

Pelatihan Sadari (Pemeriksaan Payudara Sendiri) sebagai Upaya Deteksi Dini Kanker Payudara pada Siswi SMK Kesehatan Baznas

Yusrah Taqiyah^{1*}, Fatma Jama²

1*.Universitas Muslim Indonesia, Jl. Urip Sumoharjo Km. 5, Kota Makassar, Indonesia 90231

2.Universitas Muslim Indonesia, Jl. Urip Sumoharjo Km. 5, Kota Makassar, Indonesia 90231

**email : yusrah.taqiyah@yahoo.com*

Abstrak

Kanker payudara merupakan salah satu jenis kanker terbanyak di Indonesia. Berdasarkan Pathological Based Registration di Indonesia, kanker payudara menempati urutan pertama dengan frekuensi relatif sebesar 18,6%. Lebih dari 80% kasus ditemukan berada pada stadium lanjut, selain itu sebanyak 60-70% pencari pengobatan kanker payudara sudah dalam stadium lanjut sehingga upaya pengobatan sulit dilakukan. Oleh karena itu perlu pemahaman tentang upaya pencegahan dan diagnosis dini agar penemuan penderita dapat dilakukan pada stadium awal sehingga dapat menurunkan kematian akibat kanker payudara. Skrining kanker payudara merupakan pemeriksaan atau usaha untuk menemukan abnormalitas yang mengarah pada kanker payudara pada seseorang atau kelompok orang yang tidak mempunyai keluhan. Upaya awal untuk melakukan skrining kanker payudara adalah dengan SADARI. Tujuan dari pengabdian ini adalah untuk melatih para remaja putri agar lebih peka dalam mendeteksi secara dini adanya tanda-tanda kanker payudara. Metode yang dilakukan berupa ceramah, diskusi dan demonstrasi, sebelum dilakukan penyuluhan terlebih dahulu menilai tingkat pengetahuan peserta dengan cara pre test dan post test, begitu pun dengan pelatihan SADARI (pemeriksaan payudara sendiri) dilakukan dengan cara evaluasi kemampuan pada saat pelaksanaan SADARI (pemeriksaan payudara sendiri) yang dilakukan disekolah. Setelah dilakukan penyuluhan pengetahuan siswi SMK Kesehatan Basnaz meningkat 82,5 %, begitupun dengan keterampilan siswi meningkat menjadi 75 %, manual book pemeriksaan SADARI diberikan kepada guru pembina dan 30 siswi SMK Kesehatan Basnaz yang terlibat. Saran mendorong seluruh siswi untuk lebih komitmen dan teratur dalam pemeriksaan SADARI sebagai upaya deteksi dini kanker payudara, untuk pihak sekolah agar kiranya memasukkan gerakan pemeriksaan payudara sendiri kedalam prasat laboratorium.

Kata Kunci : Kanker Payudara, Siswi, Sadari

Pendahuluan

Kanker payudara merupakan salah satu jenis kanker terbanyak di Indonesia. Berdasarkan Pathological Based Registration di Indonesia, kanker payudara menempati urutan pertama dengan frekuensi relatif sebesar 18,6%. Sebanyak 7 negara dari 15 negara yang ada di Asia, kanker payudara menempati urutan pertama untuk kanker dengan penderita terbanyak. Kanker payudara juga menempati posisi 5 teratas untuk penyebab kematian akibat kanker. Menurut data GLOBOCAN, International Agency for Research on Cancer (IARC) tahun 2012 diketahui bahwa kanker payudara merupakan penyakit kanker dengan persentase kasus baru tertinggi, yaitu sebesar 43,3%, dan persentase kematian akibat kanker payudara sebesar 12,9%. Tercatat pada Sistem Informasi Rumah Sakit 2010, kasus rawat inap kanker payudara 12.014 kasus (28,7%). Berdasarkan estimasi jumlah penderita kanker payudara terbanyak terdapat pada Provinsi Jawa Timur dan Provinsi Jawa Tengah.

Di Indonesia, lebih dari 80% kasus ditemukan berada pada stadium lanjut, selain itu sebanyak 60-70% pencari pengobatan kanker payudara sudah dalam stadium lanjut sehingga upaya pengobatan sulit dilakukan. Oleh karena itu perlu pemahaman tentang upaya pencegahan dan diagnosis dini agar penemuan penderita dapat dilakukan pada stadium awal sehingga dapat menurunkan kematian akibat kanker payudara.

