



## **PEMERIKSAAN PAYUDARA SENDIRI PADA SANTRIWATI PONDOK PESANTREN IMAM ASY-SYAFI'I**

**Nuristy Brilliant Ainindyahsari Winarna\*, Renita Rizkya Danti**

Prodi Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan, STIKes Banyuwangi, Jl Letkol Istiqlah no 109

Banyuwangi 68422, Indonesia

\*[nuristybrilliant02@gmail.com](mailto:nuristybrilliant02@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Remaja putri seringkali mengalami berbagai permasalahan sepanjang siklus kehidupan, khususnya di lingkungan pesantren. Penelusuran kesehatan merupakan cara yang paling efektif untuk mengetahui masalah kesehatan yang sebenarnya dihadapi mahasiswi. Salah satunya adalah masalah wanita dengan kanker payudara. Penyebab kanker payudara yang sering terjadi adalah ketidaktahuan wanita dalam mendeteksi dini kanker payudara. Mendeteksi sejak dini dengan melakukan pemeriksaan SADARI dapat mengidentifikasi benjolan abnormal pada payudara sebagai gejala awal untuk mengetahui perkembangan apakah bisa menjadi kanker atau tidak. Metode yang digunakan dengan memberikan penyuluhan dan dilanjutkan dengan konsultasi kesehatan pada Santriwati Pondok Pesantren Imam Asy-Syafi'i yang berjumlah 130 santriwati pada bulan Juli 2022. Pelaksanaan ini dimulai dengan pembukaan oleh ketua stikes dan pimpinan pondok pesantren. Selanjutnya peserta diarahkan ke kelas kelas edukasi kesehatan untuk diberikan bimbingan dan konseling terkait ilmu kesehatan reproduksi khususnya pada kelompok ini tentang pemeriksaan payudara sendiri dalam pencegahan ca mammae. Pelaksanaannya diawali dengan diberikan edukasi selanjutnya sesi diskusi dan konseling. Timbal balik sesi tersebut peserta memahami materi yang telah dijelaskan dan mampu menganalisis terhadap dirinya supaya lebih menjaga kesehatan reproduksi kedepannya, bersedia melakukan pemeriksaan rutin sadari dan bersedia memeriksa dirinya ke tenaga kesehatan. Hasil kegiatan menunjukkan 70% santri dapat melakukan pemeriksaan kesadaran dan melakukan konsultasi kesehatan dengan fasilitator.

Kata kunci: remaja putri; kanker payudara; sadari

### ***BREAST SELF EXAMINATION IN STUDENTS OF ASY-SYAFI'I ISLAMIC BOARDING SCHOOL***

#### **ABSTRACT**

*Young women often experience various problems throughout the life cycle, especially in the islamic boarding school environment. Health tracing is the most effective way to find out the health problems that college students actually face. One of them is the problem of women with breast cancer. A frequent cause of breast cancer is women's ignorance in early detection of breast cancer. Detecting early by conducting a SADARI examination can identify abnormal lumps in the breast as an early symptom to find out the development of whether it can become cancerous or not. The method used by providing counseling and continued with health consultations at the Santriwati of Imam-Asy-Syafi'i Islamic Boarding School which totals 13 santriwati in July 2022. This implementation began with an opening by the chairman of stikes and the leadership of the islamic boarding school. Furthermore, participants were directed to a health education class class to be given guidance and counseling related to reproductive health science, especially in this group about breast self examination in the*

*prevention of ca mammae. The implementation begins with the provision of education and then discussion and counseling sessions. In the session, participants understood the material that had been explained and were able to analyze themselves in order to better maintain reproductive health in the future, were willing to carry out routine examinations and were willing to check themselves with health workers.*

