

TEKNIK SADARI MELALUI MEDIA BOOKLET DI SMAN 12 KOTA TANGERANG SELATAN

SADARI TECHNIQUE SOCIALIZATION THROUGH BOOKLET IN SMAN 12 TANGERANG SELATAN CITY

Happy Novriyanti Purwadi^{1*}, Nabila Oktaviani Dewi¹, Resna A. Soerawidjaja¹

¹Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banten, Indonesia

Korespondensi (e-Email) : happyipurwadi@gmail.com

ABSTRAK

Kanker payudara adalah jenis kanker yang sangat menakutkan bagi perempuan di seluruh dunia. SADARI adalah cara termudah untuk mendeteksi dini kelainan yang terjadi pada payudara. Berdasarkan Studi pendahuluan yang dilakukan didapatkan bahwa para siswi belum mengetahui apa itu SADARI dan cara memeriksa payudara dengan teknik SADARI secara mandiri. Tujuannya adalah untuk memberikan pengetahuan dan merubah perilaku pada siswa dalam melakukan teknik SADARI secara mandiri, sehingga sedini mungkin mengetahui pada payudara adanya kelainan yang terjadi. Penyuluhan ini dilakukan pada siswi yang berjumlah 68 orang siswi di SMAN 12 Kota Tangerang Selatan. Dari penyuluhan ini diharapkan siswi dapat mempunyai kesadaran (perilaku) dalam melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan pada bulan April sampai Mei 2019. Dengan sasaran para siswi dengan menggunakan metode pemberian edukasi melalui media booklet. Hasil yang didapatkan yaitu adanya peningkatan perilaku melakukan teknik SADARI pada para siswi. Kesimpulan dari penyuluhan ini adalah bahwa penggunaan media booklet berdasarkan hasil yang didapatkan melalui diagram pie didapatkan hasil adanya peningkatan perilaku siswi, untuk meningkatkan kemampuan remaja putri dalam melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). Sebaiknya kegiatan memberikan pengetahuan untuk merubah perilaku SADARI ini dilakukan secara kontinyu. Sehingga para siswi dapat mengetahui dan mendeteksi secara dini jika ada kelainan pada payudara.

Kata kunci : booklet, perilaku, SADARI

ABSTRACT

Breast cancer is a type of cancer that is frightening for female all over the world. SADARI is the easiest way to early detect abnormality appear in breasts. Based on a conducted preliminary study, it was found that the female students were not familiar with SADARI (*Periksa Dada Sendiri – Examine your own breast*) technique and did not understand how to examine their breasts using such technique by themselves. This activity's purpose is to share knowledge and improve female students' behavior in performing SADARI technique by independently, so that they can detect as early as possible for any abnormality exists in their breasts. This counseling was performed to 68 female students of SMAN 12 Tangerang Selatan City. By this

counseling, it is expected that the students will have awareness (in behavior) in examining their own breast (SADARI). This counseling activity was carried out in April to May 2019. It targeted the female students by providing education through booklets. The results showed that there was an improvement on students behavior in performing SADARI technique after the counseling activity using booklets as media. It is suggested that the counseling activity to change the behavior is carried out continuously so that the students can figure out and detect early if there is any abnormality in their breasts.

Key words: booklet, behavior, SADARI

PENDAHULUAN

Kanker payudara saat ini menjadi jenis kanker sangat ditakuti oleh kaum wanita diberbagai belahan duniabegitu pula di Indonesia. Adanya tumor yang ganas pada payudara yang terbentuk dari sel-sel dan bertumbuh serta berkembang secara tidak terkendali dan menyebar pada daerah organ-organ lainnya di sekitar payudara dinamaka kanker payudara. Menurut data dari WHO pada setiap tahunnya terdapat 7 juta penderita kanker payudara dan 5 juta orang meninggal. Kejadian kanker payudara di dunia pada tahun 2018 menunjukkan mencapai sekitar 2,1 juta diagnosa (WHO, 2018).

