

## Edukasi Pentingnya Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) Bagi Wanita Usia Subur

Erin Rizkiana<sup>1\*</sup>, Arlina Azka<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Diploma IV Promosi Kesehatan, Politeknik Kesehatan Ummi Khasanah

---

### **\*Corresponding Author**

**(Erin Rizkiana)**

Email: erinrizkiana94@gmail.com

Alamat: Pinggirrejo RT 08 RW 07,

Wates, Magelang Utara, Kota

Magelang

### **History Artikel**

**Received:** 12-06-2023

**Accepted:** 31-07-2023

**Published:** 13-08-2023

### **Abstrak.**

*Di Indonesia, angka keterlambatan deteksi dini kanker payudara masih tinggi mencapai 80% bahkan sebagian besar ditemukan dalam stadium lanjut. Salah satu metode skrining awal efektif yang direkomendasikan oleh American Cancer Association dalam mendeteksi kanker payudara yaitu SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri). Pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan wanita usia subur tentang kanker payudara dan pentingnya melakukan pemeriksaan payudara sendiri guna mencegah atau deteksi dini kanker payudara. Kegiatan ini dilakukan dengan metode ceramah, diskusi, demonstrasi dan simulasi. Kemudian dilakukan evaluasi berupa pemberian pertanyaan berupa kuesioner tentang pengetahuan kanker payudara dan pemeriksaan payudara sendiri. Hasil menunjukkan pengetahuan wanita usia subur tentang kanker payudara dan SADARI setelah dilakukan edukasi mayoritas memiliki kategori baik. Kegiatan ini dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan wanita usia subur dan diharapkan agar dapat meningkatkan perilaku serta sikapnya dalam pemeriksaan payudara sendiri sebagai pencegahan dan deteksi dini kanker payudara*

*Kata Kunci: Edukasi; Kanker Payudara; SADARI*

### **Abstract**

*In Indonesia, the rate of delayed early detection of breast cancer is still high, reaching 80% and most of them are found in an advanced stage. One of the effective early screening methods recommended by the American Cancer Association in detecting breast cancer is Breast Self-Examination (BSE). This activity aims to increase awareness and knowledge of women of childbearing age about breast cancer and the importance of performing BSE to prevent or early detection of breast cancer. This activity was carried out using lecture, discussion, demonstration and simulation methods. Then an evaluation was carried out in the form of giving question in the form of questionnaires about knowledge of breast cancer and BSE. The results showed that the knowledge of women of childbearing age about breast cancer and BSE after education was mostly in the good category. This activity can affect the level of knowledge of women of childbearing age and is expected to improve their behavior and attitudes in BSE as prevention and early*

*detection of breast cancer.*

*Keyword: Education; Breast Cancer; Breast Self Examination*

---

## Pendahuluan

Kanker payudara merupakan salah satu Penyakit Tidak Menular (PTM) yang dapat menyebabkan kematian. Kasus baru kanker payudara di Indonesia tahun 2020 menempati peringkat pertama dengan jumlah 65.858 kasus atau 16.6% dan menjadi penyebab kematian kedua terbesar dengan jumlah 22.430 kasus atau 9.6% (Globocan, 2021). Berdasarkan Riskedas tahun 2018, kanker serviks dan kanker payudara menjadi angka prevalensi teratas di Indonesia. Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta merupakan salah satu provinsi yang memiliki prevalensi kanker payudara tertinggi di Indonesia sebesar 2.4% atau sekitar 4.325 orang (Kemenkes RI, 2018).

Tingginya morbiditas dan mortalitas menyebabkan penyakit tidak menular tidak hanya menjadi beban bagi individu yang menderita namun juga bagi keluarga dan masyarakat pada umumnya bahkan negara. Penyakit tidak menular berkembang secara perlahan dan memiliki durasi penyakit yang lama atau menahun karena bersifat kronis sehingga berdampak pada menurunnya produktivitas penderita (Tim Promkes RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten, 2022). Pada dasarnya penyakit tidak menular dapat dicegah namun tindakan pencegahan efektif terkait kanker payudara belum ditemukan sampai saat ini. Melalui diagnosis dini serta pengobatan lesi dengan tepat waktu akan menurunkan risiko kematian dan meningkatkan kualitas hidup penderita (Wachira et al., 2017). Permasalahan utama di Indonesia, angka keterlambatan pemeriksaan dini kanker payudara mencapai lebih dari 80% dan sebagian besar ditemukan dalam stadium lanjut. Kesadaran wanita yang kurang dalam mengetahui dan memeriksakan kondisi payudaranya dapat menambah perburukan keadaan. Namun sebaliknya apabila telah mendapatkan pengobatan

tepat saat stadium awal maka angka ketahanan hidup akan lebih tinggi (Dyanti & Suariyani, 2016).

