

**Penguatan Pengetahuan Wanita Usia Subur (Wus) Tentang Pemeriksaan Payudara
Sendiri (Sadari) Di Kelurahan Lompoe Kecamatan Bacukiki
Kota Parepare**

*Strengthening The Knowledge Of Women Of Fertile Age (Wus) About Breast Self-Examination
(Sadari) In Lompoe Village, Bacukiki District, Parepare City*

I Takko Podding, Muhammad Nuralamsyah

Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Makassar

Korespondensi: e-mail: takkopodding@poltekkes-mks.ac.id

ABSTRACT

Breast cancer is a type of malignant tumor originating from glandular cells, glandular ducts, and supporting tissues in the breast, often a leading cause of death among women. An individual's health status is significantly influenced by their health behaviors, making behavioral changes towards a healthy lifestyle crucial, particularly in the early detection of breast cancer through breast self-check (BSC). Understanding breast cancer requires enhancement, especially in early detection of changes in the breast. Based on an analysis of community challenges encountered during outreach activities, it was discovered that a majority of women of reproductive age (WRA) still possess limited knowledge regarding breast cancer. Most are only superficially aware of breast cancer but have not received sufficient information about BSC, let alone practiced it. The lack of socialization regarding breast self-check techniques is one of the factors contributing to the low awareness of the importance of early detection. As a solution to this problem, education on BSC is necessary for women of reproductive age who do not yet understand the benefits and importance of breast self-check. This activity commenced with a pre-test using a questionnaire to gauge the participants' initial understanding of BSC. Subsequently, health education was provided on the techniques and benefits of breast self-check. The post-test results indicated an increase in participants' understanding after attending the educational activity, where their knowledge level rose from 16.7% to 56.7%.

Keywords: Breast Self-Check (BSC), Knowledge Empowerment

ABSTRAK

Kanker payudara merupakan jenis tumor ganas yang berasal dari sel-sel kelenjar, saluran kelenjar, serta jaringan penunjang di payudara, yang sering kali menjadi penyebab utama kematian pada wanita. Tingkat kesehatan seseorang juga dipengaruhi oleh perilaku kesehatannya, sehingga perubahan perilaku menuju gaya hidup sehat sangat penting, terutama dalam upaya deteksi dini kanker payudara melalui pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). Pemahaman mengenai kanker payudara perlu ditingkatkan, khususnya dalam hal deteksi awal terhadap perubahan yang terjadi pada payudara. Berdasarkan analisis permasalahan yang dihadapi masyarakat dalam kegiatan pengabdian, ditemukan bahwa mayoritas wanita usia subur (WUS) masih memiliki keterbatasan pengetahuan mengenai kanker payudara. Sebagian besar hanya mengetahui sekilas tentang kanker payudara tetapi belum mendapatkan informasi yang cukup mengenai SADARI, apalagi mempraktikkannya. Kurangnya sosialisasi mengenai teknik pemeriksaan payudara sendiri menjadi salah satu faktor yang menyebabkan rendahnya kesadaran akan pentingnya deteksi dini. Sebagai solusi atas permasalahan tersebut, diperlukan edukasi mengenai SADARI bagi wanita usia subur yang belum memahami manfaat dan pentingnya pemeriksaan mandiri payudara. Kegiatan ini diawali dengan pre-test menggunakan kuesioner untuk mengukur pemahaman awal peserta mengenai SADARI. Selanjutnya, diberikan penyuluhan kesehatan mengenai teknik dan manfaat pemeriksaan payudara sendiri. Hasil post-test menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan edukasi, dimana tingkat pengetahuan mereka meningkat dari 16,7% menjadi 56,7%.

Kata kunci: Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI), Penguatan Pengetahuan.

PENDAHULUAN

Menurut WHO, kesehatan reproduksi adalah kondisi di mana seseorang berada dalam keadaan fisik, mental, dan sosial yang sejahtera secara menyeluruh, bukan sekadar terbebas dari penyakit atau kecacatan. Kesehatan ini mencakup sistem reproduksi, termasuk fungsi dan prosesnya. Wanita rentan mengalami berbagai gangguan pada payudara, seperti puting yang tidak menonjol, pembengkakan, penyumbatan, gangguan sekresi, hingga infeksi, terutama jika tidak melakukan perawatan yang tepat. Salah satu penyakit yang sering menyerang wanita adalah kanker payudara, yang termasuk jenis tumor ganas (Nugroho, 2010). Di Indonesia, kanker payudara menjadi salah satu penyebab kematian tertinggi akibat kanker. Berdasarkan laporan GLOBOCAN tahun 2020, tercatat 65.858 kasus kanker payudara di Indonesia, dengan sebagian besar kasus baru terdeteksi saat sudah memasuki stadium lanjut. Pola hidup dan kebiasaan seseorang sangat berpengaruh terhadap kesehatannya, sehingga menerapkan gaya hidup sehat serta melakukan deteksi dini melalui pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) menjadi langkah penting dalam pencegahan kanker payudara.

