

Sosialisasi Sadari Dalam Upaya Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Wus Di Klinik Bidan Morina Neri Medan Krio

Ester Saripati Harianja¹, Mestika Lumbantoruan², Rosetty Sipayung³

^{1,3}Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Sari Mutiara Indonesia, Medan, Sumatera Utara, 20123, Indonesia

²Fakultas Pendidikan Vokasi, Universitas Sari Mutiara Indonesia, Medan, Sumatera Utara, 20123, Indonesia

*penulis korespondensi : esterbarianja25@gmail.com

Abstrak. Kanker payudara merupakan jenis kanker yang paling sering didiagnosis di kalangan wanita dan penyebab kematian akibat kanker yang paling umum pada wanita. Di Indonesia kanker payudara merupakan kanker pertama paling banyak pada wanita. Tingginya kasus kanker payudara menjadi prioritas penanganan oleh pemerintah. Salah satu upaya pencegahan yang dilakukan untuk mengurangi tingginya insidens kanker payudara dan cara mengatasi supaya kasus tidak berkembang pada stadium lanjut yaitu dengan SADARI sebagai upaya deteksi dini kanker payudara. SADARI (Periksa Payudara Sendiri) adalah pemeriksaan payudara yang dilakukan sendiri dengan belajar melihat dan memeriksa perubahan payudaranya sendiri setiap bulan. Pemeriksaan ini merupakan salah satu deteksi dini kanker payudara yang efektif dilakukan secara teratur dan dapat dipantau apakah ada benjolan atau masalah lainnya sejak dari awal mulai dari ukuran kecil sehingga dapat segera diatasi dan pengobatannya pun bisa lebih efektif. Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan untuk mensosialisasikan SADARI (Periksa Payudara Sendiri) sebagai upaya deteksi dini kanker payudara kepada Wanita Usia Subur (WUS) yang memperoleh pelayanan di Klinik Bidan Praktek Mandiri Morina Neri Medan Krio Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang. Dengan adanya kegiatan sosialisasi SADARI dalam upaya deteksi kanker payudara dan demonstrasi 6 langkah-langkah SADARI dapat meningkatkan pengetahuan WUS tentang SADARI sehingga memengaruhi sikap dan perilaku WUS menyadari pentingnya SADARI dalam mencegah risiko kanker payudara serta menerapkannya dengan rutin setiap bulannya. Dengan rutin melakukan SADARI, wanita bisa terlindungi dari kanker payudara.

Abstract. Breast cancer is the second most common cancer in the world after lung cancer and is the first most common cancer in women in Indonesia. In 2022, in the world, there will be 2.3 million women diagnosed with breast cancer and 670,000 deaths, while in Indonesia, it is estimated that 408,661 cases of breast cancer will be diagnosed with a total of 242,988 deaths. The high number of breast cancer cases in Indonesia is a priority for handling by the government. One of the preventive measures taken to reduce the high incidence of breast cancer and how to prevent cases from developing at an advanced stage requires early detection, one of which is through BSE. BSE (Self-Examination of Breasts) is a self-examination of breasts by learning to see and examine changes in one's breasts every month. This examination is an effective form of early detection of breast cancer that is carried out regularly and can be monitored for lumps or other problems from the start, starting from small sizes, so that they can be treated immediately and the treatment can be more effective. This Community Service aims to socialize early detection of breast cancer with BSE (Self-Examination of Breasts) to Women of Childbearing Age (WUS) who receive services at the Morina Neri Independent Practicing Midwife Clinic, Medan Krio, Sunggal District, Deli Serdang Regency as an effort to prevent breast cancer and reduce cases so that they do not develop at an advanced stage. The socialization of BSE to detect breast cancer and the demonstration of the six steps of BSE can increase WUS' knowledge about BSE so that it influences the attitudes and behavior of WUS to realize the importance of BSE in preventing the risk of breast cancer and implement it regularly every month. By periodically doing BSE, women can be protected from breast cancer.

