

Pelatihan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) untuk Deteksi Dini Kanker Payudara di Gang Purnawirawan RT 2 Kelurahan Pelambuan Banjarmasin

Husnul Khatimatun Inayah^{1*}, Netty², Ari Widyarni³, Elsi Setiandari Lely Octaviana⁴

¹⁻⁴Fakultas Kesehatan Masyarakat Uniska MAB Banjarmasin

Jl. Adhyaksa No.2, Sungai Miai, Banjarmasin Utara, Banjarmasin, 70123, Kalimantan Selatan, Indonesia

*Email Korespondensi: husnulhlf@gmail.com

Abstract

Cancer is a major health problem in the world and in Indonesia, according to the Global Burden of Cancer (Globocan) released by WHO in the Data and Information Center of the Ministry of Health on 2020, the number of deaths from cancer until 2018 continues to increase from year to year. Breast cancer prevention Effort by SADARI. Data from the Banjarmasin City Health Office in 2020 there were 98 cases of breast cancer in 2020 and 31 deaths. The target of the education is the mothers of Gang Punawirawan, Pelambuan village, Banjarmasin with a population of 250 families where 90 women are adults and there is 1 case of death due to breast cancer and many mothers and cadres do not know SADARI. The purpose of this community service is for cadres and mothers to understand and be able to carry out SADARI to remind breast cancer prevention. Targets and outcomes of this service, there is an increase in understanding and skills about breast cancer and early detection of cancer by SADARI. The outputs are Scientific Publications in Journals with ISSN/Proceedings, Youtube publications, and teaching materials in the form of dictation. The method of implementing this activity is in the form of pretest, breast cancer counseling, BSE training and posttest. The final result of the implementation of this activity is an increase in knowledge, understanding and skills about breast cancer, this can be seen from the comparison between the average pretest and posttest scores. Conclusion The understanding of cadres and mothers in Gang Purnawirawan RT 2, Pelambuan village can be increased through providing training and counseling about breast cancer and how to prevent it through SADARI.

Keywords : breast cancer, early detection, sadari, training

Abstrak

Kanker merupakan masalah utama kesehatan di dunia dan Indonesia, menurut Global Burden of Cancer (Globocan) dirilis WHO dalam Pusat data Dan informasi Kementerian Kesehatan tahun 2020, jumlah kematian akibat kanker sampai tahun 2018 terus meningkat dari tahun ke tahun. Pencegahan kanker payudara dapat diupayakan dengan melaksanakan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). Data Dinas Kesehatan Kota Banjarmasin tahun 2020 terdapat 98 kasus kanker payudara tahun 2020 dan kematian sebanyak 31 kasus. Sasaran Edukasi adalah ibu – ibu Gang Punawirawan, kelurahan Pelambuan Banjarmasin dengan jumlah penduduk 250 KK dimana 90 orang wanita dewasa dan terjadi 1 kasus kematian karena kanker payudara dan banyak ibu – ibu dan kader yang belum mengetahui SADARI. Pengabdian Kepada masyarakat ini bertujuan agar kader dan ibu - ibu memahami dan dapat melaksanakan SADARI untuk mengingatkan pencegahan kanker payudara. Target dan luaran Pengabdian ini, terjadi peningkatan pemahaman dan keterampilan tentang kanker payudara dan deteksi dini kanker secara SADARI. Luaran berupa Publikasi Ilmiah di Jurnal Ber ISSN/ Prosiding, Publikasi Youtube, serta bahan ajar berupa diktat. Metode pelaksanaan kegiatan ini berupa pretest, penyuluhan kanker payudara, pelatihan SADARI dan posttest. Hasil akhir pelaksanaan kegiatan ini terjadi peningkatan pengetahuan, pemahaman dan keterampilan tentang kanker payudara, ini terlihat dari

perbandingan antara nilai rata-rata *pretest* dan *posttest*. Kesimpulan Pemahaman kader dan ibu-ibu di Gang Purnawirawan RT 2, kelurahan pelambuan dapat meningkat melalui pemberian pelatihan dan penyuluhan tentang Kanker payudara dan cara mencegahnya melalui SADARI.