Salah satu cara untuk mendapatkan diagnosis dini adalah dengan melakukan skrining kanker payudara yang dapat menurunkan angka mortalitas sebesar 7% pada wanita usia 40-49 tahun dan 11% pada wanita usia 50-69 tahun. Terdapat tiga metode skrining awal efektif yang direkomendasikan oleh *American Cancer Association* yaitu SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri), SADANIS (Pemeriksaan Payudara Klinis) dan dengan melakukan mamografi untuk mendeteksi kanker payudara tanpa gejala (Agustin et al., 2021). Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) merupakan salah satu metode sederhana dalam mendeteksi kanker payudara, karena mudah dilakukan, tidak berbahaya, murah, dan nyaman dilakukan. Namun studi menyatakan bahwa hanya sekitar dua per tiga wanita mau mempraktikannya setiap bulan dan masih sekitar setengahnya melakukan dengan benar. Salah satu faktor penyebabnya adalah karena kurangnya informasi mengenai pemeriksaan payudara sendiri (Wardhani et al., 2017).

Perilaku seseorang untuk menerapkan hidup sehat sangat berkaitan dengan tingkat pengetahuannya. Sebuah studi menunjukkan bahwa salah satu faktor dominan yang mempengaruhi peluang perilaku wanita usia subur dalam SADARI adalah pengetahuan wanita usia subur dengan nilai OR 17.7 yang berarti bahwa dengan pengetahuan baik tentang SADARI akan memiliki peluang perilaku SADARI sebesar 17.7 kali lebih tinggi dibanding dengan yang memiliki pengetahuan kurang baik (Sundari et al., 2022). Penelitian lain menjelaskan bahwa pengetahuan dengan nilai OR 5.090 dan motivasi dengan OR 11.402 memiliki hubungan dengan perilaku wanita usia subur dalam melakukan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)

dalam mendeteksi kanker payudara di wilayah kerja Puskesmas Tambang Riau (Pesa, M, 2019).

SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri) dapat menurunkan tingkat mortalitas karena kanker payudara hingga 20%, akan tetapi wanita yang melakukan pemeriksaan payudara sendiri masih sangat rendah sekitar 25%-30%. Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dilengkapi dengan langkah khusus dalam mendeteksi dini atau skrining kanker payudara. Tindakan ini dilakukan dalam waktu 7-10 hari setelah hari pertama wanita menstruasi/telah selesai menstruasi (Rokayah & Rusyanti, 2016).

Diagnosis kanker payudara yang lambat saat ini diperparah dengan adanya pandemi covid-19 yang mengakibatkan masyarakat enggan untuk melakukan pengobatan ke fasilitas pelayanan kesehatan karena takut tertular. Keadaan tersebut mengakibatkan semakin tertundanya pelayanan kesehatan pada masyarakat salah satunya deteksi dini atau kasus tahap awal kanker payudara (Hayati et al., 2023).

Wanita usia subur yang terpapar dengan informasi SADARI dapat mempengaruhi perilakunya dalam pemeriksaan SADARI, karena dapat lebih mengetahui terkait waktu serta prosedur dalam melakukan SADARI yang baik dan benar. Oleh karena itu, dengan adanya pengabdian masyarakat dalam edukasi pentingnya melakukan pemeriksaan payudara sendiri bagi wanita usia subur diharapkan dapat meningkatkan perilaku terkait SADARI dan dapat memberikan informasi sehingga wanita usia subur dapat melakukan SADARI dengan tepat dan benar.

