

## **PENYULUHAN KESEHATAN PEMERIKSAAN PAYUDARA SENDIRI BAGI WANITA USIA SUBUR DI KELURAHAN SAMAPUIN**

**Desy Fadilah Adina Putri**

Program Studi D3 Kebidanan, STIKES Griya Husada Sumbawa  
Email: desyfadilstikesghs@gmail.com

**Luh Putu Sri Yuliastuti**

Program Studi D3 Kebidanan, STIKES Griya Husada Sumbawa  
Email: luhputu.stikesghs@gmail.com

### **ABSTRAK**

*Mendeteksi adanya kanker payudara dilakukan dengan cara pencegahan primer, yaitu dapat berupa deteksi dini Periksa Payudara Sendiri (SADARI) serta melaksanakan pola hidup sehat untuk mencegah kanker payudara. Tujuan pengabdian ini yaitu meningkatkan motivasi dan keterampilan dalam pemeriksaan payudara sendiri bagi wanita usia subur di Kelurahan Samapuin. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan memberikan penyuluhan dan pelatihan SADARI terhadap wanita usia subur di Kelurahan Samapuin. Pengabdian masyarakat dilakukan bersamaan dengan kegiatan posyandu yang dilaksanakan setiap bulan. Kegiatan ini diikuti oleh para ibu dan kader posyandu sejumlah 20 orang. Penyuluhan dilakukan dengan menyosialisasikan tentang SADARI mulai dari pengertian, tujuan, cara melakukan, dan efek. Praktik cara melakukan SADARI sendiri diajarkan sebagai bentuk deteksi dini terhadap kerentanan adanya kanker payudara. Berdasarkan hasil kegiatan yang dilakukan menunjukkan kegiatan telah direalisasikan sesuai dengan target yang direncanakan mulai dari penyuluhan, pembagian leaflet, dan praktik kegiatan sebesar 100%.*

**Kata Kunci :** *Penyuluhan kesehatan, Pemeriksaan Payudara Sendiri, Wanita Usia Subur.*

### **A. PENDAHULUAN**

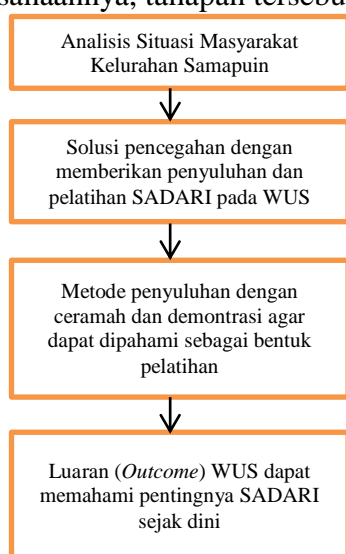
*World Health Organization (WHO) (2013), memperkirakan 1,7 juta wanita didiagnosis menderita kanker payudara, kejadian kanker payudara meningkat lebih dari 20% dan 552.000 kematian pada tahun 2012. Berdasarkan data *Global of Cancer* (Globocan), *International Agency for Research on Cancer (IARC)* pada tahun 2008, kanker payudara menempati urutan pertama dari seluruh kanker pada perempuan. Kasus baru yang berjumlah 1,38 juta dan 458.000 kematian akibat kanker payudara pada perempuan di dunia (WHO, 2013).*

Di Indonesia kejadian kanker menurut data rawat inap di rumah sakit secara umum paling tinggi diduduki oleh kanker payudara yaitu sebesar 12.014 kasus (28,7%) kemudian urutan yang kedua diduduki oleh kanker leher rahim 4.544 kasus (10,3%), selanjutnya yaitu kanker hati dan saluran empedu 3.618 kasus (8,2%). kanker bronchus dan paru sebanyak 2.537 kasus (5,8%), kanker ovarium 2.314 kasus (4,2%), kanker kolon sebanyak 1.022 kasus (2,3%), total kanker menurut data rawat inap rumah sakit di Indonesia sebanyak 29.803 kasus (Depkes RI, 2013). Untuk mendeteksi adanya kanker payudara dilakukan dengan cara pencegahan primer, yaitu dapat berupa deteksi dini Periksa Payudara Sendiri (SADARI) serta melaksanakan pola hidup sehat untuk mencegah kanker payudara sekitar 90% kanker Payudara sendiri ditemukan oleh pasien. SADARI optimum dilakukan pada saat 7-14 hari setelah awal siklus menstruasi karena pada masa itu retensi cairan minimal dan payudara dalam 1 2 keadaan lembut, tidak keras, membengkak sehingga jika ada pembengkakan akan lebih mudah ditemukan (Mulyani, 2013).