Kata Kunci: deteksi dini, kanker payudara, pelatihan, sadari

PENDAHULUAN

Kanker merupakan penyakit dan masalah utama kesehatan di dunia dan Indonesia.^{3,11} Jumlah kematian akibat kanker sampai tahun 2018 sebesar 18,1 juta kasus, Kematian ini akan terus meningkat hingga 13,1 juta kasus ditahun 2030.¹⁰ Data Tahun 2013 sampai tahun 2018 menunjukkan peningkatan prevalensi kanker di Indonesia dari 1,4 % menjadi 1,49%.⁵ Data Rumah sakit Darmas tahun 2018, sebagai Rumah sakit Rujukan seluruh Indonesia untuk penyakit kanker, jenis kanker yang paling tinggi pada wanita adalah kanker payudara sebesar 18,19 %. Resiko meningkat sesuai bertambahnya usia dan bahkan usia muda tidak menjamin aman dari kanker payudara.⁷

Kanker Payudara adalah merupakan tumor ganas yang menyerang jaringan payudara. Jaringan payudara tersebut terdiri dari kelenjar susu, saluran kelear, jaringan lemak maupun jaringan ikat pada payudara. Secara normal jaringan tua akan mati digantikan oleh jaringan muda, pada kanker payudara gen yang bertanggung jawab terhadap pengaturan pertumbuhan sel termutasi, kondisi seperti inilah yg dinamakan kanker payudara.²

Dampak dari Kanker payudara pada wanita akan mengakibatkan meningkatnya angka kesakitan dan kematian pada wanita, sehingga sangat perlu dilakukan upaya untuk melakukan pencegahan pada tahap awal untuk menghindari dari dampak dari tahap lanjut kanker payudara.⁹ Salah satu upaya pencegahan kanker payudara dengan melaksanakan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI).^{8,6} Gejala kanker Payudara dapat di deteksi dengan melakukan SADARI. Pemeriksaan ini berguna untuk memastikan payudara seorang wanita masih normal, bila ada kelainan infeksi tumor, kanker dapat di deteksi lebih awal. Kanker payudara yang diobati pada stadium dini kemungkinan sembuh mendekati 95%.⁴

Data tahun 2020 terdapat 98 kasus kanker payudara tahun 2020 dan kematian sebanyak 31 kasus.¹ Gang Purnawirawan, kelurahan Pelambuan Banjarmasin dengan jumlah penduduk 250 KK dengan mata pencaharian beragam dari swasta sampai dengan PNS, dimana terdapat 93 orang wanita dewasa dan terjadi 1 kasus kematian tahun 2021 karena kanker payudara. Studi pendahuluan ini dengan mewawancarai 5 orang perempuan didapatkan 1 orang tahu pemeriksaan SADARI tapi tidak bisa melakukan nya, 4 orang tidak tahu tentang SADARI, belum ada yang memberikan penyuluhan dan Pelatihan tentang SADARI dan Merasa perlu untuk Melakukan Pengabdian kepada Masyarakat melalui Pelatihan keterampilan SADARI kepada Kader dan Ibu – ibu di Gang Purnawirawan RT. 2, Kelurahan Pelambuan Banjarmasin.

