



## UPAYA PENCEGAHAN KANKER PAYUDARA MELALUI SADARI

Priharyanti Wulandari\*, Dwi Nur Aini, Menik Kustriyani, Mariyati, Arifianto

Universitas Widya Husada Semarang, Jl. Subali Raya No.12 Krapyak – Semarang,

Indonesia, 50146

\*[wulancerank@gmail.com](mailto:wulancerank@gmail.com)

### ABSTRAK

Kanker payudara merupakan salah satu jenis kanker terbanyak di Indonesia. Berdasarkan Pathological Based Registration di Indonesia, kanker payudara menempati urutan pertama dengan frekuensi relatif sebesar 18,6%. Lebih dari 80% kasus ditemukan berada pada stadium lanjut, selain itu sebanyak 60-70% pencari pengobatan kanker payudara sudah dalam stadium lanjut sehingga upaya pengobatan sulit dilakukan. Oleh karena itu perlu pemahaman tentang upaya pencegahan dan diagnosis dini agar penemuan penderita dapat dilakukan pada stadium awal sehingga dapat menurunkan kematian akibat kanker payudara. Skrining kanker payudara merupakan pemeriksaan atau usaha untuk menemukan abnormalitas yang mengarah pada kanker payudara pada seseorang atau kelompok orang yang tidak mempunyai keluhan. Upaya awal untuk melakukan skrining kanker payudara adalah dengan SADARI. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah dengan mengadakan pelatihan SADARI di SMA Setia Budi Semarang dapat meningkatkan keterampilan siswi dalam pemeriksaan payudara secara mandiri. Kegiatan pelatihan SADARI pada siswi SMA Setia Budi Semarang dilakukan dengan pemberian penyuluhan menggunakan metode ceramah dan demonstrasi yang dilaksanakan pada tanggal 15 Oktober 2019. Kehadiran peserta saat penyuluhan berjumlah 47 orang. Hasil kegiatan siswi SMA Setia Budi Semarang tidak hanya membutuhkan informasi tentang kanker payudara tetapi juga membutuhkan informasi kesehatan reproduksi wanita secara menyeluruh. Perlu pembentukan kelompok remaja di lingkungan sekolah sebagai wadah untuk berbagi informasi kesehatan reproduksi wanita.

Kata kunci: pemeriksaan payudara sendiri; kanker payudara

### *EFFORTS TO PREVENT BREAST CANCER THROUGH BSE*

#### *ABSTRACT*

*Breast cancer is one of the most common types of cancer in Indonesia. Based on Pathological Based Registration in Indonesia, breast cancer ranks first with a relative frequency of 18.6%. More than 80% of cases are found to be at an advanced stage, in addition as many as 60-70% of breast cancer treatment seekers are already in an advanced stage so treatment is difficult. Therefore it is necessary to understand prevention efforts and early diagnosis so that patient detection can be carried out at an early stage so that it can reduce breast cancer deaths. Breast cancer screening is an examination or attempt to find abnormalities that lead to breast cancer in a person or group of people who have no complaints. The initial attempt to screen for breast cancer is BSE. The purpose of this community service activity is to hold BSE training at SMA Setia Budi Semarang to improve student skills in independent breast examination. The BSE training activities for SMA Setia Budi Semarang students were carried out by providing counseling using the lecture and demonstration method which was held on October 15, 2019. The attendance of participants at the counseling was 47 people. The results of the activities of SMA Setia Budi Semarang students not only require*

*information about breast cancer but also require information on women's reproductive health as a whole.*

*Keywords: breast self-examination; breast cancer*

## **PENDAHULUAN**

Kanker payudara merupakan salah satu jenis kanker terbanyak di Indonesia. Berdasarkan Pathological Based Registration di Indonesia, kanker payudara menempati urutan pertama dengan frekuensi relatif sebesar 18,6%. Sebanyak 7 negara dari 15 negara yang ada di Asia, kanker payudara menempati urutan pertama untuk kanker dengan penderita terbanyak. Kanker payudara juga menempati posisi 5 teratas untuk penyebab kematian akibat kanker (Anindyajati, 2015). Menurut data GLOBOCAN, International Agency for Research on Cancer (IARC) tahun 2012 diketahui bahwa kanker payudara merupakan penyakit kanker dengan persentase kasus baru tertinggi, yaitu sebesar 43,3%, dan persentase kematian akibat kanker payudara sebesar 12,9%. Tercatat pada Sistem Informasi Rumah Sakit 2010, kasus rawat inap kanker payudara 12.014 kasus (28,7%).

