

## **Pemberian Informasi Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Pada Remaja**

Masruroh<sup>1</sup>, Cahyaningrum<sup>2</sup>, Heni Hirawati<sup>3</sup>, Purbowati<sup>4</sup>  
<sup>1,2,3,4</sup>Universitas Ngudi Waluyo  
<sup>1</sup>rurohvina@gmail.com

### **ABSTRAK**

*Deteksi kanker dapat dilakukan dengan pemeriksaan payudara sendiri atau yang dikenal dengan SADARI. Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) adalah pemeriksaan yang mudah yang bisa dilakukan setiap wanita dan bisa dilakukan sendiri. Tindakan ini penting karena hampir 85% kelainan di payudara justru ditemukan pertama kali oleh penderita melalui pemeriksaan payudara sendiri dengan benar. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan motivasi para siswa untuk melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) tiap bulannya. Kegiatan pemberian informasi tentang pemeriksaan payudara sendiri dilaksanakan di SMK Harapan Mulya Brangsong. Jumlah siswa yang mengikuti kegiatan sebanyak 40 siswa. Hasil pretest didapatkan sebagian besar siswi mempunyai pengetahuan kurang tentang pemeriksaan payudara sendiri sebanyak 25%. Hasil posttest didapatkan sebagian besar siswi mempunyai pengetahuan dalam kategori baik sebesar 45%. Sosialisasi praktik pemeriksaan payudara sendiri dan sangatlah penting, sehingga perlu dilakukan pendidikan kesehatan tentang pemeriksaan payudara sendiri. Saran kepada Pihak SMK Harapan Mulya supaya bekerjasama kepada pihak tenaga kesehatan supaya dapat memberikan penyuluhan masalah kesehatan secara kontinyu kepada para siswa siswa SMK Harapan Mulya Brangsong.*

**Kata kunci:** Informasi, Pemeriksaan Payudara Sendiri

### **ABSTRACT**

*Detection of cancer can be done with breast self-examination or known as BSE. Breast self-examination (BSE) is an easy examination that every woman can do and can be done on her own. This action is important because almost 85% of abnormalities in the breast are actually found for the first time by the patient through a proper breast self-examination. This community service activity aims to increase students' motivation to carry out breast self-examination. The activity of providing information about breast self-examination was carried out at SMK Harapan Mulya Brangsong. The number of students who participated in the activity was 40 students. The results of the pretest showed that most of the students had less knowledge about breast self-examination as much as 25%. The results of the posttest showed that most of the students had knowledge in the good category of 45%. Socialization of the practice of breast self-examination is very important, so it is necessary to conduct health education about breast self-examination. Suggestions to the Harapan Mulya Vocational School to cooperate with the health workers so that they can provide continuous health problem counseling to the students of Harapan Mulya Brangsong Vocational School.*

**Keywords:** Information, breast self-examination

### **1. PENDAHULUAN**

Kanker payudara merupakan salah satu jenis kanker yang umum pada wanita. Kanker payudara merupakan tumor ganas yang tumbuh didalam jaringan payudara. Setiap tahun lebih dari 185.000 wanita didiagnosa menderita kanker payudara. Insiden penyakit ini semakin meningkat di 101urvey-negara maju. Sekitar 43.500 kematian akibat kanker payudara setiap tahunnya yang menjadikan penyakit ini sebagai penyebab kematian terbesar kedua setelah kanker paru pada wanita di Amerika Serikat (Kemenkes.RI, 2015).

Penderita kanker payudara telah banyak ditemukan pada usia muda bahkan tidak sedikit remaja putri usia empat belas tahun menderita tumor dipayudaranya, dimana tumor dapat berpotensi menjadi kanker bila tidak terdeteksi lebih awal.