METODE

Pelaksanaan ini dilakukan dengan melakukan kegiatan penyuluhan sebagai upaya peningkatan pengetahuan dan review materi tentang kanker payudara. Kegiatan Pelatihan SADARI dilakukan untuk memberikan keterampilan pada kader dan ibu – ibu dalam deteksi dini kanker payudara, setelah dilakukan penyuluhan. Sasaran utama dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah kader dan ibu-ibu di Gang Purnawirawan kelurahan pelambuan Banjarmasin sebanyak 8 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Penyuluhan

Penyuluhan sebagai upaya peningkatan pengetahuan dan review materi tentang Kanker payudara pada kader dan ibu-ibu. Peningkatan pengetahuan dengan edukasi kesehatan mengenai pengertian kanker payudara, gejala dan akibat yang ditimbulkan serta cara pencegahannya diharapkan dapat mencegah terjadinya kanker payudara pada ibu-ibu dan kader. Kegiatan penyuluhan berupa ceramah dan diskusi berjalan lancar dengan suasana kondusif, kader dan ibu-ibu dengan lugasnya berdiskusi sekali kali disertai dengan candaan sehingga suasana benar-benar kondusif. Para peserta yang terdiri dari ibu-ibu yang tergolong dalam usia pra lansia dan lansia dengan batasan usia antara 40 hingga 60 tahun. Latar belakang pendidikan yang dimiliki oleh ibu-ibu tersebut adalah bervariasi, ada yang tamat sekolah menengah pertama (SMP), tamat sekolah menengah atas (SMA) dan ada yang tamat diploma III namun tidak ada yang tamat sarjana. Tetapi dari latar belakang pendidikan tersebut, yang terbanyak adalah tamatan sekolah menengah atas (SMA). Pendidikan mempengaruhi respon dalam pemberian penyuluhan, semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin baik respon yang ditimbulkan.

Hasil pemberian pretest dan dilanjutkan dengan wawancara yang dilakukan terhadap kader dan ibu-ibu pada awal pelatihan yang dilakukan, secara umum mengidentifikasi bahwa pengetahuan awal mengenai kanker payudara menyangkut masalah pengertian apa itu kanker payudara, gejala dan juga masalah kesehatan akibat kanker payudara harus diperhatikan dan menjadi bahan kajian pada ibu-ibu yang masih relatif memiliki pengetahuan kurang. Ada beberapa orang ibu-ibu yang menganggap bahwa kanker payudara adalah suatu penyakit yang mematikan dan tidak ada obatnya dan ada pula yang menganggap suatu keadaan yang tidak bisa dideteksi secara dini, sudah barang tentu jawaban yang diberikan oleh peserta pelatihan tersebut adalah kurang tepat. Dimana Kanker payudara adalah suatu merupakan tumor ganas yang menyerang jaringan payudara, bisa terjadi pada Wanita baik muda ataupun sudah tua. Dan merupakan suatu penyakit yang bisa dicegah dengan gaya hidup sehat, dan dapat mendeteksinya secara dini agar bisa sembuh total dan dapat sehat Kembali seperti semula. Hasil wawancara terungkap pula bahwa kader dan ibu-ibu RT 2 Gg Purnawirawan kelurahan pelambuan memiliki pengetahuan tentang kanker payudara sebatas pada istilah pengertian saja, belum memahami mengenai gejala dan akibat yang dapat ditimbulkan pada kesehatan. Pelatihan cara mendeteksi kanker payudara melalui pemeriksaan SADARI sekaligus diberikan pada saat penyuluhan dengan tujuan memberikan keterampilan bagi kader dan ibu-ibu agar dapat mendeteksi kanker payudara secara dini dari gejala yang terjadi. Deteksi kanker payudara secara dini melalui sadari mampu mencegah kanker payudara dan mencegah kematian sampai dengan 95%.

Dalam sesi kegiatan pelatihan deteksi kanker payudara dengan SADARI kader dan ibu-ibu sangat antusias, karena pelatihan deteksi kanker payudara dengan SADARI merupakan ilmu baru bagi kader dan ibu-ibu, selain mudah dilakukan juga memberikan banyak manfaat dalam upaya pencegahan kanker payudara. Pemeriksaan SADARI dapat dilakukan oleh siapa saja dengan cara : 1. berdiri didepan cermin dengan tangan lurus kebawah, memperhatikan bentuk, ukuran, permukaan dan warna kulit payudara serta bentuk puting payudara perhatikan apakah ada kelainan cairan pada puting payudara dan lihatlah ada perubahan atau tidak. 2. Letakan tangan pada pinggang dan tekan kuat – kuat untuk mengencangkan otot dada, Perhatikan payudara sambil

