

## **Peduli Kesehatan, Edukasi Deteksi Dini Kanker Payudara Melalui Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)**

### ***Caring for Health, Educating Early Detection of Breast Cancer through Breast Self Examination***

Sarmalina Simamora<sup>1\*</sup>

1 Poltekkes Kemenkes Palembang, email: [sarmalina@poltekkespalembang.ac.id](mailto:sarmalina@poltekkespalembang.ac.id)

\* Penulis Korespondensi: E-mail: [sarmalina@poltekkespalembang.ac.id](mailto:sarmalina@poltekkespalembang.ac.id)

#### **Abstrak**

Kanker payudara merupakan jenis kanker yang paling banyak dialami oleh perempuan. Apabila kanker terdeteksi sejak dini, peluang untuk sembuh cukup tinggi. Namun, berdasarkan berbagai penelitian, sebagian besar pasien datang ketika kanker telah menginvasi jaringan di sekitarnya atau bahkan bermetastasis ke organ-organ vital dalam tubuh. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk mengedukasi kaum perempuan khususnya yang rajin memeriksakan kesehatannya di Pos UKK Ojolali Desa Gunung Ibul Kecamatan Prabumulih Timur, agar mengetahui cara untuk mendeteksi keberadaan tumor di payudara, yang mungkin adalah sel kanker, yaitu dengan cara pemeriksaan payudara sendiri (SADARI), karena belum semua perempuan pernah mendapat informasi tentang cara ini. Metode kegiatan dilakukan dengan cara penyuluhan, pemberian leaflet dan praktek cara melakukan SADARI. Jumlah ibu-ibu yang mengikuti kegiatan sebanyak 21 orang. Hasil dari kegiatan ini, peserta mengalami peningkatan nilai pengetahuan dari hasil kuisioner yang dibagikan sebelum dan sesudah penyuluhan. Peserta juga menyatakan bahwa kegiatan ini menyadarkan mereka agar dapat terhindar dari kematian akibat penyakit kanker payudara yang tidak dapat disembuhkan karena terlambat mendeteksinya.

**Kata Kunci : deteksi dini, kanker, payudara, pengetahuan, SADARI**

#### ***Abstract***

*Breast cancer is the most common type of cancer among women. When detected early, the chances of recovery are quite high. However, research indicates that most patients are diagnosed only after the cancer has spread to surrounding tissues or even metastasized to vital organs in the body. The purpose of this community service activity is to educate women, especially those who diligently check their health at the Ojolali UKK Post, Gunung Ibul Village, East Prabumulih Sub-district, to know how to detect the presence of tumour in the breast, which may be cancer cells, namely by means of breast self-examination (SADARI), because not all women have received information about this method. The activity method was carried out by counselling, providing brochures and practicing how to do SADARI. The number of mothers who participated in the activity was 21 people. The results of this activity, participants experienced an increase in knowledge value from the results of questionnaires distributed before and after counseling. Participants also stated that this activity made them aware that they could avoid death from breast cancer which could not be cured due to late detection.*

**Keywords: early detection, cancer, breast, knowledge, SADARI**

## PENDAHULUAN

Penyakit kanker merupakan salah satu penyakit yang sangat ditakuti oleh banyak orang. Jumlah kejadiannya diseluruh dunia pada tahun 2022 mencapai 20 juta dan 10 juta diantaranya berakhir dengan kematian. Kanker paru adalah jenis kanker terbanyak, angkanya mencapai 12,4%, disusul kanker payudara lebih dari 11 % (1). Sebelumnya, pada tahun 2020 kanker payudara merupakan jumlah kasus terbanyak, melebihi jumlah kasus kanker paru. Di Indonesia kasus kanker payudara merupakan jenis kanker dengan jumlah penderita kanker terbanyak (2).

