



PENYULUHAN DAN PEMERIKSAAN PAYUDARA SENDIRI (SADARI)

Oleh

Eliyawati¹, Indasah², Katmini³, Ida Watna⁴, Silvia Dwi Agustin⁵, Agung Setyanto⁶, Yuliadi Setiawan⁷, Ida Vira Wati⁸, Sugiyono⁹, Erwan Darmawan¹⁰, Raudatul Hikmah¹¹
1,2,3,4,5,6,7,8,9,10 Institut Ilmu Kesehatan, Strada Indonesia, Jawa timur

¹¹ Universitas Ibrahimy, Jawatimur

E-mail: 1eliyawatimeira1988@gmail.com

Article History:

Received: 09-06-2022

Revised: 13-06-2022

Accepted: 20-07-2022

Keywords:

Remaja putri, Menstruasi

Abstract: *Pengabdian Masyarakat ini melalui penyuluhan kesehatan tentang cara deteksi pencegahan kanker payudara memiliki tujuan umum dan tujuan khusus. Dimana tujuan umum dari kegiatan ini untuk meningkatkan partisipasi dari masyarakat khususnya ibu ibu dalam melakukan deteksi dini pencegahan kanker payudara. Sedangkan tujuan khususnya untuk meningkatkan pelaksanaan SADARI bagi ibu ibu untuk pencegahan kanker payudara. Manfaat dari pendidikan kesehatan ini yaitu meningkatkan pengetahuan ibu ibu dalam melakukan deteksi dini dan pencegahan penyakit kanker payudara.*

PENDAHULUAN

Penyakit kanker payudara merupakan penyebab utama kematian diantara semua penyakit kanker yang dialami wanita di Indonesia. Penyakit kanker merupakan salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia, meningkatnya angka kematian akibat kanker payudara salah satunya karena terdeteksi pada stadium lanjut. Kanker payudara merupakan salah satu jenis kanker yang umum pada wanita. Kanker payudara merupakan tumor ganas yang tumbuh didalam jaringan payudara. Setiap tahun lebih dari 185.000 wanita didiagnosa menderita kanker payudara. Insiden penyakit ini semakin meningkat di negara-negara maju¹.

Data Global Cancer Observatory tahun 2018 menyatakan terdapat 18,1 juta kasus baru dengan angka kematian sebesar 9,6 juta kematian, dimana 1 dari 5 laki-laki dan 1 dari 6 perempuan di dunia mengalami kejadian kanker. Data tersebut juga menyatakan 1 dari 8 laki-laki dan 1 dari 11 perempuan, meninggal karena kanker. Sementara itu angka kejadian penyakit kanker di Indonesia (136.2/100.000 penduduk) berada pada urutan 8 di Asia Tenggara, sedangkan di Asia urutan ke 23. Angka kejadian tertinggi di Indonesia untuk laki laki adalah kanker paru yaitu sebesar 19,4 per 100.000 penduduk dengan rata-rata kematian 10,9 per 100.000 penduduk, yang diikuti dengan kanker hati sebesar 12,4 per 100.000 penduduk dengan rata-rata kematian 7,6 per 100.000 penduduk. Sedangkan angka kejadian untuk perempuan yang tertinggi adalah kanker payudara yaitu sebesar 42,1 per 100.000 penduduk dengan rata-rata kematian 17 per 100.000 penduduk yang diikuti kanker leher

¹ Panigroro S, B. S. Hernowo, and H. Purwanto, "Panduan Penatalaksanaan Kanker Payudara (Breast Cancer Treatment Guideline)," *J. Kesehat. Masy* 4, no. 4 (2019), <http://kanker.kemkes.go.id/guidelines/PPKPayudara.pdf>.



