



## PEMERIKSAAN KESEHATAN GRATIS DAN PENYULUHAN SADARI PADA WANITA USIA SUBUR

<sup>1\*)</sup>Fitria Prabandari, <sup>2)</sup>Juni Sofiana, <sup>3)</sup>Sumarni, <sup>4)</sup>Rosmawati

<sup>(1)</sup>Program Studi Kebidanan Program Profesi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gombong  
email: [fitriaprabandari30@gmail.com](mailto:fitriaprabandari30@gmail.com)

<sup>(2)(3)</sup>Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gombong

<sup>(3)</sup>Program Studi Kebidanan Program Diploma Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gombong

### ABSTRAK

Kanker payudara adalah kanker paling umum pada wanita di seluruh dunia kecuali di 42 negara, dimana kanker serviks masih mendominasi. Faktor utama yang berhubungan dengan keterlambatan diagnosis kanker payudara masih banyak terjadi di negara-negara berkembang seperti di Asia, diantaranya gejala dan pemeriksaan payudara, serta pengetahuan dan persepsi individu. Hasil studi telah menyoroti pentingnya penerapan SADARI dengan pertemuan tatap muka yang melibatkan profesional kesehatan dan jaringan sosial perempuan untuk pendidikan payudara. Tujuan dari pengabdian ini adalah memberikan pendidikan kesehatan sebagai upaya deteksi dini kanker payudara berupa pemeriksaan payudara sendiri (SADARI), serta pemeriksaan kesehatan secara gratis. Pengabdian ini melibatkan 40 wanita usia subur, peserta mendapatkan penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan. Hasil pengabdian ini adalah meningkatnya pengetahuan peserta tentang SADARI dan tercapainya pemeriksaan kesehatan pada wanita usia subur. Kesimpulan dari pengabdian ini adalah kesadaran wanita usia subur untuk melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) sebagai upaya deteksi dini kanker payudara semakin meningkat dan pemeriksaan kesehatan secara rutin dapat meningkatkan kualitas kesehatan dalam hidupnya. Saran bagi tenaga kesehatan untuk meningkatkan intervensi program kesadaran berbasis masyarakat.

**Kata kunci:** kanker payudara, deteksi dini, SADARI

### ABSTRACT

*Breast cancer is the most common cancer in women worldwide except in 42 countries, where cervical cancer still dominates. The main factors associated with late diagnosis of breast cancer are still common in developing countries such as Asia, including symptoms and breast examination, as well as individual knowledge and perception. The study results have highlighted the importance of implementing BSE with face-to-face meetings involving health professionals and women's social networks for breast education. The aim of this service is to provide health education as an effort to detect breast cancer early in the form of breast self-examination (BSE), as well as free health examinations. This service involved 40 women of childbearing age, participants received counseling and health checks. The result of this service is increasing participants' knowledge about BSE and achieving health checks for women of childbearing age. The conclusion of this service is that awareness of women of childbearing age to carry out breast self-examination (BSE) as an effort to detect breast cancer early is increasing and regular health examinations can improve the quality of health in their lives. Suggestions for health workers to improve community-based awareness program interventions.*

**Key words:** breast cancer, early detection, BSE

## PENDAHULUAN

Salah satu kanker yang banyak terjadi dan sering menyebabkan kematian akibat kanker pada wanita adalah kanker payudara. Berdasarkan data dari International Agency for Research on Cancer dalam GLOBOCAN (Global Cancer Statistic) 2018, jumlah kasus baru kanker payudara yang ditemukan di seluruh dunia berkisar 2,1 juta orang (11,6%) dengan jumlah kematian sebesar 626.679 orang (6,6%). Angka kejadian sampai saat ini masih terus meningkat pada wanita usia di antara 40-45 tahun, diagnosis dini serta terapi yang dilakukan secara cepat dan tepat merupakan pendekatan utama penataan pada penderita kanker payudara (Bray et al., 2018)

Faktor utama yang berhubungan dengan keterlambatan diagnosis kanker payudara masih banyak terjadi di negara-negara berkembang seperti di Asia, diantaranya gejala dan pemeriksaan payudara, serta pengetahuan dan persepsi individu (Sobri et al., 2021).