Menurut informasi dari *Global Cancer* bahwa meskipun cara deteksi dini kanker payudara semakin berkembang, namun 68-73% pasien kanker payudara datang dengan stadium lanjut, tidak terdeteksi pada saat awal. Terlambat memeriksakan diri merupakan faktor utama dan tidak adanya dukungan keluarga menjadi alasan utama pasien terdiagnosis pada stadium lanjut (3). Bila kanker payudara ditemukan pada stadium lanjut, maka besar kemungkinan tindakan pembedahan saja tidak cukup. Pengobatan kanker stadium lanjut seringkali harus disertai dengan radioterapi maupun kemoterapi, bahkan pada beberapa keadaan pasien dengan stadium awalpun diberi kemoterapi sebagai tambahan terapi. Kemoterapi dapat menimbulkan berbagai efek samping, seperti leukopenia, mual dan muntah, rambut rontok dan sebagainya.

Sebuah penelitian tentang efek samping penggunaan dosetaksel pada pasien kanker payudara menunjukkan bahwa keseluruhan pasien mengalami efek samping seperti rambut rontok, hipersensitifitas kulit, perubahan pada kuku dan anemia, pada tingkatan ringan dan sedang (4). Selain efek samping tersebut, ada juga efek samping lain seperti leukopenia, trombositopenia, toksisitas pada ginjal, kehilangan selera makan, mual muntah dan nyeri. Sedangkan penelitian lain dengan penggunaan obat kemo berbasis CAF (*cyclofosfamid*, *doksorubicin* dan 5-FU) pada 52 pasien usia 26-75 tahun pada stadium I sampai IV, menginformasikan bahwa efek samping terbanyak yang dialami oleh pasien adalah leukopenia, yaitu 50% (5). Efek samping yang terjadi berhubungan dengan kualitas hidup pasien kanker. Hampir 50% pasien kanker memiliki kualitas hidup yang buruk (6). Timbulnya efek samping dapat menambah beban pasien. Mereka sudah tertekan secara emosional karena penyakitnya, dan menjadi tertekan lagi secara fisik karena efek samping obatnya. Dalam proses pengobatan, agar hasil terapinya optimal, maka selain penerimaan obat secara fisik, pasien juga harus dapat menerima pengobatan secara psikis.

## METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Pelaksanaan program edukasi ini dilakukan dalam rangka mendukung program prioritas nasional, dalam pencegahan Penyakit Tidak Menular seperti kanker, jantung, stroke, ginjal, dan sebagainya. Kegiatan pengabdian ini dilakukan dalam bentuk *Inter-personal Collaboration* (IPC) yang dilakukan oleh Poltekkes Palembang, bekerja sama dengan pemerintahan Kota Prabumulih. Kelompok dosen pengabdian terdiri dari berbagai program studi seperti Farmasi, Gizi, Bidan, Tehnik Laboratorium Medik dan Kesehatan Lingkungan. Sebagai mitra dalam kegiatan ini adalah Puskesmas Prabumulih Timur. Dosen melakukan edukasi kepada kelompok masyarakat yang telah ditentukan oleh Puskesmas secara bergiliran. Target sasaran dalam kegiatan ini adalah warga Masyarakat di Unit Kesehatan Keluarga "Ojolali"

Kelurahan Gunung Ibul, Kecamatan Prabumulih Timur. Kegiatan edukasi dilakukan secara langsung dalam bentuk diskusi, pembagian leaflet dan praktek melakukan pemeriksaan payudara sendiri. Kegiatan dibagi dalam tiga tahap, yaitu :

#### 1. Tahap Identifikasi Pengetahuan

Kegiatan pengabdian ini dilakukan atas kerja sama Poltekkes Palembang dengan Pemerintah Daerah Kota Prabumulih. TIM dari Pusat Penelitian dan Pengembangan Poltekkes telah melakukan identifikasi kebutuhan, sehingga masing masing dosen dapat menyesuaikan materinya dengan kebutuhan masyarakat disana. Semua kegiatan ditujukan kearah pencegahan penyakit tidak menular (PTM) melalui deteksi dini berbagai resiko penyakit seperti hipertensi, diabetes, jantung, ginjal dan kanker. Dalam hal ini pengabdian mengambil tema upaya deteksi dini terhadap kanker payudara dengan metode SADARI. Identifikasi pengetahuan peserta tentang kanker payudara dan cara melakukan deteksi dini dilakukan dengan membagikan kuisioner yang berisikan pertanyaan seputar kanker kepada peserta

