



Diseminasi Media Edukasi Metode Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) sebagai Upaya Deteksi Dini Kelainan Payudara pada Siswi Sekolah Menengah Atas (SMA) di Kota Mataram

Novrita Padauleng¹, Herpan Syafii Harahap^{*2}, Nurhidayati³, Yanna Indrayana⁴

¹Departemen Histologi, Fakultas Kedokteran Universitas Mataram, Mataram, Indonesia

²Departemen Neurologi, Fakultas Kedokteran Universitas Mataram, Mataram, Indonesia

³Departemen Farmakologi, Fakultas Kedokteran Universitas Mataram, Mataram, Indonesia

⁴Departemen Kardiologi, Fakultas Kedokteran Universitas Mataram, Mataram, Indonesia

Article history

Received: 15-11-2019

Revised: 03-06-2020

Accepted: 07-07-2020

*Corresponding Author:

Herpan Syafii Harahap

Departemen Neurologi,
Fakultas Kedokteran
Universitas Mataram, Mataram,
Indonesia;

Email:

herpanharahap@unram.ac.id

Abstract: Breast cancer is one of the main women's health problem in the world, including Indonesia. Efforts to control this disease can be increased through education to the women community about the breast examination method named SADARI. This is simple but effective method to be used as a primary breast cancer prevention strategy. This method aims to find breast abnormalities routinely checked every month in women aged 18 and above. Therefore, educational efforts regarding the SADARI method for female high school students are expected to increase their knowledge about this method. The educational effort was carried out by disseminating information about SADARI method using poster media on female high school students in Mataram City. Pre-test and post-test are used to evaluate the increase of their knowledge about the SADARI method. About 40 participants from SMAN 2, SMAN 3, SMAN 4, and SMAN 7 Mataram have participated in this dissemination of education media of SADARI method. There was an increase in student knowledge in the four high schools based on differences in the total mean pre-test and post-test scores (56 vs 82, $p=0,000$) as well as the average differences in each of the high schools, namely 58 vs 88 (SMAN 2); 50 vs 82 (SMAN 3); 52 vs 78 (SMAN 4); 64 vs 80 (SMAN 7). As many as 80% of students (32) experienced an increase in knowledge, and 20% did not show an increase in knowledge. This shows that this dedication activity can significantly increase students' knowledge about SADARI methods.

Keywords: breast cancer; breast examination; prevention strategy; education media; student knowledge

Abstrak: Kanker payudara merupakan salah satu masalah utama kesehatan perempuan di dunia, termasuk di negara berkembang seperti Indonesia. Upaya pengendalian penyakit tersebut dapat ditingkatkan melalui edukasi kepada masyarakat, terutama kaum perempuan tentang metode Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). Metode ini sederhana namun efektif untuk digunakan sebagai langkah pencegahan primer kanker payudara. Metode ini bertujuan untuk menemukan tanda dan gejala kelainan payudara secara dini oleh diri sendiri, dengan pemeriksaan rutin setiap bulan setelah individu tersebut menginjak usia 18 tahun. Oleh karena itu, upaya edukasi mengenai metode SADARI pada siswi SMA diharapkan dapat membekali siswi tersebut dengan pengetahuan dan keterampilan metode ini sebelum mereka rutin menerapkannya. Upaya edukasi dilakukan dengan

diseminasi informasi mengenai metode SADARI menggunakan media edukasi poster pada siswi SMA di Kota Mataram. Sebagai instrumen evaluasi, digunakan *pre-test* dan *post-test* untuk mengetahui ada tidaknya peningkatan pengetahuan para siswi mengenai metode SADARI. Sebanyak 40 peserta yang berasal dari SMAN 2, SMAN 3, SMAN 4, dan SMAN 7 Mataram telah mengikuti kegiatan diseminasi media edukasi metode SADARI, sebagai upaya deteksi dini kelainan payudara pada siswi SMA. Terdapat peningkatan pengetahuan siswi di keempat SMA tersebut berdasarkan perbedaan total rerata nilai *pre-test* dan *post-test* (56 vs 82, $p=0,000$) maupun perbedaan rerata pada masing-masing SMA, yaitu 58 vs 88 (SMAN 2); 50 vs 82 (SMAN 3); 52 vs 78 (SMAN 4); 64 vs 80 (SMAN 7). Sebanyak 80% siswi (32) mengalami peningkatan pengetahuan, dan 20% tidak menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian ini dapat meningkatkan pengetahuan siswi tentang metode SADARI secara signifikan.