## Metode

Pelaksanaan edukasi ini dilakukan dengan menggunakan metode ceramah, diskusi, demonstrasi dan simulasi Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). Kegiatan ini dilakukan di Posbindu Pedukuhan Serayu, Desa Bantul, Kecamatan Bantul yang dilaksanakan pada tanggal 23 Februari 2023. Adapun sasaran dari kegiatan ini yaitu wanita usia subur yang ada di Pedukuhan Serayu dengan

jumlah 30 orang.

Pelaksanaan pengabdian dilakukan dengan tiga tahapan, tahap pertama merupakan tahap persiapan. Pada tahap ini kelompok pengabdian melakukan survey pendahuluan terlebih dahulu terkait permasalahan yang ada di Pedukuhan Serayu, Desa Bantul, Bantul, Yogyakarta. Tahap selanjutnya dengan melakukan tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian yang sesuai dengan kebutuhan mitra.

Tahap terakhir adalah tahap evaluasi. Pada tahap ini dilakukan evaluasi berdasarkan kegiatan yang telah dilakukan dan diharapkan adanya peningkatan pemahaman dari peserta atau sasaran kegiatan pengabdian, pada tahap evaluasi dilakukan *post-test only* terkait pengetahuan wanita usia subur tentang kanker payudara dan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI).

## Hasil dan Pembahasan

### 1. Hasil

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada hari Kamis, 23 Februari 2023 di Posbindu Pedukuhan Serayu, Desa Bantul, Bantul yang dihadiri oleh wanita usia subur dari usia 21-49 tahun. Jumlah peserta yang datang yaitu 30 orang. Kegiatan ini dilakukan dengan melakukan edukasi berupa penyuluhan tentang kanker payudara, dan pentingnya melakukan pemeriksaan payudara sendiri sebagai pencegahan terjadinya kanker payudara bagi wanita usia subur. Selain itu dilakukan pula diskusi sehingga kegiatan semakin aktif dimana peserta dapat mengajukan pertanyaan maupun tanggapan dari kegiatan edukasi tersebut. Selain penyuluhan dan diskusi, diadakan pula demonstrasi dari pemeriksaan payudara sendiri untuk dapat diterapkan oleh peserta setelah mengikuti kegiatan ini.



**Gambar 1.** Kegiatan pengabdian masyarakat di Posbindu Pedukuhan Serayu

Pada gambar 1, menjelaskan mengenai persiapan acara berupa kegiatan registrasi peserta dan pengaturan tempat dalam persiapan sosialisasi. Setelah dilakukan edukasi berupa penyuluhan tentang kanker payudara dan pentingnya Pemeriksaan Payudara Sendiri dalam pencegahan kanker payudara, dilakukan juga demonstrasi serta simulasi Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). Harapannya agar masyarakat atau khususnya wanita usia subur dapat memperoleh pengetahuan dan dapat mempraktikkan sendiri terkait deteksi dini kanker payudara yaitu melakukan SADARI. Berikut merupakan gambar dari demonstrasi dan simulasi bagi wanita usia subur. Dalam demonstrasi dan simulasi tersebut disediakan ruangan untuk privasi dari peserta.



**Gambar 2.** Dilakukan demonstrasi Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)



**Gambar 3.** Demonstrasi dan Simulasi Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)

Pada gambar 2 dan gambar 3, menunjukkan sedang dilakukannya kegiatan demonstrasi dan simulasi dari SADARI kepada wanita usia subur. Setelah dilakukan rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat, peserta dilakukan evaluasi dengan mengajukan pertanyaan berupa kuesioner. Hasil dari *post test* tersebut sebagai berikut:

**Tabel 1.** Pengetahuan wanita usia subur setelah dilakukan edukasi kanker payudara dan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	23	77%
Cukup	5	17%
Kurang	2	7%

Didapatkan bahwa wanita usia subur di Posbindu Serayu setelah dilaksanakan edukasi mayoritas sudah memiliki tingkat pengetahuan baik sebanyak 23 orang (77%).