#### 2. Identifikasi Kebutuhan:

Tim pengabdian melakukan identifikasi kebutuhan melalui informasi yang diberikan oleh kepala Puskesmas Prabumulih Timur sebagai mitra pelaksana. Informasi disampaikan dalam sebuah pertemuan lewat zoom meeting dan profil UPTD Puskesmas Prabumulih Timur. Dari informasi ini pengabdian dapat mengidentifikasi kebutuhan masyarakat akan perlunya penyuluhan kesehatan yang berkaitan dengan penyakit tidak menular (PTM).

#### 3. Persiapan Materi dan Media Edukasi:

Karena waktu untuk melakukan edukasi tidak terlalu lama, maka penulis memilih untuk memberikan leaflet kepada peserta pengabdian. Pertimbangan lainnya, leaflet yang dibagikan bergambar dan penjelasannya singkat, sehingga mudah dipahami dibandingkan dengan materi bacaan yang panjang atau power point, mengingat peserta kebanyakan berpendidikan rendah. Leaflet yang dibagikan diambil dari internet.



Gambar 1. Leaflet yang dibagikan kepada peserta kegiatan

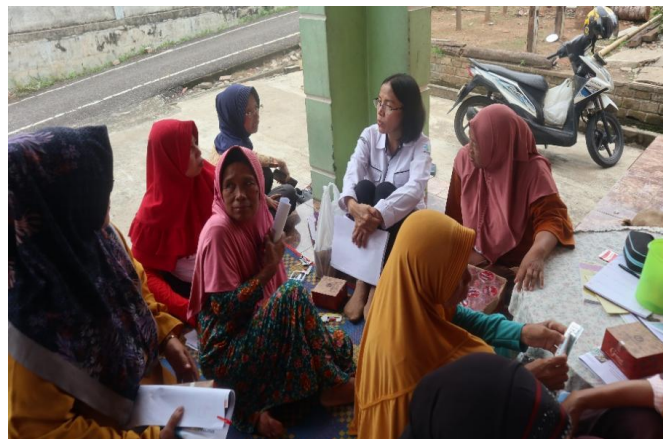
#### 4. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan edukasi untuk mendeteksi adanya kanker pada payudara dilakukan dengan pendekatan yang interaktif dan partisipatif dengan urutan kegiatan sebagai berikut:

- a. Pengantar oleh dosen pengabdian: yaitu dengan menjelaskan tujuan pertemuan, memperkenalkan diri sebagai pembicara, teknis kegiatan dan luaran yang diharapkan

dari kegiatan pengabdian ini.

- b. Penyampaian Materi: materi disampaikan tidak dengan menggunakan slide presentasi namun dilaksanakan seakrab mungkin, yaitu dengan memulai pembicaraan dengan bertanya kepada salah seorang peserta. Selanjutnya secara bertahap pengabdian menjelaskan semua materi tentang kanker dan SADARI. Peserta sesekali mengajukan pertanyaan dan pengabdian menjawab. Untuk deteksi kanker disampaikan dengan menjelaskan definisi, stadium kanker, penyebab dan faktor risiko kanker, pencegahan dan deteksi dini kanker payudara lalu tindakan pengobatan kanker serta anjuran diet berbahan alami untuk penderita kanker. Penyuluhan yang dilakukan dilengkapi dengan pembagian leaflet kepada peserta. Leaflet berisi gambar dan keterangan cara melakukan pemeriksaan payudara sendiri.



