



Sosialisasi Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI): Langkah Awal Pencegahan Kanker Payudara

Putri Rizkiyah Salam*¹, Mutiara Afkirana²

^{1,2}STIKES BHAKTI AL-QODIRI

^{1,2}Program Studi D3 Kebidanan

*e-mail: sputririzkiyah@gmail.com¹

Abstrak

Saat ini, pemeriksaan payudara sendiri atau SADARI merupakan salah satu teknik deteksi dini kanker payudara yang cukup efektif. SADARI mudah digunakan dan cocok untuk segala usia, termasuk wanita dewasa dan remaja. Jika SADARI dilakukan dengan tepat dan konsisten, maka 80% kasus kanker payudara dapat teridentifikasi. Sosialisasi Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) yang dilakukan di Alun-Alun Kota Jember dengan melakukan kegiatan edukasi berupa penyuluhan kepada masyarakat Jember yang hadir dalam kegiatan Car Free Day yang dilakukan di Alun-Alun Kota Jember. Edukasi yang optimal dapat meningkatkan pemahaman masyarakat tentang penting melakukan pemeriksaan secara dini payudara sendiri. Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dalam dua bagian. Yang pertama adalah sesi tanya jawab berbasis infocus dan leaflet. Hantu payudara digunakan untuk demonstrasi tahap kedua. Manfaat dari proyek pengabdian masyarakat ini dapat meningkatkan kesadaran masyarakat akan nilai SADARI dan keinginan mereka untuk melakukan SADARI bulanan di rumah. Metode pengabdian kepada masyarakat ada dua langkah, yaitu sesi tanya jawab dengan fokus dan pamflet sebagai langkah awal.

Kata kunci: penyuluhan, pemeriksaan payudara sendiri

Abstract

Currently, self-examination of the breasts, or BSE, is a fairly successful method of early breast cancer screening. BSE is simple to use and appropriate for people of all ages, including adult women and teenagers. When BSE is performed appropriately and consistently, up to 80% of cases of breast cancer can be identified. Breast Self-Examination Socialization (BSE) is one of the programs carried out in the Jember City Square by conducting educational activities in the form of counseling for the Jember community who attended the Car Free Day activity which was carried out in the Jember City Square. Optimal education can increase public understanding about the importance of conducting early breast self-examination. This community service is conducted in two parts. The first is an infocus and leaflet-based question-and-answer session. A breast phantom was used for the second stage's demonstration. The benefits of this community service project can raise people's awareness of the value of BSE and their desire to perform the monthly BSE at home. There are two steps to the community service method: a question-and-answer session employing focus and pamphlets is the first step.

Keywords: counseling, Breast Self-Examination

1. PENDAHULUAN

Kanker payudara adalah suatu kelainan di mana sel-sel berkembang secara tidak normal dengan cepat dan tidak terkendali karena hilangnya proses pengaturan normal [1]. Remaja putri saat ini harus sadar akan pentingnya pemeriksaan payudara sendiri, karena ini merupakan proses dimana 75-85% kanker payudara dapat ditemukan. Data Sistem Informasi Rumah Sakit (SIRS) menunjukkan bahwa kejadian kanker payudara terus meningkat. Deteksi dini kanker payudara memungkinkan pengobatan yang lebih berhasil dan efisien, hal ini merupakan tujuan dari metode Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) [2]. Pengobatan menjadi tantangan karena lebih dari 80% kasus ditemukan berada pada stadium lanjut. Oleh karenanya, sebelum melanjutkan ke tahap terakhir penyakit ini, yang sangat sulit diobati kecuali dengan operasi pengangkatan payudara, penting untuk memahami pentingnya tindakan pencegahan [3]. Saat ini, pendekatan yang paling efisien untuk mendeteksi kanker payudara stadium awal adalah

dengan SADARI. Sadari yakni metode sederhana yang dapat dilakukan oleh semua usia, termasuk wanita dewasa dan remaja [4].

Penyuluhan merupakan salah satu metode untuk meningkatkan pengetahuan seseorang dimana dengan adanya peningkatan pengetahuan tersebut maka perilaku dan sikap seseorang akan berubah [5]. Banyak sekali indikator perilaku sehat seseorang, diantaranya adalah pengetahuan, sikap dan perilaku. Jika berbagai indikator tersebut dapat dicapai dengan optimal maka derajat kesehatan seorang individu akan meningkat pula. Dengan demikian, penyuluhan sangat diperlukan bagi masyarakat yang tengah menghadapi masa pandemic seperti saat ini [6].

Salah satu indikasi bahwa edukasi ini berjalan baik adalah meningkatnya kesadaran masyarakat terhadap pemeriksaan payudara sendiri sebagai strategi pencegah dan deteksi dini kanker payudara. [7]

2. METODE

Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat yang mengangkat topik “Periksa Payudara Sendiri” ini telah selesai dilaksanakan pada Car Free Day di Alun-alun Kota Jember. Ada beberapa langkah dalam mewujudkan program ini:

a. Tahap Persiapan

Dilakukan observasi pada lokasi sasaran pelayanan. Keadaan masyarakat Jember dan permasalahan apa saja yang dihadapi masyarakat dicatat selama proses observasi.