SADARI merupakan metode sederhana yang dapat dilakukan secara mandiri untuk mendeteksi kemungkinan adanya benjolan atau kelainan pada payudara sejak dini. Dengan deteksi lebih awal, peluang untuk mengurangi angka kematian akibat kanker payudara menjadi

lebih besar (Guntur, 2006). Pemeriksaan ini dapat dilakukan dengan cara meraba payudara di depan cermin mengikuti pola tertentu atau saat berbaring di tempat tidur. Waktu terbaik untuk melakukan SADARI adalah pada hari ke-7 hingga ke-10 setelah menstruasi dimulai, saat kondisi payudara lebih lunak, sehingga lebih mudah merasakan adanya kelainan atau benjolan (Depkes RI, 2009).

Melakukan SADARI secara rutin setiap bulan membantu wanita mengenali kondisi payudaranya sendiri dan mendeteksi perubahan sekecil apa pun yang mencurigakan. Oleh karena itu, disarankan agar SADARI mulai dilakukan sejak usia 20 tahun, karena pada usia ini jaringan payudara sudah terbentuk secara sempurna (Rasjidi, 2009).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Kelurahan Lompoe, Kecamatan Bacukiki, terhadap wanita berusia 20-35 tahun sebanyak 15 orang, ditemukan bahwa 80% (12 orang) tidak mengetahui tentang SADARI, sementara 20% (3 orang) memiliki pengetahuan mengenai pemeriksaan ini. Adapun jumlah keseluruhan wanita usia subur dalam rentang usia tersebut di daerah tersebut adalah sebanyak 103 orang.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang dilakukan atau tahapan-tahapan yang dalam menjalankan kegiatan pengabdian pada masyarakat ini adalah : **Persiapan**, Kesepakatan bersama mitra tentang kegiatan yang akan dilaksanakan sehingga peran masing-masing pihak dapat dijalankan dengan baik. Bentuk kesepakatan tersebut dituangkan dalam MoU serta surat pernyataan mitra, Rencana kegiatan disusun bersama dengan mitra sehingga dapat menyesuaikan dengan situasi dan kondisi dilapangan serta sarana dan prasarana yang tersedia maupun alat dan bahan yang dibutuhkan. **Pelaksanaan**, Pre-test, Melakukan asesmen awal untuk mengukur tingkat pengetahuan Wanita Usia Subur mengenai Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI), kemudian melakukan penyampaian materi mengenai Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) melalui ceramah, diskusi, role play, dan simulasi. Edukasi mencakup pemahaman dasar tentang SADARI hingga tata cara melakukan pemeriksaan secara mandiri, Post-test, Melakukan evaluasi untuk menilai peningkatan pemahaman Wanita Usia Subur setelah mendapatkan edukasi mengenai SADARI.

Tempat dan Waktu

Kegiatan ini diselenggarakan di RT 03/RW 09, Kompleks Perumahan Grand Sulawesi, Kelurahan Lompoe, Kecamatan Bacukiki, Kota Parepare, pada 10 Juli 2024

Khalayak Sasaran

Yang menjadi khalayak sasaran dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Wanita usia subur (WUS) yang berada di kelurahan Lompoe.

Metode Pengabdian

Adapun metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Pre-test, Penyuluhan kesehatan tentang pemeriksaan payudara sendiri (SADARI), Post-test.

Indikator Keberhasilan

Meningkatnya pengetahuan dan pemahaman peserta penyuluhan dalam melakukan pemeriksaan payudara sendiri.

Metode Evaluasi

Adapun metode evaluasi dalam kegiatan ini adalah Pre-test dan Post-test

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahap Persiapan

1. Pengajuan izin untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan melalui Ketua Program Studi Keperawatan Parepare, Poltekkes Kemenkes Makassar, dengan surat tertanggal 22 Mei 2024, bernomor DP.04.03/F.XX.11.9/250/2024. Surat ini ditujukan kepada Kepala Kelurahan Lompoe, Kecamatan Bacukiki, Kota Parepare, sebagai mitra yang dipilih untuk menjadi lokasi pelaksanaan kegiatan.
2. Tim pelaksana melakukan survei lokasi di Kelurahan Galung Lompoe pada 23 Mei 2024 guna memperoleh rekomendasi tempat penyelenggaraan kegiatan serta menetapkan sasaran yang relevan dengan program Penguatan Pengetahuan Wanita Usia Subur (WUS) tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). Setelah dilakukan penjajakan, lokasi kegiatan ditetapkan di RT 03, Kelurahan Lompoe, Kecamatan Bacukiki, Kota Parepare.
3. Kepala Kelurahan Lompoe berkoordinasi dengan Ketua RT 03 untuk mengundang peserta sasaran, yaitu wanita atau ibu dalam kategori usia subur, agar hadir dalam penyuluhan SADARI. Kegiatan ini direncanakan akan diikuti oleh 30 peserta.