Berdasarkan Pusat Data dan Informasi, Kementerian Kesehatan RI (2017), estimasi jumlah penderita kanker payudara terbanyak terdapat pada Provinsi Jawa Timur dan Provinsi Jawa Tengah. Di Indonesia, lebih dari 80% kasus ditemukan beradapada stadium lanjut, selain itu sebanyak 60-70% pencari pengobatan kanker payudara sudah dalam stadium lanjut sehingga upaya pengobatan sulit dilakukan. Oleh karena itu perlu pemahaman tentang upaya pencegahan dan diagnosis dini agar penemuan penderita dapat dilakukan pada stadium awal sehingga dapat menurunkan kematian akibat kanker payudara. Hal ini sesuai dengan pernyataan Dr. Walta Gautama, Sp.B (K) Onk, Kepala Instansi Deteksi Dini dan Onkologi Sosial Rumah Sakit Kanker Dharmais yang menerangkan bahwa kebanyakan penderita baru melakukan pengobatan setelah berada pada stadium lanjut. Padahal, kanker payudara bisa dikalahkan jika penderita mulai mendeteksi dan mengobatinya sejak dini.

Skrining kanker payudara merupakan pemeriksaan atau usaha untuk menemukan abnormalitas yang mengarah pada kanker payudara pada seseorang atau kelompok orang yang tidak mempunyai keluhan. Upaya awal untuk melakukan skrining kanker payudara adalah dengan SADARI atau pemeriksaan payudara sendiri. SADARI merupakan upaya individu atau masing-masing wanita untuk mengetahui kondisi payudara serta untuk menemukan ketidaknormalan yang terjadi pada payudara.

Pemberian informasi melalui penyuluhan tentang deteksi dini kanker payudara melalui SADARI terhadap siswa SMA/SMK diharapkan mampu mencegah terjadinya penemuan kasus kanker payudara pada stadium lanjut. Berdasarkan penelitian di Yogyakarta tahun 2013 diketahui bahwa ada pengaruh penyuluhan tentang deteksi dini kanker payudara terhadap keterampilan SADARI pada wanita usia subur.

Hasil studi pendahuluan 2 Januari 2019, SMA Setia Budi Semarang merupakan salah satu sekolah Negeri di Kota Semarang yang sudah belum pernah mendapatkan penyuluhan

tentang kanker payudara dan pemberian informasi deteksi dini kanker payudara. Pihak sekolah berharap ada metode baru yang dapat diterapkan dalam pemberian informasi tentang deteksi dini kanker payudara sehingga siswa mampu diberdayakan untuk mengetahui kondisi kesehatannya khususnya kondisi payudaranya. Berdasarkan uraian tersebut tim pengabdian kepada masyarakat bertujuan untuk memberikan pelatihan SADARI kepada siswi SMA Setia Budi Semarang sehingga siswi dapat diberdayakan untuk mengetahui kondisi kesehatan payudara secara mandiri.

## **METODE**

Pelaksanaan solusi untuk mengatasi permasalahan mitra terdiri dari langkah observasi ke SMA Setia Budi Semarang, identifikasi permasalahan mitra, studi literature, penentuan solusi, koordinasi dengan sekolah berkaitan pelaksanaan solusi, pelatihan SADARI, evaluasi kegiatan. Pelaksanaan pelatihan SADARI meliputi pemberian materi dan pemutaran video tentang SADARI, simulasi SADARI, serta pemberian modul dan leaflet SADARI. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini telah dilaksanakan dengan metode penyuluhan dan demonstrasi kepada siswi-siswi SMA Setia Budi Semarang pada tanggal 15 Oktober 2019. Kehadiran peserta saat penyuluhan berjumlah 47 orang, Pelaksanaan kegiatan pengabdian sesuai dengan waktu yang dijadwalkan,