Skrining kanker payudara sejak dini dapat dilakukan. Deteksi kanker dapat dilakukan dengan pemeriksaan payudara sendiri atau yang dikenal dengan SADARI. Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) adalah pemeriksaan yang mudah yang bisa dilakukan setiap wanita dan bisa

dilakukan sendiri. Tindakan ini penting karena 102urvey 85% kelainan di payudara justru ditemukan pertama kali oleh penderita melalui pemeriksaan payudara sendiri dengan benar. ( Niken, 2012)

Pemeriksaan Payudara Sendiri akan menurunkan tingkat kematian akibat kanker payudara samapi 20 %, namun masih sedikit wanita yang mau melakukan pemeriksaan Payudara sendiri ( SADARI).Banyak Faktor yang melatarbelakangi remaja putri tidak mau melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) diantaranya adalah pengetahuan.Pengetahuan merupakan aspek pokok untuk menentukan perilaku seseorang untuk menyadari atau tidak maupun untuk mengatur perilakunya sendiri Dengan pengetahuan yang baik diharapkan remaja putri mau melakukan SADARI dengan teknik yang benar dan teratur.( Briani,2014)

Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang SADARI sehingga termotivasi untuk melakukan SADARI adalah melalui Pendidikan Kesehatan seperti penyuluhan diSekolah daninformasi dari buku buku kesehatan dan KIE tentang manfaat positif untuk melakukan SADARI.

Berdasarkan 102urvey pendahuluan pengetahuan pemeriksaan payudara sendiri pada siswa sma masih sangat rendah sehingga motivasi untuk melakukan pemeriksaan payudara sendiri masih rendah karena mereka beranggapan bahwa remaja tidak mungkin terkena kanker payudara.Pemberian informasi tentang pemeriksaan payudara sendiri sangat bermanfaat untuk siwa SMK sehingga mereka termotivasi untuk melakukan pemeriksaan payudara sendiri ( SADARI).

## **2.PERMASALAHAN MITRA**

Permasalahan yang dihadapi mitra , khususnya siswi SMK Harapan Mulya brangsong adalah

1. Pengetahuan siswa tentang pemeriksaan payudara sendiri masih rendah
2. Praktek untuk melakukan pemeriksaan payudara sendiri masih rendah

## **3.METODE PELAKSANAAN**

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di SMK Harapan Mulya Brangsong. Kegiatan penyuluhan pemberian informasi tentang pemeriksaan payudara sendiri diawali dengan pembukaan dilanjutkan dengan pretest dengan pemberian kuesioner tentang pemeriksaan payudara sendiri yang diikuti oleh 40 siswi SMK Harapan Mulya Setelah para siswa mengisi kuesioner pre test tentang pemeriksaan payudara sendiri selanjutnya tim pemberian penyuluhan tentang pemeriksaan payudara sendiri . pada saat pelaksanaan penyuluhan para siswa SMK Harapan Mulya Brangsong sangat antusias mendengarkan penyuluhan dan beberapa siswa juga banyak yang bertanya tentang pemeriksaan payudara sendiri

## **4.PEMBAHASAN**

Tabel 1 Pre Test pengetahuan siswi SMK Hrapan Mulya Brangsong Tentang SADARI

<b>Pengetahuan</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Prosentase (%)</b>
Baik	12	30
Cukup	18	45
Kurang	10	25
	40	100

Berdasarkan beberapa pertanyaan dalam sesi diskusi, masih banyak siswi siswi yang memiliki pemahaman yang kurang tepat tentang pemeriksaan payudara sendiri ( SADARI). Dari jawaban kuesioner pernyataan yang tidak tahu adalah pertanyaan tentang kapan waktu yang tepat untuk melakukan pemeriksaan payudara sendiri. Pada saat diskusi para siswi mengatakan bahwa pemeriksaan payudara dilakukan pada saat menstruasi . Menurut Olfah dkk (2013) Waktu terbaik untuk memeriksa payudara adalah 7 hari sampai 10 hari setelah menstruasi selesai karena pada saat itu pengaruh hormon ovarium sudah hilang sehingga konsistensi payudara tidak lagi keras seperti menjelang menstruasi atau payudara terasa lunak.

