



PENYULUHAN KESEHATAN DETEKSI DINI KANKER PAYUDARA DENGAN TEKNIK SADARI PADA REMAJA PUTRI

Ayuro Cumayunaro^{1*}, Aida Yulia², Rima Septia³, Vellina Syaquilla Azizah⁴

Prodi Ilmu Keperawatan, STIKes Ranah Minang

Email : ayurocumayunaro@gmail.com

ABSTRAK

Kanker payudara merupakan salah satu kanker yang mempunyai angka mortalitas cukup tinggi dan merupakan jenis keganasan yang paling sering menyerang wanita. Kanker payudara terjadi ketika sel-sel pada jaringan yang ada di payudara tumbuh tidak terkendali dan mengambil alih jaringan payudara yang sehat dan sekitarnya. Pencegahan kanker payudara secara dini sudah dapat dilakukan saat usia 10-24 tahun. Periksa payudara sendiri atau SADARI merupakan cara paling sederhana untuk mendeteksi kanker payudara sedini mungkin. Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan informasi kepada remaja mengenai cara melakukan SADARI dengan benar dan dilakukan secara rutin, sehingga jika terdeteksi dari awal dapat ditangani secara cepat dan tepat. Bentuk rangkaiannya kegiatan yang dilakukan penyampaian materi yang berisi materi tentang kanker payudara dan demonstrasi cara melakukan SADARI. Kegiatan pengabdian dilakukan pada hari Jumat, 4 November 2022 di SMA 16 Padang jam 08.30 – 09.30 WIB. Hasil pengabdian di diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan remaja terkait dengan pentingnya melakukan deteksi dini kanker payudara dengan melakukan SADARI yang benar dan rutin.

Kata Kunci: Deteksi Dini, Kanker Payudara, SADARI

ABSTRACT

Breast cancer is one of the cancers that has a fairly high mortality rate and is the type of malignancy that most often affects women. Breast cancer occurs when cells in the tissues present in the breast grow out of control and take over healthy breast tissue and its surroundings. Early breast cancer prevention can already be done at the age of 10-24 years. Self-breast check or SADARI is the simplest way to detect breast cancer as early as possible. The purpose of this community service is to provide information to adolescents on how to do SADARI correctly and carried out regularly, so that if detected from the beginning, it can be handled quickly and appropriately. The form of activity carried out is the delivery of material containing material on breast cancer and demonstrations of how to do SADARI. The community service activity was carried out on Friday, November 4, 2022 at SMA 16 Padang at 08.30 – 09.30 WIB. The results of the service are expected to increase adolescent knowledge related to the importance of early detection of breast cancer by carrying out correct and routine.

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

PENDAHULUAN

Kanker payudara adalah kanker yang terbentuk di jaringan payudara. Kanker payudara terjadi ketika sel-sel pada jaringan yang ada di payudara tumbuh tidak terkendali dan mengambil alih jaringan payudara yang sehat dan sekitarnya. Sel-sel tersebut membelah diri lebih cepat dari sel normal dan berakumulasi, yang kemudian

membentuk benjolan atau massa. Pada stadium yang lebih parah, sel-sel abnormal ini dapat menyebar melalui kelenjar getah bening ke organ tubuh lainnya.

Kanker payudara menempati urutan pertama terkait jumlah kanker terbanyak di Indonesia, kanker menjadi salah satu penyumbang kematian pertama. Menurut laporan *Global*



Burden of Cancer Study (Globocan) dari *World Health Organization* (WHO), terdapat 396.914 penyakit kanker yang menyerang penduduk tanah air pada 2020. Data menunjukkan bahwa angka kejadian kanker di usia remaja adalah 0,6 %, usia ≥ 75 tahun jumlah kasus mencapai 5,0 %, pada usia 1 sampai 4 tahun dan 5 sampai 14 tahun adalah 0,1 %.