Kata Kunci: kanker payudara; pemeriksaan payudara; strategi pencegahan; media edukasi; pengetahuan siswi

PENDAHULUAN

Salah satu kelainan pada payudara dengan insidensi yang cukup tinggi di dunia adalah kanker payudara, yaitu sebanyak 1,7 juta kasus. Dari jumlah tersebut, 24% diantaranya dijumpai di negara-negara Asia-Pasifik, termasuk Indonesia. Insidensi kanker payudara di Indonesia tahun 2012 mencapai hampir 49 ribu kasus dan menempati urutan ke-3 di Asia-Pasifik, setelah Cina dan Jepang. Sementara itu, angka mortalitasnya tertinggi kedua setelah Cina, yaitu mencapai 19 ribu kasus, dengan rasio mortalitas:insidensi sebesar 0,41, atau lebih tinggi dibandingkan negara-negara di Asia-Pasifik (0,27) dan dunia (0,30) (Youlden *et al.*, 2014; GLOBOCAN, 2012).

Data estimasi jumlah penderita kanker payudara di Indonesia pada tahun 2013, menurut Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI (2015) adalah sebanyak 61,682 orang. Jumlah penderita kanker payudara terbanyak berasal dari provinsi Jawa Tengah (11,511 orang), dan paling sedikit berasal dari provinsi Papua Barat (80 orang). Sementara itu, estimasi jumlah penderita kanker payudara di provinsi NTB sebanyak 479 orang. Perbedaan jumlah estimasi penderita kanker payudara antar provinsi antara lain disebabkan oleh perbedaan capaian upaya deteksi dini, serta jumlah *provider* dan *trainer* yang tersedia di setiap provinsi di Indonesia.

Kebijakan kesehatan suatu negara mengenai program komprehensif pengendalian kanker payudara harus mencakup tiga elemen, yaitu pengetahuan masyarakat, deteksi dini, dan terapi yang adekuat. Kemajuan ilmu kedokteran saat ini diharapkan dapat membantu upaya pencegahan maupun terapi. Upaya tersebut dapat ditingkatkan dengan menyalurkan pengetahuan dan pemahaman kepada masyarakat mengenai pencegahan dan penanggulangan kanker.

Pencegahan sekunder kanker payudara merupakan pencegahan yang dilakukan terhadap individu yang berisiko terkena kanker payudara. Beberapa faktor risiko tersebut antara lain jenis kelamin, usia, riwayat keluarga, gaya hidup, dan sebagainya (McPherson *et al.*, 2000). Tingginya insidensi dan angka kematian penyakit ini pada perempuan, menempatkan kaum perempuan sebagai populasi yang berisiko menderita kanker payudara. Pencegahan sekunder dilakukan dengan mendeteksi penyakit ini sedini mungkin. Deteksi dini kanker payudara dapat dilakukan dengan metode SADARI, pemeriksaan klinis oleh dokter, ataupun mammografi.

Metode Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) merupakan metode yang cukup sederhana dan dapat menjadi pilihan karena prosedurnya mudah, efektif, tanpa biaya, dan dapat dilakukan

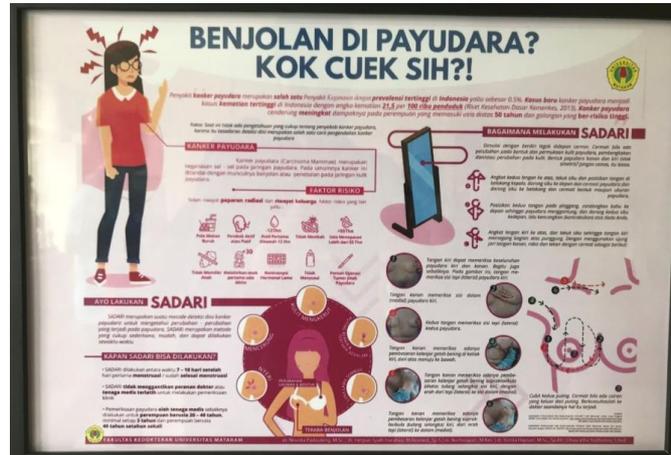
sewaktu-waktu (Yip *et al.*, 2008; Shrivastava *et al.*, 2013). Metode ini bertujuan untuk menemukan tanda dan gejala kanker payudara secara dini oleh diri sendiri, dengan pemeriksaan rutin setiap bulan setelah seorang individu menginjak usia 18 tahun. Jika dilakukan dengan prosedur yang benar, metode ini efektif sebagai langkah pencegahan sekunder kanker payudara, karena benjolan dapat dideteksi saat berukuran kecil (Maria *et al.*, 2009).

