

PENYULUHAN TENTANG PERIKSA PAYUDARA SENDIRI (SADARI) DI SMA YAPIM TARUNA SEI ROTAN TEMBUNG TAHUN 2023

Indah Yani Br. Tambunan¹, Esther Siringo-Ringo², Mastiur Julianti Butar-Butar³,
Ismadi Sihombing⁴, Fani Manihuruk⁵

^{1,2,3,4,5}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Senior Medan, Tahun 2023, Indonesia

email: indah.beatrix@gmail.com¹, esther.siringo22@gmail.com², ismadisihombing@gmail.com³,
mjb_butars@yahoo.com⁴, fanimanihuruk27@gmail.com⁵

Abstrak

Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) adalah salah satu tindakan untuk skrining yang merupakan pemeriksaan untuk menemukan abnormalitas yang mengarah pada kanker payudara. Hampir 5% pasien dengan kanker payudara memiliki kelainan genetik spesifik yang berperan dalam membentuk kanker payudara mereka maka untuk mengurangi kanker payudara ini perlu dilakukan deteksi dini kanker payudara ini perlu dilakukan deteksi dini kanker payudara yaitu pemeriksaan payudara sendiri guna mengurangi resiko peningkatan kanker payudara (Piat, Ningsih, & Jakri, 2021). Pemeriksaan payudara sendiri sangat penting dalam penanganan awal kanker payudara karena semakin awal ditemukan kanker payudara, maka akan semakin mudah dalam penanganan pengobatan. Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan oleh Dosen dalam bidang kesehatan yang berasal dari Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Senior Medan. Kegiatan yang dilakukan pada hari Rabu 20 Juli 2023 adalah penyuluhan tentang pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) pada siswi kelas X dan XI di SMA Yapim Taruna Sei Rotan Medan Tembung Tahun 2023. Kesimpulan dari kegiatan pengabdian ini adalah bahwa siswa perlu memahami pentingnya melakukan SADARI yang baik dan benar untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari yang nantinya dapat mencegah Kanker Payudara. Siswa berpotensi sebagai agen of change untuk mempromosikan SADARI baik di lingkungan sekolah, keluarga, maupun masyarakat. Perlu kesadaran diri dalam menjaga kesebersihan diri melalui tindakan sederhana seperti SADARI. Adanya dukungan dari guru, teman, serta mendukung pelaksanaan program SADARI.

Kata kunci: Penyuluhan, Periksa Payudara Sendiri (Sadari), SMA

Abstract

Breast self-examination (BSE) is one of the screening measures which is an examination to find abnormalities that lead to breast cancer. Almost 5% of patients with breast cancer have specific genetic abnormalities that play a role in forming their breast cancer, so to reduce breast cancer, it is necessary to carry out early detection of breast cancer. It is necessary to carry out early detection of breast cancer, namely breast self-examination in order to reduce the risk of increasing breast cancer (Piat, Ningsih, & Jakri, 2021). Breast self-examination is very important in the initial treatment of breast cancer because the earlier breast cancer is found, the easier it will be to handle treatment. Implementation of community service activities is carried out by lecturers in the health sector from the Medan Senior College of Health Sciences (STIKes). The activity carried out on Wednesday 20 July 2023 was counseling about breast self-examination (BSE) for class X and and correctly applied in everyday life which can prevent breast cancer. Students have the potential to be agents of change to promote BSE both in the school, family and community environment. Self-awareness is needed in maintaining personal hygiene through simple actions such as BSE. There is support from teachers, friends, and support for the implementation of the BSE program.

Keywords: Counseling, Examine Your Own Breasts (Awareness), SMA

PENDAHULUAN

Tri Dharma Perguruan Tinggi merupakan tiga acuan dasar yang meliputi pendidikan, penelitian dan pengabdian kepada masyarakat yang wajib dilaksanakan oleh civitas akademika di perguruan tinggi. Pendidikan dan pengajaran digunakan sebagai landasan untuk memulai suatu penelitian dan pengembangan (Kusumawaty et al., 2021). Kegiatan penelitian merupakan langkah awal sebagai persiapan untuk mengabdikan kepada masyarakat. Pengabdian kepada masyarakat merupakan tujuan utama dari adanya pendidikan dan penelitian (Rachman & Putri, 2020).