Secara keseluruhan dan kombinasinya, racun-racun mungkin telah memberikan kontribusi yang signifikan terhadap peningkatan angka kanker payudara yang diamati selama beberapa dekade terakhir. Paparan pada masa awal kehamilan hingga masa remaja dan dewasa awal menjadi perhatian khusus karena paparan tersebut membentuk kembali program proses genetik, epigenetik, dan fisiologis dalam sistem payudara yang sedang berkembang, sehingga menyebabkan peningkatan risiko terkena kanker payudara (Gray et al., 2017).

Hasil studi telah menyoroti pentingnya penerapan SADARI dengan pertemuan tatap muka yang melibatkan profesional kesehatan dan jaringan sosial perempuan untuk pendidikan payudara (Dewi et al., 2022). Prevalensi nasional praktik SADARI secara keseluruhan di Indonesia sangat rendah (kurang dari 50%), terutama di luar Pulau Jawa. Pendidikan tinggi, pengetahuan tentang kanker payudara, sikap terhadap SADARI, riwayat keluarga tentang kanker payudara, dukungan keluarga terhadap SADARI, dan keterpaparan informasi kanker payudara mempengaruhi partisipasi dalam praktik

SADARI. Program kolaboratif harus ditingkatkan dengan pemerintah, pembuat kebijakan kesehatan, dan kelompok kesehatan masyarakat di tingkat individu atau komunitas untuk mempromosikan SADARI sebagai pemeriksaan rutin. Meskipun temuan-temuan ini signifikan secara statistik, analisis epidemiologi yang lebih terstruktur dan mendalam diperlukan untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan yang belum terjawab, terutama di wilayah timur Indonesia (Azhar et al., 2023).

Semua negara ditantang untuk memenuhi target ambisius dari Rencana Aksi Global WHO untuk Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular (PTM), dan untuk mencapai target Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs), yaitu pengurangan sepertiga angka kematian akibat PTM pada tahun 2017. tahun 2030. Kanker payudara adalah kanker paling umum pada wanita di seluruh dunia – kecuali di 42 negara, dimana kanker serviks masih mendominasi. Kelangsungan hidup penderita kanker payudara sangat bergantung pada akses perempuan terhadap perawatan yang tepat waktu, efektif, dan terjangkau. Deteksi dini sangat penting untuk kelangsungan hidup kanker payudara. Jika dibarengi dengan akses pengobatan yang tepat waktu, tindak lanjut yang tepat, dan perawatan penyintas, angka kematian akibat kanker payudara dapat berkurang secara signifikan (Ginsburg et al., 2020).

Wanita Usia Subur (WUS) di Kecamatan Larangan Kabupaten Brebes belum seluruhnya terpapar informasi tentang SADARI baik secara online maupun tatap muka, sehingga perlu diadakan penyuluhan sekaligus pemeriksaan kesehatan gratis sebagai upaya deteksi dini kanker payudara.

Tujuan dari pengabdian ini untuk memberikan Pendidikan kesehatan tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) dan pemeriksaan kesehatan gratis di Desa Larangan Kabupaten Brebes tahun 2023. Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut: Bagaimana Efektifitas pendidikan kesehatan SADARI dan pemeriksaan gratis sebagai upaya deteksi dini

kanker payudara?.

**METODE**

**A. Keterkaitan Kegiatan**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Larangan Kabupaten Brebes Provinsi Jawa Tengah. Kegiatan ini sebagai suatu kegiatan yang dipandang sangat bermanfaat pada wanita usia subur sebagai upaya pencegahan dan deteksi dini kanker payudara.

**B. Jadwal Pelaksanaan**

No	Kegiatan	Tempat	Waktu
1	Persiapan lokasi	Kec. Larangan	Agustus 2023
2	Penyusunan proposal	Fikes UNIMUGO	Agustus 2023
3	Pelaksanaan kegiatan	Kec.Larangan Kab. Brebes	September 2023
4.	Penyusunan laporan	Fikes UNIMUGO	Oktober 2023

**C. Metode yang digunakan:**

1. Pemeriksaan kesehatan
2. Penyuluhan

**HASIL**

**Hasil Aktivitas**

Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Kecamatan Larangan Kabupaten Brebes Jawa Tengah pada tanggal 16 September 2023. Kehadiran peserta saat kegiatan penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan berjumlah 40 orang, pelaksanaan kegiatan pengabdian sesuai dengan waktu yang dijadwalkan, materi yang disampaikan sesuai dengan yang direncanakan. Para peserta yang hadir sangat antusias dengan kegiatan ini karena sekaligus ada kegiatan pemeriksaan kesehatan secara gratis.