Menurut Azage *et al.* (2013), tidak adanya informasi akan makna penting dan prosedur SADARI yang benar, menjadi alasan utama tidak diterapkannya metode ini secara teratur. Informasi mengenai prosedur yang benar dapat diperoleh melalui media komunikasi, informasi dan edukasi. Sesi pelatihan SADARI dengan metode penyuluhan, diskusi, dan demonstrasi dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan SADARI (Seif *et al.*, 2000). Siswi SMA sebagai kaum perempuan, juga termasuk dalam kelompok yang berisiko. Oleh karena itu, pengetahuan dan keterampilan akan metode SADARI sangat penting sebagai bekal mereka dalam mempersiapkan diri sebelum rutin menerapkannya. Untuk tercapainya tujuan pengabdian ini, maka penyampaian informasi akan disampaikan melalui media edukasi poster dan *logbook* pada siswi SMA di Kota Mataram, yaitu SMAN 2, SMAN 3, SMAN 4, dan SMUN 7. Sebagai instrumen evaluasi digunakan kuesioner untuk mengetahui ada tidaknya peningkatan pengetahuan para siswi mengenai metode SADARI.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di 4 SMA yang ada di Kota Mataram, yaitu SMAN 2 Mataram (Kec. Sekarbela), SMAN 3 Mataram (Kec. Selaparang), SMAN 4 Mataram (Kec. Sandubaya), dan SMAN 7 Mataram (Kec. Ampenan). Sebanyak 40 peserta yang berasal dari keempat SMA tersebut mengikuti serangkaian kegiatan, yang meliputi *pre-test*, matrikulasi mengenai metode SADARI, dan diakhiri dengan *post-test*. Kegiatan *pre-test* dilakukan untuk mengevaluasi pengetahuan siswi tentang metode SADARI sebelum memperoleh materi matrikulasi. Soal-soal *pre-test* yang diberikan adalah 5 butir soal jenis *multiple choice questions* (MCQ) seputar penyakit kanker payudara dan metode SADARI, dimana setiap peserta diminta untuk menjawab setiap pertanyaan dengan cara memilih salah satu dari 5 alternatif jawaban. Setiap Jawaban yang benar diberi nilai 2, sehingga total nilai maksimal untuk *pre-test* ini adalah 100 (rentang nilai 0-100).

Pada tahap matrikulasi, peserta diberikan edukasi mengenai metode SADARI menggunakan media edukasi poster dan praktik pemeriksaan SADARI. Didalam media edukasi poster tercantum tentang beberapa informasi penting, antara lain manfaat metode SADARI, posisi dan cara melakukan metode SADARI yang benar, berbagai kelainan pada payudara yang perlu dikenali, waktu yang tepat untuk melakukan metode SADARI, dan cara menggunakan *Logbook* pemeriksaan SADARI. Adapun poster yang digunakan sebagai media edukasi pada kegiatan pengabdian ini merupakan luaran dari kegiatan pengabdian sebelumnya pada tahun 2018 berupa panduan metode SADARI bagi remaja putri (Gambar 1).