Gambar 2. Pelaksanaan edukasi deteksi dini kanker payudara dengan cara berdiskusi

### 3. Tahap Evaluasi dan Tindak Lanjut

Tahap Evaluasi dan Tindak Lanjut Evaluasi dalam kegiatan ini dilakukan dengan tahapan berikut :

- a. Evaluasi Pemahaman Ibu-Ibu : dilakukan dengan mengajukan pertanyaan tentang materi yang telah disampaikan seputar deteksi dini kanker payudara. Sebagian kecil peserta terutama yang sudah lansia masih kurang mampu menjawab pertanyaan “sulit” yang ditanyakan, misalnya kapan pemeriksaan payudara secara klinis perlu dilakukan. Mereka kurang mampu membedakan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dan pemeriksaan payudara secara klinis (SADANIS).
- b. Penilaian Dampak dan Rekomendasi: Dampak dari kegiatan ini adalah, secara umum pengetahuan peserta meningkat, dan mereka sudah termotivasi untuk melakukan pemeriksaan payudara sendiri secara rutin sesuai dengan cara yang telah diajarkan. Rekomendasi yang dapat diberikan oleh TIM Pengabdian adalah agar PUSKESMAS proaktif untuk melakukan pemantauan dan mengingatkan agar warga yang telah mengikuti kegiatan pengabdian di Pos UKK Ojolali melakukan aktifitas SADARI secara berkelanjutan.



Gambar 3. Memberikan penjelasan pada tahap evaluasi

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Ibu-ibu yang biasa mengunjungi Pos UKK Ojolali di Kel. Gunung Ibul Prabumulih Timur di sekitar menunjukkan antusiasme yang sangat tinggi. Sebelum rombongan pengabdian tiba mereka semua sudah siap di lokasi. Kegiatan penyuluhan dengan tema deteksi dini penyakit tidak menular (PTM) ini dilaksanakan oleh 7 (tujuh) orang dosen pengabdian dengan memilih topik yang berdeda. Dalam kegiatan ini penyuluhan dilakukan dengan berbagai macam metode, ada yang melakukan penyuluhan dengan ceramah, membagikan leaflet, melakukan tindakan dan menjawab pertanyaan dari para peserta.

Alokasi kegiatan untuk masing-masing dosen hanya sekitar 30 – 45 menit, sebab kegiatan UKK ini hanya dilakukan sekali sebulan. Kegiatan ini dibantu oleh mitra yaitu tenaga kesehatan dari Puskesmas Prabumulih Timur. Peserta yang datang semuanya adalah ibu-ibu, dari berbagai kelompok usia, mulai dari 25 tahun sampai lebih dari 70 tahun. Untuk deteksi dini kanker payudara dilakukan dengan membagikan leaflet disertai penjelasan sekaligus berdiskusi secara langsung secara informal. Sebelumnya dilakukan pembagian kuisisioner untuk mengidentifikasi karakteristik responden sekaligus menilai pengetahuan mereka. Pendidikan ibu-ibu di POS UKK Ojolali terbanyak adalah pendidikan dasar. Berikut ini adalah karakteristiknya pada Tabel 1.

Untuk menilai pengetahuan mereka tentang kanker payudara, maka dilakukan juga assesmen pengetahuan dari semua peserta. Hasilnya dari 14 orang ibu-ibu yang mengembalikan kuisisioner terdapat 11 orang yang memiliki pengetahuan kurang baik, beberapa diantaranya tidak dapat menjawab satupun pertanyaan dengan benar. Lalu terdapat 2 orang yang memiliki pengetahuan cukup (score 60) dan 1 orang yang pengetahuannya tinggi (score 80).

Tabel 1. Karakteristik Ibu ibu Peserta Pengabdian di POS UKK Ojolali tahun 2024

No	Karakteristik	n
1	Kelompok usia (tahun)	
	25	1
	40-50	4
	51-60	4
	61-70	2
	>70	3
2	Pendidikan tertinggi	
	S1	1
	SMA	2
	SMP	5
	SD	6
3	Status pernikahan	
	Menikah	14
	Tidak menikah	-
4	Status menyusui	
	Pernah menyusui	13
	Belum pernah menyusui	1

Hasil selengkapnya terkait pengetahuan ibu dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Pengetahuan Ibu-ibu di POS UKK Ojolali tahun 2024