Kegiatan pertama adalah penyuluhan deteksi dini kanker payudara dengan teknik pemeriksaan payudara sendiri

(SADARI), dalam penyuluhan peserta diberi materi tentang kanker payudara dan cara melakukan SADARI, sehingga setiap peserta dapat langsung mempraktikkan gerakan SADARI. Kegiatan kedua yaitu pemeriksaan kesehatan gratis, pemeriksaan ini meliputi pemeriksaan tekanan darah, berat badan, tinggi badan, lingkaran perut, lingkaran lengan atas, dan pemeriksaan gula darah, asam urat, serta kolesterol sesuai keluhan peserta, selanjutnya diberi konseling secara individu sesuai dengan hasil pemeriksaan.



Gambar 1. konseling dan pemeriksaan kesehatan gratis sasaran pengabdian kepada masyarakat

**PEMBAHASAN**

Hasil kegiatan pengabdian telah dipaparkan, ditemukan bahwa peserta pengabdian yang terdiri dari wanita usia subur sangat antusias dalam mengikuti kegiatan ini. Para peserta sebagian besar belum mendapatkan informasi terkait pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) sebagai upaya pencegahan kanker payudara. Dengan adanya kegiatan pengabdian ini pengetahuan dan pengalaman peserta pengabdian bertambah dan meningkatkan kesadaran akan pentingnya melakukan pemeriksaan SADARI, agar apabila dicurigai adanya gejala kanker payudara dapat ditangani lebih dini.

Hanya sedikit pasien yang menerima informasi tentang dampak kesehatan seksual dari pengobatan kanker payudara, meskipun banyak yang mengalami gejala. Potensi efek

samping harus didiskusikan sejak dini dan sering ditangani selama pengobatan, dengan memperhatikan strategi untuk mencegah dan meringankan gejala serta meningkatkan kesehatan seksual secara keseluruhan (Huynh et al., 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Igiraneza et al. (2021) mengungkapkan rendahnya tingkat pengetahuan tentang kanker payudara, skrining kanker payudara, dan praktik mengenai skrining kanker payudara. Ada kebutuhan untuk meningkatkan kesadaran akan kanker payudara dan menciptakan sebuah program, yang dapat mempengaruhi pengetahuan dan praktik skrining kanker payudara yang pada akhirnya meningkatkan kesehatan di kalangan perempuan. Di Indonesia penyuluhan tentang SADARI telah banyak dilakukan oleh tenaga kesehatan, namun belum seluruhnya Wanita usia subur terpapar informasi ini.

Sebagai upaya deteksi dini kanker payudara, peran pasien sangat diperlukan dan kerjasama antar tenaga kesehatan dan pasien dapat membuka cara baru dalam menyampaikan informasi. Keterlibatan pasien sangat diperlukan dalam mewujudkan perubahan layanan kesehatan yang berpusat pada pasien. Organisasi masyarakat baru-baru ini terlibat dalam mendukung pasien untuk memiliki akses terhadap perawatan kanker yang berkualitas (Cardoso et al., 2021).

Faktor risiko kanker payudara pada wanita antara lain usia tua, riwayat keluarga, penyakit payudara jinak sebelumnya, dan diagnosis kanker payudara sebelumnya. Selain itu, beberapa faktor hormonal, terutama yang menyebabkan wanita mengalami lebih banyak siklus menstruasi, berperan dalam meningkatkan risiko, termasuk periode menstruasi dini, menopause terlambat, lebih sedikit (dan lebih lambat) melahirkan, dan lebih sedikit menyusui. Faktor risiko yang dapat dicegah antara lain kelebihan berat badan/obesitas, kurang aktivitas fisik, merokok, dan konsumsi alkohol. Terapi penggantian hormonal meningkatkan risiko. Wanita yang pernah menjalani terapi radiasi pada dada

atau payudara sebagai pengobatan untuk kanker lain (misalnya limfoma) juga berisiko lebih tinggi (Biganzoli et al., 2020). Pada kegiatan pengabdian ini juga diadakan pemeriksaan kesehatan gratis sebagai upaya deteksi penyakit yang mungkin saja terjadi pada peserta, karena selain kanker payudara wanita usia subur juga rentan mengalami penyakit yang dapat menurunkan kualitas hidup wanita. Pemeriksaan ini meliputi tekanan darah, tinggi badan, berat badan, lingkar perut, lingkar lengan atas, pemeriksaan darah kolesterol, asam urat, dan gula darah. Peserta sangat antusias mengikuti kegiatan pengabdian ini.

