



Monthly Breast-Self Pada Remaja Sebagai Upaya Deteksi Dini Kanker Payudara

Arlyana Hikmanti^{1*}, Fauziah Hanum Nur Adriani², Feti Kumala Dewi³, Linda Yanti⁴, Surtiningsih⁵, Susilo Rini⁶
^{1,2,3} Prodi Kebidanan, Universitas Harapan Bangsa, Banyumas, Indonesia

¹arlyanahikmanti@uhb.ac.id; ²fauziahhanum@uhb.ac.id; ³fetikumala@uhb.ac.id, lindayanti@uhb.ac.id,
surtiningsih@uhb.ac.id, susilorini@uhb.ac.id

Artikel History:

Received: 2024-07-01 / Received in revised form: 2024-07-20 / Accepted: 2024-08-01

ABSTRACT

Breast cancer is a malignancy that often occurs in women, especially in women who have menstruated, including teenagers. However, these women often misunderstand the benefits of breast cancer screening programs such as Awareness examinations, clinical examinations, and mammography examinations. The health problem faced at SMA Negeri 1 Rancah Ciamis, West Java is that teenagers do not know about the Monthly Breast Self-exam or are aware of it. The methods used in this PkM include preparation, socialization of the importance of solutions, participant screening, implementation of activities, monitoring, and evaluation. This science and technology implementation program aims to: 1). Improve teenagers' skills in carrying out Monthly Breast Self-exam/awareness examinations to detect breast cancer early. 2). An awareness examination was carried out by teenagers to detect breast cancer early at SMA Negeri 1 Rancah Ciamis, West Java. The results of this activity are 1). Adolescents are skilled in carrying out Monthly Breast Self-exams/be aware to detect breast cancer early; 2). Monthly Breast Self-exam/be aware by teenagers for early detection.

Keywords: *early detection, monthly rice exam, teenagers*

ABSTRAK

Kanker payudara merupakan kegawatan yang sering terjadi pada wanita terutama pada wanita yang sudah mengalami menstruasi termasuk remaja. Namun wanita ini sering kali menyalahartikan manfaat program skrining kanker payudara seperti pemeriksaan Sadari, pemeriksaan klinik dan pemeriksaan mamografi. Permasalahan kesehatan yang dihadapi di SMA Negeri 1 Rancah Ciamis Jawa Barat yaitu remaja belum mengetahui tentang *Monthly Breast Self-exam /sadari*. Metode yang digunakan pada PkM ini meliputi persiapan, sosialisasi pentingnya solusi, skrining peserta, pelaksanaan kegiatan, monitoring dan evaluasi Program penerapan Ipteks ini bertujuan untuk: 1). Meningkatkan ketrampilan remaja dalam melakukan pemeriksaan *Monthly Breast Self-exam/sadari* untuk mendeteksi kanker payudara secara dini. 2). Dilaksanakannya pemeriksaan sadari oleh remaja untuk mendeteksi kanker payudara secara dini di SMA Negeri 1 Rancah Ciamis Jawa Barat. Hasil kegiatan ini adalah 1). Remaja terampil dalam melakukan pemeriksaan *Monthly Breast Self-exam/ sadari* untuk mendeteksi kanker payudara secara dini; 2). Pemeriksaan *Monthly Breast Self-exam/sadari* oleh remaja untuk diteksi dini.

Kata kunci: *deteksi dini, monthly breast exam, remaja*

*Arlyana Hikmanti.

Email:arlyanahikmanti@uhb.ac.id

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)



1. PENDAHULUAN

Perkembangan manusia berjalan secara kontinyu dan tidak secara serempak, tetapi bagian yang satu dan yang lain dapat pula terjadi secara bersamaan atau hampir bersamaan. Pertumbuhan dan perkembangan itu mempunyai irama dan waktu yang relatif berbeda antara individu yang satu dengan yang lain (Rumini, Sri Sundari, Siti 2014). Jumlah penderita kanker payudara di seluruh dunia terus mengalami peningkatan, baik pada daerah dengan insiden tinggi di negara-negara Barat, maupun pada insiden rendah seperti di banyak daerah Asia. Angka insiden tertinggi dapat ditemukan pada berapa daerah di Amerika Serikat (mencapai di atas 100/100.000; berarti ditemukan lebih 100 penderita dari 100.000 orang). Kemudian diikuti dengan beberapa negara Eropa Barat (tertinggi Swiss, 73,5/100.000). Untuk Asia, masih berkisar antara 10-20/100.000 (contoh pada daerah tertentu di Jepang 17,6/100.000; Kuwait 17,2/100.000; dan Cina 9,5/100.000). Yang menarik angka ini akan berubah bila populasi dari daerah dengan insiden rendah melakukan migrasi ke daerah dengan insiden yang lebih tinggi. Di dunia, kanker payudara bahkan merupakan penyebab kematian kedua terbanyak setelah kanker mulut rahim/kanker servik. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan setiap tahun jumlah kasus baru kanker payudara di dunia sekitar 670.000 kematian dengan faktor risiko usia, obesitas, dan riwayat kanker payudara pada keluarga (World Health Organization 2024).