Gambar 1. Media edukasi poster metode SADARI

Tahap *post-test* dilaksanakan dengan tujuan untuk mengevaluasi adanya perubahan tingkat pengetahuan siswi tentang metode SADARI. Soal-soal yang diberikan pada saat *post-test* dan cara penilaiannya sama dengan soal-soal yang diberikan pada saat *pre-test*. Dengan demikian, peningkatan pengetahuan siswi-siswi SMA dievaluasi berdasarkan perbedaan yang bermakna rerata nilai *post-test* terhadap *pre-test* para siswi yang diperoleh melalui uji statistik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebanyak 40 peserta yang berasal dari SMAN 2, SMAN 3, SMAN 4, dan SMAN 7 Mataram telah mengikuti kegiatan pengabdian diseminasi media edukasi metode sadari, sebagai upaya deteksi dini kelainan payudara pada siswi SMA. Rangkaian kegiatan ini meliputi *pre-test*, matrikulasi mengenai metode SADARI menggunakan media edukasi poster, dan *post-test*. Dalam kegiatan *pre-test* dan *post-test*, para siswi dari keempat SMA tempat dilakukannya kegiatan ini cukup antusias dalam mengerjakan 5 butir soal MCQ yang telah disiapkan sebelumnya (Gambar 2).



Gambar 2. Antusiasme para siswi di SMAN 2, SMAN 3, SMAN 4, dan SMAN 7 dalam mengerjakan soal-soal *pre-test* dan *post-test*.

Seperti yang telah disebutkan sebelumnya, matrikulasi mengenai metode SADARI ini dilakukan dengan menggunakan media edukasi poster yang mencantumkan informasi penting, beberapa diantaranya adalah manfaat metode SADARI dan posisi dan cara melakukan metode SADARI yang benar. Dalam kegiatan matrikulasi mengenai metode SADARI ini, para siswi dari empat SMA tempat dilakukannya kegiatan pengabdian ini menunjukkan antusiasme yang tinggi. Hal ini disebabkan karena sebelumnya para siswi tersebut belum pernah mendapatkan informasi mengenai tingginya insidensi kanker payudara dan mereka telah memasuki usia yang rentan untuk terjadinya kanker payudara tersebut.

Para siswi tersebut juga baru mengetahui bahwa upaya pencegahan terjadinya kanker payudara pada usia mereka saat ini merupakan tindakan yang penting untuk dilakukan. Mereka juga baru mengetahui bahwa metode SADARI merupakan metode yang sangat sederhana, efektif dan mudah dipraktikkan sebagai upaya pencegahan dini kanker payudara. Dengan menerapkan teknik pemeriksaan yang benar, metode ini efektif untuk mendeteksi adanya benjolan pada payudara, meskipun masih berukuran sangat kecil. Hal ini bisa dilihat dengan partisipasi aktif mereka dalam sesi diskusi dan keseriusan dalam memperagakan metode SADARI yang dipandu oleh instruktur (Gambar 3).



Gambar 3. Antusiasme para siswi di SMAN 2, SMAN 3, SMAN 4, dan SMAN 7 dalam mengikuti kegiatan matrikulasi tentang metode SADARI.

Dalam kegiatan ini, rerata nilai *post-test* yang diperoleh dari keempat SMA tempat dilakukannya kegiatan pengabdian ini lebih tinggi dibandingkan dengan rerata nilai *pre-test*. Secara rinci dapat dipaparkan perbedaan rerata nilai *pre-test* dan *post-test* pada masing-masing SMA, antara lain 58 vs 88 (SMAN 2); 50 vs 82 (SMAN 3); 52 vs 78 (SMAN 4); 64 vs 80 (SMAN 7). Sebanyak 80% siswi (32) mengalami peningkatan pengetahuan, dan 20% tidak menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan, namun demikian, tidak dijumpai nilai *post-test* yang lebih rendah dari nilai *pre-test* (Tabel 1).

Tabel 1 Data nilai *pre-test* dan *post-test* peserta kegiatan pengabdian

| No. | SMA 2 | | SMA 3 | | SMA 4 | | SMA 7 | |
|--------|-----------------|------------------|-----------------|------------------|-----------------|------------------|-----------------|------------------|
| | <i>Pre-test</i> | <i>Post-test</i> | <i>Pre-test</i> | <i>Post-test</i> | <i>Pre-test</i> | <i>Post-test</i> | <i>Pre-test</i> | <i>Post-test</i> |
| 1 | 60 | 80 | 40 | 80 | 80 | 80 | 80 | 80 |
| 2 | 20 | 80 | 20 | 80 | 80 | 80 | 80 | 100 |
| 3 | 60 | 80 | 40 | 80 | 40 | 80 | 80 | 80 |
| 4 | 80 | 100 | 20 | 80 | 20 | 60 | 60 | 80 |
| 5 | 60 | 80 | 60 | 80 | 20 | 80 | 60 | 80 |
| 6 | 60 | 80 | 60 | 80 | 60 | 100 | 60 | 60 |
| 7 | 60 | 100 | 80 | 80 | 40 | 80 | 60 | 80 |
| 8 | 60 | 100 | 60 | 100 | 60 | 80 | 60 | 80 |
| 9 | 80 | 80 | 60 | 80 | 60 | 80 | 60 | 80 |
| 10 | 40 | 100 | 60 | 80 | 60 | 60 | 40 | 80 |
| Rerata | 58 | 88 | 50 | 82 | 52 | 78 | 64 | 80 |

