

## **Peningkatan pengetahuan wanita usia subur tentang SADARI**

**Atriana Yuri Saputri, Nur Alfi Fauziah, Ayu Fera Fabella, Chindi Ardila, Dalina, Derina Arisyah, Fitri Ratna Kusuma, Mareta Kurnia D., Hellen Febriyanti**

Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu, Lampung Indonesia

Penulis korespondensi : Atriana Yuri Saputri

E-mail : atrianays@gmail.com

Diterima: 25 Februari 2024 | Direvisi: 27 Maret 2024 | Disetujui: 27 Maret 2024 | © Penulis 2024

### **Abstrak**

Kanker payudara merupakan penyakit tidak menular (PTM) yang merupakan suatu tumor ganas yang terbentuk dari sel-sel payudara yang tumbuh dan berkembang tanpa terkendali. Kanker Payudara dapat dideteksi secara dini dengan SADARI atau pemeriksaan payudara sendiri. Program deteksi dini kanker payudara yang dapat dilakukan oleh masyarakat dengan melakukan SADARI. SADARI merupakan sebuah metode deteksi dini yang sederhana karena dapat dilakukan secara mandiri. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan wanita usia subur (WUS) dan memberikan edukasi mengenai SADARI dengan menitikberatkan pada usaha preventif dan promotif dalam mencegah dan mengatasi gejala kanker payudara. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini dengan melalui ceramah, dan diskusi serta tanya jawab, dimana sebelum dan sesudah kegiatan ibu diberikan *pretest* dan *posttest*. Hasil pengabdian ini menunjukkan bahwa pelaksanaan kegiatan yang dilakukan pada tanggal 12 Januari 2024 dengan jumlah peserta 14 wanita usia subur dapat meningkatkan pengetahuan peserta dari nilai rata-rata 5 menjadi 13. Kegiatan ini meningkatkan pengetahuan peserta mengenai SADARI dan memberikan kesadaran kepada peserta untuk mencegah adanya tanda dan gejala kanker payudara.

**Kata kunci:** Wanita Usia Subur (WUS); SADARI

### **Abstract**

Breast cancer is a non-communicable disease (NCD) which is a malignant tumor formed from breast cells that grow and develop uncontrollably. Breast cancer can be detected early by BSE or breast self-examination. An early breast cancer detection program that can be carried out by the community by doing BSE. BSE is a simple early detection method because it can be done independently. The aim of this activity is to increase knowledge of women of childbearing age (WUS) and provide education about BSE with an emphasis on preventive and promotive efforts in preventing and treating the symptoms of breast cancer. The method used in this activity is through lectures, discussions and questions and answers, where before and after the activity the mother is given a *pretest* and *posttest*. The results of this service show that carrying out activities carried out on January 12 2024 with 14 women of childbearing age as participants can increase participants' knowledge from an average score of 5 to 13. This activity increases participants' knowledge about BSE and provides awareness to participants to prevent signs of -signs and symptoms of breast cancer.

**Keywords:** woman of reproductive age; breast self-examination

---

## **PENDAHULUAN**

Kanker merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan masyarakat. Insiden kanker angka kejadian tertinggi di Indonesia adalah kanker payudara. Kanker payudara merupakan salah satu jenis kanker yang sering terjadi pada perempuan di Indonesia.

Kanker payudara memiliki kontribusi sebesar 30% dan merupakan jenis kanker yang mendominasi di Indonesia (Azmi et al., 2020). Kanker payudara adalah keganasan pada payudara yang paling umum dialami oleh wanita, penyakit tersebut disebabkan oleh beberapa faktor yaitu dari sel dan saluran kelenjar hingga jaringan penopang payudara, kecuali kulit dari payudara. Kanker payudara juga termasuk penyebab nomor dua kematian terbanyak akibat kanker pada wanita setelah kanker serviks, dan cenderung terus meningkat setiap tahunnya (Cahyanti et al., 2020).