Tahap Pelaksanaan

Sesi pertama

Kegiatan diawali dengan pendaftaran peserta, yang ditandai dengan pengisian daftar hadir. Setelah itu, peserta diberikan penjelasan mengenai tujuan serta rangkaian kegiatan yang akan dilaksanakan.

Sesi kedua

Dilakukan pre-test dengan membagikan kuesioner guna mengukur tingkat pemahaman awal peserta terkait Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI).

Sesi ketiga

Materi penyuluhan kesehatan mengenai SADARI disampaikan kepada peserta. Setelah sesi penyuluhan selesai, peserta diberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan dalam sesi diskusi dan tanya jawab. Diharapkan melalui pendidikan kesehatan ini, pemahaman wanita usia subur terhadap upaya pencegahan tumor atau kanker payudara dapat meningkat.

Sesi keempat

Dilakukan post-test dengan kembali membagikan kuesioner kepada peserta guna mengevaluasi peningkatan pemahaman mereka setelah mengikuti kegiatan.

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Mengikuti Penguatan Pengetahuan Wanita Usia Subur (WUS) tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) di Kelurahan Lompoe Kecamatan Bacukiki Kota Parepare

Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
	n	%	n	%
Baik	5	16,7	17	56,7
Cukup	9	30	11	36,7
Kurang	16	53,3	2	6,6
Total	30	100	30	100

Dari tabel 1. menunjukkan bahwa peserta yang mengikuti kegiatan Penguatan Pengetahuan Wanita Usia Subur (WUS) tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) di Kelurahan Lompoe Kecamatan Bacukiki Kota Parepare pengetahuannya semakin baik dari 16,7% meningkat menjadi 56,7% setelah mengikuti penyuluhan sedangkan pengetahuan responden yang cukup dari 30% menjadi 36,7%, sementara peserta yang mempunyai pengetahuan kurang sebanyak 53,3% namun setelah mengikuti penyuluhan menjadi 6,6%.



Gambar 1. Pemberian penjelasan tata cara Pelaksanaan Pre-test



Gambar 2. Pemberian Materi dan simulasi tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri



Gambar 3. Pemberian penjelasan tentang pelaksanaan Post-test

PEMBAHASAN

Kejadian kanker payudara dapat meningkat sesuai dengan bertambahnya usia (Luwia, 2003). Usia muda juga bukan jaminan akan terbebas dari terjangkitnya kanker. Tidak sedikit

kejadian kanker dapat menyebabkan kematian pada penderitanya, untuk menurunkan angka kematian akibat dari kanker payudara dapat dilihat dari tanda dan gejala kanker payudara dengan sedini mungkin dan diharapkan tingkat kesembuhan akan semakin tinggi. Salah satu upaya yang dilakukan untuk mendeteksi dini kanker payudara ini adalah dengan melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) (Melda S, 2008). Faktanya, lebih banyak kanker payudara stadium dini dapat dideteksi dengan cara SADARI (Erniyati, 2006). Mengingat kejadian kanker tidak memandang usia alangkah baiknya ada upaya untuk mengetahui pencegahan kanker payudara secara dini dengan melakukan SADARI (Lily, 2008). Maka dengan dilaksanakannya kegiatan pendidikan kesehatan tentang SADARI diharapkan para wanita usia subur di Kelurahan Lompoe Kota Parepare mampu mengaplikasikan atau mempraktekkan sendiri pemeriksaan SADARI sebagai langkah awal pencegahan kanker saat menstruasi akan berakhir.

Berdasarkan data awal di lapangan, mayoritas WUS di wilayah tersebut hanya memiliki pengetahuan sekilas tentang kanker payudara, tetapi belum pernah menerima informasi lengkap mengenai cara melakukan pemeriksaan mandiri. Faktor seperti minimnya sosialisasi dan edukasi dari petugas kesehatan atau lembaga terkait turut berkontribusi pada rendahnya tingkat kesadaran masyarakat akan pentingnya deteksi dini.

Melalui kegiatan ini, tim pengabdian memberikan penyuluhan kesehatan menggunakan metode ceramah, diskusi, tanya jawab, serta simulasi langsung cara melakukan SADARI. Pendekatan yang partisipatif ini membantu peserta lebih mudah memahami materi dan langsung mempraktikkannya. Hasil post-test menunjukkan peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan responden. Jumlah responden dengan kategori pengetahuan baik meningkat dari 16,7% menjadi 56,7%, sementara responden dengan pengetahuan kurang turun drastis menjadi hanya 6,6%.

