

GERAKAN REMAJA SEHAT DENGAN SADARI DETEKSI DINI KANKER PAYUDARA PADA REMAJA PUTRI

Ety Nurhayati¹, Diah Sukaesti², Witri Zuama Qomariana³, Kiki Amanda⁴, Barokatus Salamiyah⁵, Barokatus Salamiyah⁶, Nila Ranggani⁷, Nurma Meutia⁸

^{1,2,4,5,6,7,8}Program Studi Keperawatan, Universitas Esa Unggul, Jakarta, Indonesia

³Program Studi Manajemen Informasi Kesehatan, Universitas Esa Unggul, Jakarta, Indonesia

Jalan Arjuna Utara No. 09, Kebon Jeruk – Jakarta Barat, 11510

ety.nurhayati@esaunggul.ac.id

Abstract

Breast cancer occurs due to malignancy in the breast tissue originating from the epithelium of the ducts and lobules. Symptoms that arise are usually in the form of a lump which is a malignant tumor, where breast cells will experience uncontrollable growth and development. One way that can be done to reduce the incidence of breast cancer is by using BSE techniques (breast self-examination). The current problem is that many adolescents do not know how to maintain and check the health of their own breasts, so it is necessary to do health education about breast cancer and BSE techniques with the aim of increasing adolescent knowledge and understanding of the importance of doing BSE to detect breast cancer early. The method used in this community service activity is through online counseling with power point media, question and answer discussions, and distributing booklets. The result of this community service activity is that health education provided to adolescents has proven effective in increasing adolescent knowledge and understanding of the importance of BSE techniques as early detection of breast cancer. Youth are active and enthusiastic during the activities. It is important to implement BSE techniques by adolescents not only now but regularly every month. Implementation of routine BSE examination techniques can help in overcoming early detection of breast cancer and reducing its incidence.

Keywords : *adolescents, breast cancer, BSE*

Abstrak

Kanker payudara terjadi akibat adanya keganasan di dalam jaringan payudara yang berasal dari epitel duktus maupun lobulusnya. Gejala yang timbul biasanya berupa benjolan yang merupakan tumor ganas, dimana sel-sel payudara akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang tidak dapat dikendalikan. Salah satu cara yang bisa dilakukan untuk menurunkan angka kejadian kanker payudara yaitu dengan teknik SADARI (perikSA payuDara sendiRI). Permasalahan saat ini adalah banyaknya remaja yang kurang mengetahui bagaimana menjaga dan memeriksa kesehatan payudaranya sendiri, sehingga perlu dilakukan penyuluhan kesehatan tentang kanker payudara dan teknik SADARI dengan tujuan peningkatan pengetahuan dan pemahaman remaja tentang pentingnya melakukan SADARI untuk mendeteksi secara dini kanker payudara. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu melalui penyuluhan secara daring dengan media *power point*, diskusi tanya jawab, serta membagikan *booklet*. Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu penyuluhan kesehatan yang diberikan kepada remaja terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja tentang pentingnya teknik SADARI sebagai deteksi dini kanker payudara. Remaja aktif dan antusias selama mengikuti kegiatan. Pengimplementasian teknik SADARI oleh remaja ini penting untuk dilakukan tidak hanya saat ini namun secara rutin setiap bulannya. Pelaksanaan teknik pemeriksaan SADARI secara rutin dapat membantu dalam mengatasi deteksi awal kanker payudara dan menurunkan angka kejadiannya.

Kata kunci : remaja, kanker payudara, SADARI

Pendahuluan

Kesehatan reproduksi adalah keadaan sehat secara fisik, mental, dan sosial secara utuh, tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan yang berkaitan dengan system, fungsi, dan proses reproduksi (Kementerian Kesehatan RI, 2015). Kesehatan reproduksi merupakan unsur yang paling

penting dalam kesehatan wanita. Gangguan kesehatan yang sering terjadi pada sistem reproduksi pada wanita salah satunya ialah kanker (Taheri, 2014) dan (Kementerian Kesehatan RI, 2015) melaporkan salah satu penyebab kematian di dunia ialah kanker. Salah satu macam kanker pada sistem reproduksi yaitu kanker payudara.

