



## PENINGKATAN SELF AWARENESS WANITA USIA SUBUR DALAM MELAKUKAN SADARI DI DESA SEI MENCIRIM

Lilis Novitarum\*, Lindawati Farida Tampubolon, Lili Tumanggor, Mardiati Br Barus, Indra Hizkia Perangin-angin

STIKes Santa Elisabeth Medan, Jl. Bunga Terompet no 118 Kel Sempakata Kec Medan Selayang, Medan 20131,  
Indonesia

\*[lilisnovit@stikeselisabeth.ac.id](mailto:lilisnovit@stikeselisabeth.ac.id)

### ABSTRAK

Kanker payudara di Indonesia berada pada urutan tertinggi seluruh jenis kanker dengan prosentase sebesar 16,6% dan angka kematian mencapai 9,6%. Pemerintah telah memiliki program SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri), namun belum mampu menekan angka kanker payudara. Program pemerintah ini perlu didukung dengan menggalakkan edukasi tentang SADARI dengan sasaran Wanita Usia Subur (WUS). Edukasi perlu dilakukan secara terus menerus dan dievaluasi dengan konsisten sangat penting untuk mendeteksi dini tanda dan gejala kanker payudara. Tujuan yang ingin dicapai dalam kegiatan ini adalah meningkatkan kesadaran diri WUS untuk melakukan tindakan SADARI secara rutin. Peserta yang hadir 29 Wanita Usia Subur di Dusun 7 Desa Sei mencirim yang membawa Balita untuk Posyandu. Edukasi berjalan lancar dengan langkah kegiatan, yaitu perijinan, persiapan alat dan sarana, melakukan edukasi, evaluasi hasil edukasi. Peserta antusias dan mengikuti kegiatan sampai akhir. Evaluasi dilakukan dengan menanyakan kesediaan peserta untuk melakukan SADARI secara rutin. 5 peserta menyatakan bahwa mereka akan rutin melakukan SADARI untuk mendeteksi lebih dini tanda dan gejala kanker payudara.

Kata kunci: kanker payudara; self awareness; sadari

### ***INCREASING SELF AWARENESS OF WOMEN OF CHILDBEARING AGE IN CARRYING OUT BREAST SELF EXAMINATION IN SEI MENCIRIM VILLAGE***

### ABSTRACT

*At 16.6% of all cancers and a 9.6% death rate, breast cancer is the most common kind in Indonesia. Breast cancer rates have not decreased despite the government's BSE (Breast Self-Examination) initiative. It is necessary to support this government program by encouraging BSE education for women who are of reproductive age. The ongoing and regular evaluation of education is crucial for the early identification of breast cancer symptoms and indicators. The purpose of this practice is to raise women who are of reproductive age's level of self-awareness so that they routinely perform BSE acts. 29 reproductive women from Hamlet 7 in Sei Village who brought their infants to Posyandu were among the attendees. The action phases of licensing, setting up equipment and facilities, carrying out instruction, and assessing the outcomes of that instruction ensure that education proceeds smoothly. The participants engaged in the activity all the way through with great enthusiasm. Finding out if people are willing to perform BSE on a regular basis is how evaluation is done. Five participants said they would regularly perform BSE to look for early indicators of breast cancer.*

*Keywords:* breast cancer; BSE; self-awareness

## PENDAHULUAN

Kanker payudara menjadi penyumbang kematian tertinggi pada wanita di negara-negara maju dan berkembang dengan prevalensi 56,5/100.000 perempuan di dunia (Parkin et al., 1999). Kanker payudara memiliki prevalensi bervariasi, Eropa Barat 177,5 persen, Asia Timur 38,7 persen, Afrika Timur 26,4 persen, dan Jepang 92,3 persen (per 100.000 perempuan). Insiden kanker payudara di Kamerun terus meningkat yang menyebabkan kematian tertinggi (Sama et al., 2017). Ada peningkatan kejadian kanker payudara selama dekade terakhir. Kanker payudara dini yang ditemukan di negara-negara berkembang hanya 30 persen dibandingkan dengan 60-70 persen di negara-negara maju (Subramanian et al., 2018). Hal ini menunjukkan bahwa kesadaran diri WUS di negara maju tentang tanda gejala awal kanker payudara lebih baik daripada kesadaran diri WUS di negara berkembang (termasuk Indonesia). WHO (2019) mengungkapkan data Global Cancer Observatory menunjukkan bahwa Indonesia memiliki angka kejadian kanker payudara yang paling tinggi yakni 16,7% (58.256 kasus dari 348.809 kasus kanker). Kementerian Kesehatan RI (2019) mendukung data tersebut dengan menyatakan bahwa Indonesia menyumbang kanker payudara sebesar 42,1/100.000 penduduk, sehingga mencapai angka rata-rata kematian akibat kanker sebesar 17/100.000 penduduk.