Kanker payudara merupakan kondisi ketika sel kanker terbentuk di jaringan payudara. Kanker terbentuk di kelenjar yang menghasilkan susu (lobulus) atau di saluran (loktus) yang membawa air susu ke kelenjar payudara dan kanker bisa terbentuk di jaringan lemak atau ikat didalam payudara. Jenis-jenis kanker payudara yang paling umum terjadi yaitu sebagai berikut: *Ductal Carcinoma In Situ* merupakan kanker yang tumbuh di duktus dan tidak menyebar dilainnya. Jenis kanker ini termasuk kanker stadium awal, *Lobular Carcinoma In Situ* merupakan kanker yang tumbuh di lobulus sama seperti *Ductal Carcinoma In Situ* yang tidak menyebar ke lainnya, *Invasive Ductal Carcinoma In Situ* merupakan kanker yang tumbuh di duktus dan menyebar ke jaringan sekitarnya atau ke tubuh lain, dan *Invasive Lobular Carcinoma In Situ* merupakan kanker yang tumbuh di lobulus dan bisa menyebar ke jaringan sekitarnya (Mardiana & Kurniasari, 2021).

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kanker payudara adalah gaya hidup, pola makan, budaya makan-makanan (seperti jenis gorengan, konsumsi makanan cepat saji), usia, usia pertama melahirkan, usia menarche, usia menopause, riwayat penyakit, riwayat keluarga, kontrasepsi oral (Mustikasari et al., 2021). Penyebab spesifik kanker payudara masih belum diketahui. Adapun faktor risiko terjadinya kanker payudara, yaitu usia >50 tahun, adanya riwayat kanker payudara pada keluarga, obesitas, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, pemakaian alat kontrasepsi hormonal dalam jangka waktu yang lama, paparan radiasi, tidak pernah melahirkan atau melahirkan pertama kali pada usia lebih dari 35 tahun, serta tidak menyusui. Menopause yang terlambat, yaitu pada usia >50 tahun, dan menarche dini, yaitu usia pertama kali mengalami menstruasi <12 tahun juga merupakan faktor risiko dari kanker payudara. Dari faktor risiko tersebut, riwayat keluarga serta usia menjadi faktor terpenting. Riwayat keluarga yang pernah mengalami kanker payudara meningkatkan risiko berkembangnya penyakit ini. Data WHO menunjukkan bahwa 78% kanker payudara terjadi pada wanita usia 50 tahun ke atas. Sedangkan 6%-nya pada usia kurang dari 40 tahun. Namun banyak juga wanita yang berusia 30 tahun terkena kanker yang mematikan ini. Melihat banyaknya faktor penyebab kanker payudara, sangat penting dilakukan deteksi dini kanker payudara dengan melakukan SADARI. (Azmi et al., 2020).

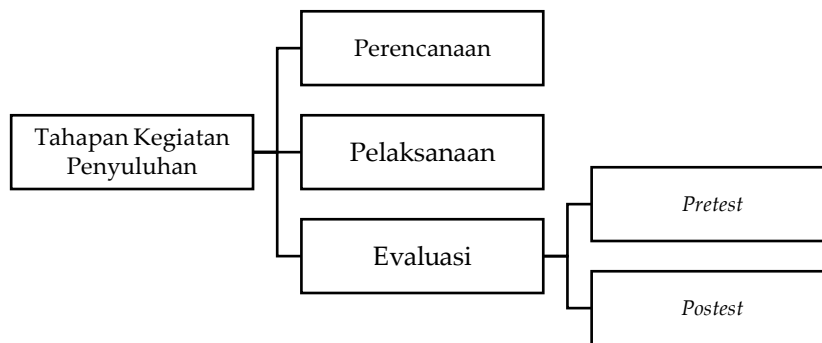
SADARI adalah pengembangan kepedulian seorang perempuan dapat melakukan pemeriksaan payudara sendiri. Tindakan ini dilengkapi dengan langkah-langkah khusus untuk mendeteksi secara awal penyakit kanker payudara untuk mengetahui perubahan-perubahan yang terjadi pada payudara. SADARI bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya kanker payudara pada wanita (Mardiana & Kurniasari, 2021). SADARI merupakan salah satu upaya deteksi dini yang dapat dilakukan oleh setiap wanita dengan mudah untuk menemukan benjolan ataupun kelainan lainnya pada payudara. Jika SADARI dilakukan secara teratur, maka akan diketahui ada tidaknya benjolan ataupun kelainan pada payudara lebih awal walaupun dengan ukuran yang masih kecil. SADARI juga akan lebih efektif apabila dilakukan pada usia yang masih muda yakni rata-rata ketika wanita mencapai usia produktif 15-49 tahun. Namun, sampai saat ini kesadaran wanita masih sangat rendah terhadap praktik SADARI yaitu hanya sekitar 25%-30%. Rendahnya kesadaran wanita disebabkan kurangnya edukasi dan pengetahuan wanita tentang betapa pentingnya melakukan SADARI (Sari et al., 2020).