Hal ini sesuai dengan pernyataan Dr. Walta Gautama, Sp.B (K) Onk, Kepala Instansi Deteksi Dini dan Onkologi Sosial Rumah Sakit Kanker Dharmas yang menerangkan bahwa kebanyakan penderita baru melakukan pengobatan setelah berada pada stadium lanjut. Padahal, kanker payudara bisa dikalahkan jika penderita mulai mendeteksi dan mengobatinya sejak dini. Skrining kanker payudara merupakan pemeriksaan atau usaha untuk menemukan abnormalitas yang mengarah pada kanker payudara pada seseorang atau kelompok orang yang tidak mempunyai keluhan. Upaya awal untuk melakukan skrining kanker payudara adalah dengan SADARI atau pemeriksaan payudara sendiri. SADARI merupakan upaya individu atau masing-masing wanita untuk mengetahui kondisi payudara serta untuk menemukan

ketidaknormalan. Pemberian informasi melalui penyuluhan tentang deteksi dini kanker payudara melalui SADARI terhadap siswa SMP diharapkan mampu mencegah terjadinya penemuan kasus kanker payudara pada stadium lanjut.

Berdasarkan data awal yang didapatkan oleh Tim pengabdian di sekolah SMP Anak Indonesia (Yayasan Baznas) diperoleh jumlah siswi sebanyak 65 orang yang mayoritasnya adalah wanita, dimana usia ini berada direntang remaja awal usia reproduktif terjadi perkembangan pada system reproduksinya sehingga beresiko terjadi hambatan dalam proses tersebut.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh beberapa siswi mereka sama sekali tidak mengetahui tentang kanker payudara dan SADARI sehingga tim pengabdian ingin membantu mengatasi masalah pengetahuan dan keterampilan Siswi SMP Anak Indonesia dalam upaya mendeteksi dini kanker payudara melalui pelatihan SADARI

Melihat kondisi siswi di SMK Kesehatan Baznas tersebut maka dianggap perlu dilakukan pemeriksaan secara dini untuk mendeteksi kanker payudara, kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam peningkatan kesadaran melalui pelatihan SADARI.

Metode

Metode yang dilakukan berupa ceramah, diskusi dan demonstrasi, sebelum dilakukan penyuluhan terlebih dahulu menilai tingkat pengetahuan peserta dengan cara pre test dan post test, begitu pun dengan pelatihan SADARI (pemeriksaan payudara sendiri) dilakukan dengan cara evaluasi kemampuan pada saat pelaksanaan SADARI (pemeriksaan payudara sendiri) yang dilakukan disekolah.

Pengenalan dan Persiapan

a. Tahap 1: Persiapan

Tahap ini meliputi kegiatan sebagai berikut: Permohonan surat konfirmasi mitra pengabdian dari Lembaga Pengabdian kepada Masyarakat (LPkM) UMI ke Kepala Sekolah SMK Kesehatan Baznas dan berkoordinasi dengan kepala sekolah tentang rencana kegiatan yang akan dilakukan. Persiapan alat dan instrument pelatihan, Membagikan kuesioner yang berisi tentang pengetahuan umum tentang kanker payudara dan pelatihan sadari yang di adaptasi dari buku Purwoastuti Endang 2008 kepada siswi yang duduk di kelas I - III yang berisi tentang identitas, Mempersiapkan siswa yang akan mengikuti kegiatan Pelatihan SADARI (pemeriksaan payudara sendiri), Mempersiapkan materi, *manual book* dan perlengkapan yang akan dipakai selama proses pelatihan.

b. Tahap 2 : Pelaksanaan

Pada tahap ini dibagi lagi menjadi dua tahapan, yaitu : Tahap pertama : *Pre test* yang diberikan melalui kuesioner untuk menilai pengetahuan terkait kanker payudara, Menilai hasil pre test, Penyuluhan kanker payudara yang dilakukan melalui metode ceramah, tanya jawab, dan diskusi dengan menggunakan layar LCD dan membagikan leaflet pada siswi yang dilibatkan, *Post test* yang diberikan melalui kuesioner untuk menilai pengetahuan terkait kanker payudara, Menilai hasil *post test*. Tahap Kedua : Pelatihan SADARI (pemeriksaan payudara sendiri), Mempersiapkan alat dan bahan simulasi SADARI berupa manikin/pantom payudara, Mempersiapkan ruangan simulasi di aula SMK Kesehatan Baznas, Mengumpulkan siswi di aula, Melakukan demonstrasi SADARI yang di fasilitasi oleh tim pengabdian, Tim enumerator mengobservasi gerakan SADARI yang dilakukan siswi sesuai SOP menggunakan lembar observasi. Tahap Ketiga : Pembuatan *manual book* standar operasional prosedur pelaksanaan SADARI : Mengumpulkan berbagai materi pemeriksaan SADARI di berbagai literature, Merangkum Standar Operasional Prosedur pemeriksaan SADARI, Mencetak manual book, Membagikan manual book ke pihak sekolah dan siswi.

