

PENYULUHAN KESEHATAN MENGENAI PENTINGNYA PEMERIKSAAN PAYUDARA SENDIRI (SADARI) DI SMA MUHAMMADIYAH 2 BANDAR LAMPUNG

**Anggraini¹, Ayu Wulandari², Dita Sintama³, Della Widyaningrum⁴,
Fajriza Ulyanisa⁵**

¹Dosen D.III Kebidanan Universitas Malahayati
^{2,3,4,5}Mahasiswa Prodi DIII Kebidanan Universitas Malahayati

Email: albarr_arsenio@yahoo.com

ABSTRAK

Kanker payudara merupakan kanker penyebab kematian tertinggi nomor 2 setelah kanker leher rahim. Saat ini, kanker payudara sudah mulai menyerang remaja. Namun remaja masih memiliki pengetahuan dan sikap yang rendah mengenai deteksi dini kanker payudara. Tujuan dari penyuluhan ini adalah diharapkan remaja dapat mengerti tentang pentingnya pemeriksaan payudara sendiri (sadari) untuk mendeteksi dini adanya kanker payudara. Kegiatan ini telah dilaksanakan pada hari senin tanggal 17 februari 2020. Adapun kegiatan yang dilakukan berupa penyuluhan kepada para remaja tentang penyuluhan kesehatan mengenai pentingnya pemeriksaan payudara sendiri (sadari) Di Sma Muhammadiyah 2 Bandar Lampung

Dengan metode penyuluhan menggunakan power point. Terdapat pengaruh signifikan pada pengetahuan remaja sebelum dan sesudah penyuluhan kesehatan mengenai pentingnya pemeriksaan payudara sendiri (sadari). Dengan demikian, pemberian edukasi dapat memberikan peningkatan pengetahuan, khususnya yang berkaitan dengan pemeriksaan payudara sendiri (sadari).

Kata Kunci: kanker payudara, SADARI, pengetahuan, penyuluhan kesehatan.

ABSTRACT

Breast cancer is the second leading cause of death after cervical cancer. Currently, breast cancer has begun to attack adolescents. But teens still have low knowledge and attitudes regarding early detection of breast cancer. The purpose of this counseling is expected that adolescents can understand the importance of breast self-examination (aware) to detect early the presence of breast cancer. This activity has been carried out on Monday, February 17, 2020. The activities carried out in the form of counseling to teenagers about health education about the importance of breast self-examination (aware) at Sma Muhammadiyah 2 Bandar Lampung

With counseling methods using power points. There is a significant influence on the knowledge of adolescents before and after health education about the importance of breast self-examination (aware). Thus, providing education can provide increased knowledge, especially relating to breast self-examination (conscious).

Keyword : *breast cancer, Breast Self-Examination, knowledge, attitude, health education*

1. PENDAHULUAN

Penyakit di Indonesia saat ini memiliki pola yang berbeda. Saat ini pola penyakit mengalami transisi. Transisi ini biasa disebut dengan transisi epidemiologi. Dimana tren penyakit sudah beralih, saat ini masalah mengenai penyakit menular belum dapat terselesaikan. Namun tren penyakit justru beralih ke penyakit tidak menular. Saat ini saja, frekuensi penyakit tidak menular dan angka kematian akibat penyakit tersebut sudah meroket setiap tahunnya. Hal ini seharusnya menjadi hal yang harus diperhatikan. Apalagi bila penyakit tidak menular tersebut terjadi dinegara-negara berkembang dan miskin. Setiap 2 dari 10.000 wanita di dunia diperkirakan akan mengalami kanker payudara setiap tahunnya. Kanker payudara adalah salah satu penyebab utama kematian yang diakibatkan oleh kanker pada perempuan di seluruh dunia (Direktorat Jenderal PP&PL Departemen kesehatan RI, 2009)

Kanker payudara merupakan Indonesia merupakan Negara berkembang. Fenomena transisi epidemiologi tersebut sudah terjadi. Dimana angka kematian akibat dari penyakit tidak menular semakin meningkat. Salah satu penyakit tidak menular yang banyak terjadi di Indonesia adalah kanker. Angka penderita kanker di Indonesia sendiri dapat dibidang meningkat secara fantastis setiap tahunnya. Salah satu kanker yang angka kematiannya tinggi adalah 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 payudara yang mengakibatkan terjadinya kelainan tersebut. Dimana sel-sel payudara akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang tidak dapat dikendalikan (Olfah dkk, 2013).

Kanker payudara sendiri umumnya menyerang perempuan dan merupakan salah satu kanker terbanyak yang terjadi di Indonesia (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2015).