Pencegahan kanker payudara secara dini sudah dapat dilakukan saat usia 10-24 tahun. Periksa payudara sendiri adalah cara paling sederhana untuk mendeteksi kanker payudara sedini mungkin. Dengan melakukannya secara rutin dapat di sadari jika ada perubahan yang tidak biasa pada payudara, sehingga bisa melakukan pemeriksaan diagnosis lanjutan. Melalui SADARI, kita dapat mengetahui secara dini dan dapat diberikan penanganan secepat mungkin. Walaupun kanker payudara sangat berbahaya namun kanker dapat disembuhkan bila diketahui saat stadium dini. Maka dari itu, penting sekali bagi setiap perempuan melakukan SADARI, pemeriksaan payudara sendiri secara rutin.

METODE

Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilaksanakan tanggal 4 November 2022 di ruang mushalla SMA 16 Padang. Metode pendidikan kesehatan yang digunakan adalah dengan cara memberikan edukasi dan demonstrasi tentang SADARI. Materi edukasi di sampaikan melalui media power point yang berisi materi tentang konsep dasar kanker payudara, konsep SADARI dan teknis melakukan SADARI dengan menggunakan pantom payudara. Pemeriksaan atau SADARI dapat dilakukan saat di kamar mandi, sambil bercermin dan saat berbaring. Pemeriksaan SADARI di kamar mandi dilakukan dengan menilai kelainan pada ukuran, tekstur, serta bentuk payudara. Pemeriksaan pada saat mandi dapat dilakukan dengan cara meraba seluruh areanya dari atas hingga ke bawah., menggunakan tiga jari utama, yaitu

telunjuk, tengah, dan jari manis. Kemudian raba payudara dengan gerakan melingkar mulai dari luar dekat ketiak hingga ke tengah puting. Rasakan apakah ada benjolan atau perubahan tekstur pada payudara yang sebelumnya tak pernah ada. Selain area payudara, jangan lupa untuk memeriksa area ketiak dan atas tulang selangka, hal ini juga seringkali ditumbuhi sel kanker. Pemeriksaan SADARI dapat dilakukan seminggu sebelum siklus menstruasi atau seminggu setelah siklus menstruasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri terkait deteksi dini kanker payudara melalui tindakan SADARI. Upaya yang dapat dilakukan untuk mengendalikan kanker payudara adalah dengan melakukan pencegahan primer seperti pengendalian faktor risiko dan peningkatan komunikasi, informasi dan edukasi. Lestari dan Wulansari tahun 2019 menyampaikan hasil bahwa pengetahuan tentang SADARI sebelum diberikan penyuluhan, sebagian besar mempunyai pengetahuan sedang. Sedangkan setelah diberikan penyuluhan mempunyai pengetahuan baik.

Pencegahan sekunder dilakukan melalui deteksi dini kanker payudara yaitu pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) (Kemenkes RI, 2015). SADARI merupakan metode pemeriksaan sederhana dan paling mudah yang dapat dilakukan dengan menggunakan jari-jari tangan. Tindakan ini sangat penting karena hampir 85% benjolan di payudara wanita ditemukan oleh penderita sendiri, (Widiyanigrum, 2017). Terbatasnya pengetahuan masyarakat mengenai kanker payudara dan bagaimana cara melakukan deteksi merupakan salah satu penyebab hal tersebut terjadi (Irawan dkk, 2017).

Pengetahuan sangat penting dalam upaya pencegahan kanker payudara. Pengetahuan perempuan mengenai deteksi dini kanker payudara

berpengaruh signifikan dan positif terhadap keyakinannya mengenai kesehatan. Dimana adanya pengetahuan yang baik maka di harapkan remaja mampu memotivasi diri sendiri dan bahkan orang di sekitarnya untuk melakukan SADARI (Pamungkas, 2011). Salah satu cara untuk memberikan atau menyampaikan informasi menjadi pengetahuan adalah dengan cara memberikan penyuluhan.