Kanker payudara terjadi akibat adanya keganasan di dalam jaringan payudara. Hal tersebut dapat berasal dari epitel duktus maupun lobulusnya. Kanker payudara memiliki gejala-gejala seperti adanya benjolan yang terdapat pada satu atau kedua buah payudara. Benjolan ini merupakan tumor ganas, biasanya memiliki tekstur atau bentuk yang keras dan bentuknya tidak teratur. Selain itu benjolan ini sulit untuk digerakkan. Adanya kerusakan gen yang mengatur mengenai perkembangan, pertumbuhan serta diferensiasi dari sel payudarah yang mengakibatkan terjadinya kelainan tersebut. Dimana sel-sel payudara akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang tidak dapat dikendalikan (Yulinda, 2017). Data dari (Depkes, 2013), yang menyatakan banyaknya wanita usia subur yang terjangkit penyakit kanker menunjukkan bahwa usia subur yang mempunyai rentang usia berkisar 10-21 tahun masuk ke fase remaja. Usia remaja terdiri dari tiga ialah remaja awal diantara usia 11-13 tahun, remaja tengah 14-16 tahun, remaja akhir 17-21 tahun yang sedang tumbuh dan berkembangnya hormon-hormon pubertas sehingga dapat meningkatkan salah satu faktor resiko terkena kanker payudara.

Menurut data dari Yayasan Kanker Payudara Indonesia kanker payudara adalah penyebab kematian nomor 2 setelah kanker rahim. Dan mengalami peningkatan yang signifikan setiap tahunnya, di Amerika Serikat 180.000 kasus baru per tahun, di Netherlands 91 kasus baru setiap 100.000 penduduk, di Indonesia sendiri, diperkirakan 10 dari 100.000 penduduk terkena penyakit kanker payudara. Data Global Cancer Observatory 2018 dari World Health Organization (WHO) menunjukkan kasus kanker yang paling banyak terjadi di Indonesia adalah kanker payudara, yakni 58.256 kasus atau 16,7% dari total 348.809 kasus. Menurut Kemenkes 2019 angka kejadian kanker payudara sebesar 42,1/100.000 penduduk dengan rata-rata kematian 17/100.000. Sedangkan Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi kanker di Indonesia mencapai 1.79/1000.

Masih banyaknya usia remaja yang kurang mengetahui bagaimana menjaga kesehatan payudaranya sendiri sehingga semakin meningkatnya angka kejadian kanker payudara pada remaja. Salah satu cara yang bisa dilakukan untuk menurunkan angka kejadian kanker payudara yaitu dengan SADARI (perikSA payuDara sendIRI) adalah suatu pemeriksaan payudara untuk mengetahui adanya benjolan yang abnormal, pemeriksaan ini dapat dilakukan secara mandiri dirumah dan tanpa harus mengeluarkan biaya (Devita, 2016). SADARI ini sangat penting untuk dilakukan setiap bulannya terutama pada remaja

karena ketika seorang wanita telah mencapai masa pubertas akan mengalami perkembangan pada payudaranya (Yufdel et al., 2016). Meskipun pada remaja tidak di jumpai keluhan atau tanda dan gejala apapun dengan melakukan SADARI sebagai deteksi dini dapat menekan peningkatan angka kejadian kanker payudara.

Maka dari itu pengabdian masyarakat ini penting dilakukan karena cukup besar akibatnya jika tidak terdeteksinya kanker payudara sejak awal pada usia remaja akan semakin meningkat juga angka kejadian kanker payudara, bahkan jika telat terdeteksinya maka tingkat kematian akibat kanker payudara pun semakin meningkat. Dengan pemberian pendidikan kesehatan ini diharapkan remaja mahasiswi Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul dapat menambah pengetahuan terkait kanker payudara dan dapat melakukan teknik SADARI secara rutin setiap bulannya secara mandiri dirumah.