Pernyataan tentang factor resiko apa saja yang bisa menyebabkan seorang wanita untuk terkena kanker payudara juga para siswi banyak yang belum tahun. Menurut Purwoastuti (2012) factor resiko yang menyebabkan seseorang berisiko terkena kanker payudara adalah haid pertama pada usia di bawah 12 tahun, wanita menikah tapi tidak memilik anak, melahirkan anak pertama pada usia lebih 35 tahun , menopause pada usia lebih 55 tahun, wanita yang mengalami stress berat dan merokok atau terpapar asap rokok.

Selain itu para siswa juga belum mengetahui tentang manfaat pemeriksaan payudara sendiri. Berdasarkan diskusi para siswa berpendapat bahwa pemeriksaan payudara sendiri tidak ada manfaatnya. Berdasarkan teori pemeriksaan payudara sendiri bermanfaat sebagai berikut memperbaiki dan meningkatkan peredaran darah, relaksasi payudara dan area dada, mendeteksi dini gejala terjadinya kanker payudara bila ada kelainan seperti infeksi, tumor, kanker dapat ditemukan lebih awal.

Setelah sesi diskusi selesai, dilanjutkan dengan evaluasi pengetahuan dengan kuesioner post test. Dari hasil posttest didapatkan data sebagai berikut :

Tabel 2 Distribusi frekuensi hasil Posttest

Pengetahuan	Frekuensi	Prosentase (%)
Baik	18	45
Cukup	14	35
Kurang	8	20
	124	100

Pemberian informasi yang dilakukan menggunakan metode penyuluhan dengan media audio visual. Diharapkan dengan pemilihan metode ini dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku siswi dalam pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). Didalam penyuluhan diputar video tentang kanker payudara, factor resiko kanker payudara dan bagaimana cara melakukan pemeriksaan payudara sendiri dengan benar.

Berdasarkan hasil penelitian para ahli, ternyata media yang beraneka ragam itu hampir semua bermanfaat. Cukup banyak jenis dan bentuk media yang telah dikenal dewasa ini, dari yang sederhana sampai yang berteknologi tinggi, dari yang mudah dan sudah ada secara natural sampai kepada media yang harus dirancang sendiri, bahwasanya media audio-visual adalah media yang mencakup 2 jenis media yaitu audio dan visual. Media audio visual adalah media yang mempunyai unsur suara gambar. Jenis media ini mempunyai kemampuan yang lebih baik, karena meliputi kedua jenis media yaitu media audio dan media visual. Kelebihan penyuluhan dengan media audio visual gambar yang diproyeksikan secara jelas akan lebih menarik perhatian, gambar dapat didiskusikan tanpa terikat waktu serta dapat dibandingkan satu dengan yang lain tanpa melepas film dari proyektor, sangat praktis dan menyenangkan, relatif tidak mahal, karena dapat dipakai berulang kali. Pertunjukan gambar dapat dipercepat atau diperlambat.

Hasil dari penelitian Wicaksono, D (2016), menyampaikan media audio-visual merupakan media yang memiliki peranan peningkatan yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu siswi dalam melakukan pemeriksaan payudara sendiri. Selain evaluasi pengetahuan, dilakukan juga evaluasi ketrampilan tentang pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). Pada saat praktek pemeriksaan payudara sendiri para siswi sangat bersemangat. Para siswi praktek bersama sama dalam melakukan pemeriksaan payudara sendiri. Diharapkan dengan para siswa yang sudah terampil melakukan pemeriksaan payudara sendiri jadi mempunyai keinginan untuk melakukan pemeriksaan payudara sendiri setiap bulan di rumahnya.

Hal tersebut didukung oleh penelitian Hanifah, dkk (2015), tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku wanita usia subur dalam melakukan deteksi dini kanker payudara dengan SADARI di Wilayah Kerja Puskesmas Nusukan Surakarta. Salah satu faktor yang berhubungan dengan perilaku wanita usia subur dalam melakukan deteksi dini kanker payudara dengan SADARI adalah keterpaparan individu informasi, sehingga individu yang sudah terpapar informasi kesehatan akan mendorong terjadinya perilaku kesehatan.