Melihat fenomena tersebut tentunya perlu dilakukan upaya-upaya untuk mengurangi gejala kanker payudara. Salah satu upaya yang dilakukan adalah dengan melakukan penyuluhan mengenai kanker payudara dan bagaimana cara mendeteksi dini adanya kanker payudara. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan WUS mengenai SADARI dengan menitikberatkan pada usaha promotif dan preventif dalam mendeteksi ada tidaknya tanda dan gejala kanker payudara. Dari

uraian tersebut, maka dilakukan pengabdian masyarakat dengan tujuan meningkatkan pengetahuan WUS tentang SADARI wilayah kerja Puskesmas Mulya Asri, Tulang Bawang Barat, Lampung.

## METODE

Berdasarkan kajian informasi di wilayah kerja Puskesmas Mulya Asri ditemukan bahwa rendahnya pengetahuan ibu mengenai kanker payudara dan bagaimana mendeteksi dini adanya tanda dan gejala kanker payudara. Sasaran dalam program pengabdian masyarakat ini adalah wanita usia subur (WUS) di wilayah kerja Puskesmas Mulya Asri.



**Gambar 1.** Tahapan Kegiatan Penyuluhan

Metode pelaksanaan pada program pengabdian masyarakat ini merupakan sebuah rangkaian tahapan yang disusun secara sistematis yang diawali dengan tahap persiapan, diantaranya melakukan observasi tempat pelaksanaan kegiatan, penawaran proposal kegiatan, melakukan konsultasi dengan kepala Puskesmas Mulya Asri dan bidan koordinator, serta menentukan permasalahan, menentukan topik dan metode penyuluhan, persiapan surat menyurat, alat dan bahan yang diperlukan.

Pada tahap pelaksanaan, kegiatan dilaksanakan setelah semua perizinan dan persiapan sarana dan prasarana sudah siap. Kegiatan ini ditulis berdasarkan rincian waktu yang telah dilaksanakan sesuai dengan *rundown* dan rencana yang telah ditentukan. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 12 Januari 2024 pukul 08.30-10.30 WIB. Pada pukul 08.30-08.50 WIB kegiatan dibuka oleh *Master of Ceremony* (2 orang) dan dilanjutkan dengan memberikan lembar *pretest*. Pada pukul 08.50-09.15 WIB diberikan pemaparan materi yang dilakukan oleh perwakilan kelompok. Kemudian mulai pukul 10.00 WIB dilakukan pemeriksaan SADARI yang dilakukan oleh seluruh anggota kelompok kepada para peserta. Pada tahap evaluasi, para peserta kembali diberikan lembar *posttest*, sesi tanya jawab kemudian penutup.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan dalam pengabdian masyarakat ini dimulai dengan mengumpulkan wanita usia subur di wilayah kerja Puskesmas Mulya Asri sejumlah 14 orang. Kegiatan pengabdian dilakukan pada tanggal 12 Januari 2024 mulai pukul 08.30-10.30 WIB dengan metode penyuluhan dan diskusi serta tanya jawab, dimana sebelum dan sesudah penyuluhan diberikan *pretest* dan *posttest*.