Kanker atau tumor ganas merupakan ketidaknormalan yang terjadi pada pertumbuhan sel/ jaringan yang tidak terkendali, secara terus tumbuh/bertambah, mempunyai sifat immortal (tidak dapat mati). Sel kanker dapat masuk ke jaringan sekitar dan dapat membentuk anak sebar (Risksdas 2013). Yang menjadi penyebab dan mempunyai resiko penyakit kanker adalah keturunan, kasrinogen yang berupa zat kimia, terpapar radiasi, virus, hormone, dan adanya iritasi yang kronis, perilaku/gaya hidup sehari-hari misalkan merokok, pola makan yang tidak sehat, sering mengkonsumsi alkohol, serta tidak melakukan aktivitas fisik.

Saat ini penyakit kanker payudara menduduki nomor dua dan menjadi jenis kanker yang sangat menakutkan bagi perempuan di seluruh dunia, juga di Indonesia (Kemenkes, 2016). Menurut Kemenkes data prevalensi terhadap kejadian kanker payudara yang mempunyai angka tertinggi pada Provinsi D.I. Yogyakarta dengan 2,4%. Sedangkan menurut estimasi jumlah penderita kanker serviks dan kanker payudara terbanyak pada Provinsi Jawa Timur dan Provinsi Jawa Tengah (Kemenkes, 2017).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, prevalensi kanker di indonesia mencapai 1.8 per 1000 penduduk, naik dari tahun 2013 sebanyak 1.4 per 1000 penduduk. Pada perempuan, kasus tertinggi adalah kanker payudara sebesar 42,1 per 100.000 penduduk dengan rata-rata kematian 17 per 100.000. Dirjen Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Kemkes menurut Anung Sugihantono pemerintah telah melakukan berbagai upaya untuk mencegah dan mengendalikan penyakit kanker. Terutama pengendalian dua jenis kanker dengan kasus terbanyak di indonesia, yaitu kanker payudara dan kanker leher Rahim (Risksdas, 2018).

Menurut ketua Yayasan Kesehatan Payudara Jakarta (YKPJ) yang juga ahli kanker di RS Kanker Dharmais jakarta, Dr, Sutjipto SpB(K) Onk, "usia penderita kanker payudara saat ini cenderung semakin menurun, tidak lagi hanya pada wanita berusia diatas 35 tahun, namun kini sudah merambah ke pada para remaja putri".

Salah satu pencegahan kanker payudara adalah deteksi dini kanker payudara yang dapat dilakukan dengan pemeriksaan payudara sendiri. Hal ini dipengaruhi oleh perilaku dan pengetahuan seseorang terhadap SADARI. Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI)

dilakukan seorang wanita secara mandiri untuk mendeteksi sedini mungkin adanya kelainan atau benjolan pada payudaranya (Andini, 2019)

Pemberian Informasi berupa kegiatan penyuluhan kesehatan tentang SADARI dan kanker payudara dapat memberikan motivasi untuk kaum perempuan dalam menambah perilaku dan pengetahuan tentang payudara. Hal ini menjadi dasar utama untuk menambah pengetahuan tentang pemeriksaan payudara. Tujuan utama dari pemeriksaan SADARI adalah menemukan benjolan dan tanda-tanda abnormal pada payudara sedini mungkin agar dapat dilakukan tindakan secepatnya (Susilawati dan Rezkisari, 2018)

Tujuan utama dari pemeriksaan SADARI dapat membantu mendeteksi sedini mungkin adanya perubahan yang abnormal pada payudara, sehingga dapat lebih cepat dilaporkan kepada tenaga kesehatan (ACS, 2010). Dengan meakukan Pemeriksaan SADARI secara kontinyu dapat merubah perilaku positif serta membantu kaum perempuan supaya lebih sensitif dalam memperhatikan kesehatannya, terutama bagian payudara.

