



## **EDUKASI PENTINGNYA SADARI (PEMERIKSAAN PAYUDARA SENDIRI) DAN SADANIS (PEMERIKSAAN PAYUDARA KLINIS) UNTUK DETEKSI DINI KANKER PAYUDARA**

**Ainul Maghfiroh <sup>a</sup>, Riani Pradara Jati <sup>b</sup>, Fitri Ayuningtyas <sup>c</sup>**

<sup>a</sup> Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat, STIKES Kendal, Jawa Tengah

<sup>b</sup> Program Studi S1 Keperawatan, STIKES Kendal, Jawa Tengah

<sup>c</sup> Program Studi Sarjana Farmasi, STIKES Kendal, Jawa Tengah

e-mail : ainulmaghfiroh@stikeskendal.ac.id

No Tlp/WA: 085641012090

### **ABSTRACT**

*Early detection of breast cancer is carried out by implementing independent breast self-examination and clinical breast examinations carried out by health workers. Currently, cancer prevention plays a key role in the fight against disease. Behavior modification, as well as greater awareness among women about breast cancer can significantly contribute to reducing the incidence of breast cancer. The causes of the high incidence of cancer in Indonesia are environmental conditions that continue to produce carcinogenic substances and an unhealthy lifestyle. Community service was carried out for young women in Class XII Vocational High School, participants in community service totaled 35 students with community service methods namely discussion, demonstration and question and answer; all service participants were able to properly practice breast self-examination. This community service is important to do to reduce the incidence of severity due to breast cancer.*

**Keywords:** *Early detection, breast self-examination, Clinical Breast Examination*

### **ABSTRAK**

*Deteksi dini Kanker payudara salah satunya yaitu dilakukan dengan penerapan SADARI (pemeriksaan payudara sendiri) yang dilakukan secara mandiri dan pemeriksaan payudara klinis yang dilakukan oleh tenaga kesehatan, Pencegahan kanker saat ini memainkan peran kunci dalam perang melawan penyakit. Modifikasi perilaku, serta kesadaran yang lebih besar di kalangan wanita tentang kanker payudara dapat berkontribusi secara signifikan dalam mengurangi kejadian kanker payudara. penyebab tingginya kejadian kanker di Indonesia adalah kondisi lingkungan yang terus menghasilkan zat penyebab kanker dan gaya hidup yang kurang sehat. Pengabdian masyarakat dilakukan kepada remaja putri di Sekolah Menengah Kejuruan Kelas XII, peserta dalam pengabdian masyarakat berjumlah 35 siswa dengan metode pengabdian masyarakat yaitu diskusi, demonstrasi dan tanya jawab, seluruh peserta pengabdian dapat mempraktekan pemeriksaan payudara sendiri dengan benar. pengabdian masyarakat ini penting dilakukan untuk mengurangi kejadian keparahan akibat kanker payudara.*

**Kata Kunci:** *Deteksi Dini, SADARI, SADANIS*

## **1. PENDAHULUAN**

SADARI adalah Pemeriksaan Payudara secara mandiri yang merupakan salah satu cara untuk mendeteksi/ skrining adanya benjolan payudara kanker payudara,

sedangkan SADANIS adalah pemeriksaan payudara klinis yang dilakukan oleh tenaga kesehatan. Kanker payudara menjadi kanker yang banyak menyebabkan kematian. Kanker payudara dapat di derita baik laki- laki maupun perempuan, penderita kanker payudara banyak yang melakukan pengobatan setelah mencapai stadium akhir, maka dari itu gejala kanker payudara harus dilakukan deteksi sedini mungkin dengan melakukan SADARI dan apabila dalam pemeriksaan SADARI terdapat benjolan/kelainan maka segera dilakukan SADANIS oleh tenaga kesehatan (Kemenkes, 2018).

Secara global pada tahun 2020 bahwa penyebab kematian terbanyak pada wanita adalah kanker payudara yaitu sebesar 2,3 juta terdiagnosis kanker dengan 685.000 kematian (WHO, 2023). Berdasarkan Riskesdes tahun 2013 prevalensi kanker payudara sebesar 50 per 100.000 penduduk, sedangkan provinsi dengan estimasi kasus kanker payudara terbanyak adalah provinsi Jawa Timur 21.313 kasus dan Jawa Tengah sebanyak 19.743 kasus.

Penyebab tingginya kasus kanker di Indonesia salah satunya adalah kondisi lingkungan yang terus menghasilkan zat berbahaya, seperti pencemaran air, tanah, dan udara, efek rokok, makanan siap saji dan sebagainya. Penyebab lain juga mempengaruhi seperti kebiasaan tidur terlalu malam, kurang aktivitas fisik dan makan makanan cepat saji (Anggorowati, 2013). Beberapa banyak bukti juga menunjukkan pengaruh gaya hidup dan faktor lingkungan terhadap perkembangan kanker, berbagai upaya dilakukan untuk tindakan pencegahan kanker salah satunya adalah pencegahan sekunder yaitu dengan pemeriksaan payudara sendiri yang dapat membantu deteksi dini kanker (WHO,2023).