**Tabel 1.** Hasil *Pretest* dan *Posttest*

Pertanyaan	n	<i>Pretest</i> (Jawaban Benar)	<i>Posttest</i> (Jawaban Benar)
P1	14	3	12
P2	14	6	14
P3	14	7	14
P4	14	6	11
P5	14	3	14
Rata-rata	14	5	13

Pada tabel 1 didapatkan hasil bahwa sebelum diberikan penyuluhan tentang SADARI kurang dari 50% peserta menjawab benar, setelah diberikan penyuluhan mengenai SADARI didapatkan lebih dari 50%-100% peserta menjawab benar, terjadi peningkatan setelah diberikan penyuluhan tentang SADARI. Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan wanita usia subur tentang deteksi dini kanker payudara adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan dalam bentuk penyuluhan dan simulasi langsung. Setelah diberi pendidikan kesehatan terjadi input kognitif pada peserta lalu perubahan konseptual dan setelah itu terdapat output, sehingga peserta dapat memahami pembelajaran dan peserta dapat menjawab soal *posttest* dengan baik. Hal ini sejalan dengan *cognitivism theory*, dimana teori menjelaskan bahwa pengetahuan seseorang merupakan akibat dari adanya input lalu terjadi perubahan konseptual setelah itu terdapat output atau hasil dari perubahan konseptual tersebut yang disampaikan melalui sebuah pembelajaran (W et al., 2019).

Hal ini sejalan dengan temuan yang dilakukan oleh (Rahayuwati et al., 2020) dengan hasil data *posttest* peningkatan presentase terjadi dibandingkan dengan *pretest*. Hasil *posttest* menunjukkan peningkatan pada pengetahuan masyarakat mengenai kanker meningkat. Terbukti dengan presentase dari setiap pertanyaan naik presentasinya. Tidak ada peserta yang mendapatkan nilai 0 pada *posttest* berbeda dengan *pretest*.



**Gambar 1.** Kegiatan Penyuluhan tentang kanker payudara dan SADARI

Gambar 1 menunjukkan kegiatan penyuluhan yang dilakukan oleh kelompok kepada peserta. Kegiatan dilakukan dengan memberikan penyuluhan atau pendidikan kesehatan mengenai kanker payudara dan cara mendeteksi adanya kanker payudara dengan SADARI. Pendidikan kesehatan merupakan sebuah langkah awal dalam peningkatan pengetahuan seseorang, karena dengan adanya pendidikan kesehatan dapat memberikan bekal ilmu pengetahuan kepada seseorang, tak terkecuali pendidikan kesehatan tentang pemeriksaan payudara sendiri karena dengan SADARI dapat menurunkan angka kejadian kanker payudara pada perempuan (Firda Tamar Jaya et al., 2020). Pendidikan kesehatan mempunyai hubungan yang signifikan dengan sikap dan pengetahuan wanita usia subur (WUS) dalam perilaku SADARI (Putri et al., 2021).

Penyuluhan merupakan sebuah metode penyampaian informasi. Selain diberikan dalam bentuk ceramah, demonstrasi dan praktik, responden juga diberikan media leaflet di dalam pelaksanaan kegiatan (Ekanita, 2021). Edukasi berbasis masyarakat bukan hanya memberikan penyuluhan akan tetapi ada keterlibatan dari masyarakat (Darwati et al., 2021). Penyuluhan tentang deteksi dini kanker payudara sebagai bagian dari promosi kesehatan sebagai upaya untuk meningkatkan kesehatan. Pemberian informasi dalam bentuk penyuluhan merupakan suatu proses yang bermanfaat untuk menciptakan kondisi yang mempengaruhi perilaku individu. Dengan semakin banyaknya pengetahuan yang diterima oleh wanita usia subur (WUS) tentang bahaya dari

kanker payudara dan pentingnya melakukan SADARI sedini mungkin maka semakin tinggi tindakan dalam melakukan pemeriksaan payudara sendiri (Ambarwati & Rahmawati, 2020).

Menurut (Masturo et al., 2019) bahwa semakin baik pengetahuan seseorang menjamin seseorang itu semakin tidak terkena penyakit kanker payudara, demikian pula sebaliknya semakin rendah tingkat pengetahuan seseorang maka tentu makin besar kemungkinan menderita penyakit kanker payudara.