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penyampaian materi sesuai dengan apa yang direncanakan. Pada saat pelaksanaan penyuluhan dan demonstrasi, Alhamdulillah siswi-siswi dan guru BK yang hadir sangat interaktif dan antusias dengan kegiatan ini, terlihat sangat baiknya animo siswi-siswi SMA Setia Budi Semarang dalam menerima penyuluhan dan demonstrasi Deteksi Dini Kanker Payudara yang dilaksanakan. Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini dengan menggunakan metode pelatihan, penyuluhan dan demonstrasi sangat baik untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan yang berkaitan dengan pendidikan kesehatan kepada remaja putri, ini dibuktikan dengan banyaknya siswi-siswi dan Guru BK yang semangat mengikuti kegiatan yang ingin mencobakan langsung saat praktek pelaksanaan teknik deteksi dini kanker payudara tersebut. Siswi-siswi sangat senang dengan kegiatan yang telah kami laksanakan ini. Peserta menyebutkan sangat bermanfaat sekali pelatihan dan penyuluhan yang telah dilaksanakan.

SADARI merupakan pemeriksaan payudara sendiri untuk mengetahui kemungkinan adanya kanker payudara/benjolan yang memungkinkan adanya kanker payudara. Tingginya angka kematian akibat kanker payudara banyak terjadi karena pasien yang datang ke pelayanan kesehatan sudah berada pada stadium lanjut. Dimana apabila telah menderita kanker pada stadium tersebut, maka proses penyembuhan juga sudah sulit untuk dilaksanakan (Setyowati dkk, 2013).

Terbatasnya pengetahuan masyarakat mengenai kanker payudara dan bagaimana cara mendeteksinya 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 dengan adanya pengetahuan yang baik maka diharapkan remaja mampu untuk memotivasi diri mereka sendiri dan bahkan orang disekitarnya untuk melakukan SADARI (Pamungkas, 2011). Sehingga sikap remaja tersebut terhadap SADARI juga akan positif.

Kurangnya kepekaan, keingintahuan serta keaktifan dari remaja putri Indonesia untuk mencari informasi mengenai SADARI lah yang menyebabkan pengetahuan dan sikap positif mereka juga kurang. Banyak remaja putri yang berfikir bahwasannya belum saatnya bagi mereka untuk memikirkan atau mempelajari mengenai kanker payudara. Mereka memiliki anggapan bahwa penyakit kanker payudara hanya akan menyerang atau menjangkiti perempuan yang telah menikah atau juga perempuan yang memiliki umur 25 tahun ke atas. Mereka menganggap usia muda masih sangat sehat dan kondisi tubuh masih lebih prima dibandingkan dengan mereka yang telah berumur lebih dewasa. Sehingga mereka berfikir tidak akan terkena penyakit mematikan tersebut (Nasihah dkk, 2013).

Adanya fakta pada penelitian yang dilakukan oleh Yulinda (2018) yang memperlihatkan bahwa sebagian besar responden tergolong memiliki tingkat pengetahuan tentang SADARI yang sedang, maka memberikan implikasi mengenai masih perlunya peningkatan pengetahuan remaja putri tentang SADARI, dengan maksud agar potensi terjadinya serangan kanker payudara dapat dikenali secara dini serta mendapatkan solusi yang tepat dan benar.

Hasil penelitian Wardhani (2017) juga memperlihatkan bahwa praktik pemeriksaan payudara sendiri memberikan implikasi bahwa remaja putri perlu memahami tentang kanker payudara dan praktik pemeriksaan payudara sendiri agar mereka memahami perkembangan dan perubahan payudara secara lebih dini dan benar, serta memahami perubahan fisik dan psikisnya, disamping juga melindungi diri dari berbagai risiko yang mengancam kesehatan dan keselamatannya, mempersiapkan masa depan yang sehat dan cerah, serta mengembangkan sikap dan perilaku bertanggungjawab.

