

## Penyuluhan dan Praktek Sadari Untuk Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Darul Muttaqin Jambi

Siti Lestari<sup>1\*</sup>, Dina Andriani br Karo<sup>2</sup>, Fika Lestari<sup>3</sup>

Universitas Nurul Hasanah, Kutacane

Email: [sitilestariwarno@gmail.com](mailto:sitilestariwarno@gmail.com)<sup>1\*</sup>

### Abstrak

Kanker payudara disebut juga dengan *Ca Mamae* merupakan pertumbuhan pada sel payudara yang tidak terkontrol karena terjadi perubahan abnormal dari gen yang berperan dalam pembelahan sel. Kejadian kanker payudara dapat meningkat sesuai dengan bertambahnya usia. Remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menjadi dewasa dimana organ payudara mulai tumbuh dan berkembang secara cepat sehingga membutuhkan perawatan yang optimal seperti melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). Tidak sedikit kejadian kanker bisa menyebabkan kematian pada penderitanya maka dari itu untuk menurunkan angka kematian akibat dari kanker bisa saja melihat tanda dan gejala kanker payudara dengan sedini mungkin maka bisa diharapkan tingkat kesembuhan akan semakin tinggi. Salah satu upaya yang bisa dilakukan untuk deteksi dini kanker payudara ini adalah dengan melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). Tujuan dari kegiatan PKM ini adalah mengaplikasikan SADARI sebagai langkah awal deteksi dini kanker payudara. Metode : Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan metode demonstrasi. Peserta yang mengikuti kegiatan ini adalah sebanyak 25 remaja. Instrumen yang digunakan pada kegiatan PKM ini adalah leaflet dan gambar SADARI dan seperangkat Sound. Hasil kegiatan PKM para remaja bisa mengaplikasikan langsung pemeriksaan SADARI sebagai deteksi awal kanker payudara.

**Keywords:** *Ca payudara, Deteksi dini, Pemeriksaan sadari, Remaja*

### PENDAHULUAN

Data dari Global Burden of Cancer (GLOBOCAN) yang dirilis oleh Badan Kesehatan Dunia (WHO) menyebutkan jumlah dan kasus kematian akibat kanker sampai dengan tahun 2018 sebesar 18,1 juta kasus dan 9,6 juta kematian di tahun 2018. Kematian akibat kanker diperkirakan akan terus meningkat hingga lebih dari 13,1 juta pada tahun 2030 (Kemenkes RI, 2019).

Berdasarkan Data Riset Kesehatan Dasar 2013 prevalensi kanker di Indonesia adalah 1,4 penduduk, atau sekitar 347.792 orang. Prevalensi kanker tertinggi berada pada Provinsi Yogyakarta, yaitu sebesar 4,1 per 1000 penduduk. Provinsi Jambi menempati urutan ke 13 tertinggi dari 34 Provinsi yang ada di Indonesia, dengan insiden kanker sebanyak 1,5 per 1000 penduduk, yang terjadi pada semua tingkat usia. Sedangkan kasus kanker payudara di Provinsi Jambi yaitu pada tahun 2014 sebanyak 341, tahun 2015 sebanyak 240, tahun 2016 sebanyak 425, tahun 2017 sebanyak 281. Jadi total penderita kanker payudara sebanyak 1.287 dan sudah mendapatkan perawatan (Dinkes Jambi, 2017).

Pemeriksaan payudara dini adalah langkah kritis dalam upaya deteksi dini kanker payudara, yang dapat meningkatkan peluang kesembuhan dan mengurangi angka kematian. Namun,

pengetahuan remaja mengenai praktik ini masih sering kali terbatas, menciptakan kebutuhan mendesak untuk intervensi yang efektif (Stoqomah, 2023).