**Gambar 2.** Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)

Pada gambar 2 merupakan contoh demonstrasi yang dilakukan oleh kelompok kepada salah satu peserta. Metode yang paling efektif meningkatkan pengetahuan dan praktik yaitu metode demonstrasi. Demonstrasi tentang SADARI dilakukan setelah pemberian penyuluhan mengenai kanker payudara dan SADARI. Penelitian yang dilakukan oleh (Saputra, 2021) menjelaskan bahwa perbandingan penggunaan metode ceramah dan demonstrasi tidak terlalu jauh meningkatkan pengetahuannya. Namun demonstrasi memiliki nilai peningkatan yang lebih tinggi. Hal ini disebabkan karena pertunjukkan tentang bagaimana melakukan sesuatu dengan baik dan benar, memperagakan langkah demi langkah untuk mendapatkan hasil yang maksimal dari suatu proses.

SADARI lebih efektif dilakukan pada wanita usia yang masih muda dan usia produktif 15-49 tahun. Wanita dengan usia tersebut berisiko terkena tumor ataupun kanker payudara (Siregar, 2021). Pemeriksaan SADARI sebaiknya dilakukan secara berkala setiap bulan agar dapat dilakukan tindakan yang tepat apabila ditemukan benjolan maupun keluhan lainnya pada payudara (Julaecha, 2021). Tingginya pengetahuan akan berdampak terhadap proses perubahan perilaku yang akan dilakukan sehubungan dengan permasalahan yang dihadapinya. Tidak sedikit responden yang tidak melakukan pemeriksaan payudara sendiri secara rutin dikarenakan minimnya pengalaman terhadap paparan kasus kanker payudara di lingkungan sekitar, pengalaman tersebut dapat membentuk perasaan simpati, kecemasan, maupun ketakutan responden sehingga menginduksi perilaku melakukan pemeriksaan payudara sendiri (Putri, 2022).

## **SIMPULAN DAN SARAN**

Dari hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Mulya Asri, Tulang Bawang didapatkan peningkatan pengetahuan pada responden atau wanita usia subur sebelum diberikan penyuluhan dan sesudah diberikan penyuluhan dengan nilai rata-rata sebelum penyuluhan 5 dan 13 nilai rata-rata setelah diberikan penyuluhan. Dari hasil penyuluhan tersebut diharapkan masyarakat dapat lebih menyadari dan dapat melakukan deteksi dini kanker payudara dengan SADARI dan dapat menyebarkan ilmu pengetahuan yang diberikan kepada masyarakat sekitar.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada peserta pengabdian masyarakat yang telah berpartisipasi secara langsung pada kegiatan penyuluhan ini dan pihak Puskesmas Mulya Asri yang telah berkontribusi pada kegiatan ini.