Perubahan ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang dilakukan efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat. Selain itu, antusiasme peserta selama sesi tanya jawab juga menunjukkan adanya respon positif terhadap informasi yang diberikan. Peserta tampak aktif dan tertarik untuk menanyakan hal-hal yang belum mereka pahami, termasuk waktu terbaik untuk melakukan SADARI, cara yang benar, serta bagaimana membedakan benjolan normal dan mencurigakan.

Sebagai rekomendasi, ke depannya kegiatan serupa dapat dikembangkan dengan jumlah peserta yang lebih besar dan dilakukan secara berkala. Disarankan juga dilakukan monitoring dan evaluasi lanjutan untuk melihat implementasi SADARI di kalangan masyarakat secara nyata. Kolaborasi dengan puskesmas setempat atau organisasi kesehatan wanita juga dapat menjadi strategi untuk memperluas jangkauan dan meningkatkan dampak program pengabdian masyarakat.

Secara keseluruhan, kegiatan ini berhasil memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran WUS di Kelurahan Lompoe tentang pentingnya deteksi dini kanker payudara melalui SADARI. Dengan adanya edukasi yang tepat dan berkelanjutan, diharapkan masyarakat, khususnya kaum wanita, semakin mandiri dalam menjaga kesehatan diri dan keluarga.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat (Pengmas) berhasil meningkatkan pengetahuan peserta mengenai Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) secara signifikan, dengan persentase peningkatan sebesar 56,7%. Sebelum kegiatan ini dilaksanakan, tingkat pemahaman dan pengetahuan peserta tentang SADARI masih tergolong rendah, namun setelah mengikuti Pengmas, mereka menunjukkan perkembangan yang jauh lebih baik, membuktikan efektivitas program dalam memberikan edukasi kesehatan.

Saran

Diperlukan upaya berkelanjutan dalam mempromosikan kesehatan kepada masyarakat, terutama untuk meningkatkan kesadaran mengenai pentingnya Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) sebagai langkah pencegahan kanker payudara pada wanita usia subur, di mana partisipasi aktif masyarakat menjadi kunci keberhasilan dengan terus memperluas pengetahuan dan pemahaman mereka tentang pemeriksaan mandiri ini secara konsisten.

UCAPAN TERIMA KASIH

Segala puji bagi Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul Penguatan Pengetahuan Wanita Usia Subur (WUS) tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) di Kelurahan Lompoe, Kecamatan Bacukiki, Kota Parepare ini dapat terlaksana dengan baik.

Kegiatan ini tidak akan terwujud tanpa bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan rasa terima kasih yang mendalam kepada :

1. Ketua Program Studi Keperawatan Parepare yang telah memberikan dukungan terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat
2. Kepala Kelurahan Lompoe sebagai mitra dalam kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan
3. DIPA Poltekkes atas dukungan pendanaan yang diberikan sehingga kegiatan pengabdian masyarakat dapat dilaksanakan dengan baik
4. Serta kepada semua pihak, khususnya Bapak dan Ibu yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan kegiatan.
5. Wanita Usia subur (WUS) di Kelurahan Lompoe Kecamatan Bacukiki Kota Parepare, yang telah bersedia menjadi mitra kegiatan in

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan sebagai referensi dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat, sekaligus sebagai bentuk dukungan terhadap program pemerintah di bidang kesehatan, serta menjadi bagian dari pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi di Politeknik Kesehatan Kemenkes Makassar.

Meskipun telah diupayakan sebaik mungkin, tentu masih terdapat kekurangan. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan di masa mendatang. Semoga kegiatan ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak serta menjadi bahan evaluasi dalam meningkatkan kualitas kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat di waktu yang akan datang.

REFERENSI

- Brilliana, A.R.; Arafah; Notobroto,HB. Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Ibu Rumah Tangga Melakukan Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari). *The Indonesian Journal Of Public Health*. 2017, Vol.12 (2):143-154
- KPKN. Panduan Nasional Penanganan Kanker "Kanker Payudara". Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2015
- Mengenal Lebih Jauh Kanker Payudara. In:Silver "Siloam Senior Health Community". Jakarta: Siloam Hospital; 2015
- Mengurangi Angka Kematian Dengan Mencegah Kanker Payudara.In. Jakarta: Metamorph;2014
- Pusat Data Dan Informasi Kementrian Kesehatan RI. Stop Kanker. 2015
- Wantini, NA. Penyuluhan Deteksi Dini Kanker Payudara Dengan Periksa Payudara Sendiri (Sadari) Di Dusun Candirejo, Tegaltirto, Berbah, Sleman. *Rakernas AIPKEMA*. 2016.