

**PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG PENTINGNYA PEMERIKSAAN
PAYUDARA SENDIRI PADA REMAJA PUTRI DI MAN 5
KABUPATEN ACEH BESAR**

**Health Education About the Importance of Breast Examination in Adolescent
Women in MAN 5 Aceh Besar District**

Nuzulul Rahmi¹, Fauziah Andika²

¹Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia

²Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia

Corresponding author : nuzulul_r@uui.ac.id

Abstrak

Kanker payudara termasuk jenis kanker yang paling banyak diderita oleh perempuan di Indonesia. Data dari Kemenkes pada tahun 2020 jumlah kasus baru kanker payudara mencapai 68.858 kasus (16,6%) dari total 396.914 kasus baru kanker di Indonesia. Sementara itu, untuk jumlah kematiannya mencapai lebih dari 22 ribu jiwa kasus. Kanker payudara dapat dideteksi secara dini dengan pemeriksaan payudara sendiri dimulai dari masa remaja hingga telah menjadi wanita dewasa. Tujuan pendidikan kesehatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran para remaja putri mengenai kanker payudara yang bisa terdeteksi secara dini melalui pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). Pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini dilakukan 04 Maret 2022 di MAN 5 Kabupaten Aceh Besar dengan peserta siswi kelas III yang hadir pada hari kegiatan penyuluhan. Kegiatan pendidikan kesehatan ini melibatkan peran aktif mahasiswa Prodi D-III dan D-IV Kebidanan Universitas Ubudiyah Indonesia. Setelah dilakukan pendidikan kesehatan dan praktik sadari, remaja putri merasa pengetahuannya menjadi lebih bertambah mengenai kanker payudara dan bisa melakukan sadari untuk mendeteksi dini kanker payudara, dan akan melakukan sadari secara rutin seminggu setelah menstruasi agar dapat mendeteksi abnormalitas pertumbuhan kelenjar tersebut sehingga dapat segera diobati.

Kata kunci : Pendidikan Kesehatan, Kanker Payudara, SADARI

Abstract

Breast cancer is one of the most common types of cancer suffered by women in Indonesia. Data from the Ministry of Health in 2020 the number of new cases of breast cancer reached 68,858 cases (16.6%) out of a total of 396,914 cancer cases in Indonesia. Meanwhile, the number of deaths reached more than 22,000 cases. Breast cancer can be detected early with breast self-examination starting from adolescence to adulthood. The purpose of this health education is to increase the knowledge and awareness of young women about breast cancer that can be detected through breast self-examination (BSE). The extension activities were carried out on March 4, 2022 at MAN 5 Aceh Besar Regency with third grade students who were present on the day of the counseling activity. This health education activity involves the active role of D-III and D-IV Midwifery students at the University of Ubudiyah Indonesia. After carrying out health education and awareness practice, young women feel that their knowledge is increasing about breast cancer and can be aware of early detection of breast cancer, and will be aware regularly after menstruation so that they can become men.

Keywords: Health Education, Breast Cancer, BSE

PENDAHULUAN

Kanker payudara adalah suatu penyakit keganasan dimana sel akan berkembang secara tidak terkontrol yang dapat dimulai dari sel lobulus, duktus, dan jaringan ikat pada payudara kemudian dapat menyebar melalui pembuluh darah dan limfe menuju ke organ-organ lain dalam tubuh (CDC, 2020)

Menurut Krisdianto, (2019), kanker payudara adalah tumor ganas pada payudara atau salah satu payudara, kanker payudara juga merupakan benjolan atau massa tunggal yang sering terdapat di daerah kuadran atas bagian luar, benjolan ini keras dan bentuknya tidak beraturan dan dapat digerakkan. Kanker payudara terjadi karena adanya kerusakan pada gen yang mengatur pertumbuhan dan diferensiasi sel sehingga sel tumbuh dan berkembang biak tanpa bisa dikendalikan. Penyebaran kanker payudara terjadi melalui kelenjar getah bening sehingga kelenjar getah bening aksila ataupun supraklavikula membesar. Kemudian melalui pembuluh darah kanker menyebar ke organ tubuh lain seperti hati, otak dan paru-paru (Krisdianto, 2019).

