

## PENINGKATAN PEMAHAMAN WANITA USIA SUBUR (WUS) TENTANG PEMERIKSAAN PAYUDARA SENDIRI (SADARI) DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS ANGGUT ATAS KOTA BENGKULU

<sup>1</sup>Riska Yanuarti, <sup>2</sup>Henni Febriawati, <sup>3</sup>Agus Ramon, <sup>4</sup>Wulan Angraini

<sup>1,2,3,4</sup> Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu  
Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Bengkulu

\*Corresponding author: [riskayauarti@umb.ac.id](mailto:riskayauarti@umb.ac.id)

### ABSTRAK

#### Informasi Artikel

Terima : 25/05/2021

Revisi : 16/11/2021

Disetujui : 23/11/2021

**Kata Kunci:** Kanker,  
Payudara, Sadari

Kanker payudara yang banyak menyerang wanita berumur lebih dari 40 tahun menjadi penyebab kematian kedua setelah kanker mulut rahim di Indonesia,. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu, Kota Bengkulu menempati urutan kedua kasus tumor/benjolan di area payudara yakni sebanyak 0,61% dari 326 orang WUS yang melakukan pemeriksaan. Wilayah kerja Puskesmas Anggut Atas dipilih sebagai lokasi pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat karena menjadi wilayah dengan jumlah Wanita Usia Subur (WUS) 211 orang dari 1.477 WUS yang cukup banyak melakukan pemeriksaan leher rahim dan payudara. Keadaan ini dapat dijadikan sasaran pencegahan kanker payudara namun ternyata belum ada pernah dilakukan edukasi untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pemahaman masyarakat khususnya wanita usia subur tentang pemeriksaan payudara sendiri yang bermanfaat dalam mencegah kanker payudara. Kelompok sasaran adalah wanita usia subur di wilayah kerja Puskesmas Anggut Atas Kota Bengkulu. Kegiatan ini dilakukan dari rumah ke rumah dengan menemui langsung sasaran dengan metode video dan demonstrasi. Metode ini di anggap lebih efektif karena peserta dapat memahami penjelasan tim melalui media audio visual, yang berisi penjelasan tentang kanker payudara dan cara pemeriksaan payudara sendiri. Untuk mengetahui pemahaman peserta dilakukan *pretest* dan *posttest*. Hasil dari kegiatan pengabdian ini adanya peningkatan pemahaman masyarakat khususnya wanita usia subur tentang pemeriksaan payudara sendiri melalui metode video dan demonstrasi. Kesimpulan wanita usia subur memiliki keahlian dan kemampuan melakukan pemeriksaan payudara sendiri secara teratur dan mandiri.

## PENDAHULUAN

Kanker merupakan penyakit yang menjadi penyebab kematian nomor 2 di dunia sebesar 13% setelah penyakit kardiovaskular. Sebanyak 12 juta orang di dunia menderita kanker dan 7,6 juta diantaranya meninggal dunia setiap tahunnya. Diperkirakan tahun 2030 angka ini dapat mencapai 26 juta orang dengan angka kematian hingga 17 juta, penyebaran lebih cepat pada negara miskin dan berkembang seperti Indonesia. (Kemenkes RI, 2015).

Data dari World Health Organization (WHO) menunjukkan kasus kanker di Indonesia yang paling banyak adalah kanker payudara, yakni 58.256 kasus atau 16,7% dari total 348.809 kasus kanker (Global Cancer Observatory, 2018)

Kanker payudara adalah penyakit tumor ganas yang terbentuk dari sel-sel payudara yang tumbuh dan berkembang di luar kendali sehingga menyebar di antara organ di dekat payudara atau jaringan tubuh lainnya (Kemenkes RI, 2016).

Teknik deteksi kanker pada payudara salah satunya dengan melakukan Periksa Payudara Sendiri (SADARI) yang merupakan metode paling murah dan tepat untuk diterapkan dalam mendeteksi kanker payudara sejak dini yang dilakukan secara mandiri. Masih rendahnya praktek pemeriksaan payudara sendiri pada perempuan di Indonesia, padahal perilaku ini sebagai pendukung untuk mendeteksi dini kanker payudara khususnya pada kelompok yang berisiko (Krisdianto, 2019).