Penyampaian informasi yang baik antara petugas kesehatan dengan masyarakat dan antara masyarakat itu sendiri berkontribusi positif terhadap motivasi pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). Kurangnya informasi tentang pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) menjadi poin penting karena sekarang semakin mudahnya sumber informasi tentang kesehatan yang dapat di peroleh, baik dari teman, keluarga, kader kesehatan dan petugas kesehatan maupun melalui media cetak, online, televisi dan lain-lain (Notoatmodjo, 2005).

Pengetahuan tentang deteksi dini kanker payudara dalam hal ini berkaitan dengan penemuan sendiri mungkin tanda atau gejala kanker payudara. Teori Health Belief Model / HBM (Muzaham, 2005), menjelaskan orang yang kurang mempunyai pengetahuan dan motivasi

minimal yang relevan dengan kesehatan tidak mencari pertolongan medis atau pencegahan penyakit. Motivasi yang kurang untuk melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dapat berubah dengan diberikan pendidikan kesehatan, selanjutnya pengetahuan yang sudah diterima tentang cara mendeteksi kanker payudara akan menimbulkan kesadaran perempuan, dan akhirnya akan menyebabkan seseorang berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya.

#### **KESIMPULAN**

Pengetahuan siswi SMK Harapan Mulya Brangsong sebelum penyuluhan sebanyak 45% dalam kategori cukup dan pengetahuan siswa SMK Harapan Mulya Brangsong setelah penyuluhan dalam kategori baik 65% . Hasil praktik menunjukkan siswa ada peningkatan ketrampilan dalam pemeriksaan payudara sendiri.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Kemendes. RI (2015) .*Panduan Nasional Penanganan Kanker Payudara. Komite Nasional Penangan Kanker ( KPNK)*
- Lumban Gaol , H.,& Briani,F.(2014) Kanker Payuda. *Kapita Selekta Kedokteran* ,230-236
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (2013).Riset Kesehatan Dasar (RISKESDA) 2013.*Laporan Nasional* 2013.
- Mboi. N.(2014).*Panduan Praktis Klinik Bagi Dokter di Fasilitas Pelayanan Kesehatan Primer .Menteri Kesehatan Republik Indonesia*
- Petersen,O.W.,&Celis, J.E (2009) *Patogenese ved cancer mamme.Juornal Endurance*
- Niken .2012.*Perilaku SADARI pada Remaja*.Jakarta.EGC
- Gejir IN, Agung AAG, Ratih IADK dkk, 2017. *Media Komunikasi dalam Penyuluhan Kesehatan*. Yogyakarta : CV. Andi Offset.
- Hayati, Yustia. 2013. *Efektifitas Metode Simulasi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Upaya Deteksi Dini Kanker Payudara Dengan Sadari Di Sma Negeri 1 Dan Sma Citra Harapan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang*. Diakses <http://respiory.usu.ac.id> pada 11 Februari 2019.
- Hanifah, dkk. 2015. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Wanita Usia Subur Dalam Melakukan Deteksi Dini Kanker Payudara Dengan SADARI Di Wilayah Kerja Puskesmas Nusukan Surakarta*. Diakses <http://eprints.ums.ac.id> pada 12 Juli 2019
- Hayati, Yustia. 2013. *Efektifitas Metode Simulasi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Upaya Deteksi Dini Kanker Payudara Dengan Sadari Di Sma Negeri 1 Dan Sma Citra Harapan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang*. Diakses <http://respiory.usu.ac.id> pada 11 Februari 2019.
- Birhane, Kalayu at all. 2017. *Practice of Breast Self Examination and Associated Factor among Female Debre Berhan University Students*. Ethiopia: International Journal of Breast Cancer. Diakses 12 Juli 2019