rahim sebesar 23,4 per 100.000 penduduk dengan rata-rata kematian 13,9 per 100.000 penduduk. Di Indonesia, ditemukan lebih dari 80% kasus berada pada stadium lanjut, selain itu juga upaya dalam pengobatan sulit dilakukan karena sebanyak 60-70% pencari pengobatan kanker payudara sudah dalam stadium lanjut. Oleh karena itu perlu adanya pemahaman tentang upaya pencegahan dan diagnosis dini pada kanker payudara agar kasus ini dapat terdeteksi pada stadium awal sehingga akan menurunkan jumlah kematian yang diakibatkan oleh kanker payudara. Di Provinsi Jawa Timur pada tahun 2021, jumlah Wanita. yang diperiksa dan ditemukan benjolan sebanyak 1.498 perempuan (1.8%). Angka kejadian dengan gejala kanker payudara di Kabupaten Situbondo sebanyak 3.827 perempuan²

Dalam rangka mengoptimalkan upaya pencegahan dan pengendalian kanker di Indonesia, perlu adanya upaya masif yang dilakukan oleh semua pihak baik pemerintah maupun masyarakat dalam pencegahan dan pengendalian kanker. Periksa payudara sendiri atau SADARI hingga saat ini merupakan cara deteksi dini kanker payudara yang cukup efektif. SADARI mudah dilakukan dan bisa diterapkan kepada semua usia, baik remaja dan wanita dewasa. Dengan melakukan SADARI yang benar dan rutin, sebanyak 80 persen kanker payudara bisa ditemukan. Meski gerakan sangat mudah, namun belum banyak wanita yang sadar pentingnya melakukan SADARI³.

Berdasarkan uraian diatas, maka kami kelompok residensi di Rumah sakit Mitra Sehat Situbondo tertarik untuk melakukan penyuluhan kesehatan mengenai deteksi dini kanker payudara untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam pencegahan awal terhadap terjadinya kanker payudara.

METODE

Sasaran Kegiatan dalam pendidikan kesehatan terkait deteksi dini kanker payudara ini adalah ibu usia subur di Wilayah RS Mitra Sehat. Metode Kegiatan dengan Metode yang digunakan dalam pendidikan kesehatan ini meliputi ceramah, praktek SADARI, Tanya jawab, dan pemutaran video terkait bahaya penyakit kanker payudara. Mitra Pengabdian Masyarakat, Keterkaitan Lembaga pelaksana Kegiatan ini adalah Rumah Sakit Mitra Sehat Situbondo.

Sasaran Pengabdian Masyarakat adalah Wanita usia subur. Kegiatan pengabdian Masyarakat ini merupakan wujud dari Tugas Mahasiswa Magister Kesehatan IIK Strada Indonesia dimana bentuk dari pengetahuan yang dimiliki adalah dengan menyebarkan pengetahuan tersebut dalam rangka pencegahan penyakit kanker payudara. Kegiatan ini melibatkan Mahasiswa IIK Strada Indonesia yang saat ini bertugas melaksanakan Tugas Praktik Residensi Di rumah Sakit Mitra Sehat Situbondo.

Evaluasi kegiatan dilakukan dengan Tanya jawab secara langsung dengan Para Wanita Usia Subur sebagai peserta penyuluhan dan setelah pemberian penyuluhan dilaksanakan.

Jadwal Pelaksanaan Kegiatan

1. Waktu Pelaksanaan: Kegiatan ini dilaksanakan selama 20 hari di bulan Juni 2022
2. Tempat pelaksanaan Yaitu di rumah sakit mitra Sehat Situbondo

² Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur., *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur 2020*. Surabaya: Dinas Kesehatan Jawa Timur, 2020.

³ Graham A Colditz and Kari Bohlke, "Priorities for the Primary Prevention of Breast Cancer," *Pubmed* 64, no. 3 (2014): 186–94, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24647877/>.



3. Tehnis Pelaksanaannya Adalah mahasiswa yang bertugas shipp Di Rumah Sakit Mitra Sehat melaksanakan penyuluhan pasien atau keluarga Pasien yang ada di area Rumah Sakit Mitra sehat Situbondo.