Kanker payudara merupakan kanker yang paling sering ditemukan pada wanita di dunia. Data World Health Organization (WHO) menunjukkan terdapat 2.261.127

kasus baru pada tahun 2020 (Ferlay J, et al., 2020; Sung H, et al., 2020). Di Indonesia, kanker payudara merupakan kanker terbanyak dengan jumlah kasus baru mencapai 65.855 kasus pada tahun 2020 dan menyebabkan kematian nomor dua setelah kanker paru-paru yaitu sebesar 22.430 kematian (Ferlay J, et al., 2020' Sung H, et al., 2020).

Faktor yang berperan dalam peningkatan risiko terjadinya kanker payudara menurut Sun Y S dkk (2017) adalah Usia, Jenis Kelamin, Riwayat Keluarga, Faktor reproduksi, Hormon Estrogen, Gaya Hidup. Menurut Gale dan Charette (2000) pada umumnya tanda dan gejala penyakit kanker payudara fase awal bersifat asimtomatik atau berarti tidak ada tanda dan gejala. Tanda dan gejala awal kanker payudara yang paling sering terjadi yaitu adanya benjolan atau penebalan pada payudara. Tanda dan gejala lanjut dari kanker payudara yaitu kulit cekung, retraksi atau deviasi puting susu dan nyeri, nyeri tekan atau raba, keluar darah dari puting. Perubahan kulit menjadi tebal dengan pori-pori menonjol serupa dengan kulit jeruk dan atau ulserasi pada payudara yang merupakan tanda lanjut dari penyakit kanker payudara. Tanda dan gejala dari metastase yang meluas meliputi rasa nyeri pada bahu, pinggang, punggung bagian

bawah atau pelvis, batu menetap, anoreksia atau penurunan berat badan, gangguan pencernaan, pusing, penglihatan kabur, dan sakit kepala.

Pemeriksaan payudara sendiri atau SADARI adalah pemeriksaan yang dilakukan untuk mendeteksi dini kanker payudara pada stadium awal, sehingga pengobatan dini akan memperpanjang harapan hidup penderita kanker payudara (Aeni & Yuhandini, 2018). SADARI merupakan pemeriksaan yang mudah dilakukan oleh setiap wanita untuk mengetahui adanya benjolan atau kelainan payudara lainnya (Alini & Indrawati, 2018).

SADARI sebagai langkah mendeteksi penyakit kanker payudara. Pemeriksaan ini dilakukan dengan menggunakan cermin. Indikasi pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) yaitu untuk mendeteksi terjadinya kanker payudara dengan mengamati payudara dari arah depan, sisi kiri, dan sisi kanan, kemudian melihat apakah terdapat benjolan, perubahan warna kulit, puting bersisik serta pengeluaran cairan, nanah dan atau darah (Olfah dkk, 2013). Menurut Astrid (2015) SADARI dilakukan pada saat hari ke-7 sampai ke-10 yang dihitung sejak hari pertama menstruasi. Hal ini dikarenakan sekitar hari ke 7-14 payudara

dalam keadaan lembut, tidak keras, membangkakan akibat terjadi retensi cairan minimal.

Sebelum dilakukannya penyuluhan Kesehatan, Ketua dan anggota telah melakukan survey awal kepada siswi di MAN 5 didapatkan bahwa siswi-siswi tidak mengetahui tentang SADARI, oleh karena itu perlu dilakukannya penyuluhan atau Pendidikan Kesehatan tentang SADARI sebagai usaha untuk deteksi dini kanker payudara.