Historis Artikel:

Diterima : 20 Januari 2025

Direvisi : 29 Januari 2025

Disetujui : 07 Februari 2025

Kata Kunci:

SADARI, Deteksi Dini, Kanker Payudara, WUS

PENDAHULUAN

Kanker merupakan salah satu penyebab utama yang berkontribusi terhadap angka kematian di seluruh dunia. Pada tahun 2022, jumlah kasus kanker diperkirakan mencapai 19,9 juta dengan 9,7 juta kematian. Kematian yang disebabkan oleh kanker diprediksi akan terus naik hingga melebihi 13,1 juta pada tahun 2030 (Globocan, 2022b). Kanker payudara merupakan jenis kanker yang paling sering didiagnosis di kalangan wanita dan penyebab kematian akibat kanker yang paling umum pada wanita. Di Indonesia kanker payudara merupakan kanker pertama paling banyak pada wanita (WHO, 2024). Pada tahun 2022 di dunia terdapat 2,3 juta wanita yang didiagnosis menderita kanker payudara dan 670.000 kematian (Globocan, 2022b) sedangkan di Indonesia diperkirakan kasus kanker payudara yang didiagnosa sebanyak 408.661 kasus dengan jumlah kematian sebanyak 242.988 (Globocan, 2022a). Tingginya kasus kanker payudara di Indonesia ini menjadi prioritas penanganan oleh pemerintah.

Kanker payudara merupakan keganasan yang berasal dari sel kelenjar, saluran kelenjar dan jaringan penunjang payudara tidak termasuk kulit payudara (Hesti Kurniasih, 2021). Beberapa faktor risiko yang menyebabkan kanker payudara antara lain, yaitu jenis kelamin perempuan, usia >50 tahun, riwayat keluarga dan genetik, riwayat menstruasi dini <12 tahun atau menarche lambat >55 tahun, riwayat reproduksi (tidak memiliki anak dan tidak menyusui), hormonal, obesitas, konsumsi alkohol, riwayat radiasi dinding dada dan faktor lingkungan (Komite Nasional Penanggulangan Kanker, 2015); (WHO, 2024). Jenis kelamin perempuan merupakan faktor risiko kanker payudara terkuat. Sekitar 99% kanker payudara terjadi pada wanita dan 0,5-1% kanker payudara terjadi pada pria (WHO, 2024).

Dari semua kasus kanker payudara, 70% di antaranya dideteksi sudah pada tahap lanjut. Hal ini disebabkan masih banyaknya perempuan yang menganggap remeh tanda-tanda awal kanker, seperti adanya benjolan di payudara atau perubahan fisik lainnya. Akibatnya, ketika sakit sudah semakin parah dan mulai timbul gejala-gejala lanjut yang mencemaskan baru pergi konsultasi dan mendapatkan pengobatan ke dokter. Pada kanker stadium lanjut, pengobatan sudah menjadi lebih rumit dan berat, selain itu juga membutuhkan biaya yang lebih besar dan risiko kematian yang lebih tinggi (Direktorat Jenderal P2P Kemenkes RI, 2024).

Upaya pencegahan yang dilakukan untuk mengurangi tingginya insidens kanker payudara dan cara mengatasi supaya kasus tidak berkembang pada stadium lanjut diperlukan upaya deteksi dini, skrining dan pola hidup sehat. Deteksi dini kanker payudara adalah upaya menemukan benjolan dan tanda-tanda lain pada payudara sedini mungkin. Deteksi dini ini bertujuan untuk menemukan benjolan dan tanda-tanda lain pada payudara sedini mungkin agar dapat dilakukan tindakan secepatnya. Deteksi dini kanker payudara dapat dilakukan melalui pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dan pemeriksaan payudara klinis (SADANIS), USG payudara, FNAB, DAN Mamografi (Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular Kementerian Kesehatan, 2021).

SADARI (Periksa Payudara Sendiri) adalah pemeriksaan payudara yang dilakukan sendiri dengan belajar melihat dan memeriksa peruba payudaranya sendiri setiap bulan. Pemeriksaan ini merupakan salah satu deteksi dini kanker payudara yang efektif dilakukan secara teratur dan dapat dipantau apakah ada benjolan atau masalah lainnya sejak dari awal mulai dari ukuran kecil sehingga dapat segera diatasi dan pengobatannya pun bisa lebih efektif. Deteksi dini sangat penting karena apabila kanker payudara dapat dideteksi pada stadium dini dan diterapi secara tepat maka tingkat kesembuhan yang cukup tinggi (80-90%) (Direktorat Jenderal P2P Kemenkes RI, 2016).

Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan untuk mensosialisasikan SADARI (Periksa Payudara Sendiri) sebagai upaya deteksi dini kanker payudara dalam upaya pengendalian kanker payudara serta mengurangi kasus supaya tidak berkembang pada stadium lanjut kepada Wanita Usia Subur (WUS) yang memperoleh pelayanan di Klinik Bidan Praktek Mandiri Morina Neri Medan Krio Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang.