Pemeriksaan payudara sendiri sebaiknya dilakukan secara berkala setiap bulan agar benjolan dapat ditemukan pada stadium dini dan dapat dilakukan tindakan yang cepat apabila ditemukan benjolan maupun kelainan lainnya pada payudara. Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dapat dilakukan sejak usia remaja. Saat yang paling tepat untuk melakukan pemeriksaan SADARI adalah seminggu setelah menstruasi, dikarenakan payudara sudah tidak mengeras, membesar atau nyeri lagi. Untuk wanita yang telah menopause dapat melakukan pemeriksaan ini kapan pun dan disarankan untuk melakukan pemeriksaan ini setiap awal atau akhir bulan. Sayangnya, praktik SADARI masih jarang dilakukan oleh wanita. (Pratama, 2014)

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan sebelumnya didapatkan bahwa para siswi belum mengetahui bagaimana cara pemeriksaan payudara dengan menggunakan teknik SADARI, sehingga kami tergerak untuk melakukan pengabdian masyarakat tentang pemeriksaan payudara dengan teknik SADARI agar dapat merubah pengetahuan dan perilaku para siswi

METODE

Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan pada siswi kelas X sebanyak 68 orang di bulan April sampai dengan Mei 2019 di SMAN 12 Kota Tangerang Selatan meliputi :

1. Input :
 - a. Membuat materi dalam bentuk Booklet tentang SADARI
 - b. Memberikan informasi bagaimana melakukan teknik SADARI
 - c. Melibatkan Stakeholder Sekolah
2. Proses:
 - a. Melakukan permohonan izin pengabdian masyarakat (advokasi)
 - b. Membuat media edukasi yang akan digunakan dalam hal ini yaitu pembuatan booklet
 - c. Menjadwalkan kegiatan penyuluhan
 - d. Memberika penyuluhan tentang Teknik SADARI dengan metode ceramah melalui media Booklet

3. Output:
 - a. Terbentuknya/terbuatnya media edukasi tentang SADARI
 - b. Terlaksananya penyuluhan menggunakan media edukasi tentang SADARI
 - c. Meningkatnya perilaku sasaran untuk melakukan SADARI
 - d. Tumbuhnya kesadaran sasaran dalam melakukan SADARI
 - e. Evaluasi yang dilakukan untuk melihat tercapainya kegiatan dengan menggunakan *pre test* dan *post test*

Tabel 1. Tahapan Kegiatan

Tahapan Kegiatan
Input <ol style="list-style-type: none">1. Membuat materi dalam bentuk Booklet tentang SADARI2. Memberikan informasi bagaimana melakukan teknik SADARI3. Melibatkan Stakeholder Sekolah
Proses <ol style="list-style-type: none">1. Melakukan permohonan izin pengabdian masyarakat (advokasi)2. Membuat media edukasi yang akan digunakan dalam hal ini yaitu pembuatan booklet3. Menjadwalkan kegiatan penyuluhan4. Memberika penyuluhan tentang Teknik SADARI dengan metode ceramah melalui media Booklet
Output <ol style="list-style-type: none">1. Terbentuknya/terbuatnya media edukasi tentang SADARI2. Terlaksananya penyuluhan menggunakan media edukasi tentang SADARI3. Meningkatnya perilaku sasaran untuk melakukan SADARI4. Tumbuhnya kesadaran sasaran dalam melakukan SADARI5. Evaluasi yang dilakukan untuk melihat tercapainya kegiatan dengan menggunakan <i>pre test</i> dan <i>post test</i>

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini diikuti oleh para siswi di SMAN 12 Kota Tangerang selatan, pengabdian masyarakat ini dilakukan oleh tim pengabdi dari STIKes Banten dan dibantu oleh para Guru-guru dari SMAN 12 Kota Tangerang Selatan. Hal ini dilakukan agar para siswi dapat meningkatkan perilaku tentang SADARI.