*Keywords: breast cancer; sadari; teenager girl*

## **PENDAHULUAN**

Masalah kesehatan yang ada di masyarakat khususnya di pondok pesantren sangat banyak dan beragam macamnya. Penelusuran kesehatan merupakan cara paling efektif untuk mengetahui secara nyata masalah kesehatan yang sebenarnya dihadapi oleh para santriwati. Sebagian orang ada yang menyadari dan juga ada yang tidak menyadari bahwa ada masalah kesehatan yang sedang dialami khususnya pada usia remaja. Masa remaja terjadi berbagai perubahan baik secara fisik, sosial maupun spiritual yang pada awalnya sulit diterima tapi seiring bertambahnya waktu dan usia serta pemahaman yang dimiliki, remaja mulai bisa menerima perubahan tersebut. Penerimaan remaja terhadap hal-hal yang tabu mulai terbuka karena merupakan pengetahuan baru bagi mereka tapi penerimaannya cenderung tertutup dan malu-malu. Banyak perubahan-perubahan yang terjadi pada remaja terutama organ seksual yang mulai mengalami kematangan pada awal usia remaja. Khusus pada remaja wanita terjadi perubahan pada payudara merupakan hal yang wajar terjadi pada remaja. Penyakit yang masih menjadi hal yang menakutkan bagi seorang wanita adalah adanya kanker pada payudara wanita. Penyebab yang sering terjadi pada kanker payudara adalah ketidaktahuan seorang wanita dalam mendeteksi awal timbulnya kanker payudara.

Deteksi dini kanker payudara terdiri dari pemeriksaan kanker payudara sendiri, pemeriksaan klinis payudara dan mammografi. Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) sebaiknya dilakukan secara berkala, yaitu satu bulan sekali. Ada baiknya, semua perempuan yang melakukannya. Ini bertujuan agar dapat mengantisipasi secara cepat jika ditemukan benjolan pada payudara SADARI dilakukan pada hari ke 7-10 setelah menstruasi karena pada saat itu payudara terasa lunak. Tujuan SADARI secara rutin adalah untuk merasakan dan mengenal lekuk-lekuk payudara, sehingga jika terjadi perubahan dapat diketahui segera. Metode SADARI ini sangat sederhana, namun diharapkan mampu menekan tingginya angka kanker payudara. Dalam kaitannya dengan SADARI pada lingkungan pondok pesantren ini harapannya dapat dilaksanakan secara kontinue dan didukung lebih dari berbagai pihak seperti tenaga kesehatan. Hal ini dapat sebagai contoh menjadi santri-santriwati sadar kesehatan. Pengabdian masyarakat ini pastinya tidak luput dari peran tokoh masyarakat atau stakeholder yang telah memberikan izin pelaksanaan yang bertujuan meningkatkan deteksi dini kanker serviks dengan melakukan pemeriksaan payudara sendiri

## **METODE**

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah memberikan edukasi sekaligus praktik dalam pemeriksaan sadari oleh tim, penyampaian materi melalui ceramah, diskusi terbuka dan tanya jawab bersama para santriwati yang telah hadir di Gedung Auditorium GBK STIKES Banyuwangi. Peserta yang mengikuti kegiatan ini sejumlah 130

peserta yang terdiri dari santriwati usia remaja. Kegiatan PkM ini dilaksanakan pada hari Senin 18 Juli 2022. Tahap-tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat sebagai berikut: 1) Perizinan tim PkM ke pondok pesantren Asy-Syafi'i serta menyampaikan tujuan pelaksanaan PkM; 2) Melakukan koordinasi terkait peserta yang akan dilibatkan dalam kegiatan serta persiapan tim PkM; 3) Penjadwalan kegiatan dan dilanjutkan dengan pemberian materi ke santri tentang "edukasi sadari"; 4) pelaksanaan konsultasi kesehatan dari santriwati oleh tim. Adapun dalam tahap pelaksanaan dimulai, dilaksanakan pembukaan kegiatan terlebih dahulu oleh Pimpinan Ponpes Asy-Syafi'i dan Pimpinan dari STIKES Banyuwangi, setelah itu pelaksanaan edukasi dimulai dengan pemberian materi, leaflet, praktik, dan konsultasi kesehatan reproduksi

