

Pentingnya Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) sebagai Upaya Deteksi Dini Kanker Payudara

Puji Lestari¹, Wulansari²
^{1,2} Universitas Ngudi Waluyo

puji0604@gmail.com

ABSTRAK

Angka penderita kanker di Indonesia sendiri dapat dibidang meningkat secara fantastis setiap tahunnya. Salah satu kanker yang angka kematiannya tinggi adalah kanker payudara. Kanker payudara sendiri umumnya menyerang perempuan dan merupakan salah satu kanker terbanyak yang terjadi di Indonesia (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2015). Jumlah penderita kanker payudara menunjukkan bahwa terdapat peningkatan setiap tahunnya. Angka kematian ibu Tahun 2018 di Desa Kemetul sebanyak 6 ibu yang meninggal karena kanker payudara. Dengan adanya pengetahuan tentang pemeriksaan payudara sendiri, diharapkan masyarakat terutama remaja dapat melakukan deteksi dini kanker payudara dengan melakukan SADARI. Metode yang digunakan pada pengabdian masyarakat ini yaitu memberikan pendidikan kesehatan dengan ceramah dan dilanjutkan dengan demonstrasi pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). Pengabdian Masyarakat ini didapatkan hasil bahwa pengetahuan tentang SADARI sebelum diberikan penyuluhan, sebagian besar mempunyai pengetahuan sedang sebanyak 25 responden. Sedangkan setelah diberikan penyuluhan, paling banyak mempunyai pengetahuan baik sebanyak 20 responden. praktik pelaksanaan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) paling banyak yaitu pada kategori tidak pernah (17 responden) dan paling sedikit selalu melakukan SADARI sebanyak (4 responden).

Kata kunci: SADARI, Deteksi, Kanker Payudara.

ABSTRACT

The number of cancer sufferers in Indonesia is arguably increasing every year. One cancer that has a high mortality rate is breast cancer. Breast cancer itself generally attacks women and is one of the most cancers that occur in Indonesia (Ministry of Health of the Republic of Indonesia, 2015). The number of breast cancer sufferers shows that there is an increase every year. The maternal mortality rate in 2018 in Kemetul Village is 6 mothers who died of breast cancer. With the knowledge of breast self-examination, it is expected that people, especially adolescents, can make early detection of breast cancer by doing breast self-examination. The method used in this community service is to provide health education with lectures and proceed with a demonstration of breast self-examination (BSE). This community service results show that the knowledge about BSE before being given counseling, most have moderate knowledge of 25 respondents. Whereas after being given counseling, most had good knowledge of 20 respondents. the practice of breast self-examination (BSE) at most is in the category of never (17 respondents) and at least always doing breast self-examination (4 respondents)

Keywords: BSE, Detection, Breast Cancer

1. PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara berkembang. Fenomena transisi epidemiologi tersebut sudah terjadi. Dimana angka kematian

akibat dari penyakit tidak menular semakin meningkat. Salah satu penyakit tidak menular yang banyak terjadi di Indonesia adalah kanker. Angka penderita kanker

di Indonesia sendiri dapat dibidang meningkat secara fantastis setiap tahunnya. Salah satu kanker yang angka kematiannya tinggi adalah kanker payudara.

Kanker payudara sendiri umumnya menyerang perempuan dan merupakan salah satu kanker terbanyak yang terjadi di Indonesia (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2015). Jumlah penderita kanker payudara menunjukkan bahwa terdapat peningkatan setiap tahunnya. Pada tahun 2012 saja, sudah terdapat sebanyak 1,7 juta orang menderita kanker payudara. Hal tersebut pun telah diperkirakan akan tetap meningkat hingga sebesar 4 (empat) kali lipat jumlahnya pada tahun 2020 (American Cancer Society, 2016).