SOLUSI PERMASALAHAN MITRA

SADARI merupakan suatu teknik pemeriksaan yang dilakukan oleh wanita sendiri secara mandiri di rumah untuk mendeteksi adanya perubahan pada payudara. Pemeriksaan ini meliputi pengamatan dan

pemeriksaan payudara secara berkala (Direktorat Jenderal P2P Kemenkes RI, 2016). SADARI ini perlu dilakukan secara teratur setiap bulan, seminggu setelah haid oleh perempuan mulai dari usia 20 tahun atau sejak menikah untuk memantau payudara tetap normal atau apakah ada benjolan dan masalah lainnya sejak dari awal mulai dari ukuran kecil sehingga dapat segera diatasi dan pengobatannya pun bisa lebih efektif (Komite Nasional Penanggulangan Kanker, 2015).

Pentingnya melakukan deteksi dini kanker payudara melalui SADARI sebagai upaya mencegah kanker payudara dan meminimalisir kasus berkembang ke stadium lanjut. Kanker payudara yang diobati pada stadium dini kemungkinan untuk sembuh mencapai 95%. Untuk itu Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan untuk sosialisasi edukasi pentingnya deteksi dini kanker payudara melalui SADARI kepada WUS sejak dini dan menerapkannya untuk mencegah kanker payudara dan mendeteksi kasus supaya tidak berkembang ke stadium lanjut.

Enam (6) langkah-langkah SADARI (Periksa Payudara Sendiri), yaitu (Direktorat Jenderal P2P Kemenkes RI, 2016)

1. Berdiri tegak.

Hal ini dilakukan untuk melihat ada perubahan pada bentuk dan permukaan kulit payudara, pembengkakan dan/atau perubahan pada puting.

2. Angkat kedua lengan ke atas, tekuk siku dan posisikan tangan di belakang kepala. Dorong siku ke depan dan cermati payudara; dan dorong siku ke belakang dan cermati bentuk maupun ukuran payudara.

3. Posisikan kedua tangan pada pinggang, condongkan bahu ke depan sehingga payudara menggantung, dan dorong kedua siku ke depan, lalu kencangkan (kontraksikan) otot dada.

4. Angkat lengan kiri ke atas, dan tekuk siku sehingga tangan kiri memegang bagian atas punggung. Dengan menggunakan ujung jari tangan kanan, raba dan tekan area payudara, serta cermati seluruh bagian payudara kiri hingga ke area ketiak. Lakukan gerakan atas-bawah, gerakan lingkaran dan gerakan lurus dari arah tepi payudara ke puting, dan sebaliknya. Ulangi gerakan yang sama pada payudara kanan.

5. Cubit kedua puting. Cermati bila ada cairan yang keluar dari puting. Berkonsultasilah ke dokter seandainya hal itu terjadi.

6. Pada posisi tiduran, letakkan bantal di bawah pundak kanan. Angkat lengan ke atas. Cermati payudara kanan dan lakukan tiga pola gerakan seperti sebelumnya. Dengan menggunakan ujung jari-jari, tekan-tekan seluruh bagian payudara hingga ke sekitar ketiak.

METODE

Waktu dan Lokasi Kegiatan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dilakukan pada hari Kamis, 24 November 2024, pukul 09.00 wib sampai dengan selesai. Sosialisasi Periksa Payudara Sendiri (SADARI) sebagai upaya deteksi dini kanker payudara pada wanita usia subur (WUS) ini dilakukan di Klinik Bidan Morina Neri Medan Krio Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang.

Sasaran Kegiatan

Sasaran kegiatan pengabdian masyarakat adalah Wanita Usia Subur (WUS) yang mendapat pelayanan kesehatan di Klinik Bidan Morina Neri Medan Krio Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang yaitu sebanyak 25 orang WUS.

Metode Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Metode pelaksanaan dalam kegiatan pengabdian ini yaitu dengan melakukan edukasi tentang SADARI (Periksa Payudara Sendiri) sebagai upaya deteksi dini kanker payudara dan 6 langkah-langkah melakukan SADARI serta pembagian leaflet. Kemudian dilanjutkan dengan praktek mendemonstrasikan SADARI kepada wanita usia subur yang nantinya akan diterapkan setiap bulannya dalam upaya penanggulangan kanker payudara.

