



## EDUKASI DAN PEMERIKSAAN PAYUDARA SENDIRI (SADARI) DI SMPN 1 SIMPANG EMPAT PENGARON

Nahdah<sup>1</sup>, Dian Rizeki Finarti<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Akbid Banua Bina Husada, Kalimantan Selatan, Indonesia

<sup>2</sup>Akbid Banua Bina Husada, Kalimantan Srelatan, Indonesia

### Article Information

#### Article history:

Received January 15,  
2024

Approved January 22,  
2024

#### Keywords:

Kanker

Payudara, Pemeriksaan  
Payudara Sendiri, Siswi

### ABSTRACT

*Breast cancer, also called Carcinoma Mammary, is a malignant tumor (abnormal lump) that grows in the breast tissue. This tumor can grow in the mammary glands, glandular ducts, and breast supporting tissue, fatty tissue and breast connective tissue. (Iqmy, Setiawati, & Yanti, 2021; Nurrohmah, Aprianti, & Hartutik, 2022). The prevalence of cancer in South Kalimantan has increased from 1.6% in 2015 to 2.13% in 2020. Data from RSUD Ulin Banjarmasin shows that breast cancer is one of the types of cancer with the highest number of cases with a percentage of in 2020 it was 4.38% and in 2021 it was 5.79% (South Kalimantan Health Service, 2022). Early detection of breast cancer by carrying out breast self-examination. BSE is a breast self-examination which aims to determine whether there is cancer in a woman's breast (Olfah, 2013). The aim of this activity is to increase the awareness of female students at SMPN 1 Simpang Empat Pengaron about the dangers of breast cancer and increase their ability Adolescents carry out BSE independently. The methods used include planning, implementation and evaluation. Based on the pre-test results, it is known that 70% do not understand about breast cancer. After counseling and demonstrations on BSE, the post-test results will increase their knowledge by quite 80%. It is hoped that After this activity the female students were able to do BSE independently and regularly*

### ABSTRAK

Kanker payudara disebut juga Carcinoma Mammae adalah sebuah tumor (benjolan abnormal) ganas yang tumbuh dalam jaringan payudara. Tumor ini dapat tumbuh dalam kelenjar susu, saluran kelenjar, dan jaringan penunjang payudara, jaringan lemak, maupun jaringan ikat payudara. (Iqmy, Setiawati, & Yanti, 2021; Nurrohmah, Aprianti, & Hartutik, 2022). Prevalensi kanker di Kalimantan Selatan mengalami peningkatan dari sebesar 1,6% pada tahun 2015 menjadi 2,13% pada tahun 2020. Data RSUD Ulin

Banjarmasin menunjukkan bahwa kanker payudara menjadi salah satu jenis kanker dengan angka kasus terbanyak dengan persentase pada tahun 2020 sebesar 4,38% dan pada tahun 2021 sebesar 5,79% (Dinas Kesehatan kalsel, 2022). Deteksi dini kanker payudara dengan melakukan pemeriksaan payudara sendiri. SADARI adalah pemeriksaan payudara sendiri yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya kanker dalam payudara wanita (Olfah, 2013). Tujuan kegiatan ini meningkatkan kesadaran siswi-siswi SMPN 1 Simpang Empat Pengaron tentang bahaya kanker payudara dan meningkatkan kemampuan remaja melakukan SADARI secara mandiri. Metode yang digunakan meliputi perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi. Berdasarkan hasil pre-test diketahui bahwa 70% tidak mengerti tentang kanker payudara. Setelah dilakukan penyuluhan dan demontrasi SADARI maka hasil post-test mengalami peningkatan pengetahuan cukup 80%. Diharapkan setelah kegiatan ini para siswi dapat melakukan SADARI secara mandiri dan rutin.

---

© 2024 EJOIN

---

\*Corresponding author email: [nahda.aja@gmail.com](mailto:nahda.aja@gmail.com)

---

## PENDAHULUAN

Kanker payudara merupakan keganasan yang paling umum terjadi pada populasi wanita yang berakibat kepada kematian. Kanker payudara adalah tumor ganas yang terbentuk dari sel-sel payudara yang tumbuh dan berkembang tanpa terkendali sehingga dapat menyebar di antara jaringan atau organ di dekat payudara atau ke bagian tubuh lainnya (Kementrian Kesehatan RI, 2016). Kanker payudara telah dianggap sebagai masalah kesehatan utama pada wanita karena tingginya insiden dalam beberapa tahun terakhir.(Manuaba,2009)