Sewaktu dilakukan penghitungan rerata dari hasil akumulasi nilai *pre-test* dan *post-test* dari 40 peserta pada keempat SMA tempat dilakukannya pengabdian ini, didapatkan nilai rerata *pre-test* dan *post-test* masing-masing sebesar 56 dan 82. Analisis statistik dengan menggunakan uji Wilcoxon menunjukkan adanya perbedaan nilai rerata yang bermakna ($p=0.000$) (Tabel 2).

Tabel 2. Hasil uji beda rerata nilai *pre-test* dan *post-test* peserta pengabdian

| | Jenis Kegiatan | | <i>p-value</i> |
|--------------|-----------------|------------------|----------------|
| | <i>Pre-test</i> | <i>Post-test</i> | |
| Rerata nilai | 56 | 82 | 0.000* |

*Uji Wilcoxon, bermakna jika $p < 0.05$

Hasil tersebut menunjukkan bahwa kegiatan diseminasi media edukasi metode SADARI yang dilakukan di keempat SMA tersebut mampu meningkatkan pengetahuan para siswi mengenai metode SADARI secara signifikan. Para siswi menganggap penting untuk bisa melakukan metode ini mengingat mereka telah memasuki usia yang rentan untuk terjadinya kanker payudara dan kondisi medis tersebut dapat dicegah secara dini dengan metode yang sederhana namun efektif ini apabila dipraktikkan dengan benar. Kebutuhan akan informasi tersebut mampu meningkatkan kesadaran para siswi untuk berusaha memahami dengan baik informasi yang disajikan dalam kegiatan matrikulasi metode SADARI tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa sosialisasi termasuk komunikasi, informasi, dan edukasi (KIE) merupakan solusi yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan peserta. Hal ini tentunya perlu disertai langkah implementasi, dimana peserta akan melakukan pemeriksaan ini secara rutin setiap bulan dengan prosedur dan waktu yang tepat untuk mencari adanya kelainan pada payudara secara dini.

Faktor lain yang perlu ditingkatkan adalah kesadaran dan kewaspadaan akan penyakit kanker payudara dan strategi pencegahannya. *Breast Health Global Initiative* (BHGI) pada tahun 2010 telah menyusun konsensus mengenai pengendalian kanker payudara dan strategi implementasinya, terutama bagi negara-negara dengan pendapatan rendah dan menengah (LMCs). Kondisi dimana pasien terdiagnosis saat stadium lanjut menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap rendahnya angka *survival* penderita. Salah satu hambatannya adalah kesadaran dan kewaspadaan pasien yang rendah (Anderson *et al.*, 2011).

Kanker payudara adalah kelainan yang dapat dideteksi secara dini, dapat diobati, dan pada stadium awal memiliki prognosis yang lebih baik. Hal ini perlu disadari, baik oleh masyarakat, jajaran