Pemeriksaan kesehatan tahunan di layanan primer untuk orang dewasa sebenarnya tidak mengubah jumlah keseluruhan penerimaan pasien darurat, namun tampaknya berpengaruh dalam mengurangi penerimaan pasien darurat yang dapat dicegah (Carey et al., 2017).

Berdasarkan hasil penelitian Christoffersen et al. (2023) menyarankan agar masyarakat secara umum memiliki inisiatif di masa depan untuk melakukan pemeriksaan kesehatan berdasarkan kebutuhan secara menyeluruh sebagai dasar pengambilan keputusan tentang di mana dan bagaimana pemeriksaan kesehatan preventif dilaksanakan.

Sebanyak 1 dari 10 perempuan pada kelompok usia subur menjalani skrining kanker payudara dan kurang dari satu dari tiga perempuan melakukan skrining kanker serviks. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan kesadaran dan akses terhadap layanan skrining untuk mencapai diagnosis dini dan hasil pengobatan yang lebih baik (Krishnamoorthy et al., 2022). Meskipun sebagian besar peserta pernah mendengar tentang kanker payudara, namun mereka belum memiliki pengetahuan yang cukup mengenai faktor risiko, gejala, dan cara pencegahan kanker payudara. Sehingga disarankan intervensi yang menargetkan program kesadaran berbasis masyarakat (Mehejabin & Rahman, 2022). Hasil tinjauan sistematis dan meta-analisis mengungkapkan bahwa program pemeriksaan berbasis rumah pada penderita

kanker payudara tampaknya memiliki efek menguntungkan jangka pendek dalam meningkatkan kualitas hidup spesifik kanker payudara dan kualitas hidup global. Selain itu, program pemeriksaan berbasis rumah dikaitkan dengan penurunan kecemasan, kelelahan dan insomnia segera setelah intervensi (Cheng et al., 2017).

#### SIMPULAN

Pengabdian kepada masyarakat ini meningkatkan kesadaran wanita usia subur untuk melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) sebagai upaya deteksi dini kanker payudara dan pemeriksaan kesehatan secara rutin sehingga dapat meningkatkan kualitas kesehatan dalam hidupnya. Saran bagi tenaga kesehatan untuk meningkatkan intervensi program kesadaran berbasis masyarakat.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Azhar, Y., Hanafi, R. V., Lestari, B. W., & Halim, F. S. (2023). Breast Self-Examination Practice and Its Determinants among Women in Indonesia: A Systematic Review, Meta-Analysis, and Meta-Regression. *Diagnostics*, *13*(15), 2577. <https://doi.org/10.3390/diagnostics13152577>
- Biganzoli, L., Cardoso, F., Beishon, M., Cameron, D., Cataliotti, L., Coles, C. E., Delgado Bolton, R. C., Trill, M. D., Erdem, S., Fjell, M., Geiss, R., Goossens, M., Kuhl, C., Marotti, L., Naredi, P., Oberst, S., Palussière, J., Ponti, A., Rosselli Del Turco, M., ... Poortmans, P. (2020). The requirements of a specialist breast centre. *The Breast*, *51*, 65–84. <https://doi.org/10.1016/j.breast.2020.02.003>
- Bray, F., Ferlay, J., Soerjomataram, I., Siegel, R. L., Torre, L. A., & Jemal, A. (2018). Global cancer statistics 2018: GLOBOCAN estimates of incidence and mortality worldwide for 36 cancers in 185 countries. *CA: A Cancer Journal for Clinicians*, *68*(6), 394–424. <https://doi.org/10.3322/caac.21492>
- Cardoso, F., MacNeill, F., Penault-Llorca, F., Eniu, A., Sardanelli, F., Nordström, E. B., & Poortmans, P. (2021). Why is appropriate healthcare inaccessible for many European breast cancer patients? – The EBCC 12 manifesto. *The Breast*, *55*, 128–135. <https://doi.org/10.1016/j.breast.2020.12.010>
- Carey, I. M., Hosking, F. J., Harris, T., DeWilde, S., Beighton, C., Shah, S. M., & Cook, D. G. (2017). Do health checks for adults with intellectual disability reduce emergency hospital admissions? Evaluation of a natural experiment. *Journal of Epidemiology and Community Health*, *71*(1), 52–58. <https://doi.org/10.1136/jech-2016-207557>
- Cheng, K. K. F., Lim, Y. T. E., Koh, Z. M., & Tam, W. W. S. (2017). Home-based multidimensional survivorship programmes for breast cancer survivors. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, *2017*(8). <https://doi.org/10.1002/14651858.CD011152.pub2>
- Christoffersen, N. B., Nilou, F. E., Thilsing, T., Larsen, L. B., Østergaard, J. N., & Broholm-Jørgensen, M. (2023). Exploring targeted preventive health check interventions – a realist synthesis. *BMC Public Health*, *23*(1), 1928. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-16861-8>
- Dewi, T. K., Ruiter, R. A. C., Ardi, R., & Massar, K. (2022). The role of psychosocial variables in breast self-examination practice: Results from focus group discussions in Surabaya, Indonesia. *Psycho-Oncology*, *31*(7), 1169–1177. <https://doi.org/10.1002/pon.5905>
- Ginsburg, O., Yip, C., Brooks, A., Cabanes, A., Caleffi, M., Dunstan Yataco, J. A., Gyawali, B., McCormack, V., McLaughlin de Anderson, M., Mehrotra, R., Mohar, A., Murillo, R., Pace, L. E., Paskett, E. D., Romanoff,