c. Tahap 3 Evaluasi :

Evaluasi kegiatan dilakukan dengan cara melakukan pre test dan post test untuk menilai peningkatan pengetahuan dilakukan dengan cara pembagian kuesioner yang terdiri dari 20 pertanyaan tentang kanker payudara dan SADARI dan setelah di olah diperoleh pengetahuan siswi SMK Kesehatan Baznas meningkat 82,5 % memiliki tingkat pengetahuan yang baik. Keterampilan SADARI pada siswi SMK Kesehatan Baznas juga meningkat 85 % hal ini diketahui dengan cara menguji kemampuan siswi melalui lembar observasi yang di nilai langsung oleh instruktur pelatih, evaluasi di lakukan setelah memberikan pelatihan sebanyak 3 kali oleh instruktur. Setelah dilakukan evaluasi pada pengetahuan dan skill selanjutnya tim PkM mensosialisasikan manfaat serta intensitas SADARI untuk dimasukkan dalam prasat laboratorium. Di akhir kegiatan PkM tim membagikan manual book yang berisi tentang standar operasional prosedur SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri) jumlah manual book yang tersebar sebanyak 33 panduan yang diberikan oleh setiap peserta dan 3 guru Pembina yang ada di SMK Kesehatan Baznas

Hasil

a. Karakteristik Peserta

Table 1 Karakteristik Responden Siswi SMK Kesehatan Baznas

No	Karakteristik Responden	n	%
1	Umur		
	15 Tahun	10	33.4
	16 Tahun	8	26.6
2	17 Tahun	12	40
	Kelas		
	X	11	36.7
3	XI	7	23.3
	XII	12	40
3	Suku		
	Bugis	12	40
	Makassar	18	60
	Jumlah	30	100

Berdasarkan Tabel.1 diatas menunjukkan distribusi peserta pengabdian yang berada di SMK Kesehatan Baznas dominan berusia 17 Tahun sebesar 40 %, sedangkan jumlah peserta terbanyak berada pada kelas XII yaitu sebesar 40 %, dan suku terbanyak yaitu suku Makassar sebesar 60 %

b. Respon Peserta

Respon peserta pada saat mengikuti kegiatan sangat antusias hal ini dibuktikan pada saat kegiatan pre dan post test seluruh peserta tertib, pada saat penyuluhan pun para siswi sangat bersemangat dan menyimak dengan baik materi yang diberikan, beberapa diantaranya mengajukan tangan untuk bertanya seputar materi yang dibawakan. Saat demonstrasi pemeriksaan sadari seluruh peserta masih tertib dan aktif. Hasil pre dan post test meningkat yang dari 55,8 % menjadi 82,5 % hasil ini meningkat setelah diberikan penyuluhan kesehatan tentang kanker payudara dan Sadari.

c. Luaran Kegiatan

1. Mengadakan penyuluhan terkait kanker payudara

Penyuluhan ini dilaksanakan di ruang aula SMK kesehatan baznas dengan jumlah peserta sebanyak 30 orang yang terdiri dari kelas X, XI, dan XII setelah dilakukan pre test adapun materi yang dibawakan mencakup : definisi kanker payudara, apa penyebab dari kanker payudara, siapa saja yang beresiko untuk terkena kanker payudara, apakah pria juga bisa terkena kanker payudara, apa saja gejala dari kanker payudara, apa saja metode untuk mendeteksi kanker payudara, apakah ada cara untuk mencegah kanker payudara. Hasil yang diperoleh para siswi terlihat sangat antusias dibuktikan dengan keinginan para siswi untuk bertanya hal ini disebabkan karena materi yang dipaparkan menarik dan ilmu baru. Dari 33 siswi yang mengikuti pelatihan ada 8 siswi yang sangat aktif bertanya.



