e-ISSN: 2655-9218

Edukasi SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri) di Kelurahan Murni Kota Jambi

Nurfitriani

Program Studi DIII Keperawatan, STIKes Baiturrahim Jambi Email: nurfitriani 1173@yahoo.com

Submitted: 10/07/2020 Accepted: 24/07/2020 Published: 24/11/2020

Abstract

Breast cancer is a condition in which cells develop abnormally so that they form a mass of malignant tissue entering the surrounding tissue and can spread throughout the body. Of the 10 types of cancer in the world, breast cancer is the second largest with 12.90% of deaths after lung cancer. While the prevalence of cancer in Indonesia, Jambi Province ranks 13th out of 34 provinces in Indonesia with 1287 patients in 2017 (Jambi Provincial Health Office Data, 2017). Kelurahan Murni one of Kelurahan in Danau Sipin Subdistrict, where there are still many communities in the region who do not understand breast self-examination as a detection of breast cancer. Based on field observations, it was found that the Posbindu group was not optimal in organizing educational activities for the community due to the lack of knowledge of the Kader well as the optimal health center program that supervises them. The targets of this community service activity are Kader Posbindu and group in the Kelurahan Murni. This activity aims to increase the knowledge of kader and group Kelurahan Murni socialization BSE as an early detection of Breast Cancer in the form of education, socialization and demonstration of Breast Self-Examination (BSE), with the hope that kader and group are able to understand and be motivated to do BSE every month so as to prevent early prevention, the incidence of breast cancer and 100% increased knowledge of the participants.

Keywords: BSE, breast cancer prevention efforts, demonstration, education,

Abstrak

Kanker payudara merupakan suatu kondisi dimana sel mengalami pertumbuhan yang tidak normal sehingga membentuk suatu massa dari jaringan ganas masuk ke jaringan disekitarnya dan dapat menyebar keseluruh tubuh. Dari 10 jenis kanker di dunia, kanker payudara merupakan urutan kedua terbanyak dengan kematian 12,90% setelah kanker paru. Sedangkan prevalensi kanker di Indonesia, Provinsi Jambi menempati urutan ke-13 dari 34 provinsi di Indonesia dengan jumlah penderita pada tahun 2017 sebanyak 1287 orang (Data Dinkes provinsi Jambi, 2017). Kelurahan Murni merupakan salah satu Kelurahan di Kecamatan Danau Sipin yang umumnya masyarakat di wilayah tersebut masih banyak yang belum memahami tentang pemeriksaan payudara sendiri sebagai deteksi dari kanker Payudara. Berdasarkan observasi di lapangan diperoleh Kelompok Posbindu belum optimal menyelenggarakan kegiatan edukasi bagi masyarakatnya dikarenakan masih minimnya pengetahuan kader juga belum optimalnya program puskesmas yang membawahinya. Sasaran dari kegiatan pengabdian ini adalah kader Posbindu beserta warga yang berada di Kelurahan Murni. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan kader dan warga kelurahan Murni tentang SADARI sebagai deteksi Dini Kanker Payudara berupa pemberian edukasi, sosialisasi dan demonstrasi Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI), dengan harapan Kader dan warga mampu memahami dan termotivasi untuk melakukan SADARI setiap bulannya sehingga dapat mencegah secara dini kejadian kanker payudara dan 100% terjadi peningkatan pengetahuan dari peserta.

Kata Kunci: BSE, demonstrasi, edukasi, upaya pencegahan kanker payudara

PENDAHULUAN

Dari 10 jenis kanker di dunia, kanker paru merupakan jenis kanker dengan angka

kematian terbanyak yaitu 19,70% diikuti kanker payudara terbanyak ke-2 dengan angka kematian yaitu 12,90%.

e-ISSN: 2655-9218

Diperkirakan pada tahun 2030 insidens kanker dapat mencapai 26 juta orang dan 17 juta diantara meninggal akibat kanker, terlebih untuk negara miskin berkembang kejadiannya akan lebih cepat. Hal ini menjadi penyebab bertambahnya beban ekonomi negara dalam mengatasi masalah kesehatan penduduknya akibat Insiden kanker tertinggi pada kanker. perempuan adalah kanker payudara sebesar 40 per 100.000 dan prevalensi kanker payudara tertinggi berada di Provinsi Yogyakarta, sedangkan Provinsi Jambi menempati urutan ke 13 tertinggi dari 34 Provinsi yang ada di Indonesia,

Kanker payudara merupakan penyakit yang dapat mempengaruhi setiap aspek kehidupan manusia dan dapat menimbulkan masalah-masalah fisiologi, psikologi, dan sosial. Reaksi psikologi yang dapat muncul setelah pasien didiagnosis kanker payudara pada umumnya merasa *shock* mental, takut, tidak bisa menerima kenyataan, sampai pada keadaan depresi (Andrews G,2010).