No.	Kategori Pengetahuan	f	%
1	Mengetahui tujuan pemeriksaan payudara sendiri	5	35,7
2	Mengetahui faktor resiko terjadinya kanker payudara	2	14,3
3	Mengetahui upaya mencegah kanker payudara	9	64,2
4	Mengetahui tanda dan gejala kanker payudara	3	21,4
5	Waktu untuk melakukan SADARI pada wanita yang belum menopause	2	14,3

Dari hasil assesmen teridentifikasi bahwa pendidikan formal ibu-ibu pada umumnya rendah, ini terlihat berdampak pada pengetahuan mereka yang juga masih rendah. Pertanyaan yang dijawab dengan jawaban benar terbanyak (64%) adalah pada pertanyaan tentang upaya pencegahan kanker payudara. Pertanyaan untuk poin ini adalah “Apakah yang dapat dilakukan untuk mecegah kanker payudara?” dengan empat pilihan jawaban, jawaban yang benar adalah menjalani hidup sehat.

Sebuah penelitian di Banyuurip Purworejo membuktikan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara pendidikan formal dengan pengetahuan tentang kanker payudara (7). Hal yang serupa juga disampaikan dari hasil penelitian tentang hubungan pendidikan dengan pengetahuan tentang anemia pada ibu hamil (8). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa masyarakat perlu mendapatkan informasi atau edukasi berkaitan dengan kesehatan, terutama masyarakat dengan tingkat pendidikan rendah.

Kanker dapat disembuhkan bila terdeteksi sejak dini. Untuk kanker payudara, ketidak tahuan para wanita atau umumnya ibu-ibu dapat menjadi faktor resiko yang dapat merugikan. Itu sebabnya sangat penting bagi setiap wanita, yang belum menikah maupun sudah menikah,

yang masih menstruasi maupun yang sudah menopause untuk secara rutin melakukan SADARI.

Kegiatan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan perempuan akan resiko terjadinya kanker payudara, dan cara deteksi dini untuk dapat lebih awal diatasi sudah dilakukan di berbagai tempat. Hasilnya, edukasi bahkan latihan tehnik SADARI terbukti meningkatkan pengetahuan semua perempuan yang pernah mendapat edukasinya (9) (10)(11).

Setelah melakukan assesmen pengetahuan peserta, Tim Pengabdian dapat mengetahui bahwa hal yang paling banyak tidak diketahui oleh peserta adalah upaya pencegahan kanker payudara dan tujuan pemeriksaan payudara sendiri secara rutin. Oleh karena itu Tim menjelaskan secara sederhana segala sesuatu yang berkaitan dengan kanker payudara. Setelah itu dilanjutkan dengan diskusi dan terakhir Tim membagikan leaflet tentang cara pemeriksaan payudara sendiri yang bisa dilakukan oleh setiap ibu yang sehat secara mandiri. Setelah penyuluhan selesai, ibu-ibu ditanya lagi secara acak tentang berbagai hal yang disampaikan dalam diskusi dan mereka sudah dapat menjawab dengan baik.

Tenaga kesehatan disarankan untuk lebih sering memberikan edukasi, sebab masih banyak perempuan yang belum pernah mengetahui tentang pemeriksaan dengan cara SADARI. Dengan demikian maka angka kematian akibat kanker payudara dapat ditekan.

## SIMPULAN

Setelah diberikan penyuluhan tentang kanker payudara dan pentingnya melakukan pemeriksaan payudara sendiri, kepada peserta juga dibagikan leaflet, yang berisi gambar dan keterangan mengenai urutan langkah pemeriksaan payudara sendiri, sehingga kegiatan SADARI ini bisa diulang untuk dilakukan secara disiplin di rumah. Ibu-ibu peserta telah mengerti dan menyadari pentingnya melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI), sehingga dapat mendeteksi bila ada tanda-tanda yang mengarah kepada kanker payudara sejak dini.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan ini terselenggara karena adanya pendanaan dan kemitraan dari Poltekkes Kemenkes Palembang dengan Pemerintah Kota Prabumulih. Untuk itu ucapan terima kasih dan penghargaan disampaikan kepada:

1. Direktur dan Kepala Pusat Penelitian serta Pengabdian Kepada Masyarakat Poltekkes Kemenkes Palembang yang telah mendukung pendanaan dan melakukan kerjasama pembinaan wilayah untuk kegiatan ini.
2. Walikota Prabumulih, Kepala Dinas Kesehatan Kota, Kepala Puskesmas Gunung Ibul dan tenaga kesehatan yang ikut mendampingi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Sung H, Ferlay J, Siegel RL, Laversanne M, Soerjomataram I, Jemal A, et al. Global Cancer Statistics 2020: GLOBOCAN Estimates of Incidence and Mortality Worldwide for 36 Cancers in 185 Countries. *CA Cancer J Clin.* 2021;71(3):209–49.

2. Rokom. Kanker Payudara Paling Banyak di Indonesia, Kemenkes Targetkan Pemerataan Layanan Kesehatan. Menteri Kesehatan RI [Internet]. 2022;1–13. Available from: <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20220202/1639254/kanker-payudaya-paling-banyak-di-indonesia-kemenkes-targetkan-pemerataan-layanan-kesehatan/>
3. Despitasari L. Hubungan Dukungan Keluarga dan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) dengan Keterlambatan Pemeriksaan Kanker Payudara Pada Penderita Kanker Payudara di Poli Bedah RSUP DR. M. Djamil Padang. *J Keperawatan Muhammadiyah*. 2017;2(1).
4. Wijayanti N, Rahmawati DF, Pramugyono P. Kajian Efek Samping Obat Kemoterapi Dosis Tertinggi Pada Kanker Payudara Di RS Bhayangkara Kediri. *J Manaj DAN PELAYANAN Farm (Journal Manag Pharm Pract*. 2023;13(3):153–65.
5. Rafli R, Abdullah D, Sinulingga BY. Gambaran Efek Samping dan Terapi Supportif Pasien Kanker Payudara Pasca Kemoterapi CAF di RSUP M.Djamil Padang. *Baiturrahmah Med J*. 2021;1(1):8–13.
6. Parasian J, Susilowati Y, Maulidia Septimar Z, Haeriyah S. Hubungan Efek Samping Kemoterapi dengan Kualitas Hidup Pasien Kanker Payudara di Rumah Sakit Kanker Dharmas Provinsi DKI Jakarta Tahun 2023. *J Ilmu Kesehatan dan Kedokteran [Internet]*. 2024;2(1):115–26. Available from: <https://doi.org/10.55606/termometer.v2i1.2808>
7. Nanik W. Hubungan Tingkat Pendidikan Formal Dan Tingkat Pengetahuan Wanita Tentang Kanker Payudara Dengan Kejadian Kanker Payudara Di Borokulon Banyuwangi Purworejo. *J Komun Kesehatan [Internet]*. 2011;2(2):1–4. Available from: <https://ejurnal.ibisa.ac.id/index.php/jkk/article/view/30>
8. Hernowo Anggoro Wasono, Ismalia Husna, Zulfian WM. Page 59 of 8. *J Med Mayahayati*. 2021;5:59–66.
9. Deska R, Ningsih D, Luviana L. Hubungan Pengetahuan Tentang Kanker Payudara Dengan Perilaku SADARI (Periksa Payudara Sendiri). *J Kesehatan Panca Bhakti Lampung*. 2019;7(September).
10. Sihite EDO, Nurchayati S, Hasneli Y. Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Kanker Payudara Dan Perilaku Periksa Payudara Sendiri (Sadari). *J Ners Indones*. 2019;9(2):8.
11. Mardiana A, Kurniasari L. Hubungan Pengetahuan Pemeriksaan Payudara Sendiri ( SADARI ) dengan Kejadian Kanker Payudara di Kalimantan Timur. *Borneo Student Res*. 2021;2(2):1052–9.