## 2. Pembahasan

Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini didapatkan bahwa pengetahuan wanita usia subur di Pedukuhan Serayu memiliki tingkat pengetahuan yang baik. Diperkuat dengan penelitian Anggrainy (Angrainy, 2017) diketahui bahwa pendidikan kesehatan memiliki hubungan yang signifikan terkait pengetahuan serta sikap wanita usia subur

dalam perilaku SADARI. Selain itu, berdasarkan Marfianti (Marfianti, 2021), setelah dilakukan edukasi dan pelatihan tentang kanker payudara dan ketrampilan SADARI, pengetahuan ibu-ibu di Dusun Jatimulyo Dlingo meningkat dari sebelum dilakukannya edukasi dan pelatihan. Penelitian lain yang dilakukan oleh Purba (Purba & Simanjuntak, 2019), diperoleh bahwa dengan dilakukannya pendidikan kesehatan terkait SADARI efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap dari wanita usia subur tentang SADARI.

Melalui kegiatan pengabdian masyarakat ini, ibu-ibu atau wanita usia subur di daerah Pedukuhan Serayu dengan pengetahuan yang mayoritas sudah baik akan meningkatkan perilakunya terkait pencegahan kanker payudara yaitu dengan melakukan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). Penggunaan strategi dengan melakukan penyuluhan langsung akan lebih efektif dalam proses penerimaan informasi yang dibutuhkan. Dibuktikan oleh penelitian Saputra (Saputra et al., 2021), metode paling efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan praktik atau pendidikan kesehatan adalah dengan metode ceramah dan demonstrasi. Beberapa peserta dalam kegiatan ini juga tertarik untuk praktik SADARI secara langsung setelah dilakukan demonstrasi. Metode edukasi secara langsung terhadap sasaran dapat meningkatkan ketertarikan sasaran dalam mengetahui lebih jauh mengenai deteksi dini kanker payudara (Noer et al., 2021).

Hasil akhir yang diharapkan melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah meningkatnya perilaku masyarakat khususnya ibu dan wanita usia subur dalam melakukan pencegahan dan deteksi dini kanker payudara. Perilaku pemeriksaan payudara sendiri yang meningkat dapat menjadi salah satu strategi untuk mendorong keberhasilan upaya menurunkan morbiditas dan mortalitas akibat kanker payudara. Dengan dilakukannya deteksi dini, harapannya apabila penderita masih dalam stadium awal akan dapat diupayakan untuk segera mendapat penanganan. Hal ini dapat meningkatkan harapan hidup dan kesembuhan, serta meningkatkan derajat

kesehatan masyarakat di Indonesia secara umum.

## Kesimpulan

Tingkat pengetahuan wanita usia subur tentang kanker payudara dan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) di Pedukuhan Serayu setelah dilakukan edukasi mayoritas memiliki kategori baik sebanyak 77 %. Pemberian edukasi serta demonstrasi dan simulasi dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang, sehingga tingkat pengetahuan yang didapatkan adalah dengan kategori baik.

Diharapkan dengan tingkat pengetahuan yang mayoritas baik ini dapat meningkatkan perilaku serta sikap dari wanita usia subur untuk melakukan pemeriksaan payudara sendiri sebagai salah satu deteksi dini dan pencegahan kanker payudara. Kendala dari kegiatan ini adalah ruangan dengan privasi yang terbatas dan sempit dalam melakukan simulasi atau praktik Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) sehingga dalam praktiknya memerlukan waktu yang cukup lama karena harus bergantian.

## Daftar Pustaka

- Agustin, I., Kumalasari, I., & Jaya, H. (2021). Pelatihan Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Pada Siswi Sma Bina Lestari Kecamatan Gandus Sebagai Upaya Pencegahan Kanker Payudara. *Abdi Dosen: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 5(1), 72. <https://doi.org/10.32832/abdidos.v5i1.825>
- Angrainy, R. (2017). Hubungan Pengetahuan, Sikap Tentang Sadari Dalam Mendeteksi Dini Kanker Payudara Pada Remaja. *Jurnal Endurance*, 2(2), 232. <https://doi.org/10.22216/jen.v2i2.1766>
- Dyanti, G. A. R., & Suariyani, N. L. P. (2016). Faktor-Faktor Keterlambatan Penderita Kanker Payudara Dalam Melakukan Pemeriksaan Awal Ke Pelayanan Kesehatan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(2), 276. <https://doi.org/10.15294/kemas.v11i2.3>