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Senior Medan memiliki Lembaga Pusat Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) sebagai unit yang memiliki wewenang dalam melaksanakan kegiatan

penelitian dan pengabdian kepada masyarakat di lingkungan STIKes Senior Medan. LPPM STIKes Senior Medan akan mengkoordinir kegiatan pengabdian yang dilakukan oleh dosen di lingkungan STIKes Senior Medan (Amila et al., 2020). Institusi juga mendukung dosen dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan memfasilitasinya, yaitu dalam bentuk pemberian dana hibah internal (Lestari & Wulansari, 2019). Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat, STIKes Senior Medan akan memberikan solusi bagi masalah yang dihadapi oleh masyarakat secara riil khususnya dalam bidang kesehatan (Ernawati et al., 2022). Oleh karena itu, setiap pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat harus mengikuti ketentuan yang berlaku sesuai dengan yang tertulis di dalam proposal pengabdian kepada masyarakat STIKes Senior Medan ini (Salmiah et al., 2018).

Pengabdian kepada masyarakat merupakan kegiatan sivitas akademika dalam mengamalkan dan membudayakan ilmu pengetahuan dan teknologi untuk memajukan kesejahteraan umum dan mencerdaskan kehidupan bangsa yang wajib ditempatkan dan dilaksanakan pada posisi penting bagi para dosen, sebagai tenaga fungsional di perguruan tinggi. Selain dosen, pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat tidak terlepas dari civitas akademik seperti mahasiswa, tenaga kependidikan dan instansi terkait kegiatan (Ulfa & Azrida, 2018).

Kanker payudara (*breast of cancer*) adalah tumor ganas yang tumbuh di dalam jaringan payudara, dimana kanker ini bisa tumbuh di dalam kelenjar susu, duktus, jaringan lemak maupun jaringan ikat pada payudara (Piat, Ningsih, & Jakri, 2021). Kanker payudara terjadi karena terganggunya system pertumbuhan sel dalam jaringan payudara (Juwita & Prabasari, 2018).

Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) adalah salah satu tindakan untuk skrining yang merupakan pemeriksaan untuk menemukan abnormalitas yang mengarah pada kanker payudara (Hapsari, 2020). Pemeriksaan payudara sendiri merupakan metode yang mudah dilakukan, tidak menggunakan biaya, tidak nyeri, tidak berbahaya dan nyaman dilakukan karena dilakukan oleh wanita itu sendiri secara teratur (Saputri & Yanti, 2019).

Pemeriksaan payudara sendiri dapat dimulai sejak wanita mengalami masa pubertas. Hal ini sangat perlu dilakukan untuk mengetahui sedini mungkin kelainan dan benjolan yang abnormal pada payudara, sehingga penanganan lebih cepat dan tepat. SADARI lebih efektif dilakukan pada wanita usia masih muda dan usia produktif 15-49 tahun, wanita dengan usia tersebut beresiko terkena kanker payudara (Janah & Timiyatun, 2020).

Hampir 5% pasien dengan kanker payudara memiliki kelainan genetik spesifik yang berperan dalam membentuk kanker payudara mereka maka untuk mengurangi kanker payudara ini perlu dilakukan deteksi dini kanker payudara ini perlu dilakukan deteksi dini kanker payudara yaitu pemeriksaan payudara sendiri guna mengurangi resiko peningkatan kanker payudara (Jaya & Rusman, 2020). Pemeriksaan payudara sendiri sangat penting dalam penanganan awal kanker payudara karena semakin awal ditemukan kanker payudara, maka akan semakin mudah dalam penanganan pengobatan (Juwita & Astarini, 2022).