Penyebab kanker payudara belum diketahui secara pasti, namun ada beberapa faktor kemungkinannya antara lain: faktor usia, faktor genetik, penggunaan terapi hormon estrogen, gaya hidup yang tidak sehat, perokok pasif, penggunaan kosmetik mengandung hormon, yang dan penggunaan pil KB. Sedangkan faktor risiko terjadinya kanker payudara hampir berhubungan langsung maupun tidak langsung dengan estrogen yang tidak diimbangi dengan progesteron seperti; 1) Umur penderita diatas 50 tahun; 2) Usia menstruasi pertama saat (Menarche) sebelum 12 tahun; 3) Penyakit fibrokistik; Riwayat keluaga dengan payudara; 5) Riwayat kanker payudara; 6) usia saat melahirkan anak pertama diatas 30 tahun ;7) Obesitas pasca menopause; 8) Terapi radiasi di dada;() mengkonsumsi alkohol; 10) mengkonsumsi makanan siap saji(jungfood) .(Nina-Nuryani,2013).

Untuk mencegah kejadian kanker payudara diperlukan upaya pencegahan

dengan melakukan deteksi dini kanker pavudara dengan salah satu melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). SADARI adalah pemeriksaan payudara yang dilakukan sendiri dengan melihat dan memeriksa perubahan payudaranya sendiri. Pemeriksaan dapat dilakukan setiap bulan pada hari ke-7-10 dihitung sejak mulai haid, atau bagi yang telah menopausedilakukan dengan memilih setiap tanggal yang sama bulannya sehingga dapat menurunkan angka kematian bagi wanita. (Dinkes Kota Jambi, 2016)

Tujuan dari SADARI adalah untuk mengetahui / pendeteksi secara dini adanya kanker payudara yang dapat dilakukan pada subur. Ternyata 75-82% wanita usia keganasan payudara ditemukan pada saat pemeriksaan **SADARI** dan dapat menurunkan tingkat kematian sampai 20%. Sebelum kanker bermetastasis, penemuan kanker payudara sedini mungkin yang didiagnosis dan diobati secara benar akan menambah umur harapan hidup penderita kanker pada stadium I sebesar 70-80%, stadium II 43%, stadium III kurang dari 11,2% dan stadium IV 0% (Soetjipto,2001 Nurfitriani, 2018). Faktor faktor yang mempengaruhii seseorang melakukan pemeriksaan payudara sendiri secara teratur antara lain: pengetahuan, pendidikan. kebiasaaan, riwayat keluarga persepsi, dengan kanker dan kebudayaan.

Berdasarkan hasil survey yang pernah dilakukan di RT 15 Buluran Kenali Jambi tahun 2017 didapatkan hasil rata-rata ibu -ibu belum tahu tujuan, manfaat dan cara pemeriksaan payudara sendiri. Mereka juga beranggapan tanpa pemeriksaanpun tetap baik-baik saja. Namun ibu-ibu juga mengatakan takut kalau sampai terkena kanker p;5tpayudara sehingga mereka meminta sendiri untuk diadakannya penyuluhan ataupun demonstrasi tehnik SADARI.(Nurfitriani, 2018).