Statistik kanker global baru-baru ini menunjukkan meningkatnya kejadian global kanker payudara dan peningkatan ini terjadi pada tingkat yang lebih cepat di negara-negara berkembang. Melatih wanita bagaimana melakukan pemeriksaan payudara sendiri (BSE) dapat membantu mereka untuk waspada terhadap segala kelainan pada payudara mereka untuk segera mencari konsultasi medis. Perilaku kesehatan dapat dipengaruhi oleh tingkat kesadaran tentang kanker payudara (Hassan et al., 2017). Pemahaman tentang pengetahuan dan praktik kanker payudara dan pemeriksaan payudara sendiri (BSE) di antara para guru adalah langkah pertama yang penting yang akan memandu perancangan intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran di seluruh populasi umum. Kanker payudara menyebabkan kematian kedua tertinggi di dunia. WHO mengemukakan bahwa 43 persen kanker dapat dicegah. Namun penerapan gaya hidup dan pola makan yang sehat dapat menghindarkan terkena kanker payudara. Deteksi dini pada payudara merupakan salah satu upaya menemukan tanda dan gejala kanker payudara sejak awal, sehingga memungkinkan dilakukan pengobatan yang maksimal. Namun demikian, pengetahuan tentang deteksi dini kanker payudara masih belum merata, WUS mengungkapkan bahwa saat ditemukan ada benjolan yang kecil di payudara bukanlah suatu masalah besar sehingga mereka sering mengabaikan kelainan pada payudaranya. Pembiaran atas tanda dan gejala kanker payudara membuat 70 persen penderita kanker payudara ditemukan dalam stadium lanjut (Fathoni et al., 2022). Faktor keterlambatan lainnya yang berasal dari penderita adalah ketakutan akan operasi, kemoterapi dan radiasi. Tidak sedikit masyarakat yang mempercayai pengobatan tradisional, dukun, ataupun paranormal. Masyarakat lebih memercayai mitos bahwa kanker payudara tidak dapat disembuhkan, mereka tidak menyadari kelainan dalam tubuhnya dan adanya masalah sosial dan ekonomi (Hutajulu et al., 2022).

Siswa perempuan sekolah menengah tidak memiliki pengetahuan yang cukup tentang pemeriksaan payudara sendiri dan sebagian kecil siswa melaporkan bahwa mereka telah melakukan pemeriksaan payudara sendiri setiap bulan (Novitarum, Sigalingging, & Panjaitan, 2023). Alasan paling umum untuk tidak melakukan pemeriksaan payudara sendiri adalah 98,5 persen tidak tahu bagaimana melakukan pemeriksaan payudara sendiri. Sebagian besar siswa memiliki sedikit pengetahuan tentang faktor risiko kanker payudara (Karayurt et al., 2008). Teknik SADARI pada dasarnya sangat membantu untuk meudahkan WUS untuk menemukan

kelainan pada payudara secara dini, sehingga mengarahkan WUS segera mendatangi fasilitas kesehatan bila menemukan benjolan pada payudaranya. Namun demikian, penerapan SADARI yang efektif tergantung pada ketelitian, kepekaan, dan tingkat intelegensi wanita. Hal ini sangat berhubungan dengan pemahaman dan kesadaran WUS tentang faktor risiko dan bahaya kanker payudara (Novitarum, et al., 2023). WUS yang tidak memiliki kesadaran diri yang baik untuk melakukan SADARI akan membuat seorang WUS tidak akan melakukan SADARI. Sampai saat ini jumlah kanker payudara di Indonesia belum mengalami penurunan, dan masih banyak kasus kanker payudara yang ditemukan dengan stadium lanjut. Hal ini menunjukkan kesadaran diri WUS untuk melakukan deteksi dini kanker payudara masih belum membudaya di Indonesia. Tujuan yang ingin dicapai dalam kegiatan ini adalah meningkatkan kesadaran diri WUS untuk melakukan tindakan SADARI secara rutin.

