

## SOSIALISASI SADARI TENTANG DETEKSI DINI KANKER PAYUDARA DI SMP 28 SEMARANG

Maya Triyanita

DIII Fisioterapi, Universitas Widya Husada Semarang

Email korespondensi: [mayafisio1795@gmail.com](mailto:mayafisio1795@gmail.com)

Dikirim: 28 Februari 2023 Direvisi: 1 Maret 2023 Diterima: 5 Mei 2023 Dipublikasikan: 27 September 2023

### ABSTRAK

Kanker payudara muncul karena adanya pertumbuhan sel sel yang tidak normal dan tidak terkontrol. Tingginya angka kematian paling banyak disebabkan karena keterlambatan diagnosa yang diikuti keterlambatan pengobatan. Keterlambatan diagnosa biasanya dikarenakan kedatangan pasien ke rumah sakit pada stadium lanjut (stage III dan IV). Masyarakat perlu mengetahui dengan pasti terkait kanker payudara, agar penderitanya tidak bertambah dan menimbulkan dampak sosial yang besar. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat menambah manfaat dalam hal pengetahuan, pemahaman kepada masyarakat umum terkait kanker payudara yang penderitanya selalu bertambah. Berdasarkan kegiatan yang dilakukan didapatkan hasil masyarakat telah memahami terkait kanker payudara, bagaimana cara pencegahannya dan gambaran rehabilitasi yang dapat diterapkan pada masyarakat umum.

**Kata kunci:** Kanker payudara

### ABSTRACT

Breast cancer arises because of the abnormal and uncontrolled growth of cells. The high mortality rate is mostly caused by delays in diagnosis followed by delays in treatment. Delay in diagnosis is usually due to the arrival of patients to the hospital at an advanced stage (stage III and IV). The community needs to know with certainty what breast cancer is related to, so that the number of sufferers does not increase and cause a big social impact. This community service activity can add benefits in terms of knowledge, understanding to the general public regarding breast cancer, whose sufferers are always increasing. Based on the activities carried out, it was found that the community had an understanding of breast cancer, how to prevent it and descriptions of rehabilitation that could be applied to the general public.

**Keywords:** Breast cancer

### PENDAHULUAN

Kanker merupakan suatu penyakit yang menyebabkan kematian terbesar pada abad ini. Pada tahun terakhir, terjadi peningkatan kasus kanker yang disebabkan oleh pola hidup tidak sehat seperti kebiasaan merokok, minuman beralkohol, makan makanan mengandung lemak jenuh. Kanker payudara muncul karena adanya pertumbuhan sel sel yang tidak normal dan tidak terkontrol (Sudargo dkk, 2018).

Kanker payudara merupakan masalah kesehatan masyarakat yang penting. Jumlah penderita kanker di kota Semarang masih tergolong tinggi. Namun jumlah penderita kanker di Semarang dari tahun ke tahun semakin menurun. Tingginya angka kematian paling banyak disebabkan karena keterlambatan diagnosa yang diikuti keterlambatan pengobatan (Sundari, 2019).

Sel kanker yaitu sel yang tidak mampu berinteraksi secara sinkron dan membelah tanpa terkendali serta bersaing dengan sel normal dalam

memperoleh bahan makanan dan oksigen dari tubuh. Sel kanker terbentuk melalui perubahan 2 genetik rangkap dalam suatu gen induk. Jika kanker terjadi dan tidak diobati, kebanyakan kanker mengarah ke rasa sakit dan bahkan kematian (Suryani, 2020).

Prevalensi penyakit tidak menular di Indonesia semakin meningkat, termasuk penyakit kanker. Data dari Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018 menunjukkan jumlah penderita kanker semakin meningkat dibanding tahun sebelumnya (RISKESDAS, 2018). Kanker payudara merupakan urutan pertama kanker pada perempuan di dunia (incidence rate 40 per 100.000 perempuan), kasus baru yang ditemukan 30,5% dengan jumlah kematian 21,5% per tahun dari seluruh kasus kanker pada perempuan di dunia. Insiden kanker payudara di Indonesia adalah sebesar 26 per 100.000 penduduk (Marfianti, 2021).