Penyuluhan kesehatan (penkes) muncul sebagai metode yang potensial untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran remaja terhadap pemeriksaan payudara dini. Penyuluhan kesehatan (penkes) dapat menjadi alat efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang pemeriksaan payudara dini. Penkes bertujuan memberikan informasi yang akurat, membentuk sikap positif, dan meningkatkan keterampilan praktis dalam menjaga kesehatan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan remaja mengenai pemeriksaan payudara dini (Efni, 2021). Kanker payudara saat ini masih menjadi masalah serius baik di negara maju dan berkembang. Pada tahun 2020 secara global estimasi kasus kanker di dunia terdapat 18,1 juta kasus. Kasus kanker payudara berkontribusi menempati urutan tertinggi kejadian kanker di dunia yakni mencapai 12,5% (WHO, 2022). Kanker penyebab tertinggi kematian di dunia sekitar 10 juta kematian pada tahun 2020 dan kanker payudara menjadi urutan pertama penyebab kematian yang mencapai 2,26 juta kasus. Di Amerika urutan penyakit tidak menular tertinggi pada kanker payudara estimasi kasus baru tahun 2023 mencapai 1.958.310 kasus baru dan estimasi kematian akibatnya sebesar 609.920 kematian (American Cancer Society, 2023).

Kanker payudara terjadi akibat jaringan payudara mengalami keganasan sehingga tumbuh membentuk benjolan (tumor ganas). Benjolan ini biasanya bertekstur keras dan berbentuk tidak teratur, serta sulit untuk digerakkan. Kelainan ini disebabkan oleh adanya kerusakan gen yang mengatur perkembangan dan pertumbuhan sel payudara, sehingga pertumbuhan sel-sel tersebut tidak dapat dikendalikan.<sup>7</sup> Kemenkes menyebutkan bahwa remaja akhir usia 17-21 tahun rentan akan beresiko terkena kanker payudara karena pada masa usia tersebut terjadi peningkatan hormon-hormon pubertas sehingga dapat meningkatkan risiko terkena kanker payudara (Nurhayati, 2021).

Tujuan dari SADARI adalah untuk mengetahui/pendeteksi secara dini adanya kanker payudara yang dapat dilakukan pada wanita usia subur. Ternyata 75-82% keganasan payudara ditemukan pada saat pemeriksaan SADARI dan dapat menurunkan tingkat kematian sampai 20%. Sebelum kanker bermetastasis, penemuan kanker payudara sedini mungkin yang didiagnosis dan diobati secara benar akan menambah umur harapan hidup penderita kanker pada stadium I sebesar 70-80%, stadium II 43%, stadium III kurang dari 11,2% dan stadium IV 0%.<sup>5</sup> Faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang melakukan pemeriksaan payudara sendiri secara teratur antara lain: pengetahuan, pendidikan, persepsi, kebiasaan, riwayat keluarga dengan kanker dan kebudayaan. Deteksi gejala awal dari kanker payudara bagi seorang wanita sangatlah mudah dan tidak perlu bantuan tenaga ahli dan dapat dilakukan mulai dari usia remaja hingga menopause.

Permasalahan saat ini yang sedang dialami remaja adalah masih banyaknya remaja yang belum mengetahui cara perawatan payudara dan menjaga kebersihan payudara karena remaja belum menyadari pentingnya melakukan perawatan karena takut dan malu sehingga dapat menghambat produktifitasnya. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini diharapkan setelah mengikuti pendidikan

kesehatan dan melakukan demonstrasi, remaja dapat memulai merawat dan memantau kondisi payudaranya, sehingga kedepannya terhindar dari kanker payudara.

## **METODE KEGIATAN**

Metode pelaksanaan kegiatan ceramah dengan menggunakan media poster dan leaflet serta demonstrasi cara melakukan SADARI yang dilaksanakan pada bulan Januari 2025 dengan sasaran remaja putri di pondok pesantren darul muttaqin jambi sejumlah 25 orang. Tahapan pelaksanaan kegiatan dibagi tiga (3) tahapan; 1. Kegiatan awal/persiapan yaitu: mengkaji dan menganalisis data, mengidentifikasi masalah, menyusun proposal kegiatan pengabdian kepada masyarakat, menyusun SAP dan materi serta leaflet SADARI, dan mengurus izin kelokasi pengabdian kepada masyarakat 2. Pelaksanaan kegiatan seperti: Perkenalan antara tim pengabdian kepada masyarakat dengan sasaran, penjelasan kegiatan yang akan dilakukan dalam melibatkan sasaran, memberikan pertanyaan dan apresiasi positif kepada peserta pengabdian, melaksanakan praktek sadari dengan menggunakan metode ceramah, poster dan demonstrasi cara SADARI serta pemberian leaflet. Akhir kegiatan melakukan tanya jawab dan remaja putri sangat antusias untuk bertanya dan menjawab, serta memberikan leaflet tentang SADARI. 3. Penyusunan laporan dan publish jurnal pengabdian kepada masyarakat dengan cara merumuskan hasil pengabdian kepada masyarakat, dan menyusun artikel dan pengabdian kepada masyarakat dan melakukan publish jurnal ke jurnal terkreditasi sinta 5.