berkaca dari sisi kiri dan kanan dan sebaliknya. 3. Angkat lengan kiri basahi telapak tangan hand body, telusuri payudara kiri, rabalah dengan cara menekan seperti lingkaran mulai dari tepi luar bergerak kearah dalam sampai puting susu dan dari arah tulang clavicula ke arah payudara bawah (arah vertical) atau dari arah ketiak menuju bagian dada (arah horizontal). Rasakan adakah benjolan di bawah kulit. Lakukan hal yang sama pada payudara kanan dan memeriksanya dengan tangan kiri. Perhatikan juga daerah antara kedua payudara dan ketiak. 4. Tekan puting susu apakah keluar cairan dari puting . lakukan hal ini pada kedua puting bergantian kiri dan kanan. 5. Teknik SADARI yang benar harus menggunakan dengan buku jari dari ketiga jari tengah , bukan dengan ujung jari. Jika menemukan adanya benjolan atau perubahan pada payudara segera memeriksakan dan mengkonsultasikan ke dokter.

2. Pelatihan Keterampilan

Hasil kegiatan berupa penyuluhan dan pelatihan tentang kanker payudara pada kader dan ibu-ibu di Rt 2 Gg Purnawirawan Kelurahan pelambuan menunjukkan peningkatan dalam pengetahuan peserta dan keterampilannya dalam mendeteksi kanker payudara melalui pemeriksaan SADARI. Para peserta dapat memahami definisi kanker payudara apa saja tanda dan gejala kanker, bagaimana cara mencegahnya , dan apa yang menjadi faktor penyebab kanker payudara.

Setelah dilakukan Penyuluhan kemudian langsung diadakan praktek keterampilan cara melakukan SADARI pada kader dan ibu-ibu. Dalam praktek ini, kader dan ibu-ibu diharapkan sudah mampu untuk menerapkan hasil praktek bagi lingkup keluarga masing-masing dan menyebarkanluaskannya kepada ibu – ibu dalam lingkungan setempat. Langkah selanjutnya yaitu melakukan pemberian Laflet SADARI pada kader dan ibu - ibu agar lebih mudah untuk menyebarkanluaskan Informasi kepada ibu- ibu masyarakat sekitar warga RT 2 Gg Purnawirawan Kelurahan Pelambuan Banjarmasin. Hasil akhir keberhasilan pelaksanaan kegiatan ini adalah para peserta pelatihan yang terdiri dari kader dan ibu-ibu memiliki pengetahuan, pemahaman dan keterampilan yang meningkat tentang kanker payudara. Kemampuan para peserta dalam memahami tentang kanker payudara dan pencegahannya menjadi lebih meningkat setelah diberikan pelatihan pengetahuan tentang masalah kanker payudara dan cara deteksinya melalui SADARI.

Banyak peserta yang semula tidak tahu dalam hal pengetahuan tentang kanker payudara, tanda gejala, cara pencegahan dan cara deteksinya, akhirnya menjadi mengerti tentang hal tersebut. Secara umum dapat dikatakan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader dan ibu—ibu terlihat dari pertanyaan yang mereka ajukan dan keterampilan tang bertambah dari kader dan ibu -ibu tentang deteksi dini kanker payudara melalui SADARI. Penambahan pengetahuan tidak semuanya diserap dalam waktu singkat, perlu pemberian pengetahuan ulang lagi agar pengetahuan tersebut dapat meningkat secara maksimal. Tetapi para kader dan ibu-ibu dengan tekun mendengarkan apa yang diuraikan oleh narasumber dan mencatat hal-hal yang mereka belum pahami. Disamping itu, respon yang sangat positif terhadap kegiatan ini juga diberikan oleh peserta yang dalam hal ini kader dan ibu-ibu yang tergolong usia produktif dan pra lansia. Respon positif peserta terlihat dari pertanyaan yang peserta utarakan saat diskusi. Beberapa contoh pertanyaan yang mereka lontarkan adalah mengapa kanker payudara bisa terjadi pada Wanita usia subur sampai lansia , BB bisa berpengaruh terhadap kejadian kanker dan masih banyak pertanyaan-pertanyaan lain sekitar masalah kesehatan dan kanker payudara yang dilontarkan saat diskusi.