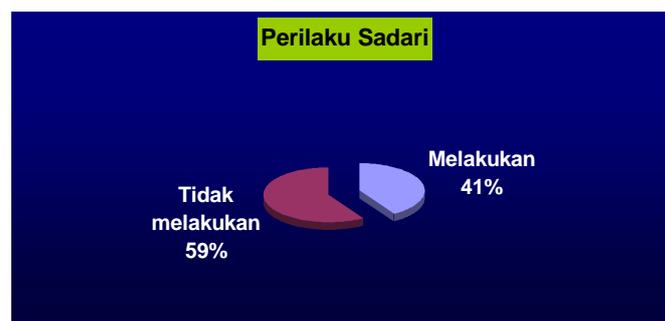
Gambar 1. Sedang dilakukan *pre test* pada para responden



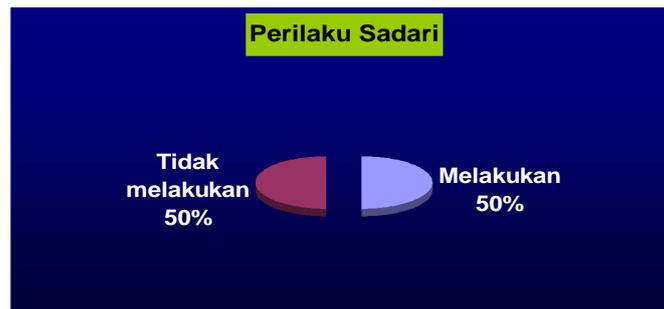
Gambar 2. Pemberian penyuluhan dengan booklet

Tim pengabdian melakukan perencanaan untuk kegiatan yang dilakukan yaitu: Diawal pertemuan dilakukan *pre test* terhadap siswi yang menjadi sasaran pengabdian masyarakat, kemudian tahap kedua setelah dilakukan *pre test* tim pengabdian memberikan informasi tentang SADARI dengan media Booklet. Pada tahap ketiga setelah 1 bulan tim pengabdian melakukan penyebaran kuesioner kembali sebagai *post test* untuk mengetahui seberapa banyak yang telah melakukan SADARI setelah masa menstruasinya. Berikut hasil dari *pre test* dan *post test*.

Data pada gambar 1 dan gambar 3 menunjukkan bahwa banyaknya remaja putri yang belum melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) sebelum diberikannya intervensi menggunakan media *booklet* dimana hanya terdapat 14 siswi putri (41.2%) yang pernah melakukan pemeriksaan SADARI di setiap bulannya setelah masa menstruasi, sedangkan terdapat 20 (58.8%) yang belum pernah melakukan SADARI.



Gambar 3. Perilaku Sadari sebelum dilakukan intervensi dengan booklet di SMAN 12 Kota Tangerang Selatan



Gambar 4. Perilaku Sadari Sesudah dilakukan intervensi dengan booklet di SMAN 12 Kota Tangerang Selatan.

Kenaikan kemampuan melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) ini terjadi peningkatan yang tergambar pada hasil grafik pie, hal ini sesuai dengan yang dikatakan oleh Supriadi, Perwanti, Sumiati (2015), yaitu dengan memberikan intervensi dapat merubah perilaku seseorang kearah yang positif dan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang yang awalnya tidak tau menjadi tau untuk meningkatkan derajat kesehatannya secara optimal. Pada tujuan jangka menengah dengan memberikan intervensi hasil yang diharapkan adanya peningkatan kemampuan untuk melakukan pemeriksaan SADARI. Pemeriksaan SADARI ini dilakukan minimal satu bulan sekali setelah haid, sebab pengaruh proses haid terhadap payudara sudah tidak ada.