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian ini dilakukan selama dua kali dimulai dari proses perizinan sampai dengan tahap pelaksanaan bulan Juli 2022. Berdasarkan hasil diskusi bersama mitra, terdapat prioritas masalah yang menjadi inti dalam kegiatan pengabdian masyarakat, yaitu :

1. Kurangnya pemahaman dan kesadaran santriwati terkait deteksi dini kanker payudara dengan melakukan pemeriksaan sadari
2. Belum ada edukasi khusus tentang bagaimana cara melakukan pemeriksaan payudara pada diri sendiri

Berdasarkan prioritas masalah tersebut maka disepakati untuk dilakukan pemberian edukasi tentang pemeriksaan sadari pada usia remaja serta pelaksanaan konsultasi kesehatan santriwati oleh tim. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran mereka terhadap kesehatan diri juga dapat mendeteksi secara dini adanya benjolan abnormal pada payudara yang dapat berdampak pada gejala awal kanker payudara



Tahapan pertama pada kegiatan ini adalah sosialisasi dengan melakukan persiapan dan pengenalan terlebih dahulu, menjelaskan alur dari kegiatan pengabdian masyarakat. Kegiatan ini dipilih mengingat pentingnya menjaga kesehatan tubuh supaya dapat meningkatkan kualitas hidup seseorang. Menjaga kualitas hidup dengan meningkatkan status kesehatan diri sangat penting, supaya seseorang dapat melakukan aktivitas fisik sehari-hari dengan lancar dan menghindari adanya peningkatan risiko kesehatan yang dapat terjadi seiring bertambahnya usia. Pada sosialisasi ini pengabdian memberikan penjelasan terkait alur pelaksanaan kegiatan. Kegiatan dimulai dengan pendataan atau registrasi, lalu dilakukan pemberian edukasi pemeriksaan sadari terhadap santriwati pondok pesantren. Materi yang

disajikan dalam kegiatan pengabdian ini yaitu pemeriksaan sadari. Metode penyampaian materi ini melalui leaflet dan diskusi terbuka. Pada saat sesi diskusi, terdapat beberapa pertanyaan kritis dari peserta sebagai salah satu respon yang menunjukkan respon positif santri terhadap materi yang disajikan. Pertanyaan yang diajukan gejala yang terjadi jika ada kelainan pada payudara, waktu pelaksanaan pemeriksaan sadari, langkah pemeriksaan sadari dan masih banyak pertanyaan yang lain.

Kegiatan pengabdian ini selain bermanfaat untuk santriwati dalam mengetahui tentang pentingnya pemeriksaan sadari, dan manfaat lainnya santri dapat mengetahui bahwa pemeriksaan ini dapat dilakukan secara rutin. Evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di akhir kegiatan dengan memberikan pertanyaan atau konsultasi kesehatan kepada peserta. Hasil yang didapatkan adalah pertanyaan yang diajukan oleh tim dapat dijawab dengan baik oleh peserta. Hal ini menunjukkan bahwa sudah ada keinginan santri untuk belajar memahami dan menggali lebih banyak informasi tentang pentingnya pemeriksaan sadari dan pentingnya meningkatkan kualitas kesehatan fisik, psikis, dan lingkungan

## **SIMPULAN**

Hasil dari kegiatan ini yakni santriwati sangat puas dan sadar akan pentingnya menjaga Kesehatan, memeriksakan Kesehatan secara rutin supaya tidak menurunkan kualitas hidup mereka. Luaran kegiatan ini nantinya kan disusun dan diterbitkannya artikel jurnal pengabdian masyarakat

