (2019). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Dengan Video Tentang Pencegahan Penularan Penyakit Terhadap Pengetahuan Pasien Tuberculosis Di Wilayah Kerja Puskesmas Sedau Tahun 2019. *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)*. 9698(1), 65–75.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Rachmasari, Pramukti, D., & Meilinda, E. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Periksa Payudara Sendiri (Sadari) Pada Wanita Usia Subur Di Puskesmas Depok I Sleman Yogyakarta. *jurnal ilmiah ilmu keperawatan dan ilmu kesehatan masyarakat*, 13(2).
- Sari, IG., Saputri, ME., Lubis, R. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Sadari Pada Remaja Putri di SMK Pandutama Bogor Tahun 2021. *Jurnal Penelitian Keperawatan Kontemporer*, Vol. 2, No. 1, 98–106.
- Widyaningsih, Eka Bati. (2019). FaktorFaktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Remaja Tentang Periksa Payudara Sendiri (SADARI) Pada Siswi Kelas XI SMAN 86 Jakarta Tahun 2016. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Delima* 3(2): 171–79.
- World Health Organization. (2012). *Health education: theoretical concepts, effective strategies and core competencies*. Geneva: WHO.
- World Health Organization. (2015). *Breast Cancer*. [Online] Available at <http://www.who.int/cancer/detection/breastcancer/en/index.html>.
- Yunitasari, Evi., Putri, A. D. L. (2020). Wellness and Healthy Magazine. *Journal Wellnes*, 2 (February), 309–313. <https://doi.org/10.30604/well.174322021>