Gambar. 1 Penyuluhan tentang kanker payudara yang dibawakan oleh pemateri yang di ikuti oleh 30 peserta siswi SMK Kesehatan Baznas

2. Mengadakan pelatihan SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri)

Pelatihan SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri) dilakukan setelah dilaksanakannya penyuluhan, demonstrasi SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri) di ikuti oleh 30 siswi yang terdiri dari kelas X, XI, dan XII, SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri) di lakukan selama 30 menit yang di arahkan oleh instruktur tim pengabdian dan mahasiswi untuk memberikan arahan kepada siswi pada saat pelaksanaan. Adapun gerakan dari senam sadari itu terdiri dari atas 6 gerakan yang dilakukan sendiri. Evaluasi digunakan dengan cara menceklist lembar observasi standar operasional prosedur pelaksanaan sadari yang di adaptasi dari buku Penatalaksanaan Kanker Payudara Terkini. Hasil yang dicapai Keterampilan siswi SMK Kesehatan Baznas tentang tehnik SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri) meningkat 75 % memiliki tingkat keterampilan baik yang sebelum di berikan pelatihan keterampilan siswi hanya 48,5 %, evaluasi ini dilakukan dengan menguji keterampilan siswi tentang gerakan SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri) dengan mengevaluasi langsung dari gerakan yang telah dilakukan



Gambar. 2 : Pelatihan SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri) yang di lakukan setelah penyuluhan kanker payudara diberikan oleh instruktur di ikuti oleh 30 peserta siswi SMK Kesehatan Baznas

3. Membuat *manual book* standar operasional prosedur pemeriksaan SADARI

Pembuatan *manual book* laksanakan 1 bulan sebelum kegiatan dilakukan buku pedoman yang di berikan oleh siswi serta beberapa guru SMK Kesehatan Baznas yang berisi tentang konsep umum tentang kanker payudara dan prosedur penatalaksanaan (SOP) gerakan SADARI. Yang dibuat berdasarkan teori dan hasil riset. Hasil yang dicapai Terbentuk nya 33 buah buku panduan (*manual book*) yang berisi tentang standar operasional prosedur SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri) yang dibagikan ke masing-masing peserta dan guru Pembina.



Gambar .3 : Bersama dengan Tim pengabdian (Ketua, Anggota dan Mahasiswa), dan para peserta siswi SMK Kesehatan Baznas.

Kesimpulan

Pengetahuan siswi SMK Kesehatan Baznas meningkat 82,5 % memiliki tingkat pengetahuan baik setelah diberikan penyuluhan dan pelatihan SADARI (pemeriksaan payudara sendiri), Keterampilan senam dismenhorea meningkat 75 % memiliki tingkat keterampilan baik setelah diberikan pelatihan tentang SADARI (pemeriksaan payudara sendiri), Buku panduan SADARI di distribusikan oleh semua siswi yang mengikuti pelatihan serta beberapa guru Pembina di SMK Kesehatan Baznas

Saran

Diharapkan pihak sekolah untuk dapat menerapkan pemeriksaan SADARI ke dalam prasat laboratorium, agar seluruh siswi semuanya akan terpapar secara dini untuk mendeteksi kanker payudara. Untuk para siswi agar kiranya mengaplikasikan pemeriksaan payudara sendiri secara teratur sesuai dengan prosedur yang ada didalam manual book yang telah dibagikan.

Daftar Pustaka

- Anindyajati G. (2010). Kanker Payudara. Jakarta : Angsamerah
- KPKN. (2015). Panduan Nasional Penanganan Kanker "Kanker Payudara". Jakarta : Kementerian Kesehatan RI
- Pusdatin. Situasi. (2015). Penyakit Kanker. Jakarta : Pusat Data dan Informasi, Kementerian Kesehatan RI
- Kemenkes. (2015) Stop Kanker. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI
- Kemenkes. (2015) Panduan Program Nasional Gerakan Pencegahan dan Deteksi Dini Kanker Leher Rahim dan Kanker Payudara. Jakarta : Direktorat Jenderal Pengendalian Penyakit dan Penyehatan Lingkungan
- Metamorph. (2014). Mengurangi Angka Kematian Dengan Mencegah Kanker Payudara. Jakarta
- Morton Gonce Patricia. (2005). Panduan Pemeriksaan Kesehatan Edisi. 2. Jakarta : EGC
- Purwoastuti Endang. (2008). Kanker Payudara Pencegahan Deteksi Dini. Yogyakarta : Kanisius
- Utari S. Pengaruh Penyuluhan Tentang Deteksi Dini Kanker Payudara Terhadap Keterampilan SADARI Pada Wanita Usia Subur di Dusun Klumprit Caturharjo Sleman
- Tim Cancer Helps. (2010). Stop Kanker. Jakarta Selatan : Agro Media Pustaka
- Tim Penanggulangan dan Pelayanan Kanker Payudara (2016). Terpadu Paripurna RS. Kanker Dharmais. Penatalaksanaan Kanker Payudara Terkini. Jakarta : Yayasan Pustaka Obor