## DAFTAR RUJUKAN

- Ambarwati, E. R., & Rahmawati, I. (2020). Pemberdayaan Masyarakat Pada Wanita Usia Subur Melalui Deteksi Dini Kanker Payudara Dengan Metode Sadari Sebagai Upaya Awal Untuk Meningkatkan Derajat Kesehatan Ibu. *Jurnal Pengabdian Al-Ikhlas*, 6(1), 23–30. <https://doi.org/10.31602/jpaiuniska.v6i1.3357>
- Azmi, A. N., Kurniawan, B., Siswandi, A., & Detty, A. U. (2020). Hubungan Faktor Keturunan Dengan Kanker Payudara DI RSUD Abdoel Moeloek. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), 702–707. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i2.373>
- Cahyanti, D., Rahmayani, A., & Husniar, S. A. (2020). Analisis performa metode Knn pada Dataset pasien pengidap Kanker Payudara. *Indonesian Journal of Data and Science*, 1(2), 39–43. <https://doi.org/10.33096/ijodas.v1i2.13>
- Darwati, L., Nikmah, K., & Aziz, M. N. A. (2021). Sosialisasi SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri) sebagai upaya awal pencegahan Ca Mamae. *Journal of Community Engagement in Health*, 4(2), 325–331. <https://doi.org/10.30994/jceh.v4i2.236>
- Ekanita. (2021). Penyuluhan Sadari Dan Deteksi Dini Kanker Payudara Dengan Sadanis Pada Wanita Usia Subur. *Prosiding Penelitian Pendidikan dan Pengabdian 2021*, 1(1), 852–862.
- Firda Tamar Jaya, Usman, & Ayu Dwi Putri Rusman. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Sebagai Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 1 Parepare. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 3(1), 9–22. <https://doi.org/10.31850/makes.v3i1.286>
- Julaecha, J. (2021). Pendidikan Kesehatan tentang Deteksi Dini Kanker Payudara melalui Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 3(2), 115. <https://doi.org/10.36565/jak.v3i2.162>
- Mardiana, A., & Kurniasari, L. (2021). Hubungan Pengetahuan Pemeriksaan Payudara Sendiri ( SADARI ) dengan Kejadian Kanker Payudara di Kalimantan Timur. *Borneo Student Research*, 2(2), 1052–1059.
- Masturo, U., Kholisotin, K., & Agustin, Y. D. (2019). Efektifitas Penyuluhan Kesehatan Tentang SADARI dengan Metode Diskusi Kelompok dan Metode Demonstrasi terhadap Perilaku WUS dalam Melakukan SADARI. *Citra Delima : Jurnal Ilmiah STIKES Citra Delima Bangka Belitung*, 3(2), 141–154. <https://doi.org/10.33862/citradelima.v3i2.86>
- Mustikasari, R., Pratama, K., & Susanti, D. (2021). Upaya Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Remaja Puteri di STIKes Keluarga Bunda Jambi Prodi DIII Kebidanan Tingkat I. *Afiasi : Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(1), 13–18. <https://afiasi.unwir.ac.id/index.php/afiasi/article/view/130>
- Putri, D. F. A. (2022). Penyuluhan Kesehatan Pemeriksaan Payudara Sendiri Bagi Wanita Usia Subur di Kelurahan Samapun. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kreatif*, 8.
- Putri, D. F. A., Ekanita, Masturo, U., Kholisotin, K., Agustin, Y. D., Darwati, L., Nikmah, K., Aziz, M. N. A., Noer, R. M., Herawaty, N., & Suryadartiwi, W. (2021). Edukasi Sadari (Pemeriksaan Payudara Sendiri) Sebagai Deteksi Dini Pencegahan Kanker Payudara Pada Remaja Putri. *Journal of Community Engagement in Health*, 3(2), 642–650. <https://doi.org/10.33862/citradelima.v3i2.86>
- Rahayuwati, L., Rizal, I. A., Pahria, T., Lukman, M., & Juniarti, N. (2020). Pendidikan Kesehatan tentang Pencegahan Penyakit Kanker dan Menjaga Kualitas Kesehatan. *Media Karya Kesehatan*, 3(1), 59–69. <https://doi.org/10.24198/mkk.v3i1.26629>
- Saputra, A. U. (2021). *Systematic review : efektivitas beberapa metode pendidikan kesehatan program pencegahan kanker payudara terhadap pengetahuan, sikap dan tindakan remaja tentang sadari*. 9(2), 365–380.
- Sari, P., Sayuti, S., Ridwan, M., Rekiaddin, L. O., & Anisa, A. (2020). Hubungan antara Pengetahuan

- dan Dukungan Tenaga Kesehatan dengan Perilaku Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) pada Wanita Pasangan Usia Subur (PUS). *Perilaku dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 2(2), 31. <https://doi.org/10.47034/ppk.v2i2.4132>
- Siregar, R. (2021). Peningkatan Pengetahuan Dan Kesadaran Remaja Putri Dalam Melakukan Pemeriksaan Payudara Sendiri ( Sadari ) Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Siswi Kelas X Di Smk Negeri 2 Karawang Tahun 2020. 4(April), 175–178.
- W, W., Rahayuwati, L., & Purnama, D. (2019). Pendidikan Kesehatan Deteksi Dini Kanker Payudara sebagai Upaya Promosi Kesehatan Wanita Pasangan Usia Subur. *Media Karya Kesehatan*, 2(2), 119–127. <https://doi.org/10.24198/mkk.v2i2.22616>