Kelurahan Murni merupakan salah satu Kelurahan di Kecamatan Danau Sipin yang

p-ISSN: 2655-9266 e-ISSN: 2655-9218

umumnya masyarakat di wilayah tersebut terutama kaum ibunya banyak yang bekerja sebaga buruh, ataupun pedagang. Kelurahan Murni termasuk Kelurahan yang penduduknya dan pada umumnya pola pemukimannya rata rata semi ppermanen, berdempetan dan kebersihan lingkunganya sangat kurang juga banyak terdapat gang gang sempit., sehingga hampir tidak mempunyai pekarangan rumah. Berdasarkan observasi di lapangan diperoleh data Kelurahan Murni sudah memiliki wadah Posbindu yang diperuntukkan bagi wanita usia subur dan juga bagi lansia. Kegiatan yang sudah dijalankan baru sebatas pemeriksaan berat badan, pelayanan lansia serta senam pagi yang diadakan setaip hari Selasa dan kamis. Untuk kegiatan lainnya belum optimal walauun sudah di fasilitasi dari pihak Pukesmas Puteri Ayu.

Oleh karena itu perlu dilakukan sosialisasi/penyuluhan dengan pemberian edukasi dan demonstrasi tehnik SADARI . Sehingga masyarakat dapat memiliki pengetahuan tentang deteksi dini kanker payudara dan menguasai langkahnya sehingga akan terwuiud prinsip kemandirian dalam pencegahan penyakit kanker dan juga meningktkan kesejahteraan bagi keluarganya. Oleh Tim Pengabdi mencoba untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat dengan mengambil iudul " PKM Edukasi SADARI di Kelurahan Murni Danau Sipin Kota Jambi."

TARGET DAN LUARAN

THROET DAIN ECHNAIN						
No	Kegiatan	Target (%)				
1	Sosialisasi kepada kader	90% Ketua dan				
	dan warga tentang tehnik	anggota kader serta				
	SADARI	masyarakat yang				
		terlibat memahami				
		pentingnya SADARI				
2	Edukasi SADARI	Tercapai waktu				
		pelaksanaan tehnik				
		SADARI (3 kali				
		pelaksanaan edukasi)				
		terhadap kader dan				
		warga di lingkungan				
		Kelurahan Murni				
3	Pemberian media KIE	100% peserta				
	tehnik SADARI dan	memahami tentang				

	Kanker Payudara	manfaat SADARI		
4	Demonstrasi SADARI	100%	kader	dan
		warga	mulai 1	oaham
		dan	be	rusaha
		melaksanakan		
		SADARI setiap		setiap
		bulann	va	•

B. LUARAN

Adapun Luaran dalam kegiatan ini adalah:

- 1. Teridentifikasi kader dan warga tidak melakukan pemeriksaan SADARI secara berkala.
- Meningkatnya pengetahuan kader dan warga Masyarakat tentang tehnik SADARI di Wilayah Kelurahan Murni khususnya RT 14,5,16 dan 17
- 3. Terlaksananya kegiatan edukasi tentang tehnik SADARI sebagai pencegahan kanker payudara.
- 4. Terlaksananya pemberian leafleat sebaga pendamping kegiatan edukasi dan demonstrasi tentang tehnik SADARI
- 5. Publikasi artikel pada jurnal pengabdian masyarakat (Draft).

METODE PELAKSANAAN

Sasaran kegiatan pengabdian ini adalah ibu-ibu kader dan warga Kelurahan berjumlah 25 orang yang Murni yang dilaksanakan pada kegiatan posbindu maupun senam rutin yang diadakan di Kelurahan Murni. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini yang berupa kegiatan sosialisasi dan demonstrasi, Kader beserta warga memahami dan termotivasi menerapkan tehnik SADARI bagi dirinya sendiri yang dapat dilakukan setiap bulannya sebagai deteksi dini dan upaya pencegahan kanker payudara. Adapun Metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat telah dilakukan sesuai dengan rencana dapat diuraikan sebagai berikut:

- Pertemuan dengan Kepala Kelurahan Murni tentang rencana Pengabdian Kepada Masyarakat
- Pertemuan dengan Ketua Kader bidang Kesehatan (Pokja 4) Kelurahan Murni tentang Rencana Pengabdian Kepada Masyarakat

DOI: 10.36565/jak.v2i3.128

p-ISSN: 2655-9266 e-ISSN: 2655-9218

- 3. Pada tahap Implementasi: Sosialisasi dan edukasi SADARI, tujuan, waktu pelaksanaan dan cara pemeriksaannya di kegiatan rutin senam pagi dan Posbindu yang di pusatkan di RT 17
- 4. Demonstrasi Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)
- 5. Pemberian Media KIE (leaflet)
- 6. Metode selanjutnya adalah mengajak dan memotivasi peserta untuk melaksanakan SADARI setiap bulannya .
- 7. Diskusi dan tanya jawab mengenai permasalahan yang berkaitan dengan kanker payudara juga deteksi dini kanker dengan cara SADARI.
- 8. Monitoring dan evaluasi kegiatan