Kejadian keterlambatan pemeriksaan diri kanker payudara ke pelayanan kesehatan di Indonesia mencapai lebih dari 80% sehingga ditemukan pada

stadium lanjut, yang dapat memperburuk prognosis penderita. Bila dilihat Case Fatality Rate kasus kanker payudara yang ditemukan pada stadium awal hanya 7,2%. Oleh karena itu, deteksi dini dan diagnosis keganasan memegang peranan penting untuk memperbaiki prognosis disamping faktor klinis lainnya. Deteksi dini kanker payudara terdiri dari pemeriksaan payudara sendiri, pemeriksaan klinis payudara dan mammografi. Deteksi dini terkait dengan pengobatan yang tepat adalah strategi yang paling efektif untuk mengurangi angka kematian akibat kanker payudara (Lestari & Wulansari 2019).

Penyebab kanker payudara secara pasti belum diketahui, kanker payudara meningkat pada wanita yang mempunyai faktor-faktor risiko. Kanker payudara terdiagnosa stadium lanjut, karena upaya deteksi dini kanker payudara yang masih kurang (Sihite, 2019).

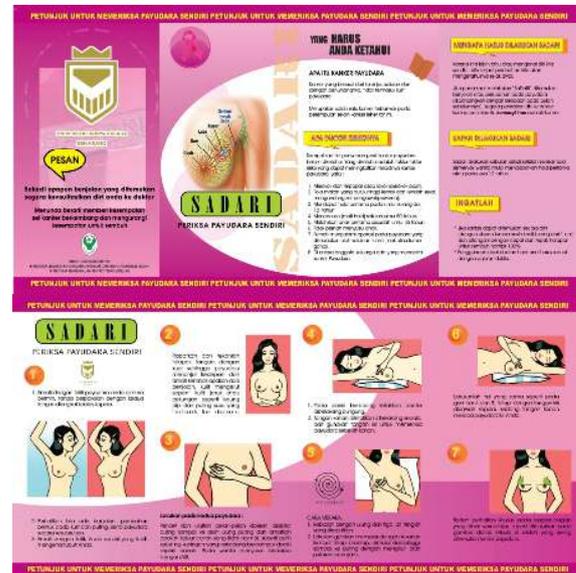
Keterlambatan diagnosa biasanya dikarenakan kedatangan pasien ke rumah sakit pada stadium lanjut (stage III dan IV). semakin bertambahnya usia risiko dari kanker payudara akan semakin meningkat. Usia termuda terjadinya kanker payudara adalah usia 10-14 tahun dan peningkatan prevalensi kanker payudara terjadi pada kelompok usia 45 tahun serta masa inkubasi kanker payudara diperkirakan 8-12 tahun. (Dartiwen & Mira, 2022).

Mengingat adanya kecenderungan peningkatan jumlah penderita kanker, maka perlu dilakukan upaya untuk pencegahannya, Kemenkes RI telah melaksanakan program deteksi dini kanker payudara yang dikenal dengan metode SADARI (pemeriksaan payudara sendiri). Sadari adalah pemeriksaan payudara sendiri yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya kanker dalam payudara wanita (Barus, 2020).

Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) adalah cara yang efektif untuk mendeteksi sedini mungkin. Para wanita disarankan untuk melakukannya sendiri karena mereka sendiri yang benar – benar mengenal struktur payudara normalnya. Oleh karena itu jika ada benjolan atau ada hal normal lainnya, maka mereka akan langsung menyadarinya. Pemeriksaan ini sebaiknya dilakukan secara berkala setiap bulan agar benjolan dapat ditemukan pada stadium dini dan dapat dilakukan tindakan yang cepat apabila ditemukan benjolan maupun kelainan lainnya pada payudara. Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dapat dilakukan oleh wanita setelah berusia 20 tahun. Saat yang paling tepat untuk melakukan pemeriksaan ini adalah hari ke 5 - 7 setelah menstruasi, dimana payudara tidak mengeras, membesar atau nyeri lagi (Rispati, 2021 ).

## METODE

Program pengabdian kepada masyarakat yang berupa kegiatan pengabdian kepada masyarakat kesehatan mengenai “Pengenalan, edukasi, pelatihan dan pencegahan pada kanker payudara” dilakukan melalui ceramah, pembagian leaflet, diskusi dan evaluasi yaitu sebagai berikut:



Gambar 1 Leaflet

### 1. Pembukaan dan Ceramah

Metode ini dipilih untuk menyampaikan teori yang penting agar dimengerti serta dikuasai oleh peserta. Pembukaan dan pengenalan tentang penerapan deteksi dini kanker payudara pada peserta.