- A., Rositch, A. F., Scheel, J. R., Schneidman, M., Unger-Saldaña, K., ... Anderson, B. O. (2020). Breast cancer early detection: A phased approach to implementation. *Cancer*, *126*(S10), 2379–2393. <https://doi.org/10.1002/cncr.32887>
- Gray, J. M., Rasanayagam, S., Engel, C., & Rizzo, J. (2017). State of the evidence 2017: an update on the connection between breast cancer and the environment. *Environmental Health*, *16*(1), 94. <https://doi.org/10.1186/s12940-017-0287-4>
- Huynh, V., Vemuru, S., Hampanda, K., Pettigrew, J., Fasano, M., Coons, H. L., Rojas, K. E., Afghahi, A., Ahrendt, G., Kim, S., Matlock, D. D., & Tevis, S. E. (2022). No One-Size-Fits-All: Sexual Health Education Preferences in Patients with Breast Cancer. *Annals of Surgical Oncology*, *29*(10), 6238–6251. <https://doi.org/10.1245/s10434-022-12126-7>
- Igiraneza, P. C., Omondi, L. A., Nikuze, B., Uwayezu, M. G., Fitch, M., & Niyonsenga, G. (2021). Factors influencing breast cancer screening practices among women of reproductive age in South Kayonza District, Rwanda. *Canadian Oncology Nursing Journal*, *31*(3), 251–257. <https://doi.org/10.5737/23688076313251257>
- Krishnamoorthy, Y., Ganesh, K., & Sakthivel, M. (2022). Prevalence and determinants of breast and cervical cancer screening among women aged between 30 and 49 years in India: Secondary data analysis of National Family Health Survey - 4. *Indian Journal of Cancer*, *59*(1), 54–64. [https://doi.org/10.4103/ijc.IJC\\_576\\_19](https://doi.org/10.4103/ijc.IJC_576_19)
- Mehejabin, F., & Rahman, Md. S. (2022). Knowledge and perception of breast cancer among women of reproductive age in Chattogram, Bangladesh: A cross-sectional survey. *Health Science Reports*, *5*(5). <https://doi.org/10.1002/hsr2.840>
- Sobri, F., Bachtiar, A., Panigoro, S., Ayuningtyas, D., Gustada, H., Yuswar, P., Nur, A., Putri, R., & Widihidayati, A. (2021). Factors Affecting Delayed Presentation and Diagnosis of Breast Cancer in Asian Developing Countries Women: A Systematic Review. *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention*, *22*(10), 3081–3092. <https://doi.org/10.31557/APJCP.2021.22.10.3081>