HASIL DAN PEMBAHASAN Hasil

Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini telah dilaksanakan dari bulan Desember sampai dengan Januari 2020 dan sesuai dengan rencana yang disusun. Kegiatan ini dibantu oleh mahasiswa Program Studi D3 Keperawatan sebanyak 3 orang. Dengan adanya edukasi, sosialisasi dan demontrasi kepada Kader dan Warga Kelurahan Murni, tentang tehnik SADARI sebagai upaya pencegahan/ deteksi dini kanker payudara sehingga kader dan warga dapat mengidentifikasi tanda gejala kanker payudara dan dapat melakukan pemeriksaan payudaranya sendiri setiap bulannya.

Menurut Buston (2015), pemeriksaan payudara Sendiri (SADARI) adalah cara sederhana menemukan tumor payudara sedini mungkin. Pemeriksaan ini dilakukan setiap bulan sekali dan dapat menjadi instrument penapisan yang efektif untuk mengetahui lesi payudara.

Manfaat pemeriksaan payudara sendiri antara lain:

- 1. Dapat mendeteksi adanya tumor dalam ukuran kecil.
- 2. Dapat mendeteksi adanya kanker payudara stadium dini.

- 3. Dapat mencegah penyakit kanker payudara
- 4. Dapat menemukan adanya kelainan pada payudara.
- 5. Dapat menurunkan angka kematian wanita akibat kanker payudara.
- 6. Merupakan metode termurah dan tercepat serta paling sederhana yang dapat mendeteksi kanker payudara

Waktu pelaksanaan SADARI sebaiknya dilakukan pada hari ke 5-10 setelah selesai haid, dihitung dari hari pertama menstruasi. Jika sudah menopause sebaiknya lakukan setiap bulan dengan tanggal yang sama dan hanya membutuhkan waktu SADARI lebih kurang 5 menit. Menurut Mulyani-Rinawati (2013), wanita yang dianjurkan untuk melakukan SADARI adalah pada saat wanita sejak pertama mengalami haid. Pemeriksaan SADARi dapat dilakukan ketika mandi ataupun berbaring. Adapun langkah langkahnya sebagai berikut:

- a. Ketika mandi
 - Periksa payudara sewaktu anda mandi .
 Tangan dapat lebih mudah bergerak pada kulit yang basah. Mulailah dengan melakukan pemijatan dibawah ketiak dan berputar (kearah dalam) dengan menggerakkan ujung ujung jari anda. Lakukan pemijatan pada kedua payudara ada.
- b. Berbaring

Berbaring dan letakkan sebuah bantal kecil dibwah pundak kanan (untuk memeriksa payudara kiri), letakkan tangan kanan anda dibawah kepala. Cara pemeriksaan sama pada saat mandi. Lakukan hal yang sama pada payudara kanan.

Adapun dalam program dari *American Cancer Society* menganjurkan pemeriksaan SADARI sebagai berikut:

- a. Wanita > 20 tahun, melakukan SADARI setiap bulan sekali
- b. Wanita > 35-40 tahun melakukan mammografi

p-ISSN: 2655-9266 e-ISSN: 2655-9218

- c. Wanita > 40 tahun melakukan cek up rutin/ mammografi setiap tahun
- d. Wanita yang mempunyai faktor risiko tinggi (misalnya ada keluarga penderita kanker) pemeriksaan ke dokter lebih rutin dan sering .

Menurut Andita (2014) mengatakan WUS setelah pengetahuan diberikan pendidikan kesehatan SADARI diketahui mengalami peningkatan. Peningkatan pegetahuan responden ini tidak lepas oleh beberapa faktor pedukung, baik faktor internal maupun eksternal. Faktor utama dalam penerimaan pengetahuan pada setiap individu harus ada rasa ketertarikan dan antusias yang tinggi untuk mendapatkan Sedangkan faktor informasi SADARI. yang berpengaruh meliputi eksternal pemberi materi dan alat peraga yang mengkomunikasikan digunakan dalam Pemateri harus menguasai informasi. materi dan audience, hal ini sesuai dengan pendapat Notoatmodjo (2011) bahwa kunci keberhasilan pelaksanaan penceramah tersebut dapat menguasai sasaran ceramah.