Kanker payudara tidak hanya masa remaja merupakan suatu periode rentan kehidupan manusia yang sangat kritis karena merupakan tahap transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Pada tahap ini sering kali remaja tidak menyadari bahwa suatu tahap perkembangan sudah dimulai, namun yang pasti setiap remaja akan mengalami suatu perubahan baik fisik, emosional maupun sosial. Pada wanita, hormon-hormon ini bertanggung jawab atas permulaan proses ovulasi dan menstruasi, juga pertumbuhan payudara. Pada masa ini sudah seharusnya para remaja putri mulai memperhatikan perubahan yang ada pada dirinya, juga halnya dengan payudara dan kesehatannya. Maka tidak aneh jika dikatakan bahwa kitalah orang pertama yang paling mungkin menemukan benjolan pada payudara kita, bagaimanapun juga, kitalah satu-satunya yang paling mengenal tubuh kita (Irawan dkk, 2017).

Seorang remaja putri dapat memeriksa payudara sendiri (SADARI) pada saat mandi dengan menggunakan jari-jari tangan sehingga dapat menentukan benjolan pada lekukan halus payudaranya. Bagi banyak wanita kejadian sangat mengejutkan pada waktu sebuah

benjolan sudah Nampak dengan jelas, kemungkinan adalah bahwa benjolan tersebut adalah kanker, maka seseorang mungkin telah kehilangan waktu yang berharga untuk memulai pengobatan sedini mungkin. Jadi jalan yang paling bijaksana adalah memeriksa payudara kita secara teratur pada selang waktu yang tertentu pula. Dengan cara ini, kelainan yang terkecil sekalipun dapat ditemukan (Pamungkas, 2011).



Gambar 1. Pemateri menyampaikan materi dan demonstrasi SADARI

## **SIMPULAN**

Kegiatan sosialisasi ini dilakukan beberapa kali, penyuluhan dilakukan satu kali, dan dilanjutkan dengan demonstrasi pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) hingga seluruh siswi mempraktekkan SADARI secara mandiri dan diakhir dengan memberikan kenang-kenangan. Kegiatan berjalan dengan baik dan lancar sesuai yang dijadwalkan dan pada saat kegiatan banyak siswi-siswi yang antusias terhadap tema ini, ini membuktikan para siswi sangat peduli dengan masalah reproduksi terutama tentang kanker payudara.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Anindyajati G. (2015). *Kanker Payudara*. In. Jakarta: Angsamerah.
- Irawan, Erna., Laili Rahayuwati dan Desy Indra Yani. (2017). Hubungan Penggunaan Terapi Modern dan Komplementer terhadap Kualitas Hidup Pasien Kanker Payudara. *Jurnal Keperawatan*. April 2017; Halaman 19-28
- Kemenkes. (2017). *Stop Kanker*. In: RI KK, ed. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes. (2017). *Panduan Program Nasional Gerakan Pencegahan dan Deteksi Dini Kanker Leher Rahim dan Kanker Payudara*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pengendalian Penyakit dan Penyehatan Lingkungan, Direktorat Pengendalian Penyakit Tidak Menular, Kementerian Kesehatan RI. Mengenal Lebih Jauh Kanker Payudara. In: *Silver "Siloam Senior Health Community"*. Jakarta: Siloam Hospital.
- KPKN. (2017). *Panduan Nasional Penanganan Kanker "Kanker Payudara"*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Nasihah, Mimatun, Siti Rodliyah. (2013). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri tentang SADARI.
- Pamungkas. (2011). *Deteksi Dini Kanker Payudara, Kenali Sebab-Sebab dan Cara Antisipasinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pusdatin. (2017). *Situasi Penyakit Kanker*. In. Jakarta: Pusat Data dan Informasi, Kementerian Kesehatan RI.
- Setyowati., Setiyadi dan Ambarwati. (2013). Risiko Terjadinya Kanker Payudara Ditinjau dari Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Pencegahan. *Prosiding Seminar Nasional Food Habit and Degenartive Disease*. Halaman 81-86
- Utari S. (2013). *Pengaruh Penyuluhan Tentang Deteksi Dini Kanker Payudara Terhadap Keterampilan SADARI Pada Wanita Usia Subur di Dusun Klumprit Caturharjo Sleman Yogyakarta*. Yogyakarta: STIKES Aisyiyah Yogyakarta.
- Yulinda, Arif, Nurul Fitriyah. (2018). Efektifitas Penyuluhan Metode Ceramah dan Audiovisual dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap tentang SADARI di SMKN Surabaya