Penyuluhan dapat diberikan dalam bentuk ceramah, demonstrasi dan praktek. Seseorang yang mempunyai informasi yang lebih banyak akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas, hal ini sejalan dengan penelitian Marfianti tahun 2021 bahwa terdapat peningkatan pengetahuan setelah edukasi dan pelatihan SADARI dibanding sebelumnya. Informasi dapat disampaikan

melalui media cetak dan elektronik dengan cepat di masyarakat. Hal ini sejalan dengan penelitian Yulinda tahun 2018 tentang Efektivitas penyuluhan metode ceramah dan audiovisual dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang sadari di SMKN 5 Surabaya terdapat perbedaan pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah penyuluhan kesehatan.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada hari Jumat, 4 November 2022 di mushalla SMA 16 Padang, dengan jumlah 90 siswi yang berpartisipasi dan di dampingi oleh 3 majlis guru. Kegiatan di awali dengan memberikan penyuluhan kesehatan tentang konsep kanker payudara dan deteksi dini kanker payudara melalui power point kemudian di ikuti demonstrasi pada pantom payudara.



Gambar 1.

Bukti dokumentasi kegiatan Pengabdian Masyarakat di SMA 16 Padang

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat tersebut, dapat di lihat adanya peningkatan pengetahuan siswi SMA 16 Padang terkait cara deteksi dini kanker payudara dengan melakukan SADARI. Hal ini dapat di lihat dengan antusias nya siswi dalam memberikan pertanyaan serta mau untuk mengulang melakukan demonstrasi ke pantom untuk teknik

SADARI. Hal ini sejalan dengan penelitian Khayati dkk, 2021 tentang upaya peningkatan pengetahuan dan keterampilan remaja untuk deteksi dini kanker payudara melalui pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) didapatkan hasil Setelah dilaksanakan kegiatan edukasi terjadi peningkatan pengetahuan dalam kategori baik sebesar 95% dan 90%



memiliki ketrampilan dalam kategori baik untuk SADARI.

SIMPULAN

Hasil pengabdian ini memberikan dampak terhadap pengetahuan dan sikap siswi SMA 16 Padang untuk melakukan deteksi kanker payudara melalui SADARI yang dapat di aplikasi oleh siswi secara rutin setiap bulannya dalam upaya salah satu bentuk pencegahan sekunder kejadian kanker payudara.

DAFTAR PUSTAKA

- American Cancer Society. 2016. Breast Cancer Fact and Figures 2016. [Online] Available at <http://www.cancer.org/research/cancerfactsfigure>.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2015. Pedoman Teknis Pengendalian Kanker Payudara Dan Kanker Leher Rahim. Jakarta: Departemen Kesehatan
- Khayati, N., Rejeki, S., Machmudah, M., Pawestri, P., Armiyati, Y., & Sianturi, R. (2021). Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Remaja Untuk Deteksi Dini Kanker Payudara Melalui Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). *SALUTA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 25-30.
- Lestari, P., & Wulansari, W. (2019). Pentingnya pemeriksaan payudara sendiri (sadari) sebagai upaya deteksi dini kanker payudara. *Indonesian Journal of Community Empowerment (IJCE)*, 1(2).
- Pamungkas. 2011. Deteksi Dini Kanker Payudara, Kenali Sebab-Sebab dan Cara Antisipasinya. Jakarta: Rineka Cipta.
- Marfianti, E. (2021). Peningkatan Pengetahuan Kanker Payudara dan Keterampilan Periksa Payudara Sendiri (SADARI) untuk Deteksi Dini Kanker Payudara di Semutan
- Jatimulyo Dlingo. *Jurnal Abdimas Madani Dan Lestari (JAMALI)*, 25-31.
- Nurhayati. 2012. Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pemeriksaan Kanker Payudara Sendiri (SADARI) Sebagai Deteksi Dini Kanker Payudara di SMA Negeri 04 Gorontalo
- World Health Organization. 2015. Breast Cancer. [Online] Available at <http://www.who.int/cancer/detection/breastcancer/en/index.html>.
- Yulinda, A., & Fitriyah, N. (2018). Efektivitas penyuluhan metode ceramah dan audiovisual dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang sadari di SMKN 5 Surabaya. *Jurnal Promkes*, 6(2), 116-128.