Hasil penyuluhan ini sejalan dengan hasil penelitian tentang efektifitas media promosi kesehatan yang meneliti tentang efektifitas media promosi berupa booklet dan video, yang menyatakan bahwa booklet cukup efektif untuk meningkatkan pengetahuan untuk merubah perilaku.(Purwadi, Happy, Setiaji, dan Maryam. 2019). Bahwa setelah penyuluhan diberikan intervensi menggunakan media *booklet* mengalami perubahan perilaku, sebagian besar responden menjawab setuju dengan dilakukannya SADARI secara kontinyu sehingga dapat sedini mungkin terdeteksi adanya kelainan pada payudara. Dengan semakin dini ditemukan kanker payudara dan segera ditangani dengan pengobatan maka harapan kesembuhan semakin besar.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di SMAN 12 Kota Tangerang Selatan maka dapat disimpulkan bahwa penggunaan media booklet berdasarkan diagram pie didapatkan adanya peningkatan perilaku siswi, untuk meningkatkan kemampuan remaja putri dalam melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI).

SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat selanjutnya dapat menggunakan beberapa media yang diberikan, tidak hanya booklet saja. Agar pengabdian masyarakat selanjutnya memberikan hasil yang lebih baik dan efektif dalam meningkatkan perilaku SADARI pada siswa/responden. Sebaiknya kegiatan memberikan pengetahuan untuk merubah perilaku SADARI ini dilakukan secara kontinyu. Sehingga para siswi dapat mengetahui dan medeteksi secara dini jika ada kelainan pada payudara.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada STIKes Banten, Kepala Sekolah beserta jajaran Guru SMAN 12 Kota Tangerang Selatan, telah membantu kegiatan pengabdian masyarakat yang bertemakan teknik SADARI ini baik secara langsung dan atau tidak langsung.

DAFTAR PUSTAKA

- Andini, W. C. (2019, Juli). Langkah Mudah untuk Memeriksa Payudara Sendiri (SADARI). American Cancer Society, 2010, Guideline Breast Cancer
- Kemenkes. (2016). *Bukan Peduli Kanker Payudara*. Jakarta Selatan: Kemenkes RI.
- Kemenkes. (2018). *Booklet*. Kemenkes.
- Kemenkes, R. (n.d.). (2015). Media dalam Promosi Kesehatan. Bakti Husada.
- Kemenkes, R. (n.d.). (2015). Stop Kanker (Situasi penyakit Kanker). Jakarta selatan: Pusat Data Informasi Kementerian RI.
- Kemenkes, R. (n.d.). (2017). Deteksi Dini Kanker Payudara dengan SADARI dan SADANIS.
- Nestia, V. (2018). Seperti Apasih Perkembangan Payudara Anak Remaja.
- Pratama, L. A. (2014). Efektifitas pendidikan kesehatan terhadap nilai pengetahuan mengenai pemeriksaan payudara sendiri (sadari) pada remaja putri di SMPN 3 Tangerang Selatan.
- Prayogi. (2018). *Sudahkah anda lakukan SADARI kanker payudara*. Jakarta: Republika.
- Purwadi, Happy, Bambang Setiaji, dan Mary Maryam. 2019. "Efektifitas Media Promosi Kesehatan Di Sekolah Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Merokok Pada Siswa Kelas Vii Di Sltip N 13 Kota Tangerang". *Jurnal Kesehatan Indra Husada* 7 (1), 11. <https://doi.org/10.36973/jkih.v7i1.157>.
- Rikesdas. (2018). *Prevalensi Kanker di Indonesia Meningkat*. Berita Satu.
- Supriadi, Susi Perwanti, Sumiati. (2015). Perbedaan pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media video dan modul terhadap perubahan pengetahuan dan perilaku tentang praktik sadari. *Jurnal Mahakam Husada*
- Susilawati D dan Rezkisari I. (2018). Sudahkah Anda Lakukan SADARI Kanker Payudara.
- WHO. (2018). Angka kejadian kanker payudara di dunia.