Sebagian besar Wanita usia subur (WUS) belum pernah memeriksa kondisi ada tidaknya benjolan pada payudaranya sendiri karena merasa tidak perlu melakukan pemeriksaan jika tidak ada keluhan sakit pada area payudara, selain itu juga karena tidak mengerti cara memeriksanya. Namun, belum pernah melakukan promosi kesehatan tentang SADARI, sehingga masih banyak sekali ibu-ibu yang tidak mengerti cara melakukan pemeriksaan sendiri di wilayah kerja Puskesmas Anggut Atas ini.

Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) adalah salah satu bentuk kepedulian wanita terhadap kondisi payudaranya sendiri yang melakukan tindakan khusus untuk melakukan deteksi dini adanya penyakit kanker payudara. Pemeriksaan ini dapat dilakukan sendiri oleh semua wanita dengan sangat sederhana sehingga tidak perlu malu kepada pemeriksa, tidak membutuhkan biaya, dan hanya memerlukan waktu kurang lebih lima menit. Kegiatan ini dapat dilakukan saat mandi atau berbaring tanpa memerlukan waktu khusus, Waktu melakukan SADARI adalah saat seorang wanita telah mengalami menstruasi, karena tingkat keakuratannya dalam mendeteksi kanker payudara dapat mencapai 20-30% (Nisman, 2016).

Menurut (Mulyani & Nuryani, 2017) hanya sebagian kecil wanita atau sekitar 25% sampai 30% yang sudah melakukan SADARI secara baik dan teratur setiap bulannya. Pemeriksaan ini sering dihindari karena menimbulkan bayangan menakutkan.

Pemahaman wanita tentang SADARI diperlukan untuk mempengaruhinya dalam berperilaku melakukan sadari untuk mendeteksi dini penyakit kanker payudara. Masih rendahnya pemahaman dan perilaku wanita dalam melakukan SADARI memungkinkan risiko berkembangnya sel kanker di tubuh, oleh sebab itu sangat penting bagi wanita untuk mendeteksi dini kanker melalui pemeriksaan payudara sendiri.

Ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang kanker payudara dengan perilaku penerapan pemeriksaan payudara sendiri pada wanita usia subur di Bandung (Sriyanti, 2019).

Penelitian sebelumnya menemukan adanya hubungan pengetahuan dan motivasi dengan perilaku pemeriksaan payudara sendiri dalam mendeteksi

kanker payudara pada WUS di Puskesmas Way Jepara Lampung Timur (Evayanti & Erna, 2016).

Faktor yang memiliki hubungan dengan pengetahuan wanita tentang SADARI antara lain pendidikan, pekerjaan, keluarga, dan sumber informasi. Tingkat pengetahuan wanita usia subur tentang SADARI yang terpapar sumber informasi lebih tinggi dibanding yang tidak. (Yusra et al., 2016).

Sumber informasi media yang digunakan saat mempromosikan tentang SADARI mempengaruhi peningkatan pemahaman seseorang tentang SADARI, karena media audio visual merupakan salah satu media yang menyajikan informasi atau pesan secara audio visual (Setiawati & Dermawan, 2016).

Pemilihan media audiovisual dengan metode ceramah melalui video penyuluhan kesehatan lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman tentang SADARI karena ditemukan lebih meningkatnya pengetahuan dan sikap kelompok sasaran dalam menerima pesan yang disampaikan narasumber dan dari video yang ditayangkan (Yulinda & Fitriyah, 2018).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat khususnya wanita usia subur tentang pentingnya melakukan SADARI secara rutin sebagai upaya mendeteksi dini kanker payudara.

#### **METODE KEGIATAN**

Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Anggut Atas Kota Bengkulu pada 16 Februari sampai dengan 6 April 2021. Sasaran dalam kegiatan ini adalah Wanita Usia Subur (WUS).