NO	Tahap	Kegiatan	Respon	Metode	WAKTU
1.	Orientasi	<ul style="list-style-type: none"> • Memberi salam dan berkenalan • Menjelaskan kontrak waktu • Menjelaskan Tujuan Kegiatan 	<ul style="list-style-type: none"> • Memberi salam • Berkenalan • Menjelaskan kontrak waktu • Menjelaskan Tujuan Kegiatan 	<ul style="list-style-type: none"> • Menjawab salam • Bersedia mengikuti kegiatan • Mendengarkan dan memperhatikan 	5 Menit
2.		Menjelaskan penyakit CA Terkait : - Definisi - Penyebab - Jenis penyakit CA - Faktor Resiko CA - Pelaksanaan SADARI	Mendengarkan dan memperhatikan informasi yang dijelaskan	Ceramah	30 Menit
3.		<ul style="list-style-type: none"> • Memberikan kesempatan untuk bertanya • Menjawab pertanyaan • Menyimpulkan materi yang telah disampaikan • Memberi salam penutup 	<ul style="list-style-type: none"> • Mengajukan pertanyaan • Memperhatik • Mendengarkan penjelasan • Menjawab salam 	Ceramah	15 Menit

Tabel 1. Alur kegiatan Penyuluhan SADARI

HASIL

Total keseluruhan peserta penyuluhan dan pemeriksaan Payudara sendiri 25 orang. Setelah dilakukan penyuluhan dan diberikan contoh untuk melakukan pemeriksaan payudara sendiri maka disimpulkan bahwa 18 orang dapat melakukan pemeriksaan payudara sendiri dengan baik sesuai urutan, 5 orang melakukan pemeriksaan payudara



DISKUSI

Dari hasil yang diperoleh terdapat sebagian besar siswi/mahasiswi menganggap bahwa informasi pemeriksaan SADARI ini adalah informasi yang baru dan cara melakukan pemeriksaan sebagian besar dengan langkah yang acak serta dari hasil pemeriksaan terdapat 1 orang yang mengalami benjolan disekitar payudara. Oleh karena itu harus terdapat solusi untuk mengatasi hal tersebut yang tertuang dalam rencana tindak lanjut berupa:

1. Informasi terkait perubahan fisik pada ibu usia subur
2. Pemberian informasi anatomi payudara secara umum
3. Konseling bagi ibu usia subur yang mengalami keluhan terkait payudara
4. Demonstrasi cara melakukan pemeriksaan payudara yang benar
5. Melakukan pemeriksaan lebih lanjut pada ibu usia subur yang terdapat benjolan di sekitar payudaranya untuk di konsultasikan pada dokter.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan oleh mahasiswa IIK Strada Kediri dan dosen Prodi S1 Kebidanan dan profesi. Bidan memberikan asuhan kebidanan berkesinambungan⁴ salah satu sasarannya kepada ibu usia subur karena untuk mempersiapkan menjadi seorang ibu yang akan hamil, bersalin dan mempunyai anak. Sehingga penting dilakukan asuhan kebidanan yang berpusat pada perempuan agar harapan perempuan sebagai penerima asuhan dan bidan sebagai pemberi layanan dapat berjalan dengan baik⁵. Bidan dan perempuan khususnya ibu usia subur dapat berpartner dengan baik ketika perempuan dapat menerima asuhan dan bidan memberikan informasi yang diharapkan ketika menstruasi⁶. Pada saat menstruasi juga dapat menjadi penyebab anemia sehingga perlu dilakukanantisipasi yang biasa dilakukan yaitu memberikan tablet Fe selain itu dibutuhkan strategi lain berupa fortifikasi makanan yang disukai. Sebagaimana yang diketahui kelor bermanfaat bagi kesehatan. Per 100 gram serbuk kelor mengandung Fe 25 kali lipat lebih tinggi dibanding sayuran bayam. Sehingga fortifikasi kelor pada nugget sebagai makanan yang disukai remaja merupakan salah satu alternatif makanan dalam penanggulangan anemia remaja⁷. Selain itu pada saat menstruasi biasanya remaja

⁴ Dewi Andariya Ningsih, "Continuity of Care Kebidanan," *OKSITOSIN : Jurnal Ilmiah Kebidanan* 4, no. 2 (2017): 67–77.

⁵ Dewi Andariya Ningsih, *Midwifery Women Center Care Pada Masa Nifas Dalam Buku Asuhan Kebidanan Pada Masa Pandemi Covid-19*, ed. PhD Qorinah Estiningtyas Sakilah Adnani, M.Keb and Diajeng Ragil Pangestuti (Malang: CV Penulis Cerdas Indonesia, 2021), <https://drive.google.com/file/d/18SXFD05VC58S6HN0VTghykhXh8dHROQN/view?usp=sharing>.