Langkah-Langkah Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Adapun langkah-langkah yang dilakukan dalam mempersiapkan jalannya kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah:

1. Menyiapkan Sarana dan Prasarana Penunjang

Langkah awal yang dilakukan untuk kegiatan sosialisasi deteksi dini kanker payudara dengan SADARI ini yaitu menyiapkan sarana dan prasarana penunjang yang diperlukan sebagai alat bantu selama proses kegiatan berlangsung. Sarana dan prasarana penunjang tersebut antara lain tempat untuk melakukan edukasi dan demonstrasi SADARI, peralatan, seperti : laptop, LCD, media edukasi (materi presentasi serta leaflet), spanduk, speaker dan *microphone*, dan alat dokumentasi untuk mengabadikan proses kegiatan berlangsung.

2. Melakukan Edukasi

Setelah semua sarana dan prasarana tersedia dan para undangan hadir, langkah selanjutnya yaitu memberikan edukasi SADARI sebagai upaya deteksi dini kanker payudara serta 6 langkah-langkah melakukan SADARI kepada Wanita Usia Subur (WUS) sekaligus membagikan leaflet.

3. Mendemonstrasikan Langkah-Langkah melakukan SADARI

Setelah para WUS diberi edukasi dan dibagikan leaflet, dilanjut dengan sesi diskusi dan tanya jawab. Pada sesi diskusi dan tanya jawab, WUS sangat antusias dalam memberikan pertanyaan dan menjawab beberapa pertanyaan yang sudah disiapkan oleh Tim PkM. Kemudian kegiatan dilanjut dengan sesi praktek mendemonstrasikan 6 langkah-langkah SADARI yang nantinya akan diterapkan secara rutin setiap bulannya oleh WUS untuk memantau kesehatan payudaranya dalam upaya penanggulangan kanker payudara.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada Masyarakat tentang Sosialisasi SADARI (Periksa Payudara Sendiri) sebagai Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Wanita Usia Subur Di Klinik Bidan Morina Neri Medan Krio Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang dilakukan pada hari Kamis, tanggal 14 November 2024. Kegiatan ini dimulai pada pukul 09.00 wib sampai dengan selesai. Lokasi kegiatan bertempat di Klinik Bidan Morina Neri Medan Krio Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang. Sasaran dari Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah Wanita Usia Subur (WUS) yang memperoleh pelayanan di wilayah kerja Klinik Bidan Morina Neri yang berjumlah 25 orang.

Secara keseluruhan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini berjalan dengan baik dan lancar sesuai dengan *rundown* yang sudah dibuat. Sebelum melakukan kegiatan PkM di Klinik Bidan Morina Neri, Tim PkM mengurus surat ijin PkM dari LPPM Universitas Sari Mutiara Indonesia ke tempat yang dituju, kemudian Tim PkM berkoordinasi dengan pemilik Klinik untuk melakukan kegiatan disana sesuai tanggal yang sudah disepakati bersama. Setelah pemilik klinik setuju, Tim PkM datang kembali sesuai dengan tanggal yang sudah disepakati.

Kegiatan PkM berlangsung dalam tiga sesi. Sesi pertama kegiatan dimulai dengan kata sambutan dari pemilik klinik, Ibu Morina Neri, S.Keb. Bd., dilanjut dengan kata sambutan dari perwakilan Tim Pengabdian kepada Masyarakat dan perkenalan Tim PkM kepada WUS yang hadir. Tim PkM dalam kata sambutannya menyampaikan tujuan dari kegiatan PkM tersebut yaitu pentingnya SADARI (Periksa Payudara Sendiri) sebagai upaya deteksi dini kanker payudara kepada Wanita Usia Subur (WUS) sebagai upaya untuk mencegah kanker payudara serta mengurangi supaya kasus tidak berkembang pada stadium lanjut.