Pemeriksaan payudara sendiri bermanfaat untuk mengetahui perkembangan dan pertumbuhan payudara sendiri, apabila dilakukan deteksi dini lebih awal maka kanker payudara akan mudah untuk diatasi (Efni & Fatmawati, 2021). Dengan melakukan pemeriksaan payudara sendiri sebagai deteksi dini dapat menekan angka kematian penderita kanker payudara sebesar 25-30%. Dalam melakukan SADARI perlu kesadaran pada wanita terhadap pentingnya kesehatan dalam upaya meningkatkan kualitas hidup sehat untuk menjaga kualitas hidup sehat yang lebih baik (Berek et al., 2019). Metode pemeriksaan payudara sendiri merupakan metode sederhana sehingga, tetapi diharapkan bisa menekan tingginya angka kanker payudara (Darmawati, Fransisca, & Adriani, 2022).

Kanker payudara merupakan kanker dengan jumlah kasus terbanyak karena sebagian besar pasien kanker payudara datang berobat pada stadium lanjut. Akan tetapi jika rutin melakukan SADARI dapat membantu melindungi dan mendeteksi dini kanker payudara (Istiqomah et al., 2023).

METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan oleh Dosen dalam bidang kesehatan yang berasal dari Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Senior Medan. Kegiatan yang dilakukan pada hari Rabu 20 Juli 2023 adalah penyuluhan tentang pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) pada siswi kelas X dan XI di SMA Yapim Taruna Sei Rotan Medan Tembung Tahun 2023. Metode kegiatan berupa ceramah, tanya jawab, demonstrasi dan evaluasi dengan melaksanakan kuis (Pratiwi et al., 2018). Kegiatan diawali dengan pemberian pertanyaan berkaitan dengan SADARI, cara melakukan SADARI yang baik dan benar, dampak tidak melakukan SADARI serta sarana yang diperlukan untuk melakukan SADARI (Dinnata et al., 2020). Selanjutnya pemberian materi

penyuluhan SADARI yang baik dan benar serta demostrasi melakukan SADARI yang baik dan benar. Kemudian pemberian evaluasi kepada siswa setelah dilakukan penyuluhan.

Tabel 1. Rincian Biaya Alat dan Bahan

No	Nama Alat-Bahan	Jumlah	Harga (Rp)	Total (Rp)
1.	Leaf let	65	10.000	650.000
2.	Spanduk	3	100.000	300.000
3.	Transportasi		300.000	300.000
4.	Makanan/Minuman	60	50.000	3.000.000
5.	Print-out Proposal	3	50.000	150.000
6.	Honor Dosen	3	1.000.000	3.000.000
7.	Anggota	3	500.000	1.500.000
8.	Publish Jurnal PkM	1	500.000	500.000
9.	Biaya Lain lain		600.000	600.000
Total				10.000.000

HASIL DAN PEMBAHASAN

Derajat Kesehatan yang optimal dapat dicapai dengan adanya penerapan melakukan SADARI. Pelaksanaan SADARI dapat dilakukan di rumah. SADARI yang diterapkan berupa tindakan memeriksa Payudara Sendiri yang baik dan benar. Berdasarkan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan di SMA Yapim Taruna Sei Rotan Medan Tembung Tahun 2023 memberikan dampak positif terhadap pengetahuan deteksi dini kanker payudara yang baik dan benar dapat dilihat pada tabel 1 (Agustin et al., 2021).

Tabel 2. Hasil Pretset dan Postest Siswa terhadap pemahaman tentang PHBS cuci tangan

Variabel Pertanyaan	Pretest (%)		Posttest (%)	
	Benar	Salah	Benar	Salah
Pengetahuan SADARI	100	0	100	0
Kegunaan Melakukan SADARI	50	50	100	0
Cara melakukan SADARI	64,28	35,72	100	0

Berdasarkan hasil evaluasi yang dilihat dari pretest dan posttest menunjukkan bahwa siswi SMA YAPIM telah memiliki pemahaman dan pengetahuan tentang SADARI, kegunaan melakukan SADARI yang baik dan benar setelah diberikan penyuluhan. Terdapat beberapa langkah untuk melakukan SADARI (Novelia & Carolin, 2021).