Kegiatan pengabdian ini dilakukan dari rumah ke rumah dengan menemui langsung Wanita Usia Subur di wilayah kerja Puskesmas Anggut Atas yang dimulai dengan melakukan observasi untuk menganalisis situasi pada kelompok sasaran. Selanjutnya dilakukan penilaian untuk mengetahui sejauh mana pemahaman

wanita usia subur tentang pemeriksaan payudara sendiri.

Kegiatan dilanjutkan dengan pendidikan kesehatan dan pelatihan dengan metode video. Metode ini dianggap lebih efektif karena peserta dapat memahami penjelasan tim melalui media audio visual yang berisi penjelasan tentang kanker payudara dan cara pemeriksaan payudara sendiri, ini merupakan upaya untuk mendeteksi terjadinya kanker payudara dengan mengamati payudara dari sisi depan, kiri dan kanan, apakah ditemukan benjolan, warna kulit yang berubah, puting bersisik dan keluar cairan atau nanah maupun darah. Untuk menambah pemahaman WUS dilakukan juga demonstrasi cara pemeriksaan payudara sendiri. Kegiatan diakhiri dengan mengukur sejauh mana pemahaman peserta dari pendidikan kesehatan yang telah dilakukan.

#### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dimulai dengan melakukan observasi lapangan untuk menganalisis situasi pada kelompok sasaran. Tim juga melakukan pertemuan dengan pihak puskesmas Anggut Atas untuk menyampaikan jalannya kegiatan yang akan dilaksanakan. Observasi ini diharapkan agar masyarakat dapat menerima dengan baik kedatangan tim pengabdian nantinya.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dimulai dengan melakukan observasi lapangan untuk menganalisis situasi pada kelompok sasaran. Tim juga melakukan pertemuan dengan pihak puskesmas Anggut Atas untuk menyampaikan jalannya kegiatan yang akan dilaksanakan. Observasi ini diharapkan agar masyarakat dapat menerima dengan baik kedatangan tim pengabdian nantinya.

#### **1. Pendidikan Kesehatan dengan Metode Video**

Pelaksanaan kegiatan pendidikan kesehatan dilakukan dari rumah kerumah dengan menemui langsung kelompok sasaran yang diawali dengan penyampaian maksud dan tujuan kegiatan dan melakukan penilaian sejauh mana pemahaman peserta tentang pemeriksaan payudara sendiri, manfaat serta tata caranya.

Sebelum penyampaian materi dilakukan penilaian *pretest* untuk mengukur sejauh mana pemahaman peserta tentang kanker payudara dan SADARI. Dari hasil pengukuran menunjukkan bahwa peserta masih belum memahami cara melakukan SADARI.

Tahap selanjutnya tim menyampaikan materi tentang pemeriksaan payudara sendiri, tata cara serta manfaatnya dalam mencegah kanker payudara. Selanjutnya dilakukan pemutaran video yang berisi tentang tata cara pemeriksaan payudara sendiri. Pemilihan metode video ini dipilih agar peserta dapat melihat langsung tata cara pemeriksaan payudara sendiri. Peserta dapat mengajukan pertanyaan jika ada hal-hal yang masih belum dipahami.



Gambar 1. Penyampaian Materi dengan Pemutaran Video



Gambar 2. Penyampaian Materi dengan Mempraktekkan

Tingkat pengetahuan berhubungan dengan perilaku pemeriksaan payudara

sendiri pada wanita usia subur (Hamba, 2016).

Penyuluhan Deteksi Dini Kanker Payudara lebih efektif dalam peningkatan pengetahuan peserta tentang pemeriksaan payudara sendiri (Sadari) dengan metode ceramah, demonstrasi, dan praktik serta menggunakan media audio visual berupa video dan leaflet (Wantini, 2016).

## 2. Praktek Pemeriksaan Payudara Sendiri

Kegiatan pengabdian dilanjutkan dengan praktek pemeriksaan payudara sendiri. Tim mengajak peserta mempraktekkan cara melakukan pemeriksaan payudara sendiri. Peserta mempraktekkan berdasarkan materi dan video yang telah mereka lihat.