Adapun target yang ingin diperoleh adalah peningkatan pengetahuan tentang teknik SADARI terhadap deteksi kanker payudara pada remaja. Luaran kegiatan yang ditargetkan untuk dilakukan adalah :

1. Peningkatan pengetahuan remaja tentang kanker payudara serta langkah-langkah pemeriksaan payudara sendiri sebagai cara untuk mendeteksi awal kejadian kanker payudara.
2. Remaja dapat mengimplementasikan teknik SADARI secara rutin setiap bulannya.
3. Hasil pengabdian masyarakat ini dapat menjadi penambahan pengetahuan untuk remaja dalam mengatasi deteksi awal kanker payudara.

Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan secara daring melalui aplikasi zoom meeting. Kegiatan ini dilakukan pada 19 Februari 2021. Adapun sasaran dari kegiatan ini yaitu remaja mahasiswi di Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan tahapan berikut:

1. Tahap I: Persiapan

Pada tahap persiapan, dilakukan survey masalah yang terjadi di lokasi pengabdian, mempersiapkan materi dan media yang digunakan dalam kegiatan pengabdian.

2. Tahap II: Pelaksanaan Kegiatan

Pada tahap ini, dilakukan dengan memberikan penyuluhan sesuai dengan materi yang telah disiapkan. Materi yang diberikan yaitu

sosialisasi gerakan SADARI dan promosi kesehatan tentang kanker payudara.

3. Tahap Evaluasi Kegiatan

Tahapan ini dilakukan setelah penyuluhan diberikan dengan cara mengevaluasi dan memastikan bahwa peserta paham dengan materi yang disampaikan.