## METODE

Pengabdian masyarakat di Dusun 7 Desa Sei Mencirim ini dihadiri oleh 29 peserta yang diselenggarakan bersamaan dengan kegiatan Posyandu. Tim abdimas mempersiapkan peralatan berupa pengurusan ijin kegiatan, kartu SADARI, spanduk, media edukasi, dan phantom untuk SADARI dalam tahap pertama. Tahap kedua berupa pemberian materi edukasi berupa simulasi praktik Sadari pada phantom dan penjelasan pengisian kartu Sadari. Tahap ketiga adalah evaluasi melalui wawancara kepada 5 peserta untuk memastikan kesediaan peserta melakukan SADARI.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.  
Karakteristik Wanita Usia Subur (WUS)

Karakteristik partisipan	f	%
Pekerjaan		
IRT	25	86.4
Karyawan	1	3.4
Penjahit	1	3.4
Perawat	1	3.4
Pelajar	1	3.4
Riwayat keluarga kanker		
Tidak ada	25	86.4
Kerabat Tingkat Pertama	4	13.6
Riwayat KB		
Tidak	17	58.8
Suntik	10	34.4
Pil	1	3.4
Implan	1	3.4
SADARI		
Iya	1	3.4
Tidak	28	96.6
Menopause		
Sudah	3	10.3
Belum	26	89.7

Tim Abdimas memberikan edukasi kepada WUS di Dusun 7 Desa Sei Mencirim. Kegiatan edukasi dilaksanakan bertepatan dengan jadwal Posyandu. Mengawali proses kegiatan edukasi oleh Tim Abdimas, dilakukan pendekatan kepada pihak Puskesmas. Proses pendekatan ini tidak mengalami kesulitan yang bermakna karena sudah terjalin kerjasama antara STIKes Santa Elisabeth Medan dengan Puskesmas Sei Mencirim. Pihak Puskesmas sangat mendukung kegiatan

edukasi oleh Tim Abdimas karena mendukung program PTM dan bersedia membantu mempermudah proses penyediaan tempat kegiatan. Pelaksanaan edukasi dilaksanakan dengan susunan acara, yaitu penjelasan tujuan edukasi dilakukan, pemaparan konsep kanker payudara, edukasi SADARI, penjelasan pengisian kartu SADARI dan diskusi. Materi edukasi yang disampaikan oleh Tim Abdimas adalah menjelaskan secara singkat pengertian kanker payudara, faktor risiko, terapi pengobatan, cara pemeriksaan Sadari, dan cara mengisi Kartu SADARI. Kegiatan edukasi diikuti oleh 29 WUS dengan rentang usia 15-62 tahun. Karakteristik demografi secara rinci dicantumkan dalam tabel 1.



Peserta antusias dengan edukasi yang diberikan oleh tim abdimas dan memberikan beberapa pertanyaan untuk didiskusikan. Tim abdimas memberikan penekanan kepada beberapa materi untuk memperjelas pemahaman wanita berisiko kanker payudara. dari beberapa pertanyaan yang diajukan menunjukkan wanita berisiko kurang memahami tentang waktu yang tepat dilakukan Sadari, faktor risiko, fasilitas pelayanan kesehatan, dukungan dari keluarga, dan mitos yang dipercaya masyarakat.

Tim abdimas menjelaskan kembali dan memberikan penekanan bahwa bagi wanita yang masih subur dilakukan Sadari hari ke 7-10 haid setiap bulan sedangkan bagi yang sudah menopause sebaiknya diambil salah satu angka tanggal dalam satu bulan, dan di angka tersebut secara rutin dilakukan Sadari setiap bulan (Novitarum et al., 2023). Faktor risiko yang banyak dialami oleh para penderita adalah tidak menyusui dan memiliki riwayat keluarga dengan kanker. Tim abdimas memberikan saran sebaiknya keluarga dapat memberikan perhatian dan dukungan yang lebih baik untuk penderita kanker payudara. Tim abdimas juga menjelaskan bahwa di Kabupaten Deli Serdang sudah menyediakan fasilitas pengobatan BPJS. Khusus untuk pengobatan cancer yang lengkap mulai pembedahan, radiasi dan kemoterapi. Fasilitas kesehatan yang lengkap tersebut disediakan di Kota Medan sehingga apabila terdapat kasus kanker payudara maka akan dirujuk ke RSUP Haji Adam Malik Medan, Murni Teguh dan Vina Estetika. Tim Abdimas menekankan bahwa ibu-ibu diharapkan jangan takut dan cemas apabila ada gejala benjolan tidak normal di payudara segera memeriksakan diri ke petugas Puskesmas, apabila ditemukan kelainan maka petugas akan segera memberikan surat rujukan ke fasilitas kesehatan tingkat lanjut.