Gambar 3. Praktek Melakukan SADARI

Hal yang perlu mendapat perhatian pada saat melakukan SADARI adalah cara pemeriksaan payudara dan puting untuk melihat apakah ditemukan perubahan bentuk dan ukuran, bintik pada kulit, dan keluarnya cairan serta pemeriksaan hingga ketiak apakah ditemukan kista atau massa yang menebal dan berisi cairan (Kemenkes RI, 2016).



Gambar 4 : Evaluasi untuk Menilai Pemahaman

Peserta

Tim melakukan penilaian *post test* kepada peserta untuk mengukur sejauh mana pemahaman peserta setelah kegiatan dilakukan. Hasil kegiatan ini adanya peningkatan pemahaman wanita usia subur tentang SADARI. Peserta mampu mempraktekkan cara melakukan SADARI.

Pengabdian sebelumnya yang dilakukan (Winarti & Munawaroh, 2019) menemukan perbedaan keterampilan SADARI sebelum dan sesudah pemberian pelatihan. Pada kelompok Intervensi sebagian besar (69%) tidak terampil melakukan SADARI, sedangkan pada besar kelompok kontrol 56% tidak terampil melakukan SADARI. Perbedaan setelah pemberian pelatihan adalah hampir seluruh peserta (88%) terampil melakukan SADARI baik pada kelompok intervesni maupun kontrol.

Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) berpengaruh terhadap meningkatnya kemampuan wanita usia subur dalam mendeteksi kanker payudara. Sebelum pemberian pendidikan kesehatan dengan metode demonstrasi, 62,9% wus memiliki kemampuan yang cukup dalam melakukan SADARI. Sedangkan setelah pemberian perlakuan, 80,8% kemampuan wanita usia subur menjadi baik dalam melakukan SADARI (Hastuti et al., 2020).

Dalam pengabdian ini evaluasi yang dilakukan pada tahap awal, proses dan akhir. Evaluasi awal dilakukan melalui pre-test kepada peserta yang berisi pertanyaan tentang kanker payudara dan SADARI. Pada tahap proses, evaluasi dilakukan dengan melihat tanggapan dan umpan balik peserta dalam menjawab pertanyaan yang tim ajukan. Diakhir kegiatan, evaluasi dilakukan dengan memberikan post-test kepada peserta yang berisi pertanyaan tentang materi yang diberikan dan melihat kemampuan peserta dalam melakukan praktek SADARI.

Pada PKMS ini tidak dilakukan dengan mengumpulkan warga karena adanya bencana Covid 19 yang melanda dunia termasuk Indonesia. Bengkulu pun

masih membatasi kegiatan yang mengumpulkan banyak orang untuk mencegah kerumunan sampai dengan diadakannya pengabdian ini. Pada faktor peserta, kemungkinan yang menjadi penyebab pengetahuan kelompok sasaran belum meningkat adalah adanya perbedaan dalam menyerap informasi pada setiap orang serta intensitas perhatian peserta ataupun niat dan kemauannya dalam mendengarkan informasi yang diberikan oleh tim.

Pengabdian kepada masyarakat ini dapat terselenggara dengan baik, lancar dan tepat waktu berkat dukungan dan peran serta aktif dari pihak puskesmas, kepala puskesmas, dan masyarakat diwilayah kerja puskesmas Anggut Atas mulai dari survey, persiapan, pelaksanaan sampai penutupan dari pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat. Peran tim yang sangat kompak dan bantuan dari tenaga lapangan (mahasiswa) juga merupakan faktor pendukung kegiatan dapat terselenggara dengan sukses.

Dari kegiatan pengabdian tentang pemeriksaan payudara sendiri ini, rencana tindak lanjut yang akan dilakukan tim adalah dengan membuat leaflet tentang cara pemeriksaan payudara sendiri yang tersedia. Rencana selanjutnya yang dibuat adalah diharapkan pihak puskesmas memiliki tim khusus yang memonitoring WUS melakukan SADARI secara rutin dengan harapan tim ini dapat melanjutkan pendidikan dan pelatihan kepada masyarakat secara lebih luas.