Kanker payudara adalah kanker terbanyak kedua di dunia merupakan kanker yang sering terjadi pada perempuan. Penyakit Kanker payudara di Indonesia menempati urutan pertama dan menjadi salah satu penyumbang kematian pertama akibat kanker. Tahun 2020 jumlah kasus baru kanker payudara menca pai 68.858 kasus (16%) dari total 396.914 kasus baru kanker di Indonesia. Untuk jumlah kematian kasus kanker payudara mencapai lebih dari 22.000 jiwa kasus, 70% dideteksi di tahap lanjut dan sekitar 43% kematian akibat kanker dapat dikalahkan manakala pasien rutin melakukan detekdi dini dan menghindari factor resiko penyebab kanker (Globogan:2018). Prevalensi kanker di Kalimantan Selatan mengalami peningkatan dari sebesar 1,6% pada tahun 2015 menjadi 2,13% pada tahun 2019. Data RSUD Ulin Banjarmasin menunjukkan bahwa kanker payudara menjadi salah satu jenis kanker dengan angka kasus terbanyak di RSUD Ulin Banjarmasin dengan persentase pada tahun 2021 sebesar 4,38% dan pada tahun 2020 sebesar 5,79% (Dinas Kesehatan kalsel, 2022)

Angka kejadian kanker payudara yang cukup tinggi tersebut disebabkan masih kurangnya kesadaran perempuan untuk segera memeriksakan diri jika terjadi kelainan pada payudara. Penderita keganasan kanker payudara sebagian besar datang saat stadium sudah lanjut, sehingga pengobatannya tidak dapat tepat (Manuaba, 2009). Usia termuda terkena kanker payudara adalah di atas 25 tahun dan peningkatannya prevalensi kanker payudara terjadi pada kelompok usia kurang dari 45 tahun. Masa inkubasi kanker

payudara diperkirakan 8-12 tahun, dengan demikian upaya deteksi dini ini sangat diperlukan (Dyayadi, 2009).

Kanker payudara disebut juga dengan *Carcinoma Mammarum* adalah sebuah tumor (benjolan abnormal) ganas yang tumbuh dalam jaringan payudara. Tumor ini dapat tumbuh dalam kelenjar susu, saluran kelenjar, dan jaringan penunjang payudara (jaringan lemak, maupun jaringan ikat payudara). Tumor ini dapat pula menyebar ke bagian lain di seluruh tubuh. Penyebaran tersebut disebut dengan metastase (Iqmy, Setiawati, & Yanti, 2021; Nurrohmah, Aprianti, & Hartutik, 2022). Faktor penyebabnya diduga karena perubahan gaya hidup seperti kebiasaan makan makanan cepat saji, seringnya terpapar radiasi dari media elektronik dan perubahan kondisi lingkungan (Badarsono, Septawati;2012). Penyebab lain tingginya angka kejadian kanker payudara ini adalah karena terbatasnya pengetahuan masyarakat tentang bahaya dari kanker payudara, tanda-tanda dini, faktor risiko dan cara penanggulangannya (Yayasan Kanker Indonesia, 2012).

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 (Olfah, 2013)

Deteksi dini kanker payudara dengan melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dapat membantu menemukan tanda-tanda kanker payudara secara dini sehingga pengobatan yang diberikan memberikan keberhasilan yang tinggi. Pemeriksaan payudara sendiri (sadari atau Breast Self Examination) di anjurkan pada semua wanita diatas usia 20 tahun sebaiknya melakukan sadari setiap bulan dan segera periksakan diri ke dokter bila ditemukan benjolan (Saryono & Roischa, 2009), sedangkan *American Academy of pediatrics* (2007) menyarankan agar anak perempuan memulai SADARI pada usia 14 tahun karena hal ini akan memungkinkan mereka menyerap budaya kinerja rutin SADARI.

Pemeriksaan payudara sendiri merupakan alat deteksi dini yang menggunakan kombinasi pemeriksaan fisik dan visual pada payudara untuk memeriksa tanda dan gejala kanker payudara. Tujuan kegiatan ini meningkatkan kesadaran siswi-siswi SMPN 1 Simpang Empat Pengaron tentang bahaya kanker payudara dan meningkatkan kemampuan remaja melakukan SADARI secara mandiri. Manfaat dari pemeriksaan payudara sendiri adalah untuk mengetahui bagaimana payudara terlihat dan terasa normal. Mengetahui bagaimana payudara biasanya terlihat dan terasa, juga disebut kesadaran diri payudara, akan membantu siswi mengidentifikasi perubahan atau kelainan apa pun pada payudara siswi, seperti benjolan baru atau perubahan kulit. Setiap perubahan pada payudara siswi yang ditemukan selama pemeriksaan payudara mandiri harus segera dilaporkan ke penyedia layanan kesehatan Anda.