kesehatan, maupun penyusun kebijakan. Sehingga upaya implementasi deteksi dini benar-benar dapat bermanfaat untuk meningkatkan *outcome* penyakit ini (Birnbaum *et al.*, 2018). Sebagian besar studi menunjukkan bahwa intervensi promosi kesehatan, termasuk diantaranya upaya meningkatkan kesadaran dan pengetahuan perempuan akan pentingnya dan prosedur penapisan, seperti pemeriksaan payudara sendiri, berhubungan dengan luaran klinis penyakit yang lebih baik (Agide *et al.*, 2018). Metode diseminasi informasi deteksi dini kelainan pada payudara dengan metode SADARI pada kegiatan pengabdian ini merupakan langkah awal untuk kegiatan intervensi promosi yang perlu ditindaklanjuti dengan kegiatan serupa pada populasi yang lebih luas, sedemikian rupa sehingga upaya penemuan penyakit kanker payudara stadium awal menjadi meningkat dan luaran klinis penderitanya menjadi semakin baik. Kegiatan promosi kesehatan tersebut juga perlu diperluas cakupannya pada kesehatan reproduksi perempuan sebagai upaya komprehensif untuk meningkatkan derajat kesehatan pada populasi perempuan yang masuk dalam kelompok usia reproduktif. Selain informasi yang berkaitan dengan kesehatan payudara, informasi terkait kesehatan reproduksi lainnya, diseminasi informasi mengenai perbaikan higiene organ reproduktif perseorangan juga perlu dilakukan, misalnya pencegahan keputihan yang tidak wajar sebagai upaya untuk menurunkan angka kejadian kanker serviks, salah satu kanker pada organ reproduksi lainnya, selain payudara, yang juga memiliki insidensi yang tinggi, termasuk di Indonesia.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian berupa edukasi mengenai metode SADARI pada siswi SMA menggunakan media poster efektif untuk meningkatkan pengetahuan para siswi akan metode SADARI. Kegiatan pengabdian ini diharapkan dapat dilaksanakan secara berkelanjutan, dan dapat mencakup lebih banyak jumlah peserta atau responden, disertai dengan materi kesehatan reproduksi yang lain.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Mataram yang telah memberikan dukungan dana pada kegiatan ini melalui dana DIPA BLU Universitas Mataram Tahun Anggaran 2019. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Kepala Sekolah SMAN 2, SMAN 3, SMAN 4, dan SMAN 7 yang telah memberikan ijin dan memfasilitasi pelaksanaan kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Agide FD, Sadeghi R, Garmaroudi G, Tigabu BM. 2018. A systematic review of health promotion interventions to increase breast cancer screening uptake: from the last 12 years. *European Journal of Public Health*. 28(6): 1149–1155.
- Anderson B, Cazap E, El Saghir NS, Yip C, Khaled HM, Adebamowo CA, Badwe RA, Harford JB. 2011. Optimisation of breast cancer management in low-resource and middle-resource countries: executive summary of the Breast Health Global Initiative consensus, 2010. *Lancet Oncology* 12: 387–98
- Azage M., Abeje G., Mekonnen A. 2013. Assesment of factors associated with breast self-examination among health extension workers in West Gojjam zone, Northwest Ethiopia. *International Journal of Breast Cancer*, 1-7.

- Birnbaum JK, Duggan C, Anderson B, Etzioni R. 2018. Early detection and treatment strategies for breast cancer in low-income and upper middle-income countries: a modelling study. *Lancet Global Health*. 6(8): e885–e893.
- GLOBOCAN 2012. Indonesia. The global cancer observatory-IARC.
- Kementerian Kesehatan RI. 2015. Situasi Penyakit Kanker. *Buletin Jendela Data & Informasi Kesehatan*.
- Maria T., Kleanthi G., Loannis B., Katerina L. 2009. Knowledge of breast cancer screening of Greek and Italian student midwives. A comparative study. *Health science journal* 3 (2): 72-9.
- McPherson K, Steel CM, Dixon JM, 2000. Breast cancer epidemiology, risk factors, and genetics. *BMJ* 321: 624-628.
- Seif, NY., Aziz, MA. 2000. Effect of breast self-examination training programme on knowledge, attitude, and practice of a group of working women. *Journal of the Egyptian National Cancer Institute*. 12 (2):105-115.
- Shrivastava SR., Shrivastava PS., Ramasamy J. 2013. Self breast examination: a tool for early diagnosis of breast cancer. *American Journal of Public Health Research*. 1(6):135-9.
- Yip CH, Smith RA, Anderson BO. 2008. Breast Health Global Initiative Early Detection Panel. Guideline implementation for breast healthcare in low- and middle-income countries: early detection resource allocation. *Cancer* 113: 2244-56.
- Youlden DR., Cramb SM., Yip CH., Baade PD. 2014. Incidence and mortality of female breast cancer in the Asia-Pacific region. *Cancer Biology & Medicine*. 11:101-115.