Samapuin merupakan salah satu kelurahan yang ada di kecamatan Sumbawa, kabupaten Sumbawa, provinsi Nusa Tenggara Barat, Indonesia. Kelurahan ini merupakan satu dari 7 desa dan kelurahan yang berada di kecamatan Sumbawa. Oleh karena itu, tujuan pengabdian ini ingin memberikan penyuluhan kesehatan pemeriksaan payudara sendiri bagi wanita usia subur di Kelurahan Samapuin.

## B. METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan memberikan penyuluhan dan pelatihan SADARI terhadap wanita usia subur di Kelurahan Samapuin. Pada Pelaksanaan kegiatan PKM dilakukan beberapa tahapan dalam proses pelaksanaannya, tahapan tersebut diperlihatkan pada gambar sebagai berikut:



Bagan 1. Kerangka operasional  
(Sumber: Rahmaindar, dkk., 2021)

## C. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. HASIL

Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan ini terdiri dari beberapa tahap berikut. Pertama, melakukan koordinasi dengan pihak kelurahan dan Puskesmas mengenai kegiatan pengabdian yang akan diselenggarakan, meliputi waktu kegiatan dan gambaran singkat mengenai kegiatan pengabdian di masa pandemik saat ini. Kedua, tim pelaksana melakukan persiapan dalam penyelenggaraan penyuluhan mengenai SADARI. Ketiga, tim pelaksana melakukan penyuluhan SADARI bersama warga yang telah diundang yaitu para ibu yang sedang melaksanakan posyandu. Keempat, tim membagikan leaflet pada para ibu dan kader posyandu di Kelurahan Samapuin.

Pengabdian masyarakat dilakukan bersamaan dengan kegiatan posyandu yang dilaksanakan setiap bulan. Kegiatan ini diikuti oleh para ibu dan kader posyandu sejumlah 20 orang. Penyuluhan dilakukan dengan menyosialisasikan tentang SADARI. Hal yang disampaikan adalah mengetahui respon baik secara fisik maupun psikis responden terhadap langkah-langkah pemeriksaan payudara sendiri serta pemahaman mengenai kanker payudara dan kesehatan reproduksi, menganalisis respon peserta sudah tepat atau kurang tepat, dan memberikan pemahaman bagaimana seharusnya peserta menyikapi jika terdapat benjolan pada payudara (Kusumawaty, dkk, 2022). Penyuluhan dilakukan oleh narasumber bersama pelaksana kegiatan agar tujuan penyuluhan ini

dapat tersampaikan. Praktik cara melakukan SADARI sendiri diajarkan sebagai bentuk deteksi dini terhadap kerentanan adanya kanker payudara. Adapun realisasi kegiatan yang dilakukan terlihat pada tabel 4.1.

Tabel 1. Realisasi kegiatan pengabdian masyarakat

No	Nama Kegiatan	Target capaian	Realisasi
1	Penyuluhan SADARI	100%	100%
2	Pembagian leaflet SADARI	100%	100%
3	Praktik kegiatan SADARI	100%	100%

Seluruh kegiatan telah direalisasikan sesuai dengan target yang direncanakan mulai dari penyuluhan, pembagian leaflet, dan praktik kegiatan sebesar 100%.