Menurut Mukminah (2016), menjelaskan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi tindakan SADARI seperti pengetahuan, sikap, dukungan guru, dukungan teman, dan ketersediaan sarana SADARI (Nadia, 2021). Menurut Kushartanti (2012) yang menjelaskan bahwa ada tiga faktor yang mempengaruhi kemampuan untuk melakukan SADARI yaitu host (contohnya seperti: umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan motivasi), environment (contohnya seperti: lingkungan fisik, lingkungan sosial, sarana kesehatan), dan agent (gaya hidup, peraturan sekolah, pola asuh orang tua, ketersediaan media pendidikan, informasi dan keberadaan UKS) (Rosdiana et al., 2020). Walaupun tindakan SADARI merupakan kegiatan yang sederhana namun memberikan dampak besar terhadap permasalahan kesehatan, seperti pencegahan Kanker Payudara. Terdapat penelitian yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara SADARI dengan kejadian Kanker Payudara, hal ini membuktikan bahwa adanya korelasi antara SADARI dalam terjadinya Kanker Payudara (Noviani & Anggraini, 2023). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Andi Nurul Amalia, Arni Rizqiani Rusydi dan Nukman yang berjudul "Hubungan Pengetahuan dan Sikap Dengan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) di SMAN 8 Sidrap.

SIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan pengabdian ini adalah bahwa siswa perlu memahami pentingnya melakukan SADARI yang baik dan benar untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari yang nantinya dapat mencegah Kanker Payudara. Siswa berpotensi sebagai agen of change untuk mempromosikan SADARI baik di lingkungan sekolah, keluarga, maupun masyarakat. Perlu kesadaran diri dalam