### 2. Pengabdian masyarakat

Pengabdian kepada masyarakat mengenai “Pengenalan, edukasi, pelatihan dan pencegahan pada kanker payudara”. Metode yang digunakan adalah dengan penyampaian materi menggunakan power point tentang bahaya kanker payudara dan menampilkan video cara pemeriksaan untuk mengetahui adanya benjolan atau tidak pada payudara. Dan pembagian brosur yang dikemas dalam bentuk gambar tentang cara pemeriksaan payudara agar mahasiswi lebih mudah dalam memahami langkah langkah pemeriksaannya. Juga pengenalan tentang peran fisioterapi dalam proses rehabilitasi pada kanker payudara. Penyampaian materi dilakukan secara luring di dalam kelas.

### 3. Diskusi

Pada metode ini panitia akan mengadakan sesi Tanya jawab mengenai materi yang telah disampaikan dinilai sangat efektif untuk mengatasi masalah yang mereka alami pada masing - masing individu.

#### 4. Evaluasi

Metode ini dilakukan untuk mengevaluasi mengenai ulasan tentang pemahaman terhadap materi yang telah disampaikan. Prosedur kerja yang dilakukan pada saat pengabdian kepada masyarakat: persiapan alat dan bahan serta akomodasi, persiapan pembuatan brosur dan evaluasi sosialisasi. Evaluasi dilakukan dengan angket yang disebar ke partisipan untuk mengetahui sejauh mana tingkat pemahaman dari partisipan terhadap pengabdian yang telah dilakukan.

Peserta pelatihan sebanyak 40 siswi. Dari 40 siswi kami bagikan kuesioner tentang pengetahuan pemeriksaan sadari dan kanker payudara. Semua peserta dikumpulkan dalam satu ruangan di AULA SMP 28 SEMARANG, diberikan dulu materi selama kurang lebih 30 menit beserta diskusi dan kemudian dilakukan demonstrasi dan simulasi selama kurang lebih 20 menit.

#### HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan program pengabdian masyarakat meliputi: (1) Sosialisasi ke masyarakat pengenalan, edukasi dan pelatihan terkait kanker payudara (2) Cara pencegahan kanker payudara, (3) penjelasan rehabilitasi pada kasus kanker payudara. Kanker payudara di Indonesia berada di urutan kedua sebagai kanker yang paling sering ditemukan pada perempuan, setelah kanker mulut rahim. Penelitian di Jakarta Breast Cancer pada April 2001 sampai April 2003 menunjukkan bahwa dari 2.834 orang memeriksakan benjolan di payudaranya, 2.229 diantaranya (78%) merupakan tumor jinak, 368 orang (13%) terdiagnosis kanker payudara dan sisanya merupakan infeksi dan kelainan bawaan payudara (Sembiring, 2020).

Benjolan di payudara ditemukan dengan melakukan pemeriksaan payudara sendiri. Oleh karena itu pemeriksaan payudara sendiri sangat penting bagi para wanita terutama usia dewasa awal. Pemeriksaan bisa dilakukan mandiri atau atas bantuan yang lebih berpengalaman (Amila, 2020). Faktor risiko kanker payudara adalah jenis kelamin, dengan perbandingan laki-laki perempuan kira-kira 1:100. Berdasarkan data penelitian Harrianto dkk di Rumah Sakit Dr. Cipto Mangunkusumo tahun 2005, faktor risiko kanker payudara di antaranya adalah riwayat keluarga dengan penderita kanker payudara (15,79%), menarche dini (8,77%), nullipara (7,02%) dan pemakaian pil yang mengandung estrogen jangka panjang (42,11%) (Prasetyo, 2021).

Dalam pengabdian kepada masyarakat ini dijelaskan pengertian dari kanker payudara. Kanker payudara adalah jenis kanker yang menyerang organ payudara, dimana sel dalam payudara membelah dan tumbuh diluar kendali. Penderita kanker payudara

perubahan kulit, nyeri, puting tertarik ke dalam, dan keluarnya cairan yang tidak biasa dari puting (Kerenhapukh, 2022)

Setelah itu penjelasan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) adalah sangat penting sebagai langkah awal untuk mengetahui apakah menderita kanker payudara atau tidak. Hal tersebut meningkatkan kesadaran para wanita khususnya usia dewasa awal untuk memotivasi diri sendiri mempraktekkan secara langsung pemeriksaan payudara sendiri sehingga dapat mengetahui kondisi payudaranya. Pada tahapan selanjutnya dijelaskan terkait program rehabilitasi seperti pola makan (hidup sehat) pemeriksaan secara berkala yang mudah diaplikasikan oleh masyarakat (Jaya & Rusman, 2020).