Pemberian materi penyuluhan dengan menggunakan LCD, Vidio, PPT kemudian diberikan leaflet tentang deteksi dini kanker payudara. 8 Hal ini juga tim pengabmas lakukan kepada remaja putri berupa sosialisasi dan demonstrasi tentang SADARI sebagai upaya pencegahan kanker payudara dengan mengidentifikasi definisi SADARI, waktu pelaksanaan, tujuan dan manfaat serta pencegahannya.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan Pengabdian Masyarakat berupa penyuluhan kesehatan dan praktek SADARI ini Kegiatan yang diikuti oleh anak remaja putri di pondok pesantren darul muttaqin jambi yang berjumlah 25 orang, kegiatan penyuluhan dan praktek SADARI pada remaja putri ini dilakukan pada hari dan Rabu dan Kamis tanggal 8 dan 9 Januari 2025 pada pukul 10.00 WIB/selesai. Bentuk kegiatan pengabdian yang dilaksanakan adalah penyuluhan dan pendidikan kesehatan berupa ceramah dan menggunakan media video dan leaflet tentang cara atau langkah langkah melakukan SADARI. Sebelum melakukan penyuluhan dan praktek SADARI, pelaksana memberikan bina suasana kepada remaja putri yang hadir agar mereka mau mendengarkan dan menerima penyuluhan dan mengikuti praktek SADARI yang sesuai dengan langkah langkah yang benar. Sebelum memberikan penyuluhan dilakukan pretest untuk melihat bagaimana tingkat pengetahuan sasaran atau remaja putri tersebut mengenai Praktek SADARI untuk Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Remaja Putri .



**Gambar 1.** Kegiatan Penyuluhan

Dari 25 orang remaja putri sebagai remaja putri belum mampu menjawab soal pretest dengan benar. Hasil pretest yang dilakukan, sejalan dengan pengabdian yang dilakukan oleh yunita N dan Yuliati L (2020) bahwa pengetahuan remaja putri tentang SADARI di kategorikan cukup. Tetapi setelah dilakukan penyuluhan atau pemberian informasi mengenai penyuluhan dan Praktek SADARI untuk Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Remaja Putri, hasil posttest hampir semua (90%) remaja putri bisa menjawab pertanyaan dengan benar. Hal ini membuktikan bahwa penyuluhan yang diberikan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja putri di pondok pesantren darul muttaqin jambi tentang Praktek SADARI untuk Deteksi Dini Kanker Payudara.

Memberikan pemahaman dan pengetahuan kepada remaja putri tentang Praktek SADARI untuk Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Remaja Putri, sangatlah penting. SADARI adalah suatu pemeriksaan payudara untuk mengetahui adanya benjolan yang abnormal dan kelainan lainnya, dimana pemeriksaan ini dapat dilakukan sendiri di rumah dan tidak memerlukan biaya. SADARI dilakukan dengan posisi tegak menghadap cermin dan berbaring, dilakukan pengamatan dan perabaan payudara dengan menggunakan jari tangan secara teliti (Rachmawaty, 2021).

Kasus kanker payudara mayoritas ditemukan pada usia muda, bahkan tidak sedikit pada usia 14 tahun. Keadaan ini menunjukkan tren peningkatan gejala kanker payudara di usia remaja. Kejadian kanker payudara pada remaja terjadi karena beberapa faktor diantaranya adalah perubahan pola makan, dimana para remaja sekarang lebih banyak yang mengkonsumsi makanan cepat saji (fast food) dan makanan tidak sehat (junk food) yang bernilai gizi rendah namun mengandung zat-zat yang dapat membahayakan tubuh. Remaja juga mengalami perubahan gaya hidup dimana remaja jarang berolahraga dan tidur tidak teratur, serta tidak cukup tidur.