menjaga kebersihan diri melalui tindakan sederhana seperti SADARI. Adanya dukungan dari guru, teman, serta mendukung pelaksanaan program SADARI.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, I., Kumalasari, I., & Jaya, H. (2021). Pelatihan Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Pada Siswi Sma Bina Lestari Kecamatan Gandus Sebagai Upaya Pencegahan Kanker Payudara. *Abdi Dosen: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 5(1), 72–82.
- Amila, A., Sinuraya, E., & Gulo, A. R. B. (2020). Edukasi Sadari (Pemeriksaan Payudara Sendiri) Untuk Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Siswi Sma Medan. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 1(2), 29–40.
- Berek, P. A. L., Niron, C. L. A., Riwoerohi, E. D. F., & Fouk, M. F. W. A. (2019). Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri Di Sma Negeri 1 Atambua. *Jurnal Kebidanan*, 8(1), 16–23. <https://doi.org/https://doi.org/10.35890/jkdh.v8i1.110>
- Dinnata, A., Wulandari, A., Widyaningrum, D., & Ulyanisa, F. (2020). Penyuluhan Kesehatan Mengenai Pentingnya Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Di Sma Muhammadiyah 2 Bandar Lampung. *Jurnal Perak Malahayati: Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 39–44. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.33024/jpm.v2i1.2694>
- Efni, N., & Fatmawati, T. Y. (2021). Edukasi Deteksi Dini Kanker Payudara Melalui Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Di Sma N 8 Kota Jambi. *Jurnal Abdimas Kesehatan (Jak)*, 3(1), 28–32. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.36565/jak.v3i1.146>
- Ernawati, E., Sumarmi, S., Mantasia, M., & Nuryana, R. (2022). Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Sebelum Dan Sesudah Penyuluhan Tentang Periksa Payudara Sendiri (Sadari). *Borobudur Nursing Review*, 2(2), 127–134. <https://doi.org/https://doi.org/10.31603/bnur.7811>
- Hapsari, F. N. (2020). Pengaruh Penyuluhan Kanker Payudara Terhadap Minat Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Pada Remaja Sman 1 Jatinom. *Nersmid: Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*, 3(1), 57–66.
- Istiqomah, R. N., Ratnawati, A. E., & Iriyani, E. (2023). Pengaruh Penyuluhan Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Melalui Media Video Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Sadari Pada Remaja Putri. *Humantech: Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia*, 2(11), 2369–2374. <https://journal.ikopin.ac.id/index.php/humantech/article/view/3770>
- Janah, N. M., & Timiyatun, E. (2020). Perbandingan Efektivitas Pendidikan Kesehatan Dengan Media Leaflet Dan Audio Visual Dalam Meningkatkan Pengetahuan Remaja Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari). *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)*, 2(2), 80–90. <https://doi.org/https://doi.org/10.32807/jkt.v2i2.67>
- Jaya, F. T., & Rusman, A. D. P. (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.
- Juwita, L., & Astarini, M. I. A. (2022). Penyuluhan Kanker Payudara Dan Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Pada Remaja Putri Melalui Media Audiovisual Di Sma Pembangunan Jaya 2 Sidoarjo. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(3), 285–291. <https://doi.org/https://doi.org/10.25008/altifani.v2i3.229>
- Kusumawaty, J., Noviaty, E., Sukmawati, I., Srinayanti, Y., & Rahayu, Y. (2021). Efektivitas Edukasi Sadari (Pemeriksaan Payudara Sendiri) Untuk Deteksi Dini Kanker Payudara. *Abdimas: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 496–501. <https://doi.org/https://doi.org/10.35568/abdimas.v4i1.1177>
- Lestari, P., & Wulansari, W. (2019). Pentingnya Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Sebagai Upaya Deteksi Dini Kanker Payudara. *Indonesian Journal Of Community Empowerment (Ijce)*, 1(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.35473/ijce.v1i2.327>
- Nadia, C. (2021). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Di Sma Adabiyah Padang. *Jurnal Nursing Stikesi Nightingale*, 10(1), 51–58.
- Novelia, S., & Carolin, B. T. (2021). Penyuluhan Kesehatan Tentang Pentingnya Deteksi Dini Kanker Payudara Dan Praktik Pemeriksaan Payudara Sendiri Pada Remaja Putri Melalui Zoominar. *Journal Of Community Engagement In Health*, 4(2), 282–286. <https://doi.org/https://doi.org/10.30994/jceh.v4i2.165>
- Noviani, A., & Anggraini, Y. (2023). Peningkatan Edukasi Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Pada Remaja Putri. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 5(2), 6–12.

- <https://doi.org/https://doi.org/10.26714/jpmk.v5i2.12725>
- Pratiwi, A., Ariani, S., & Karina, R. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Mengenai Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Terhadap Nilai Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan*, 7(1), 1–11.
- Rachman, W. O. N. N., & Putri, Z. D. (2020). Pengaruh Penyuluhan Melalui Media Vidio Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Pada Siswi Kelas X Di Sman 8 Kendari. *Miracle Journal Of Public Health*, 3(2), 172–178. <https://doi.org/https://doi.org/10.36566/mjph/vol3.iss2/175>
- Rosdiana, E., Hirnama, H., Ulfa, C. R., Santika, R., & Marniati, M. (2020). Penyuluhan Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Pada Siswi Sman I Mesjid Raya. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (Kesehatan)*, 2(1), 41–46.
- Salmiah, I., Tahlil, T., & Mudatsir, M. (2018). Pengaruh Pendidikan Sebaya Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Keterampilan Siswi Sma Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari). *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 6(1), 97–111.
- Saputri, E. M., & Yanti, J. S. (2019). Pelatihan Sadari Di Sma Muhammadiyah 1 Pekanbaru. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, 3(1), 1–5. <https://doi.org/https://doi.org/10.36341/jpm.v3i1.824>
- Ulfa, S. M., & Azrida, R. (2018). Efektivitas Penyuluhan Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Dengan Metode Ceramah Dan Video Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Remaja Putri Di Sma Muhammadiyah 01 Medan Tahun 2016. *Jurnal Ibnu Sina Biomedika*, 2(2), 144–151. <https://doi.org/https://doi.org/10.30596/isb.v2i2.2615>