Tim abdimas menjelaskan bahwa ada beberapa mitos yang perlu disingkirkan dalam kehidupan keseharian mereka. Menganggap bahwa kanker merupakan jenis tumor juga akan tetapi cepat menyebar dan sering dikatakan tumor ganas adalah pandangan yang salah. Sebenarnya pengobatan tumor jinak dapat dilakukan dengan pembedahan, karena besarnya benjolan masih kecil maka sel tumor dapat diangkat semua dan tidak memerlukan radioterapi ataupun kemoterapi. Tumor jinak yang dibiarkan saja akan memicu terjadinya keganasan, tumor ganas memerlukan tindakan pembedahan, radiasi dan kemoterapi. Melihat fenomena tersebut, sangat disarankan apabila wanita berisiko menemukan benjolan pada payudara sebagai indikasi adanya

tumor jinak atau kelenjar supaya segera dilakukan tindakan medis untuk meminimalkan terjadinya keganasan dan metastase.

Setelah kegiatan edukasi berlangsung, tim abdimas menjelaskan bahwa peserta dianjurkan melakukan perubahan perilaku dan mengisi kartu Sadari sebagai bukti bahwa telah melakukan pemeriksaan Sadari tiap bulannya. Setiap bulan, tim abdimas melakukan evaluasi dan mengecek perilaku WUS. Tim abdimas melakukan kerjasama dengan kader kesehatan tiap kelurahan sehingga proses pendampingan dapat terlaksana dengan baik. Selama tiga bulan tim abdimas mendampingi wanita berisiko kanker payudara untuk aktif melakukan deteksi dini pencegahan kanker payudara. Kesadaran diri yang baik dan pengambilan keputusan untuk menerapkan perilaku hidup sehat pada wanita berisiko kanker payudara tergantung dari komunikasi dan cara tim abdimas dalam memberikan materi. Bentuk komunikasi antara tim abdimas dengan WUS merupakan interaksi tatap muka yang interaktif dan proses penyampaian pesan secara langsung sehingga penerima pesan dapat menerima dan menanggapi secara langsung. Komunikasi yang dibangun antara tim Abdimas dan WUS bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan WUS kepada Tim Abdimas sehingga WUS dapat terpengaruh untuk menerapkan pola perilaku hidup sehat untuk mencegah kanker payudara.

WUS sebagai penerima pesan langsung menerima dan menanggapi secara langsung isi pesan yang dimaksud dengan memberikan umpan balik berupa pertanyaan dan contoh-contoh kasus kanker payudara yang terjadi di masyarakat. Komunikasi interpersonal yang dibangun tersebut berdasarkan pada pemenuhan kebutuhan manusia sebagai mahluk sosial. Perasaan yang saling tergantung dan keinginan penyintas supaya orang lain jangan terkena kanker payudara seperti yang dialaminya. Melalui komunikasi interpersonal, masing-masing anggota masyarakat membangun hubungan sosial dengan sesamanya. Hubungan sosial ini dapat terjalin dengan baik karena ada motif-motif dan tujuan yang melatarbelakangi sehingga menjadi suatu upaya untuk perubahan perilaku pada wanita berisiko kanker payudara. Proses perubahan perilaku yang diharapkan terjadi pada wanita berisiko adalah untuk melakukan tindakan menghindari faktor risiko kanker payudara dan menumbuhkan kesadaran diri untuk melakukan deteksi dini kanker payudara. Proses ini membutuhkan waktu yang lama dan harus direncanakan. Proses pelaksanaan edukasi oleh tim abdimas menggunakan pendekatan interpersonal kepada wanita berisiko kanker payudara mengacu pada teori komunikasi interpersonal. Komunikasi yang terjalin tidak terlepas pada status sosial masyarakat yang heterofili, sehingga antara tim abdimas dan wanita berisiko perlu saling menumbuhkan perasaan empati dan hubungan saling percaya. Menumbuhkan empati pada tim abdimas lebih mudah karena sebagai komunikator atau pemberi pesan. Proses menumbuhkan empati pada wanita berisiko tidaklah mudah sehingga memerlukan edukasi komprehensif dan membutuhkan waktu yang lama.