Pencegahan kanker saat ini memainkan peran kunci dalam perang melawan penyakit. Modifikasi perilaku, serta kesadaran yang lebih besar di kalangan wanita tentang kanker payudara, dan dapat berkontribusi secara signifikan dalam mengurangi kejadian kanker payudara ( Kolak A, *et al*, 2013). Pelaksanaan pencegahan kanker payudara dengan deteksi dini dapat membuat setidaknya 60 % terdiagnosis pada stadium I dan II sehingga pengobatan atau terapi bisa dilakukan dengan segera (WHO,2023).

Kegiatan Pengabdian masyarakat dilakukan kepada remaja putri yang berusia 16-17 tahun di Sekolah Menengah Kejuruan, untuk meningkatkan pemahaman remaja terkait kanker payudara dan kesadaran untuk menerapkan atau melaksanakan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dan Pemeriksaan payudara Klinis (SADANIS) apabila ditemukan adanya kelainan payudara. Pencegahan kanker saat ini memainkan peran kunci dalam perang melawan penyakit. Modifikasi perilaku, serta kesadaran yang lebih besar di kalangan wanita tentang kanker payudara, dan dapat berkontribusi secara signifikan dalam mengurangi kejadian kanker payudara ( Kolak A, *et al*, 2013).

## 2. METODE

Kegiatan dilaksanakan pada hari Selasa, tanggal 11 April 2023 di SMK NU 02 Rowosari Kendal, Pukul 10.00- 11.30 WIB. Peserta dalam pengabdian masyarakat ini adalah remaja putri siswa kelas XII berjumlah 35 orang. Media pelaksanaan pengabdian masyarakat ini adalah leaflet, Powerpoint, LCD dan pemutaran audio tentang SADARI yang di unduh dari web <https://promkes.kemkes.go.id/audio--jingle-sadari-sadanis>. Metode pengabdian masyarakat adalah ceramah, tanya jawab, demonstrasi dan diskusi.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat diperoleh hasil sebagai berikut:

### a. Pra kegiatan

Tim pelaksana pengabdian masyarakat meminta surat ijin kepada Ketua STIKES Kendal melalui Ketua LPPM STIKES Kendal untuk melaksanakan pengabdian masyarakat. Tim pengabdian meminta ijin ke pihak sekolah dengan membawa surat ijin pengabdian masyarakat dan menentukan waktu pelaksanaan kegiatan sesuai kesepakatan kedua belah pihak.

### b. Kegiatan inti

- a) Pemateri/pelaksana pengabdian masyarakat mengucapkan salam dan memperkenalkan diri
- b) Pemateri/penyampaian maksud dan tujuan

\*Maghfiroh, A., et al/ Jurnal Abdimas Kesosi Vol 6 No 2 (2023) 36-43

- c) Pemateri membagikan leaflet tentang pentingnya pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dan pemeriksaan payudara klinis (SADANIS)
- d) Materi yang di berikan meliputi
  - (1) Definisi SADARI dan SADANIS
  - (2) Manfaat dilakukannya SADARI
  - (3) Faktor resiko kanker payudara
  - (4) Tujuan dilakukannya SADARI dan SADANIS
  - (5) Kapan waktu untuk melakukan SADARI
  - (6) Mengapa Wanita perlu melakukan SADARI
  - (7) Langkah-Langkah SADARI
  - (8) Bagaimana jika menemukan benjolan atau kelainan pada payudara?
  - (9) Lakukan CERDIK untuk mencegah Penyakit Tidak Menular (Cek Kesehatan Berkala, Enyahkan Asap rokok, Rajin Aktifitas fisik, Diet Seimbang, Istirahat cukup, Kelola Stress)
- e) Pemateri melakukan persamaan persepsi dengan peserta dengan menanyakan terlebih dahulu apakah sudah mengetahui tentang tema yang akan di sampaikan, hasil: Siswa belum pernah mendapatkan materi tentang SADARI sebelumnya.
- f) Pemateri menyampaikan materi -materi inti
- g) Pemateri memutar audio jingle SADARI SADANIS



*Gambar 1 Demonstrasi Langkah SADARI*

*Sumber : Dokumen Pribadi*

\* Maghfiroh, A., et al / Jurnal Abdimas Kesosi Vol 6 No 2 (2023) 36-43

- h) Pemateri mendemonstrasikan Langkah- Langkah pemeriksaan payudara sendiri di ikuti oleh siswa, Langkah diulangi sebanyak tiga kali



*Gambar 2 Demonstrasi Langkah SADARI*

*Sumber : Dokumen Pribadi*



*Gambar 3 Peserta mengikuti Gerakan SADARI*

*Sumber : Dokumen Pribadi*

Siswa diminta untuk berdiri dengan mengikuti Gerakan yang sudah di contohkan

- c. Kegiatan Evaluasi/ penutup
- Kegiatan evaluasi dengan mengulas kembali materi yang sudah disampaikan
  - Siswa mempraktikan langkah- langkah SADARI dengan maju ke depan kelas di ikuti siswa yang lain
  - Siswa dapat mempraktikan Langkah dengan benar