Jumlah penderita kanker payudara menunjukkan bahwa terdapat peningkatan setiap tahunnya. Pada tahun 2012 saja, sudah terdapat sebanyak 1,7 juta orang menderita kanker payudara. Hal tersebut pun telah diperkirakan akan tetap meningkat hingga sebesar 4 (empat) kali lipat jumlahnya pada tahun 2020 (American Cancer Society, 2016).

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2015) jumlah penderita kanker di Indonesia telah mencapai angka sebesar 61.682 penderita dengan prevalensi 12/100.000 perempuan. Selain itu, kanker payudara juga menempati posisi kedua sebagai penyakit kanker terbanyak yang menyerang perempuan di Indonesia setelah kanker leher rahim. Provinsi Jawa Timur sendiri juga merupakan provinsi kedua dengan estimasi penderita kanker payudara terbanyak di Indonesia setelah Jawa Tengah dengan prevalensi 0,5 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2013).

Tingginya angka kematian akibat kanker payudara banyak terjadi karena pasien yang datang ke pelayanan kesehatan sudah berada pada stadium lanjut. Dimana apabila telah menderita kanker pada stadium tersebut, maka proses penyembuhan juga sudah sulit untuk dilaksanakan. Terbatasnya pengetahuan masyarakat mengenai kanker payudara dan bagaimana cara mendeteksinya merupakan salah satu penyebab hal tersebut terjadi (Irawan dkk, 2017).

Dalam upaya untuk mencegah semakin meningkatnya angka kematian akibat dari kanker payudara, maka upaya deteksi dini sangatlah diperlukan. Salah satu upaya mendeteksi dini adanya kemungkinan kanker payudara adalah dengan melakukan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). Tidak perlu mengeluarkan biaya, hanya cukup untuk meluangkan waktu sejenak. Bahkan pada 21 April 2008, Pemerintah bekerja sama dengan Kementerian Kesehatan dan Female Cancer Program (FCP) sebagai pengembang telah menetapkan SADARI sebagai program nasional. Program SADARI sendiri dapat menekan angka kematian akibat kanker payudara hingga 20%.

Menurut Setyowati dkk (2013), risiko perempuan yang tidak melakukan SADARI secara rutin akan lebih tinggi dari perempuan yang rutin melakukannya. Dimana 7,122 kali memiliki risiko untuk terkena kanker payudara dibandingkan dengan perempuan yang melakukan SADARI sebagai upaya deteksi dini. Tindakan SADARI sangatlah penting untuk diterapkan, karena telah dibuktikan bahwa hampir 85% kelainan pada payudara ditemukan pertama kali oleh penderita melalui penerapan SADARI yang benar (Olfah dkk, 2013). Sehingga SADARI dapat dikatakan sebagai cara mendeteksi dini kanker payudara yang cukup efektif. SADARI juga mudah untuk dilakukan dan dapat diterapkan oleh perempuan di semua usia. Baik itu remaja maupun perempuan dewasa. Namun dibalik manfaat yang banyak dirasakan dan caranya mudah tersebut, masih banyak perempuan di Indonesia yang belum tergerak untuk melakukannya. Hanya segelintir perempuan di Indonesia yang mau melakukan SADARI yaitu sekitar 25%. Hal itulah yang menjadi penyebab masih tingginya angka kematian akibat kanker payudara dan keterlambatan diagnosa dan penanganan oleh tenaga medis. Hal tersebut juga dikarenakan masih banyaknya perempuan yang menganggap bahwa meraba payudara sendiri merupakan suatu hal yang tabu (Desanti dkk, 2010).

Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 756 Tahun 2010 tentang pedoman teknis pengendalian kanker payudara dan kanker leher rahim menjelaskan bahwa menemukan adanya kemungkinan kanker payudara sedini mungkin bukanlah merupakan faktor kebetulan. Perempuan memang memiliki kewajiban untuk selalu mengetahui bagaimana kondisi normal dan tidak normalnya payudara. Sehingga saat terdapat perubahan pada payudara yang mengindikasikan bahwa payudara tidak normal, dapat segera diketahui. Kemudian dapat segera dilakukan upaya medis untuk pengobatan dan penyembuhannya. Fenomena kanker payudara di Indonesia saat ini sangat mengkhawatirkan. Saat ini penyakit kanker payudara sudah menyerang usia 15 tahun (Lenggogeni, 2011).