METODE

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini dilakukan 04 Maret 2022 di MAN 5 Kabuapten Aceh Besar dengan peserta siswi kelas III yang hadir pada hari kegiatan penyuluhan. Bentuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berupa pemberian pendidikan Kesehatan berupa penyuluhan kepada siswi kelas III tentang pentingnya sadari untuk mendeteksi dini kanker payudara pada wanita.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pendidikan kesehatan yang dilakukan dengan topik pentingnya pemeriksaan payudara sendiri bagi siswi atau remaja. Ketua Pelaksana yaitu Nuzulul Rahmi, S.ST., M.Kes dan anggota Fauziah Andika SKM., M.Kes serta melibatkan

mahasiswi prodi D-III dan D-IV Kebidanan Universitas Ubudiyah Indonesia.

Penyuluhan dipaparkan dengan media berupa laptop, infocus, powerpoint dan brosur kepada peserta remaja putri agar materi pendidikan kesehatan dapat diserap dengan baik oleh para peserta yang menjadi sasaran. Penyuluhan terbagi dalam beberapa bagian, yaitu sesi pemberian materi, sesi tanya jawab, praktik sadari dan sesi evaluasi. Selain itu juga diadakan evaluasi dengan bentuk memberikan quis berisi pertanyaan dari pemateri dan mahasiswa untuk peserta agar menarik minat dan membangkitkan motivasi peserta.

Pembukaan Acara Penyuluhan dimulai pada jam 11.00 WIB, acara berlangsung 60 menit dengan serangkaian kegiatan, mulai dari pengenalan kampus Universitas Ubudiyah, pengenalan pemateri dan mahasiswi, melakulan presentasi tentang kanker payudara dan SADARI, memberi kesempatan untuk sesi tanya jawab, praktik SADARI dan terakhir dilanjutkan dengan evaluasi dan pemberian hadiah kepada peserta yang berhasil menjawab pertanyaan dari pemateri dan mahasiswa.

KESIMPULAN

Pendidikan Kesehatan Pelaksanaan ini dilakukan 04 Maret 2022 di MAN 5

Kabupaten Aceh Besar dengan peserta siswi kelas III yang hadir pada hari kegiatan penyuluhan dan dilaksanakan dengan melibatkan peran serta mahasiswi Prodi Diploma III dan Prodi Diploma IV Kebidanan Universitas Ubudiyah Indonesia. Pendidikan Kesehatan dipaparkan dengan media berupa laptop, infocus, powerpoint dan brosur kepada peserta agar materi pendidikan kesehatan dapat diserap dengan baik oleh para peserta.

REFERENSI

- Aeni, N. dan Yuhandini, D. S. 2018. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Vidio dan Metode Demonstrasi Terhadap Pengetahuan SADARI. Naskah Publikasi 6(2).
- Alini dan Indrawati. 2018. Efektivitas Promosi Kesehatan Melalui Audio Visual Dan Leaflet Tentang SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri) Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Tentang SADARI di SMA N 1 Kampar Tahun 2018. Jurnal Ners 2(2).
- Astrid. 2015. Kupas Tuntas Kanker Payudara, Leher Rahim, dan Rahim. Pustaka Baru Press, Yogyakarta.
- Ferlay J, Ervik M, Lam F, Colombet M, Mery L, Piñeros M, Znaor A, Soerjomataram I, Bray F. 2020.

“Global Cancer Observatory: Cancer Today. Lyon, France: International Agency for Research on Cancer.” Available from: <https://gco.iarc.fr/today>, accessed [18 March 2022].

Krisdianto, B, F. 2019. Deteksi Dini Kanker Payudara Dengan Pemeriksaan Payudara Sendiri. Andalas University Press, Padang.

Sun YS, Zhao Z, Yang ZN, Xu F, Lu HJ, Zhu ZY, Shi W, Jiang J, Yao PP, Zhu HP. 2017. “Risk Factors and Preventions of Breast Cancer.” *Int J Biol Sci.* 13(11):1387-1397. doi: 10.7150/ijbs.21635.

Olfah, Y., Mendri, N. K., dan Badi’ah, A. 2013. Kanker Payudara dan SADARI. Nuha medika, Yogyakarta.