Penatalaksanaan keganasan kanker payudara telah mengalami kemajuan yang sangat pesat, walaupun demikian angka kematian dan angka keganasan kanker payudara masih tetap tinggi. Sebanyak 70% kasus kanker payudara ditemukan dalam stadium lanjut. Tentunya angka ketahanan hidup lima tahun akan semakin tinggi pada pasien kanker payudara yang telah mendapatkan serangkaian pengobatan tepat pada stadium awal. Berdasarkan Perhimpunan Onkologi Indonesia (2010), menyatakan bahwa menurut asosiasi ahli bedah onkologi di Indonesia prognosis kanker payudara berdasarkan diagnosa stadiumnya antara lain: stadium I (85%); stadium II (60-70%); stadium III (30-50%); dan stadium IV (15%). Namun di negara berkembang penderita biasanya memeriksakan diri ke pelayanan kesehatan sudah dalam keadaan stadium lanjut (stadium III-IV), dibandingkan negara maju penderita datang pada stadium awal (stadium I-II).

Kejadian keterlambatan pemeriksaan diri kanker payudara ke pelayanan kesehatan di Indonesia mencapai lebih dari 80% sehingga ditemukan pada stadium lanjut, yang dapat memperburuk prognosis penderita. Bila dilihat *Case Fatality Rate* kasus kanker payudara yang

ditemukan pada stadium awal hanya 7,2%. Oleh karena itu, deteksi dini dan diagnosis keganasan memegang peranan penting untuk memperbaiki prognosis disamping faktor klinis lainnya. Deteksi dini kanker payudara terdiri dari pemeriksaan payudara sendiri, pemeriksaan klinis payudara dan mammografi. Deteksi dini terkait dengan pengobatan yang tepat adalah strategi yang paling efektif untuk mengurangi angka kematian akibat kanker payudara.

Cara deteksi dini yang mudah, murah dan dapat dilakukan sendiri yaitu dengan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). terdiri dari melakukan skrining pada populasi asimtomatis dan kepedulian terhadap gejala serta tanda awal akan meningkatkan kemungkinan penyembuhan. Cara deteksi dini yang mudah, murah dan dapat dilakukan sendiri yaitu dengan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). terdiri dari melakukan skrining pada populasi asimtomatis dan kepedulian terhadap gejala serta tanda awal akan meningkatkan kemungkinan penyembuhan. Cara deteksi dini yang mudah, murah dan dapat dilakukan sendiri yaitu dengan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI).

2. PERMASALAHAN MITRA

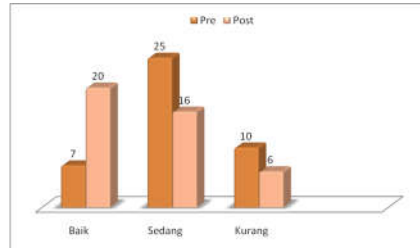
Angka kematian ibu di Desa Kemetul sebanyak 6 ibu yang meninggal karena kanker payudara. Dengan adanya pengetahuan tentang pemeriksaan payudara sendiri, diharapkan masyarakat terutama remaja dapat melakukan deteksi dini kanker payudara dengan melakukan SADARI.

3. METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan pada pengabdian masyarakat ini yaitu memberikan pendidikan kesehatan dengan ceramah dan dilanjutkan dengan demonstrasi pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). Sebelum dan sesudah pengabdian, peserta diminta mengisi kuesioner pengetahuan tentang SADARI. Lokasi pengabdian di Desa Kemetul

dan dilaksanakan pada bulan Agustus 2019.

4. PEMBAHASAN



Gambar 1. Pengetahuan sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan tentang SADARI.

Pada hasil di atas didapatkan hasil bahwa pengetahuan tentang SADARI sebelum diberikan penyuluhan, sebagian besar mempunyai pengetahuan sedang sebanyak 25 responden. Sedangkan setelah diberikan penyuluhan, paling banyak mempunyai pengetahuan baik sebanyak 20 responden.

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.

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.