Gambar 1 Pesianan kegiatan

Gambar 2. Edukasi dengan leaflet



Gambar 3. Demonstrasi SADARi



Gambar 4. Foto Bersama

KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat Edukasi **SADARI** dengan tema Kelurahan Murni telah dilaksanakan dari bulan Desember sampai dengan Januari 2020. Kegiatan ini berjalan lancar dan mendapat perhatian positif dari kepala kelurahan, kader dan warga masyarakat Kelurahan Murni khususnya RT 14,15, 16 dan 17. Masyarakat sangat mengharapkan adanya program lain yang mendukung keberlangsungan program ini, diantaranya yang berkaitan dengan reproduksi sehat, tidak hanya untuk wanita usia suburnya saja , namun dapat juga kepada remaja dan lansia. Dengan adanya sosisalisasi edukasi ini juga dapat meningkatkan pengetahuan kelompok kader dan

DOI: 10.36565/jak.v2i3.128

p-ISSN: 2655-9266 e-ISSN: 2655-9218

warganya tentang kanker payudara, deteksi dini dengan SADARI dan dapat di terapkan setiap bulannya oleh warga sehingga angka kematian remaja dan ibu ibu berkurang jumlahnya.

2. Saran

Bagi pihak Puskesmas Putri Ayu agar lebih mengoptimalkan lagi peran Puskesmas dalam promosi kesehatan melalui banyak cara seperti membagikan leafleat, poster ataupun jenis lainnya khususnya Tehnik SADARI dan dapat juga dalam bentuk lainnya.

UCAPAN TERIMAKASIH

Termakasih kepada Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Baiturrahim, Bapak Lurah Murni dan Ibu Ketua Kader bidang Kesehatan kelurahan Murni Jambi yang telah menduung dan memfasilitasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, sehingga kegiatan ini dapat terwujud.

DAFTAR PUSTAKA

- Afiyanti & Pratiwi. 2016. Seksualitas dan Kesehatan Reproduksi Perempuan. Jakarta: Rajagrafindo Persada
- Andrews, G. 2010. Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Wanita. Edisi ke – 2. Jakarta: EGC
- Baradero, Dayrit, Siswadi. 2007. Seri Asuhan Keperawatan Klien Gangguan Sistem Reproduksi dan Seksualitas. Jakarta : EGC
- Dinas Kesehatan Provinsi Jambi. 2017.

 Data Pasien Kanker Provinsi Jambi.

 Provinsi Jambi
- Friedman, M. 2010. Buku Ajar Keperawatan Keluarga: Riset, Teori, dan Praktek. Edisi ke – 5.Jakarta: EGC
- Kemenkes RI. 2015. Buku Saku deteksi Dini Kanker leher Rahim dan Kanker Payudara Indonesia. Kemenkes RI Direktorat Jenderal PP dan PL Direktorat Pengendalian Penyakit Tidak Menular. Diperbanyak oleh

- Dinkes Kota Jambi Tahun Anggaran 2016.
- Kemenkes RI. 2014. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). Jakarta: Badan Litbang Kemenkes RI
- Kemenkes RI. 2015. Situasi Penyakit Kanker. Jakarta : Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Mulyani & Nuryani. 2013. *Kanker Payudara dan PMS Pada Kehamilan*. Yogyakarta : Nusa Medika
- Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*.Jakarta : Rineka Cipta
- Nursalam. 2008. Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta : Salemba Medika
- Nursalam. 2011. Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta : Salemba Medika
- Olfah, Mendri, Badi'ah. 2013. *Kanker Payudara Dan Sadari*. Yogyakarta:
 Nusa Medika
- U Andita. 2014. Pengaruh pendidikan Kesehatan SADARI dengan Media slide dan Benda Tiruan Terhadap Perubahan Pengetahuan WUS; Promkes Vol 4 No.2 Desembr 2016. e-journal.unair.ac.id diakses tanggal 2 Maret 2020.