Gambar 1. Pembagian Pamflet tentang SADARI



Gambar 2. Praktik cara melakukan SADARI

## 2. PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat telah terealisasi dengan baik sesuai protokol kesehatan yang telah ditetapkan. Penyuluhan tentang SADARI yang dilakukan kepada wanita usia subur di Kelurahan Samapu sebelum dilakukan penyuluhan masih banyak ibu yang tidak paham akan pemeriksaan payudara sendiri. Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Kasmawati, dkk tahun 2021 menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan responden tentang SADARI dengan rata-rata sebelum penyuluhan mendapatkan nilai 49 dan sesudah meningkat menjadi 74. Lingkungan merupakan salah satu faktor yang mendukung seseorang dalam memperoleh pengetahuan. Apabila di lingkungan tersebut sebagian besar memiliki pengetahuan yang baik maka kanker payudara bisa dicegah, karena pengetahuan tidak hanya diperoleh dari bangku sekolah namun pengetahuan juga bisa diperoleh dari pengalaman hidup sehari-hari (Arafah dan Notobroto, 2017).

Notoadmojo (2012) menjelaskan bahwa penyuluhan kesehatan adalah tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga dan masyarakat dalam membina dan memelihara kesehatan, berperan aktif mewujudkan kesehatan yang optimal sesuai hidup sehat baik fisik, mental dan sosial. Berdasarkan hasil observasi dan penyuluhan yang telah dilakukan menunjukkan bahwa para ibu dan kader posyandu tidak mengetahui cara melakukan SADARI, sehingga respon yang ditimbulkan positif terhadap kegiatan ini. Hal ini dikarenakan penyuluhan dari pihak kesehatan yang kurang merata terhadap

berbagai masalah kesehatan wanita terutama wanita usia subur. Pada masa ini kadar hormon estrogen dan progesteron sedang mencapai titik terendah sehingga tidak membuat jaringan dan kelenjar payudara membengkak yang memudahkan perempuan untuk meraba adanya benjolan abnormal pada payudara (Surury, dkk., 2020). Oleh karena itu, diharapkan dapat memberikan penyuluhan secara merata terhadap pentingnya SADARI bagi Wanita Usia Subur.

#### D. SIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan yang dilakukan diperoleh kesimpulan yaitu kegiatan telah direalisasikan sesuai dengan target yang direncanakan mulai dari penyuluhan, pembagian leaflet, dan praktik kegiatan sebesar 100%. Diharapkan responden dapat mempraktikkan sendiri dirumah agar dapat mencegah sedini mungkin kanker payudara. dan penyuluhan yang berkelanjutan dilakukan oleh bidan desa.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Arafah, A. B. R., dan Notobroto, H. B. (2017). Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Ibu Rumah Tangga Melakukan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). *The Indonesian Journal of Public Health*, 12(2), 143–153. <https://doi.org/10.20473/ijph.v12i2.2017.143-153>
- Depkes RI. 2013. Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Badan Penelitian dan pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Kasmawati, dkk., Wahyunita, S., Alige, S. S., Nadya, N., Tolidunde, M. V., K., M. F. L., Asike, H.. 2021. Edukasi Periksa Payudara Sendiri (SADARI). *Jurnal Pengabdian Bidan Nasuha*, 2(1), 2021: 6-11. DOI: 10.33860/jpbn.v2i1.514.
- Kusumawaty, J., Noviati, E., Sukmawati, I., Srinayanti, Y., dan Rahayu, Y.. (2022). Efektivitas Edukasi SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri) untuk Deteksi Dini Kanker Payudara. *Abdimas Umtas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), e-ISSN: 2614–8544. Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya.
- Mulyani, S. 2013. Menopause Akhir Siklus Menstruasi Pada Wanita di Usia Pertengahan. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Notoatmodjo S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Rahmanindar, N., Zulfiana, E., Harnawati, R. A.. (2021). Penerapan Hidup Sehat dengan Mengonsumsi Madu dan Vitamin untuk Meningkatkan Imunitas Petugas Kesehatan serta Mencegah Covid-19 Di RSUD Kardinah Kota Tegal. *Jurnal ABDINUS: Jurnal Pengabdian Nusantara*, 4 (2): 306-310.
- Surury, I., Sari, A. K., Rahmadhayanti, S., & Permatasari, S. A. (2020). Analisis Determinan Perilaku Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) pada Mahasiswi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Jakarta. *Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 12(3), 118–123. <https://jikm.upnvj.ac.id/index.php/home/article/download/67/65/>.

WHO. 2013. World Health Statistic. <http://www.who.int>. Diakses Agustus 2021.