Gambar 1. Kata Sambutan Dari Tim PkM

Sesi kedua kegiatan dilanjut dengan pemaparan materi. Materi yang sudah disiapkan dijelaskan oleh salah satu Tim PkM dan ditampilkan di layar menggunakan LCD. Tim PkM sekaligus membagikan leaflet tentang Kanker Payudara, Deteksi Dini Kanker Payudara salah satunya dengan SADARI serta Langkah-Langkah melakukan SADARI kepada para WUS. Setelah penjelasan materi selesai, Tim PkM mengarahkan para WUS untuk aktif memberikan pertanyaan. Pada saat sesi diskusi dan tanya jawab ini berlangsung, WUS sangat antusias dalam memberikan pertanyaan dan menjawab beberapa pertanyaan yang sudah disiapkan oleh Tim PkM. Pada saat sesi diskusi dan tanya jawab, Tim PkM memberikan hadiah berupa *tumbler* kepada peserta yang aktif bertanya dan yang bisa menjawab pertanyaan. Sesi diskusi dan tanya jawab ini berlangsung dengan baik dipandu oleh salah satu Tim PkM sebagai moderator.



Gambar 2. Pemaparan Materi dan Pembagian Leaflet

Sesi selanjutnya yaitu mendemonstrasikan langkah-langkah melakukan SADARI yang dipandu oleh mahasiswa S1 Bidan perwakilan dari Tim PkM. Deteksi dini dengan SADARI ini nantinya yang akan

diterapkan secara teratur setiap bulannya oleh para WUS untuk memantau kesehatan payudaranya dalam upaya mencegah kanker payudara.



Gambar 3. Demonstrasi 6 Langkah-Langkah Melakukan SADARI

Selesai kegiatan, untuk mengabadikan kegiatan dilanjut dengan sesi dokumentasi dan foto bersama dengan para WUS. Dengan adanya kegiatan Sosialisasi Deteksi Dini dengan SADARI ini, para wanita khususnya WUS dapat menerapkan deteksi dini dengan SADARI sebagai upaya untuk mencegah kanker payudara serta mengurangi supaya kasus tidak berkembang pada stadium lanjut.



Gambar 4. Foto Bersama Setelah Kegiatan PkM

KESIMPULAN DAN SARAN

Kanker payudara merupakan kanker yang paling umum dan salah satu penyebab utama kematian akibat kanker pada wanita. Hal ini terjadi karena sebagian besar pasien kanker payudara baru menerima pengobatan pada stadium lanjut. Padahal, jika dideteksi sejak dini dan diobati segera, kanker dapat diatasi. Deteksi dini kanker payudara melalui SADARI (Periksa Payudara Sendiri) sangat penting karena dapat meningkatkan peluang penyembuhan. Jika kanker payudara terdeteksi dini, prognosisnya lebih baik dan tingkat kelangsungan hidup lebih tinggi.

Dengan adanya kegiatan sosialisasi SADARI dalam upaya deteksi kanker payudara dan demonstrasi 6 langkah-langkah SADARI dapat meningkatkan pengetahuan tentang pemeriksaan payudara sendiri sehingga dapat memengaruhi sikap dan perilaku wanita serta membantu mereka menyadari pentingnya pemeriksaan

payudara sendiri dalam mencegah risiko kanker payudara dan menerapkannya secara rutin setiap bulannya. Dengan rutin melakukan SADARI, dapat melindungi para wanita dari kanker payudara.

DAFTAR PUSTAKA

- Direktorat Jenderal P2P Kemenkes RI. (2016). *Enam Langkah SADARI untuk Deteksi Dini Kanker Payudara - Penyakit Tidak Menular Indonesia*. <https://p2ptm.kemkes.go.id/tag/enam-langkah-sadari-untuk-deteksi-dini-kanker-payudara>
- Direktorat Jenderal P2P Kemenkes RI. (2024). *Kanker Masih Membebani Dunia - Penyakit Tidak Menular Indonesia*.
- Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular Kementerian Kesehatan. (2021). *MODUL PELATIHAN DETEKSI DINI KANKER LEHER RAHIM DAN KANKER PAYUDARA Bagi Dokter dan Bidan di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama (FKTP)*. Kementerian Kesehatan RI.
- Globocan. (2022a). *Global Cancer Observatory Indonesia*. International Agency for Research on Cancer. <https://doi.org/10.1002/ijc.33588>.
- Globocan. (2022b). *Global Cancer Observatory World*. International Agency for Research on Cancer. <https://gco.iarc.who.int/media/globocan/factsheets/populations/900-world-fact-sheet.pdf>
- Hesti Kurniasih. (2021). *Buku Saku Deteksi Dini Kanker Payudara (Edisi I)*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang. <https://repository.kemkes.go.id/book/311>
- Komite Nasional Penanggulangan Kanker. (2015). *Panduan Nasional Kanker Payudara*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- WHO. (2024). *Breast cancer*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/breast-cancer>