⁶ Dewi Andariya Ningsih, "Partnership Dalam Pelayanan Kebidanan," *Proceeding book* (2015).

⁷ Azizatul Hamidiyah, Dewi Andariya Ningsih, and Lia Fitria, "Pengaruh Fortifikasi Kelor Terhadap Organoleptik Nugget," *Conference on Innovation and Application of Science and Technology (CIASTECH 2020)* 2, no. Ciastech



memalami dismenorea, latihan abdominal stretching disarankan untuk digunakan remaja dan sebagai bagian dari intervensi kebidanan untuk mengatasi dismenorhea⁸.

KESIMPULAN

Sebagian besar ibu-ibu dapat melakukan pemeriksaan payudara dengan baik tetapi dengan cara acak dan Sebagian besar hasil pemeriksaan payudara sendiri pada ibu normal.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Terimakasih kepada Program studi Magister ilmu Kesehatan Masyarakat Minat kesehatan ibu dan anak (KIA) Institut ilmu kesehatan, Strada Indonesia, Jawa timur atas dukungannya dalam kegiatan ini. Selain itu kami ucapkan terimakasih kepada seluruh bagian yang ikut serta dalam mensukseskan kegiatan pengabdian masyarakat ini

DAFTAR REFERENSI

- [1] Colditz, Graham A, and Kari Bohlke. "Priorities for the Primary Prevention of Breast Cancer." Pubmed 64, no. 3 (2014): 186–94. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24647877/>.
- [2] Colditz, Graham A, and Kari Bohlke. "Priorities for the Primary Prevention of Breast Cancer." Pubmed 64, no. 3 (2014): 186–94. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24647877/>.
- [3] Dewi Andariya Ningsih. "Partnership Dalam Pelayanan Kebidanan." Proceeding book (2015).
- [4] Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur 2020. Surabaya: Dinas Kesehatan Jawa Timur, 2020.
- [5] Hamidiyah, Azizatul, Dewi Andariya Ningsih, and Lia Fitria. "Pengaruh Fortifikasi Kelor Terhadap Organoleptik Nugget." Conference on Innovation and Application of Science and Technology (CIASTECH 2019) 2, no. Ciastech (2019): 151–158.
- [6] Ningsih, Dewi Andariya. "Continuity of Care Kebidanan." OKSITOSIN : Jurnal Ilmiah Kebidanan 4, no. 2 (2017): 67–77.
- [7] ———. Midwifery Women Center Care Pada Masa Nifas Dalam Buku Asuhan Kebidanan Pada Masa Pandemi Covid-19. Edited by PhD Qorinah Estiningtyas Sakilah Adnani, M.Keb and Diajeng Ragil Pangestuti. Malang: CV Penulis Cerdas Indonesia, 2021. <https://drive.google.com/file/d/18SXFDo5VC58S6HNoVTghykhXh8dHROQN/view?usp=sharing>.
- [8] Ningsih, Dewi Andariya, and Eliyawati. "Pengaruh Senam Abdominal Stretching Terhadap Efektifitas Penurunan Nyeri Dismenorhea Primer Pada Remaja Putri Di MA Al-Amiriyah Blokagung Tahun 2018." J-HESTECH (Journal Of Health Educational Science And Technology) 1, no. 2 (2018): 87.
- [9] S, Panigroro, B. S. Hernowo, and H. Purwanto. "Panduan Penatalaksanaan Kanker Payudara (Breast Cancer Treatment Guideline)." J. Kesehat. Masy 4, no. 4 (2019). <http://kanker.kemkes.go.id/guidelines/PPKPayudara.pdf>.

(2020): 151–158.

⁸ Dewi Andariya Ningsih and Eliyawati, "Pengaruh Senam Abdominal Stretching Terhadap Efektifitas Penurunan Nyeri Dismenorhea Primer Pada Remaja Putri Di MA Al-Amiriyah Blokagung Tahun 2018," *J-HESTECH (Journal Of Health Educational Science And Technology)* 1, no. 2 (2018): 87.