Hasil dan Pembahasan

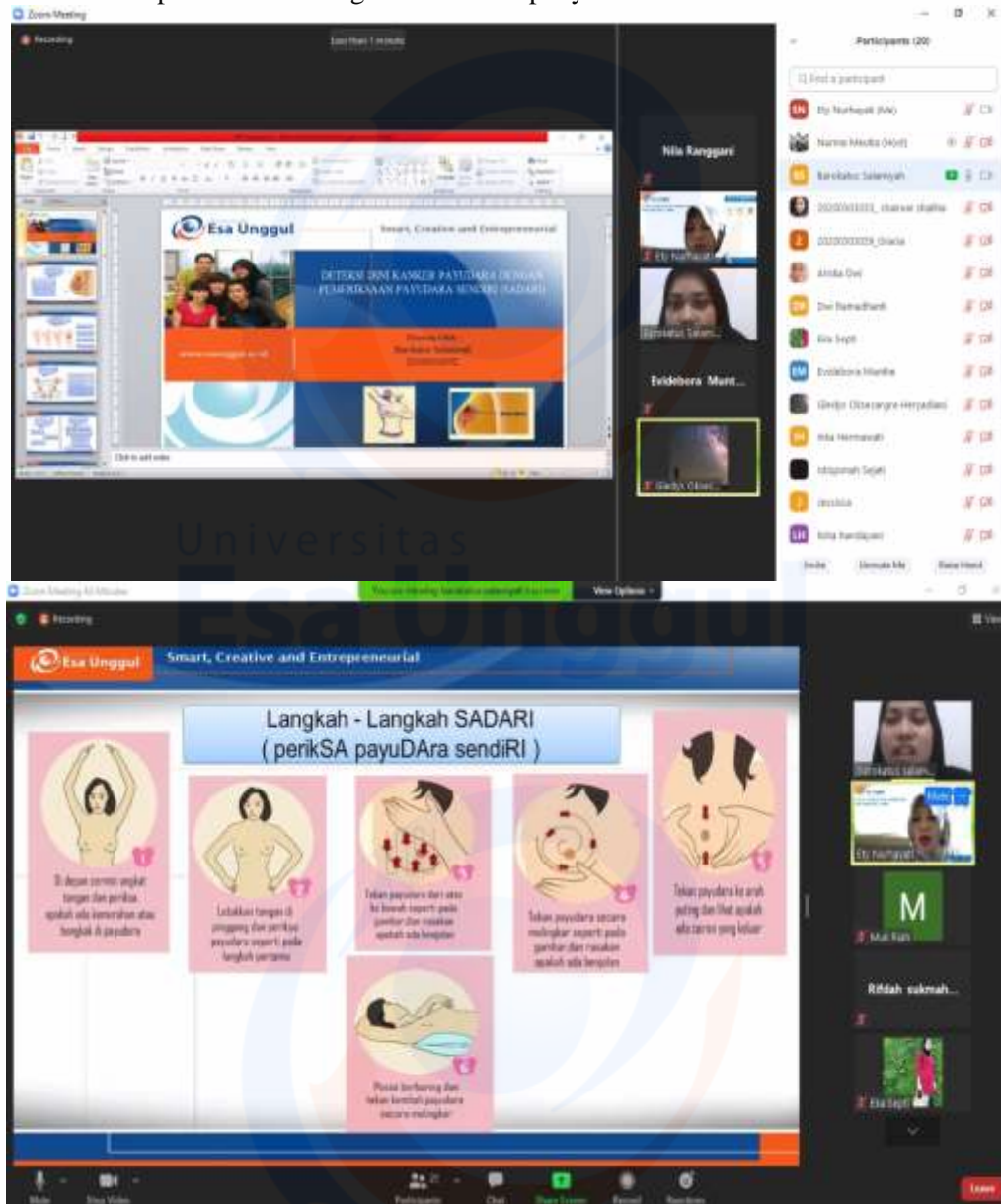
1. Hasil

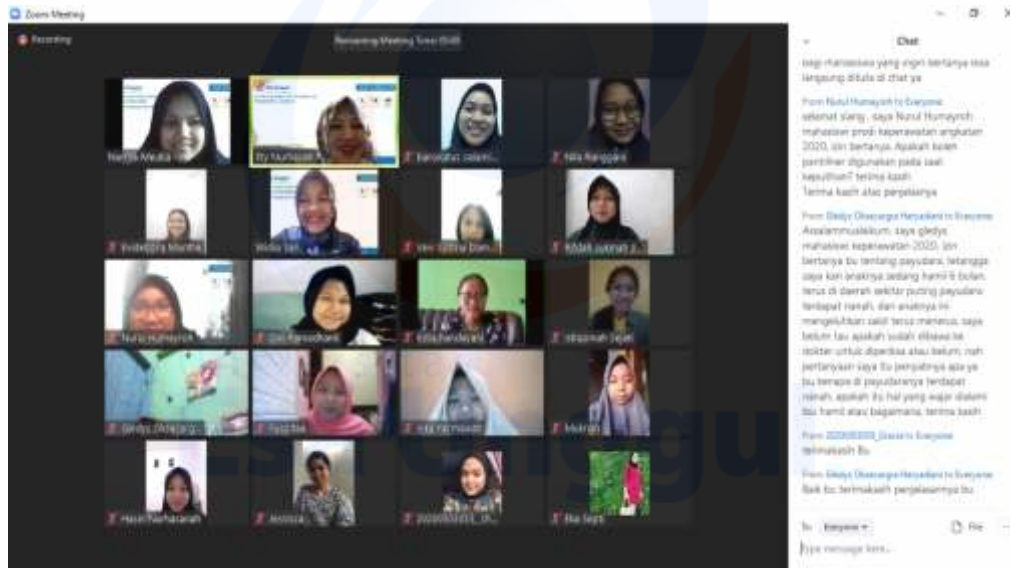
Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada Januari 2021 dengan tujuan peningkatan pengetahuan dan pemahaman remaja tentang pentingnya melakukan SADARI untuk mendeteksi secara dini kanker payudara. Metode penyampaian materi dilaksanakan melalui daring (*online*). Metode ini dipilih sesuai dengan kondisi

pandemic Covid-19 yang melanda seluruh dunia. Tujuan dilaksanakannya metode tersebut guna mengurangi kontak fisik sehingga mengurangi resiko dalam penyebaran penyakit menular.