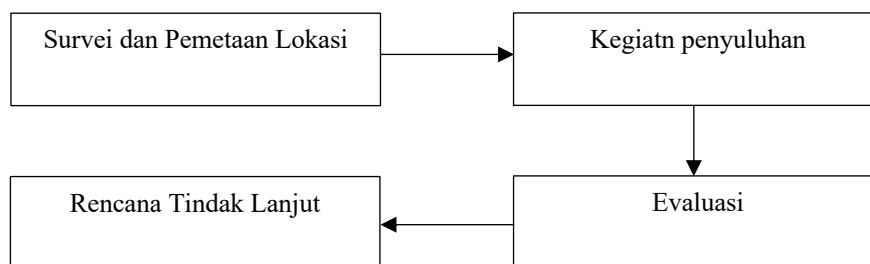
b. Pelaksanaan Program

Langkah-langkah dalam melaksanakan kegiatan penyuluhan adalah sebagai berikut: a) pengumpulan alat dan sumber daya; b) pembuatan spanduk dan brosur; c) melaksanakan kegiatan penyuluhan; dan d) mengevaluasi hasilnya. Pada tanggal 8 September 2024.

c. Tahap Evaluasi

Dilakukan untuk mengetahui bagaimana perubahan pengetahuan masyarakat baik sebelum maupun sesudah penyuluhan berlangsung. Tujuannya untuk mengetahui tingkat kesadaran masyarakat terhadap praktik pemeriksaan payudara sendiri.

Proses pelaksanaan dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1. Proses Kegiatan Pelaksanaan Program

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan perlu dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan tentang Kesehatan terutama pencegahan kanker payudara melalui deteksi dini berupa SADARI. Pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 8 September 2024 sebagai pengabdian masyarakat dengan fokus pada pemeliharaan kesehatan. Memulai kegiatan ini dengan survei lokasi merupakan langkah awal. Tujuan dari survei lokasi ini adalah untuk memilih lokasi pelaksanaan program. Mempersiapkan instrumen dan perlengkapan yang diperlukan adalah langkah kedua. Leaflet merupakan instrumen dan perlengkapan yang digunakan sebagai media penjangkauan. Setelah dibagikan, selebaran tersebut dinilai. Evaluasi dilakukan untuk

mengetahui bagaimana perubahan pemahaman masyarakat antara sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan.



Gambar 1. Kegiatan Edukasi dan Penyuluhan Pemeriksaan Payudara Sendiri

Berikut ini adalah evaluasi pengetahuan masyarakat tentang pemeriksaan payudara sendiri:

Tabel 1. Pengetahuan Masyarakat tentang pemeriksaan payudara sendiri (SADARI):

Pengetahuan	Hasil
Pre	Cukup
Post	Baik

Hal ini dapat disimpulkan dari hasil tindakan yang telah selesai dilakukan oleh inisiatif pengabdian masyarakat berupa penyuluhan tentang pemeriksaan payudara sendiri dapat meningkatkan pengetahuan tentang cara deteksi dini pencegahan kanker payudara. Edukasi perlu dilakukan secara berkala terutama dalam beberapa kasus yang saat ini masih asing dan pengetahuan masyarakat akan hal tersebut masih sangat kecil sehingga dengan adanya penyuluhan yang baik maka akan tercipta kesehatan yang optimal.

4. KESIMPULAN

Pada acara *car free day*, di Alun-alun Kota Jember yang menjadi tempat dilaksanakannya pengabdian masyarakat menjadi salah satu tujuan untuk memperluas pemahaman masyarakat Jember akan pentingnya melakukan deteksi kanker payudara sejak dini dengan cara melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). Masyarakat diedukasi dan diberikan pamflet tentang pemeriksaan payudara sendiri. Pemahaman masyarakat umum mengenai deteksi dini dan pencegahan kanker payudara semakin meningkat seiring dengan tindakan yang dilakukan dan dievaluasi.

UCAPAN TERIMA KASIH (Bila Perlu)

-

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Neli Sunarni, Yanti Srinayanti, Ade Fitriani, R.S (2020). Pengetahuan dan Penatalaksanaan SADARI. *Tunas-Tunas Riset Kesehatan*, 10, 38-41.
- [2] Kemenkes, R. (2016). Program Pengendalian HIV AIDS dan PIMS di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama: Petunjuk Teknis di Rektorat Jendral Pencegahan dan Pengendalian Penyakit. Indonesia: Kemenkes RI.
- [3] WHO. Global Cancer Observatory [Internet]. WHO. 2020 [dikutip 10 Agustus 2024]. Tersedia pada: <https://gco.iarc.fr/>
- [4] Sarina, Thaha RM, Sudirman Natsir. Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku SADARI sebagai Deteksi Dini Kanker Payudara pada Mahasiswi FKM UNHAS. *Hasanuddin J Public Heal*. 2020;1(1):61-70.
- [5] Deska, Rini; Ningsih DA, Luviana L. Hubungan Pengetahuan Tentang Kanker Payudara Dengan Perilaku SADARI (Periksa Payudara Sendiri). *J Kesehat Panca Bhakti Lampung*. 2019;VII(2):26-33.
- [6] Kemenkes RI. Profil Kesehatan Indonesia 2019. Kementerian Kesehatan RI. 2020. 210 hal. Tersedia pada: <https://www.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatanindonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-2019.pdf>
- [7] Surury, Istianah; Sari, Astri K; Rahmadhayanti, Sari; Permatasari SA. Analisis Determinan Perilaku Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) pada Mahasiswi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Jakarta. 2020;12.
- [8] Sari P, Sayuti S, Ridwan M, Rekiaddin LO, Anisa A. Hubungan antara Pengetahuan dan Dukungan Tenaga Kesehatan dengan Perilaku Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) pada Wanita Pasangan Usia Subur (PUS). *Perilaku dan Promosi Kesehat Indones J Heal Promot Behav*. 2020;2(2):31.
- [9] H.Masriadi. *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Jakarta: CV.Trans Info Media; 2019.
- [10] Purlistyarini GI. Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Kanker Payudara dengan Perilaku Deteksi Dini Kanker Payudara Metode SADARI pada Wanita Usia Subur Di Kota Baru. *Skripsi*. 2020;