Remaja di Indonesia saat ini sedang mengalami perubahan sosial yang sangat drastis dari masyarakat tradisional menjadi masyarakat modern. Hal

tersebut mengubah norma-norma, nilai bahkangaya hidup remaja saat ini. Gaya hidup yang dilakukan remaja saat ini banyak yang mengarah pada penurunan derajat kesehatan. Remaja gemar mengonsumsi makanan cepat saji (junk food) dan juga penggunaan banyak alat elektronik yang dapat mengeluarkan paparan sinar radiasi. Gaya hidup tersebut sangat berpengaruh terhadap munculnya risiko kanker payudara pada remaja (Mardiana, 2012). Upaya mendeteksi kanker payudara sedini mungkin berupa SADARI sudah harus mulai dilakukan oleh para remaja Indonesia. Namun, sepertinya remaja saat ini masih kurang peka terhadap perawatan payudara mereka sendiri. Mereka lebih peka dan aktif untuk melakukan perawatan pada wajah. Karena menganggap memiliki wajah yang tidak jerawat dan kulit wajah yang tidak kusam sangatlah penting. Hal tersebut juga dilatarbelakangi karena kurangnya pengetahuan remaja mengenai kanker payudara dan pentingnya melakukan SADARI. Mereka tidak memiliki pengetahuan dan sikap kesadaran yang baik bahwa SADARI merupakan salah satu upaya pencegahan kematian akibat kanker payudara yang mungkin dapat terjadi pada mereka. Hal tersebut senada dengan penelitian Handayani dan Sudarmiati (2012) yang didapatkan bahwa sebagian besar responden yang merupakan remaja putri memiliki pengetahuan yang kurang mengenai SADARI. Remaja putri cenderung kurang mengetahui mengenai kanker payudara, penyebabnya, gejala-gejalanya bahkan hingga upaya pencegahannya. Pengetahuan sangat penting dalam upaya pencegahan kanker payudara. Pengetahuan perempuan mengenai deteksi dini kanker payudara berpengaruh signifikan dan positif terhadap keyakinannya mengenai kesehatan. Dimana dengan adanya pengetahuan yang baik maka diharapkan remaja mampu untuk memotivasi diri mereka sendiri dan bahkan orang disekitarnya untuk melakukan SADARI (Pamungkas, 2011). Sehingga sikap remaja tersebut terhadap SADARI juga akan positif.

Tujuan dari penyuluhan ini adalah untuk mengetahui bagaimana manfaat dari penyuluhan kesehatan mengenai Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri di SMA 2 Muhammadiyah Bandar Lampung.

2. MASALAH

Permasalahan yang timbul biasanya terjadi masalah pada payudara, akibat tidak dilakukannya pemeriksaan rutin SADARI, adanya benjolan dan perubahan warna pada payudara menjadi masalah yang muncul pada remaja, seorang remaja putri dengan berbagai macam kesibukan seperti belajar, bermain, dan segala aktivitasnya biasanya akan lebih sering menyepelkan hal yang sebenarnya sangat penting. Banyak kaum remaja yang hanya menjaga penampilan luar saja tanpa memperdulikan kesehatan payudara.



Gambar 2.1 Peta Lokasi SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung

3. METODE

Kegiatan ini telah dilaksanakan pada hari Senin tanggal 17 Februari 2020. Penyuluhan ini termasuk dalam penyuluhan observasional karena data yang dikumpulkan didapatkan tanpa melakukan suatu perlakuan pada subyek penyuluhan. Pengabdian ini untuk melihat pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah mendapatkan penyuluhan kesehatan mengenai Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI).pertama melakukan pre-test lalu memberikan Materi penyuluhan dengan menggunakan media power point. Materi diberikan dalam waktu 45 menit, dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. Tahap akhir yaitu memberikan pertanyaan kembali (post test) kepada peserta penyuluhan dengan pertanyaan yang sama yang diberikan pada saat per test.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) berjalan lancar tanpa ada hambatan,peerta yang hadir sekitar 30 siswi.



Gambar 3.1 Penyuluhan Tentang SADARI

Hasil dari kegiatan ini adalah peningkatan pengetahuan untuk penting nya melakukan pemeriksaan rutin SADARI sejak remaja. Pemberian pengetahuan pada usia remaja juga sangat penting dilakukan mengingat dengan pengetahuan remaja akan lebih baik dalam mengatur kehidupannya ke depan.

5. SIMPULAN

1. Pengetahuan SADARI mengalami peningkatan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang pemeriksaan payudara sendiri
2. Sikap SADARI mengalami peningkatan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang pemeriksaan payudara sendiri
3. Tindakan SADARI mengalami peningkatan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang pemeriksaan payudara sendiri.

6. DAFTAR PUSTAKA

Buku Saku Kanker Leher Rahim dan Kanker Payudara. Direktorat Jenderal PP&PL Departemen kesehatan RI, 2009

Olfah Yustiana. 2013. Kanker Payudara dan SADARI. Jakarta. Penerbit Nuha Medika

World Health Organization. 2013. Diakses melalui <http://www.who.int/cancer/detection/breastcancer/en/index.html> pada tanggal 20 mei 2016

Yi, M & Park E.Y. (2012). Effect of breast health education conducted by trained breast cancer survivors. *Journal of Advanced Nursing* 68(5), 1100-1110. Doi : 10.1111/j.13652648.2011.05815.x. Korea.