## SIMPULAN

Edukasi yang dilakukan oleh tim Abdimas membawa perubahan positif terhadap pemahaman dan perilaku WUS. Pemahaman WUS tentang kanker payudara akan meningkatkan kesadaran diri untuk menghindari faktor risiko kanker payudara. Kesadaran inilah yang dapat mendorong WUS untuk melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). Dengan dilakukannya SADARI maka deteksi dini kanker payudara oleh seorang wanita memberikan dampak menurunkan angka kejadian kanker payudara. Namun, kesadaran diri WUS ini perlu tetap dipertahankan, dimotivasi dan didukung oleh keluarga, petugas kesehatan, kader Posyandu, keluarga dan masyarakat. Sehingga perlu dilakukan monitoring dan evaluasi ketercapaian pelaksanaan SADARI Secara

rutin minimal 3 bulan sekali.

## DAFTAR PUSTAKA

- Fathoni, M. I. A., Gunardi, Adi-Kusumo, F., Hutajulu, S. H., & Purwanto, I. (2022). Characteristics of breast cancer patients at dr. Sardjito Hospital for early anticipation of neutropenia: Cross-sectional study. *Annals of Medicine and Surgery*, 73(October 2021), 103189. <https://doi.org/10.1016/j.amsu.2021.103189>
- Hassan, E. E., Seedhom, A. E., & Mahfouz, E. M. (2017). Awareness about breast cancer and its screening among rural Egyptian women, Minia District: A population-based study. *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention*, 18(6), 1623–1628. <https://doi.org/10.22034/APJCP.2017.18.6.1623>
- Hutajulu, S. H., Prabandari, Y. S., Bintoro, B. S., Wiranata, J. A., Widiastuti, M., Suryani, N. D., Saptari, R. G., Taroeno-Hariadi, K. W., Kurnianda, J., Purwanto, I., Hardianti, M. S., & Allsop, M. J. (2022). Delays in the presentation and diagnosis of women with breast cancer in Yogyakarta, Indonesia: A retrospective observational study. *PLoS ONE*, 17(1 January), 1–19. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0262468>
- Karayurt, Ö., Özmen, D., & Çetinkaya, A. Ç. (2008). Awareness of breast cancer risk factors and practice of breast self examination among high school students in Turkey. *BMC Public Health*, 8, 1–8. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-8-359>
- Novitarum, L., Sigalingging, V., & Panjaitan, B. (2023). Self Awareness Students Of SMPN 4 Sei Rampah About Early Detection Of Breast Cancer In 2020. *Jurnal eduhealth*, 14(01), 287-290.
- Novitarum, L., Siregar, M. F. G., Siregar, F. A., & Lubis, N. L. (2023). Bebas kanker Payudara: Kenali dan Hindari Sejak Dini.
- Novitarum, L., Tampubolon, L. F., Barus, M. B., Sinabariba, M., Arisandi, E., Sembiring, F. B., & Tumanggor, L. S. (2023). Self-Awareness of Women of Reproductive Age in The Early Detection of Breast Cancer: Systematic Reviews. *HIV Nursing*, 23(2), 670-678.
- Parkin, D. M., Pisani, P., & Ferlay, J. (1999). Global cancer statistics. *CA: A Cancer Journal for Clinicians*. <https://doi.org/10.3322/canjclin.49.1.33>
- Sama, C. B., Dzekem, B., Kehbila, J., Ekabe, C. J., Vofo, B., Abua, N. L., Dingana, T. N., & Angwafo, F. (2017). Awareness of breast cancer and breast self-examination among female undergraduate students in a higher teachers training college in Cameroon. *Pan African Medical Journal*, 28, 1–9. <https://doi.org/10.11604/pamj.2017.28.91.10986>
- Subramanian, L., Salini, V. U., Anandan, H., & Insuvai, U. (2018). Breast Cancer Awareness in South India. *International Journal of Scientific Study*, 39(5), 39. <https://doi.org/10.17354/ijss/2018/220>
- WHO. (2019). Kasus Kanker Payudara Paling Banyak Terjadi di Indonesia. Databoks.