#### d) Penyampaian salam penutup

Pengabdian masyarakat mempunyai manfaat untuk meningkatkan pengetahuan dengan harapan akan meningkatkan perilaku tentang pentingnya SADARI, seperti hasil penelitian bahwa ada hubungan yang signifikan secara statistik antara pengetahuan dengan langkah-langkah penerapan SADARI dan praktek rutin (Al-shiekh *et al.*, 2021). Deteksi dini kanker stadium awal dapat mengurangi angka kematian akibat kanker payudara secara signifikan dalam jangka Panjang (Wang, 2017). Penyebab utama kematian akibat kanker di seluruh dunia, yang paling banyak adalah kanker payudara. Negara maju menyumbang setengah dari kasus kanker payudara dan 38 % dari kematian akibat kanker payudara (Peairs *et al.*, 2017). Setelah kegiatan pengabdian masyarakat ini siswa akan melakukan tahapan gerakan secara mandiri di rumah dan apabila menemukan kelainan pada payudara, siswa akan melakukan pemeriksaan payudara klinis di puskesmas terdekat/di Rumah Sakit.

#### 4. KESIMPULAN

Peserta pengabdian masyarakat dapat memahami pentingnya SADARI dan SADANIS untuk deteksi dini kanker payudara dan dapat melakukan langkah-langkah SADARI dengan benar.

#### 5. UCAPAN TERIMA KASIH

Tim Pengabdian masyarakat berterimakasih kepada pihak SMK NU 02 Rowosari yang telah memberikan kesempatan dan ijin untuk pelaksanaan pengabdian masyarakat dan kepada siswa yang bersedia mengikuti tahapan dari pelaksanaan pengabdian masyarakat.

#### 6. DAFTAR PUSTAKA

Al-shiekh, S. S. A., Ibrahim, M. A., & Alajerami, Y. S. (2021). *Breast Cancer Knowledge and Practice of Breast Self-Examination among Female University Students , Gaza. 2021.*

Kolak, A., Kamińska, M., Sygit, K., Budny, A., & Surdyka, D. (2017). *Primary and*

- secondary prevention of breast cancer*. 24(4), 549–553.  
<https://doi.org/10.26444/aaem/75943>
- Peairs, K. S., Choi, Y., Rosalyn, W., & Sateia, H. F. (2017). Author ' s Accepted Manuscript Screening for breast cancer. In *Seminars in Oncology*. Elsevier.  
<https://doi.org/10.1053/j.seminoncol.2017.02.004>
- Risiko, F., & Payudara, K. (2013). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 8(2), 121–126.
- Wang, L. (2017). *Early Diagnosis of Breast Cancer*. *Mi*.  
<https://doi.org/10.3390/s17071572>
- Kemendes. 2022. *Sadari untuk Deteksi Dini Kanker Payudara*.  
[https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/669/sadari-untuk-deteksi-dini-kanker-payudara](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/669/sadari-untuk-deteksi-dini-kanker-payudara) diakses pada 3 April 2023
- Kemendes RI.2013. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta. Kemendes. Balitbang RI
- Globocan. 2012. *Breast Cancer Estimated Incidence, Mortality, and Prevalence Worldwide in 2012*. [http://globocan.iarc.fr/Pages/fact\\_sheets\\_cancer.aspx](http://globocan.iarc.fr/Pages/fact_sheets_cancer.aspx)
- Kolak A, Kamińska M, Sygit K, Budny A, Surdyka D, Kukielka-Budny B, Burdan F. 2017. *Primary and secondary prevention of breast cancer*. *Ann Agric Environ Med*. Dec 23;24(4):549-553. doi: 10.26444/aaem/75943. Epub 2017 Jul 18. PMID: 29284222.
- Al-shiekh, S. S. A., Ibrahim, M. A., & Alajerami, Y. S. (2021). *Breast Cancer Knowledge and Practice of Breast Self-Examination among Female University Students , Gaza. 2021*.
- Kolak, A., Kamińska, M., Sygit, K., Budny, A., & Surdyka, D. (2017). *Primary and secondary prevention of breast cancer*. 24(4), 549–553.  
<https://doi.org/10.26444/aaem/75943>
- Peairs, K. S., Choi, Y., Rosalyn, W., & Sateia, H. F. (2017). Author ' s Accepted Manuscript Screening for breast cancer. In *Seminars in Oncology*. Elsevier.  
<https://doi.org/10.1053/j.seminoncol.2017.02.004>
- Risiko, F., & Payudara, K. (2013). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 8(2), 121–126.
- Wang, L. (2017). *Early Diagnosis of Breast Cancer*. *Mi*.  
<https://doi.org/10.3390/s17071572>

\*Maghfiroh, A., et al/ Jurnal Abdimas Kesosi Vol 6 No 2 (2023) 36-43

Wang L. Early Diagnosis of Breast Cancer. *Sensors (Basel)*. 2017 Jul 5;17(7):1572.

doi: 10.3390/s17071572. PMID: 28678153; PMCID: PMC5539491.

World Health Organisation. 2023. *Global Breast Cancer Initiative Implementation Framework Assessing, strengthening and scaling up services for the early detection and management of breast cancer.*

<https://www.who.int/publications/i/item/9789240065987>