Faktor-faktor yang mempengaruhi remaja terkena resiko kanker payudara adalah gaya hidup dan pola makan. Disamping itu, pengetahuan remaja yang minim tentang kanker payudara tersebut dapat meningkatkan angka kejadian kanker payudara pada remaja. Melaksanakan Pengabdian kepada Masyarakat Penyuluhan dan Praktek SADARI untuk Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Remaja Putri di pondok pesantren darul muttaqin jambi merupakan salah satu bentuk kegiatan dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja putri tentang pentingnya meningkatkan kesehatan dan melakukan deteksi dini untuk mengetahui dan mencegah suatu penyakit. Seperti deteksi dini pada kanker payudara dengan melakukan praktek SADARI.

Pada saat kegiatan penyuluhan seluruh remaja putri sangat antusias dan rasa ingin tahu apa yang di maksud dengan SADARI, pada awal awalnya peserta merasa malu dan segan, karena menurut mereka pembahasan tentang anatomi payudara itu yang mereka agap tidak boleh di bahas di banyak orang walaupun pesertanya perempuan teman sebaya, setelah di berikan pemahaman pada saat pemateri melakukan kegiatan penyuluhan dan demonstrasi bagaimana langkah langkah SADARI, mereka sangat fokus dan mereka tertarik sekali untuk melakukan SADARI pada saat hari tujuh setelah menstruasi untuk meendeteksi dini kanker pada payudara, sehingga mereka lebih ingin tahu lebih dalam lagi dengan memberikan pertanyaan pertanyaan kepada pemateri.

## KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian ini mendapatkan respon yang baik oleh remaja putri di pondok pesantren darul muttaqin jambi. Terdapat peningkatan pengetahuan remaja putri tentang deteksi dini kanker payudara dengan melakukan langkah-langkah SADARI. Sebelum diberikan penyuluhan, dari 25 remaja putri yang mampu menjawab pertanyaan tentang deteksi dini kanker payudara dan langkah langkah SADARI hanya sebagian dari jumlah peserta yang hadir. setelah diberikan penyuluhan hampir semua remaja putri di pondok pesantren darul muttaqin jambi (95 %) sudah mengetahui tentang langkah langkah SADARI untuk mengetahui serta mencegah secara dini kanker payudara.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada Ketua pondok pesantren Darul Muttaqin Jambi , beserta jajarannya yang telah mendukung dan memfasilitasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, dan terimakasih juga kepada remaja putri pondok pesantren darul muttaqin jambi yang ikut berpartisipasi sehingga kegiatan ini dapat terwujud dan mendapatkan hasil yang maksimal.

## DAFTAR PUSTAKA

- American Cancer Society. (2023). *Cancer statistic center*.  
<https://doi.org/10.1017/S1368980021000471>
- Dinas Kesehatan Provinsi Jambi. (2017). *Data pasien kanker Provinsi Jambi*. Dinkes Provinsi Jambi.
- Efni, N., & Fatmawati, T. Y. (2021). Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media leafletter terhadap pengetahuan remaja putri dalam deteksi dini kanker payudara melalui pemeriksaan payudara sendiri (Sadari) di SMA N 8 Kota Jambi. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(1), 52–55.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *InfoDatin pusat data dan informasi: Beban kanker*. Kemenkes RI.

- Nurhayati, E., et al. (2021). Gerakan remaja sehat dengan Sadari deteksi dini kanker payudara pada remaja putri. *Jurnal Pengabdian Masyarakat AbdiMas*, 7(3). <https://doi.org/10.47007/ABD.V7I03.4114>
- Rachmawaty, M. Noer, et al. (2021). Edukasi Sadari (pemeriksaan payudara sendiri) sebagai deteksi dini pencegahan kanker payudara pada remaja putri. *Jurnal ...*, 5(2), 642–650.
- Stiqomah, R. N., Ratnawati, A. E., & Iriyani, E. (2023). Pengaruh penyuluhan pemeriksaan payudara sendiri (Sadari) melalui media video terhadap tingkat pengetahuan tentang Sadari pada remaja putri. *Humantech: Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia*, 2(11), 2369–2374.
- World Health Organization. (2022). *Cancer. Nutrition Research Reviews*. <https://doi.org/10.1079/nrr200245>