- 742  
 Globocan. (2021). Cancer in Indonesia. In *The Global Cancer Observatory*. <https://doi.org/10.1001/jama.247.22.3087>
- Hayati, N., Wahyuni, A., & Kusumawati, W. (2023). Pencegahan Kanker Payudara melalui Sadari dan Sadanis di Era Pandemi Covid-19 *Prevention of Breast Cancer Through Consciousness and Sadism in the Era of the Covid-19 Pandemic*. 5(2), 172–178. <https://doi.org/10.26714/jsm.5.2.2023.172-178>
- Kemendes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kemendagri Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Marfianti, E. (2021). Peningkatan Pengetahuan Kanker Payudara dan Keterampilan Periksa Payudara Sendiri (SADARI) untuk Deteksi Dini Kanker Payudara di Semutan Jatimulyo Dlingo. *Jurnal Abdimas Madani Dan Lestari (JAMALI)*, 3(1), 25–31. <https://doi.org/10.20885/jamali.vol3.iss1.art4>
- Noer, R. M., Herawaty, N., & Suryadartiwi, W. (2021). Edukasi Sadari (Pemeriksaan Payudara Sendiri) Sebagai Deteksi Dini Pencegahan Kanker Payudara Pada Remaja Putri. *Jurnal Masyarakat Mandiri*, 5(2), 642–650. [https://scholar.google.co.id/scholar?hl=en&as\\_sdt=0%2C5&q=Rasjidi%2C+l.+%282009%29.+Deteksi+dini+pencegahan+kanker+pada+wanita.+Edisi+l.+Jakarta%3A+Sagung+Seto.&btnG=](https://scholar.google.co.id/scholar?hl=en&as_sdt=0%2C5&q=Rasjidi%2C+l.+%282009%29.+Deteksi+dini+pencegahan+kanker+pada+wanita.+Edisi+l.+Jakarta%3A+Sagung+Seto.&btnG=)
- Pesa, M, Y. (2019). Perilaku Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Pada Wanita Usia Subur Dalam Deteksi Dini Kanker Payudara di Wilayah Kerja Puskesmas Tambang. *Jurnal Kesehatan Husada Gemilang*, 2(No 2), 73–79. <http://ojs.husadagemilang.ac.id/index.php/kebidanan/article/view/38/30>
- Purba, A. E. T., & Simanjuntak, E. H. (2019). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Sadari terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Wus tentang Deteksi Dini Kanker Payudara. *Jurnal Bidan Komunitas*, 2(3), 160. <https://doi.org/10.33085/jbk.v2i3.4476>
- Rokayah, Y., & Rusyanti, S. (2016). Pengaruh Penggunaan Media Buku Saku Kespro Terhadap Pelaksanaan Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Oleh Remaja Di Sman I Cipanas Kabupaten Lebak Tahun 2015. *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 3(1), 23–30. <https://doi.org/10.36743/medikes.v3i1.149>
- Saputra, A. U., Mulyadi, B., & Banowo, B. S. (2021). Systematic Review: Efektivitas Beberapa Metode Pendidikan Kesehatan Program Pencegahan Kanker Payudara terhadap Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Remaja tentang Sadari. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 9(2), 365–380. <https://doi.org/10.26714/JKJ.9.2.2021.365-380>
- Sundari, E., Utami, S., & Ariestanti, Y. (2022). Faktor-Faktor Yang Berperan Pada Perilaku Sadari Wanita Usia Subur Di Tempat Praktek Mandiri Bidan (Tpmb) Endang Sundari Bekasi Tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 6(4), 36–46.
- Tim Promkes RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten. (2022). *Penyakit Tidak Menular (PTM)*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Wachira, J., Busakhala, A., Chite, F., Naanyu, V., Kisuya, J., Otieno, G., Keter, A., Mwangi, A., & Inui, T. (2017). Refining a questionnaire to assess breast cancer knowledge and barriers to screening in Kenya: Psychometric assessment of the BCAM. *BMC Health Services Research*, 17(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12913-017-2058-x>
- Wardhani, A. D., Saraswati, L. D., Adi, M. S., Peminatan, M., Kesehatan, E., & Semarang, F. K. M. U. (2017). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Sadari Dan Praktik Pemeriksaan Payudara Sendiri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 5(1), 180–185.