Pertanyaan pertanyaan ini mengindikasikan bahwa ibu-ibu remaja putri memahami apa yang diberikan oleh narasumber mengenai kanker payudara dan cara

deteksinya melalui SADARI dan merupakan hal yang positif yang dapat meningkatkan pengetahuan mengenai kanker payudara, cara pencegahan dan deteksinya. Berikut Sebagian Foto pelaksanaan pengabdian.



Gambar1. Pelaksanaan PKM SADARI

KESIMPULAN

Pemahaman kader dan ibu-ibu di Gang Purnawirawan RT 2, kelurahan pelambuan dapat meningkat melalui pemberian pelatihan dan penyuluhan tentang Kanker payudara dan cara mencegahnya. Keterampilan kader dan ibu-ibu di Gang Purnawirawan RT 2 kelurahan pelambuan dapat bertambah melalui pembinaan keterampilan cara deteksi kanker payudara secara dini melalui SADARI. Saran dalam kegiatan ini adalah pemberian pengetahuan tentang kanker payudara perlu dioptimalkan terutama masalah kesehatan yang sering terjadi akibat kanker payudara, tanda gejala dan cara pencegahannya pada Wanita Usia subur sampai dengan lansia serta cara deteksi secara dini melalui SADARI, sehingga dapat mencegah terjadinya kanker dan dampak buruk akibat kanker payudara.

DAFTAR PUSTAKA

1. Dinas Kesehatan Kota Banjarmasin. (2020) *Profil Kesehatan Kota Banjarmasin Tahun 2020*. Banjaramsin : DinKes Kota Banjarmasin
2. Manuaba, IBG. 2012. *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta:ECG.
3. International Agency for Research on Cancer. Globocan 2020. *Indonesia - Global Cancer Observatory*. (diakses 11 Februari 2021). Tersedia dari : <https://gco.iarc.fr/today/data/factsheets/cancers/24-Corpus-uteri-fact-sheet.pdf>
4. KemenKes RI. (2013). *Buletin Pemberantasan Penyakit Tidak Menular*. Semeter II ISSN 2088 -270x.
5. Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Badan Penelitian dan pengembangan Kesehatan Kementrian RI
6. KK, R. (2015). *Buku Panduan Pelaksanaan IVA-Sadari*. Jakarta: Bakti Husada.

7. Laporan Akuntabilitas Kinerja (Lakip), 2020. *Pusat Kanker nasional- Rumah Sait Dharmais* Direktorat Jendal Pelayanan Kesehatan Kementrian Kesehatan RI ; Jakarta.
8. Lutan, D., Sari, R. J., & Syarifah, S. (2017). *Determinan tindakan sadari sebagai deteksi dini kanker payudara pada wanita usia subur (WUS) di Desa Pasar Rawa Kecamatan Gebang Kabupaten Langkat tahun 2015*. Jurnal Maternal Dan Neonatal, 2(2), 26-34.
9. Putra, S. R. (2015). *Buku lengkap kanker payudara*. Laksana.
10. Pusat Data dan Infiriasi Kementrian Kesehatan RI (Pusdatin), 2019. *Beban Kanker Di Indonesia* : Jakarta ;ISSN 2442-
11. WHO in International Agency for Research on Cancer. Global Cancer. *Obsevatory of Breast Cancer 2020*. (diakses 11 Februari 2021). Tersedia dari : <https://gco.iarc.fr/today/data/factsheets/cancers/20-Breast-fact-sheet.pdf>.