Media yang digunakan dalam penyampaian materi yaitu melalui *power point*. Menurut Asyar (2011), media komunikasi terbagi menjadi empat (4) yaitu media visual, media audio, media audio visual dan multimedia. Media *power point* merupakan salah satu contoh dari multimedia (Gejir, 2017). Hasil pengabdian masyarakat yang dipublikasi oleh (Ayu, Handayani, & Sangadji, 2021) menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan menggunakan media *power point* dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan peserta.

Berikut dokumentasi proses pelaksanaan penyampaian materi dan diskusi kegiatan penyuluhan kesehatan :





Gambar 1
Pelaksanaan penyuluhan secara daring

Setelah penyampaian materi yang dilakukan menggunakan media *power point* oleh tim pengabdian masyarakat, dilakukan sesi diskusi tanya jawab dengan peserta. Pada sesi ini, remaja aktif dalam bertanya dan antusias terhadap penyuluhan yang diberikan. Pertanyaan-pertanyaan yang disampaikan oleh remaja dijawab bersama-sama dengan diskusi antara pemateri dan remaja lainnya. Selanjutnya dilaksanakan evaluasi akhir dengan memberikan pertanyaan kepada remaja guna memastikan remaja memahami materi yang telah disampaikan.

Selain dengan media *power point*, setelah pelaksanaan kegiatan peserta juga dibekali dengan *booklet* yang berisi materi yang telah disampaikan, sehingga peserta dapat mempelajarinya kembali. Berdasarkan penelitian (Mayasari & Wahyono, 2016), pemberian penyuluhan kesehatan dengan menggunakan media *booklet* efektif untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang Pneumonia.

Berikut tampilan contoh lembaran *booklet* yang diberikan pada peserta:





Gambar 2

Tampilan contoh lembaran *booklet* Payudara.”

<https://doi.org/10.35890/jkdh.v8i1.110>

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini memberikan tambahan pengetahuan dan pemahaman remaja tentang kanker payudara dan teknik pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). Kegiatan ini terlaksana dengan optimal dan lancar. Pengimplementasian teknik SADARI oleh remaja ini juga penting untuk dilakukan tidak hanya saat ini namun secara rutin setiap bulannya. Pelaksanaan teknik pemeriksaan SADARI secara rutin dapat membantu dalam mengatasi deteksi awal kanker payudara dan menurunkan angka kejadiannya.

Daftar Pustaka

Ayu, I. M., Handayani, R., & Sangadji, N. W. (2021). Sosialisasi Surveilans dalam Menghadapi Covid-19 Gelombang ke-2. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, <https://ejurnal.esaunggul.ac.id/index.php/ABD/article/view/3967>.

Gejir, I. N. (2017). Media Komunikasi dalam Penyuluhan Kesehatan (I. A. D. K. Ratih, Ed.). Yogyakarta: ANDI.

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2013). “ Deteksi Kanker Rahim dan Kanker

Kementrian Kesehatan RI. (2015). *Pedoman Teknis Pengendalian Kanker Payudara Dan Kanker Leher Rahim*. Jakarta: Depkes RI.

Mayasari, M. L., & Wahyono, B. (2016). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Dengan Metode Ceramah Disertai Pemanfaatan Media Booklet Dalam Upaya Meningkatkan Pengetahuan Ibu Tentang Penyakit Pneumonia Pada Balita di Kelurahan Bandarharjo Kecamatan Semarang Utara Kota Semarang Tahun 2014. *Unnes Journal of Public Health*, <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/ujph/article/view/9701>.

Taheri, N. (2014). Epidemiology of female reproductive cancers in Iran: results of the gholestan population-based cancer registry. *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention*, Vol 15, <http://journal.waocp.org/?sid=Entrez:PubMed&id=pmid:25374206&key=2014.15.20.8779>.

Yulinda, A. &. (2017). Efektivitas Penyuluhan Metode Ceramah dan Audiovisual Dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Tentang Sadari Di SMKN 5 Surabaya. *Jurnal Promkes Vol. 6*, <https://e-journal.unair.ac.id/PROMKES/article/viewFile/6439/5917>.