Adanya fakta pada penelitian yang dilakukan oleh Wardhani (2017) yang memperlihatkan bahwa sebagian besar responden tergolong memiliki tingkat pengetahuan tentang SADARI yang sedang, maka memberikan implikasi mengenai masih perlunya peningkatan pengetahuan remaja putrid tentang SADARI, dengan maksud agar potensi terjadinya serangan kanker payudara dapat dikenali secara dini serta mendapatkan solusi yang tepat dan benar.



Gambar 2. Praktik Pelaksanaan Pemeriksaan Payudara Sendiri

Berdasarkan data di atas didapatkan hasil bahwa praktik pelaksanaan pemeriksaan payudara sendiri (Sadari) paling banyak yaitu pada kategori tidak pernah (17 responden) dan paling sedikit selalu melakukan Sadari sebanyak (4 responden).

Dalam upaya untuk mencegah semakin meningkatnya angka kematian akibat dari kanker payudara, maka upaya deteksi dini sangatlah diperlukan. Salah satu upaya mendeteksi dini adanya kemungkinan kanker payudara adalah dengan melakukan Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari). Tidak perlu mengeluarkan biaya, hanya cukup untuk meluangkan waktu sejenak. Bahkan pada 21 April 2008, Pemerintah bekerja sama dengan Kementerian Kesehatan dan Female Cancer Program (FCP) sebagai pengembang telah menetapkan Sadari sebagai program nasional.

Program Sadari sendiri dapat menekan angka kematian akibat kanker payudara hingga 20%. Menurut Setyowati dkk (2013), risiko perempuan yang tidak melakukan Sadari secara rutin akan lebih tinggi dari perempuan yang rutin melakukannya. Dimana 7,122 kali memiliki risiko untuk terkena kanker payudara dibandingkan dengan perempuan yang melakukan Sadari sebagai upaya deteksi dini.

Hasil penelitian Wardhani

(2017) juga memperlihatkan bahwa praktik pemeriksaan payudara sendiri oleh responden yang notabene mahasiswi semester 7 peminatan Epidemiologi di Fakultas Kesehatan

Masyarakat Universitas Diponegoro, berada dalam satu kategori dengan temuan Yunus pada tahun 2013 yang mengambil sampel penelitian adalah siswi SMA Negeri 4 Gorontalo yang secara umum memiliki intensitas praktik pemeriksaan payudara sendiri dalam kategori sedang atau menengah ke atas. Hasil penelitian tersebut 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, di samping 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.

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, kemungkinannya 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.

5. KESIMPULAN

Tingkat pengetahuan tentang pemeriksaan payudara sendiri pada peserta pengabdian masyarakat meningkat. Yaitu sebelum diberi pendidikan kesehatan dengan pengetahuan kategori sedang sebanyak 25 peserta. Pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan meningkat dengan kategori baik sejumlah 20 peserta.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima Kasih kepada :

- a. Kepala Desa Kemetul
- b. Bidan desa Kemetul (Ibu Ida)
- c. Kepala LPPM Universitas Ngudi Waluyo
- d. Kepala Unit Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Ngudi Waluyo
- e. Serta mahasiswa KKN terutama di Desa Kemetul
- f. Warga Masyarakat Desa Kemetul

DAFTAR PUSTAKA

American Cancer Society. 2016. Breast Cancer Fact and Figures 2016. [Online] Available at

<http://www.cancer.org/research/cancerfactsfigure>.

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

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2015. Pedoman Teknis Pengendalian Kanker Payudara Dan Kanker Leher Rahim. Jakarta: Departemen Kesehatan

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.

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

World Health Organization. 2015. Breast Cancer. [Online] Available at <http://www.who.int/cancer/detection/breastcancer/en/index.html>.

Yulinda, Arif, Nurul Fitriyah. 2018. Efektifitas Penyuluhan Metode Ceramah dan Audiovisual dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap tentang SADARI di SMKN Surabaya