Pada tahap akhir pelaksanaan pengabdian masyarakat diberikan angket evaluasi untuk mengetahui seberapa jauh tingkat pemahaman partisipan terkait definisi dari kanker payudara, bagaimana cara pencegahannya dan bagaimana jika menemui ciri-ciri kondisi yang sama ke partisipan apabila terdampak (Fhirawati, 2022).

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Partisipan Sebelum dan Sesudah Kegiatan PKM

No	K	Pengetahuan Partisipan		
		Baik	Cukup	Kurang
1	Sebelum Kegiatan PKM	10%	40%	50%
2	Setelah Kegiatan PKM	70%	30%	0%

#### Partisipasi Mitra

SMPN 28 Semarang sebagai mitra dalam kegiatan ini memiliki partisipasi dalam:





Gambar 2. Penyuluhan Mengenai Edukasi Dan Pemeriksaan SADARI

## SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai edukasi dan pemeriksaan sadari pada remaja putri di SMP 28 SEMARANG telah terlaksana dengan baik. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai edukasi dan pemeriksaan sadari pada remaja putri di SMP 28 SEMARANG mendapatkan respon yang antusias dari para siswi. Para siswi sebagian besar (82,93 %) sebanyak 40 siswi memiliki pengetahuan cukup tentang SADARI. Para siswi mengharapkan ada kegiatan penyuluhan kembali terkait kesehatan reproduksi pada remaja putri.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amila, A., Sinuraya, E., & Gulo, A. R. B. (2020). Edukasi Sadari (Pemeriksaan Payudara Sendiri) Untuk Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Siswi Sma Medan. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 1(2), 29-40.
- BARUS, S. B. (2020). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja dengan Perilaku Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) pada Remaja Putri Kelas X di SMA RK Delimurni Bandar Baru Tahun 2019.
- Dartiwen, S. S. T., & Mira Aryanti, S. S. T. (2022). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Remaja dan Perimenopause*. Deepublish.
- Fhirawati, F., Hamdayani, H., Annisa, F., Kasmianti, K., Patiku, Y., Efendi, S., ... & Ningsih, N. A. (2022). Ilmu kesehatan masyarakat.
- Jaya, F. T., & Rusman, A. D. P. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) sebagai Deteksi Dini Kanker Payudara pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Parepare. *Jurnal Ilmiah Manusia dan Kesehatan*, 3(1), 9-22.
- Kerenhapukh, Yemima Kezia. *Perancangan Interior Rumah Sakit Dr. Sardjito Khusus Kanker Payudara Dengan Pendekatan Art Therapy Di Yogyakarta*. Diss. Universitas Komputer Indonesia, 2022.
- Lestari, P., & Wulansari, W. (2019). Pentingnya pemeriksaan payudara sendiri (sadari) sebagai upaya deteksi dini kanker payudara. *Indonesian Journal of Community Empowerment (IJCE)*, 1(2).
- 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.
- Prasetyo, R. A., Nuryana, H. S., Nisa, U. U., & Istiqomah, N. (2021). Evidence Based Nursing Self-Management untuk Mengurangi Konstipasi pada Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi: A Literature Review. *Journal of Bionursing*, 3(1), 61-71.
- Rispawati, B. H., Rusiana, H. P., Halid, S., Romadonika, F., Supriatna, D., & Nadrati, B. (2021). Penyuluhan kesehatan tentang pemeriksaan payudara sendiri (sadari) pada santriwati kelas x dan xi di pondok pesantren al-aziziyah. *Jurnal LENTERA*, 1(1), 35-41.
- Sembiring, N. E., Sitio, S. S. P., & Ginting, D. S. (2020). Pengaruh pemberian rebusan daun sirsak terhadap pencegahan kanker payudara stadium awal didesa koto gadangjaya (koja) kecamatan kinali kabupaten pasaman barat. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, 3(1), 52-58.
- Sihite, E. D. O., Nurchayati, S., & Hasneli, Y. (2019). Gambaran tingkat pengetahuan tentang kanker payudara dan perilaku periksa payudara sendiri (SADARI). *Jurnal Ners Indonesia*, 10(1), 8-20.
- Sudargo, T., Freitag, H., Kusmayanti, N. A., & Rosiyani, F. (2018). *Pola makan dan obesitas*. UGM press.
- Sundari, D. (2019). *peran bidan puskesmas dalam program kesehatan sekolah untuk penyadaran pemeriksaan payudara sendiri (sadari) pada siswi-siswi sekolah menengah atas di kabupaten*

*semarang*(Doctoral dissertation, UNIKA  
SOEGIJA PRANATA SEMARANG).

Suryani, Y. (2020). Kanker Payudara.