## **PENUTUP**

### **Kesimpulan**

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di Wiayah Kerja Puskesmas Anggut Atas Kota Bengkulu menggunakan metode video dan praktek pemeriksaan payudara sendiri. Dari hasil kegiatan dapat disimpulkan adanya peningkatan pemahaman masyarakat khususnya

wanita usia subur dengan metode video tentang pemeriksaan payudara sendiri, Wanita Usia Subur memiliki keahlian dan kemampuan melakukan pemeriksaan payudara sendiri secara teratur dan mandiri.

#### Saran

Pihak puskesmas diharapkan memiliki tim khusus yang memonitoring WUS melakukan SADARI secara rutin dengan harapan tim ini dapat melanjutkan pendidikan dan pelatihan kepada masyarakat secara lebih luas. Tersedianya media informasi di Puskesmas yang dapat di akses oleh masyarakat secara luas yang berisis tentang metode pemeriksaan payudara sendiri.

#### DAFTAR PUSTAKA

Evayanti, Y., & Erna. (2016). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Deteksi Kanker Payudara terhadap Teknik Sadari pada Wanita Usia Subur di Wilayah Kerja Puskesmas Way Jepara Tahun 2016. *Jurnal Kebidanan*, 2(4), 151–158.

Global Cancer Observatory. (2018). *Breast Cancer Source: Globacon 2018. World Health Organization*, 876, 2018-2019. Retrieved From <http://gco.iarc.fr/today>.

Hamba, R. A. (2016). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) pada Wanita Usia Subur (WUS). 7(2), 239–249.

Hastuti, L., Noer, R. M., & Agusthia, M. (2020). Metode Demonstrasi Sadari terhadap Kemampuan Melakukan Sadari pada Wanita Usia Subur. *Jurnal Prepotif Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(2), 141–148.

Kemenkes RI. (2015). *Panduan Program Nasional Gerakan dan Deteksi Dini Kanker Leher Rahim dan Kanker Payudara*.

Kemenkes RI. (2016). *Oktober 2016 Bulan Peduli Kanker Payudara. Infodatin Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI*.

Krisdianto, B. F. (2019). *Deteksi Dini Kanker Payudara dengan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)*. Andalas University Press.

Mulyani, N. S., & Nuryani. (2017). *Kanker Payudara dan PMS pada Kehamilan*. Nuha Medika.

Nisman, W. A. (2016). *Lima Menit Kenali Payudara Anda*. CV. Andi Offset.

Setiawati, S., & Dermawan, A. . (2016). *Proses Pembelajaran Dalam Pendidikan Kesehatan*. Trans Info Media.

Sriyanti, C. (2019). Relation of Knowledge about Breast Cancer with Breast ( BSE ) Behavior Implementation on Childbearing Age Women in Bandung. *The Southeast Asian Journal of Medwifery*, 5(1), 14–17.

Wantini, N. A. (2016). Penyuluhan Deteksi Dini Kanker Payudara dengan Periksa Payudara Sendiri (SADARI) di Dusun Candirejo, Tegaltirto, Berbah, Sleman. *Rakernas Aipkema*, 427–431.

Winarti, E., & Munawaroh, Y. (2019). Pelatihan Keterampilan Sadari untuk Deteksi Dini Kanker Payudara pada Wanita Usia Subur (WUS) di Desa Bukur Tulungagung Tahun 2018. *Jurnal Abdi Masyarakat*, 2(2), 95–107. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30737/jaim.v2i2.3702579-4493>

- Yulinda, A., & Fitriyah, N. (2018). Efektivitas Penyuluhan Metode Ceramah dan Audiovisual dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap tentang Sadari di SMKN M5 Surabaya. *Jurnal Promkes*, 6(2), 116–128.
- Yusra, V. D., Macmud, R., & Yenita. (2016). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Pengetahuan Wanita Usia Subur Tentang “SADARI” di Nagari Painan. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(3), 697–704.