## **METODE PELAKSANAAN**

Tim pelaksana pengabdian masyarakat tentang penyuluhan di SMPN 1 Simpang Empat Pengaron, terdiri dari 2 dosen Akbid Banua Bina Husada dan 2 mahasiswa. Pengetahuan dan keterampilan yang dimiliki oleh tim pelaksana ini relevan dalam pelaksanaan program penyuluhan yang dilakukan. Penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 08 Agustus 2023 pukul 09.00 sampai dengan 11.00 WITA di SMPN 1 Simpang empat Pengaron.

Peserta dalam penyuluhan ini adalah siswi berjumlah 30 orang. Kegiatan pengabdian ini mencakup pemberian pemahaman mengenai kanker payudara yang

kemudian dilanjutkan dengan penyuluhan dan praktik secara langsung cara deteksi dini pemeriksaan payudara melalui pemeriksaan payudara sendiri (SADARI).

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan beberapa tahapan dalam proses pelaksanaannya, meliputi antara lain:

1. Tahap Perencanaan. Tim Pelaksana melakukan perizinan, koordinasi pelaksanaan kepada pihak SMPN 1 Simpang Empat Pengaron dan mendata siswi yang akan dijadikan sasaran kegiatan
2. Tahap Pelaksanaan; kegiatan dimulai dengan pembukaaan, *pre-test*, pemaparan materi dan demonstrasi kemudian *post-test*
3. Tahap Evaluasi ; tim pelaksana melakukan *pre-test* dan *post-test* pada peserta dengan kuesioner

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini mencakup penyuluhan dan praktik. Tim pelaksana melakukan *pre-test* terlebih dahulu dengan metode kuesioner. Selanjutnya Tim memberikan materi dan *leaflet* kanker payudara yang meliputi pengertian, penyebab, tanda dan gejala, komplikasi diagnosis dan pencegahan kanker payudara. Kemudian praktik SADARI dilakukan oleh Tim pelaksana. Pelaksanaan kegiatan dapat dilihat pada photo di bawah ini :



Setelah penyuluhan dan praktik selesai dilakukan, maka dilaksanakan *post-test*. Dan hasilnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Kategori	Pre-Test		Post-Test	
	n	%	n	%
Baik	9	30	24	80
Kurang	21	70	6	20
Total	30	100	30	100

Dari data di atas menunjukkan bahwa hasil pada saat *pre-test* sebagian besar pengetahuan siswi terhadap SADARI adalah kurang 21 siswi (70%) dan hasil yang didapatkan pada *post-test* setelah siswi-siwi mendapatkan materi tentang SADARI maka sebagian besar 24 siswi (80 %) memiliki pengetahuan Baik tentang SADARI. Tingkat pengetahuan yang Baik ini disebabkan karena banyak faktor, diantaranya lingkungan, masih kurangnya informasi yang diterima oleh siswi tersebut baik dari petugas kesehatan maupun dari media online serta usia karena hampir seluruh responden dalam penelitian ini adalah remaja (14-15 tahun) yang masih terbatas dalam mengakses informasi tentang SADARI baik dari internet, majalah, brosur ataupun sumber informasi lainnya. Hasil kuesioner ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Een Parlina (2020) yang menunjukkan bahwa dari 48 responden diketahui sebanyak 26 responden memiliki pengetahuan yang cukup tentang SADARI. Deteksi dini dan peningkatan kewaspadaan disertai pengobatan yang sesuai pada kasus kanker payudara dipercaya dapat menurunkan jumlah kematian karena kanker payudara, tingginya kasus kanker payudara yang disebabkan minimnya informasi dan rendahnya kesadaran wanita Indonesia untuk melakukan deteksi dini terhadap kanker ini. (merry Pransisca:2020)

Kemampuan dan perilaku deteksi dini sebaiknya dimulai sejak masa remaja, dimana remaja adalah komunitas dengan rasa keingintahuan yang tinggi sehingga memberikan informasi sejak usia remaja sangat dibutuhkan. Untuk itu remaja putri harus diberikan informasi tentang SADARI sebagai suatu metode pemeriksaan payudara yang efektif untuk menemukan tumor sedini mungkin serta diharapkan adanya peran tenaga kesehatan maupun pengurus UKS untuk memberikan penyuluhan/pendidikan kesehatan secara berkesinambungan dan menindaklanjuti pemahaman materi yang diterima oleh siswi.