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Adimuntja, N. P., Nurdin, M. A., & Ahmad, Z. F. (2022). Determinan Perilaku Sadari Sebagai Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Mahasiswi Fkm Uncen. *Jambura Journal Of Health Sciences and Research*, 4(2), 574–586. <http://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jjhsr/index%0Ahttps://scholar.archive.org/work/yfcqhyg5xbawddhlui7jq2k6u/access/wayback/https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jjhsr/article/download/13998/pdf>
- Afifah Azhari, N., Winarni, S., Nugroho, D., Peminatan Biostatistika dan Kependudukan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro, M., & Biostatistika dan Kependudukan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro, B. (2021). Hubungan Persepsi Keganasan Kanker Payudara Dengan Praktik Sadari (Periksa Payudara Sendiri) Pada Mahasiswi Fakultas Kesehatan Masyarakat Undip Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 9(1), 1–5. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/view/28630>
- 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. <https://doi.org/10.32832/abdidos.v5i1.825>

- Akram, M., Iqbal, M., Daniyal, M., & Khan, A. U. (2017). Awareness and current knowledge of breast cancer. *Biological Research*, 50(1), 1–23. <https://doi.org/10.1186/s40659-017-0140-9>
- 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. <http://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/JAM/article/view/1308>
- Chowdhury, S., & Chakraborty, P. pratim. (2017). Awareness of breast cancer screening and risk factors among Saudi females at family medicine department in security forces hospital, Riyadh. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 6(2), 169–170. <https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc>
- Jaya, F. T., Usman, & 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. *Journal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 1(9), 1689–1699. <http://www.umpar.ac.id/jurnal/index.php/makes/article/view/286>
- Marthasari, N. K. P., Ariana, P. A., Pratama, A. A., Aryawan, K. Y., & Heri, M. (2022). SADARI: Upaya Mencegah Kanker Payudara Pada Usia Remaja. *Jurnal Abdi Masyarakat*, 2(2), 79–83. <https://doi.org/10.22334/jam.v2i2.26>
- Masita, S. (2019a). Deteksi Perilaku Remaja Putri Melakukan SADARI dalam Upaya Deteksi Dini Kanker Payudara. *Jurnal Photon*, 10(1), 42–48.
- Masita, S. (2019b). Determinan Perilaku Remaja Putri Melakukan SADARI dalam Upaya Deteksi Dini Kanker Payudara. *Photon: Jurnal Sain Dan Kesehatan*, 10(1), 75–79. <https://doi.org/10.37859/jp.v10i1.1384>
- Maulidia, H. R., Prabamurti, P. N., & Indraswari, R. (2022). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Praktik Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) dalam Upaya Deteksi Dini Kanker Payudara pada Santriwati Pondok Pesantren di Kecamatan Mijen Kota Semarang Tahun 2021. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 21(3), 162–168. <https://doi.org/10.14710/mkmi.21.3.162-168>
- Mehak Javaid, & Swaminathan J. (2020). Knowledge and Practice of Breast Cancer Screening and Awareness of Its Risk Factors Among Reproductive Women of Jammu and Kashmir. *International Healthcare Research Journal*, 4(9), OR5–OR11. <https://doi.org/10.26440/ihrj/0409.12372>
- Noer, R. M., Herawaty, N., & Suryadartiwi, W. (2021). Edukasi Sadari (Pemeriksaan Payudara Sendiri) Sebagai Deteksi Dini Pencegahan Kanker Payudara Pada Remaja Putri. *Jurnal Masyarakat Mandiri*, 5(2), 642–650. [https://scholar.google.co.id/scholar?hl=en&as\\_sdt=0%2C5&q=Rasjidi%2C+I.+%282009%29.+Deteksi+dini+pencegahan+kanker+pada+wanita.+Edisi+I.+Jakarta%3A+Sagung+Seto.&btnG=](https://scholar.google.co.id/scholar?hl=en&as_sdt=0%2C5&q=Rasjidi%2C+I.+%282009%29.+Deteksi+dini+pencegahan+kanker+pada+wanita.+Edisi+I.+Jakarta%3A+Sagung+Seto.&btnG=)

Yanti, N. L. G. P., Oktaviani, N. P. W., Faidah, N., Adiputra, I. M. S., & Muliawati, N. K. (2021). Edukasi “Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari)” Pada Remaja Sebagai Upaya Pencegahan Dini Kanker Payudara. JAI : Jurnal Abdimas ITEKES Bali, 1(2), 125–136