Menurut Mulyani (2013), jenis pencegahan kanker payudara dapat dilakukan dengan cara yang sederhana dan bahkan bisa dilakukan sedari dini terutama oleh remaja putri yaitu dengan pemeriksaan payudara sendiri. Perilaku SADARI untuk upaya pencegahan dini kanker payudara telah dilakukan oleh sebagian besar responden yang melakukan SADARI namun tidak rutin setiap bulannya. Banyak alasan yang diungkapkan oleh responden diantaranya malas, tidak sempat, malu, belum tahu tentang teknik SADARI serta ada yang beranggapan bahwa SADARI tidak penting untuk dilaksanakan.

Dengan adanya program pengabdian masyarakat yang berupa penyuluhan mengenai edukasi dan pemeriksaan SADARI pada remaja putri yang baik ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan siswi tentang apa itu kanker payudara, pola hidup sehat dan cara pemeriksaan SADARI, selain itu diharapkan semakin meningkatkan kesadaran siswi dalam pemeriksaan SADARI sebelum dan setelah haid. Lebih jauh, diharapkan kegiatan- kegiatan serupa dapat berdampak pada peningkatan kesadaran masyarakat Indonesia khususnya pada siswi sebagai generasi muda untuk menghasilkan generasi penerus bangsa yang berkualitas

Peserta pelatihan sangat aktif dan berantusias ingin mencoba walaupun pada awalnya malu dan takut bahkan pada saat diskusi maupun demonstrasi banyak yang bertanya tentang pemeriksaan SADARI dan upaya apalagi supaya dapat melakukan deteksi dini pada kanker payudara. Peserta mengatakan bahwa materi yang disampaikan sesuai dengan kebutuhan untuk melakukan deteksi dini. Tanggapan terhadap pemateri pelatihan, peserta sangat antusias, memperhatikan dan merasa senang dengan cara yang digunakan termasuk fasilitator yang membantu mereka ketika ada gerakan yang mereka tidak sesuai. Secara keseluruhan peserta merasa puas terhadap proses pelatihan pemeriksaan SADARI.

## KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat mengenai edukasi dan pemeriksaan SADARI pada siswi-siswi SMPN 1 Simpang Empat Pengaron telah terlaksana dengan baik. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini mendapatkan respon yang antusias dari para siswi. Para siswi sebagian besar (73,33%) sebanyak 22 siswi memiliki pengetahuan yang Baik tentang SADARI, dan semua sasaran penyuluhan sebanyak 30 siswi melakukan praktik SADARI dan dapat mengulangi dengan baik.

Diharapkan para siswi setelah kegiatan penyuluhan ini dapat melakukan SADARI secara rutin dan mandiri di rumah. Para siswi mengharapkan ada kegiatan penyuluhan kesehatan kembali tentang anemia pada remaja.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Kami ucapkan Terimakasih kepada Kepala Sekolah SMPN 1 Simpang Empat Pengaron dan staf yang telah memberikan izin dan koordinasi yang baik dengan pelaksanaan penyuluhan ini. Dan terimakasih juga kepada pihak akademik Akbid Banua Bina Husada yang mendukung kegiatan penyuluhan ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] Badarsono, Saptawati (2012), *Gaya Hidup dan resiko Kanker*, YKI
- [2] Dinas kesehatan Kalimantan Selatan (2022), *Profil Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan Tahun 2021*, Dinas Kesehatan Kalimantan Selatan
- [3] Dyayadi (2009); *Kanker Payudara*, Digilib, Unimus
- [4] E, en Farlina, (2019). *Gambaran pengetahuan remaja putri kelas VIII dan IX tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri di SMPN 3 banjarbaru*. Karya Tulis Ilmiah
- [5] Globocan (2020); *estimated cancer incidence, mortality and prevalence worldwide in 2012*, international agency for research on cancer.
- [6] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2015*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Indonesia
- [7] Manuaba, I. (2010). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan KB untuk Pendidikan Bidan Edisi 2*. Jakarta: EGC.
- [8] Merry Pransisca Dewi (2020), *Gambaran Pengetahuan Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri pada Remaja Putri*, Yogyakarta
- [9] Mulyani, SN & Rinawati M (2013), *Keluarga Berencana dan Alat Kontrasepsi*, Yogyakarta, Nuha Medika
- [10] Olfah, Y., Mendri, N. K., & Badi'ah, A. (2013). *Kanker Payudara & SADARI.*, Yogyakarta: Nuha Medika
- [11] Rizkon nadia putri, (2017). *Gambaran pengetahuan remaja putri tentang sadari dan sikap dalam mendeteksi dini kanker payudara pada remaja putri kelas XI IPA IPS di SMA Istiqlal deltua*. Karya Tulis Ilmiah.

[12] Saryono, Roischa (2014), Perawatan Payudara; Yogyakarta, Nuha Medika