Di Indonesia sendiri belum berkembang baik untuk melaksanakan deteksi dini payudara, khususnya dikalangan remaja. Remaja putri yang mendapat haid lebih cepat (9 tahun) atau menopause lebih telat (di atas 55 tahun) juga lebih berisiko terpapar kanker payudara. Sebagian besar remaja/wanita usia subur belum mengetahui tentang apa itu Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) serta bagaimana cara melakukannya (Marlina 2019). Setiap tahun penderita kanker payudara mencapai 1,1 juta perempuan dan jumlah ini merupakan 10% dari kasus baru dari seluruh kanker. Dengan angka kematian sebesar 410.000 setiap tahun dan menjadikan lebih dari 1,6% sebagai penyebab kematian perempuan di seluruh dunia. Kanker payudara merupakan masalah yang cenderung meningkat pada negara dengan sumber terbatas dimana insidennya meningkat sebanyak 5% setiap tahun negara berkembang mempunyai masalah serupa dimana kanker belum merupakan prioritas dan beberapa hambatan sosiokultural, belum optimalnya organisasi kesehatan serta kurangnya sumber daya. Untuk mengatasi masalah tersebut maka dikembangkan tata cara deteksi dini dan diagnosis serta penatalaksanaan yang *'cost effective'* dengan *'evidence-based best practices with limited resources'* sehingga dapat digunakan pada negara dengan fasilitas kesehatan dan kepedulian kanker payudara minimal (Departemen Kesehatan RI, 2017).

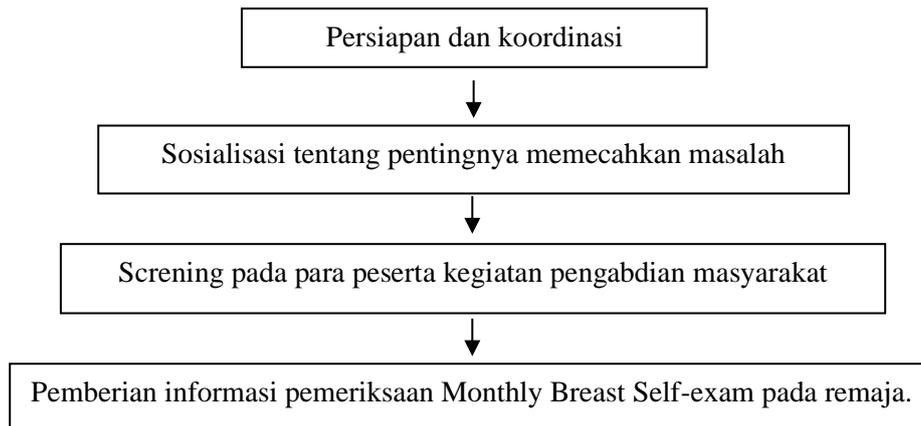
Data Sistem Informasi Rumah Sakit (SIRS) tahun 2007 menunjukkan, kejadian kanker payudara mencapai 21,69%, lebih tinggi dari kanker leher rahim yang angkanya 17%. Di Rumah Sakit Kanker Dharmais, jumlah kasus baru juga terus meningkat. Kalau tahun 2003 hanya ada 221 kasus, tahun 2008 sudah tiga kali lipatny menjadi 657 kasus. Sayangnya 60-70% pasien datang pada stadium lanjut, III atau IV, sehingga hampir setengah dari angka kejadian kanker payudara berakhir dengan kematian. Tingkat pemahaman masyarakat yang masih rendah dan adanya mitos-mitos yang keliru tentang kanker payudara menjadi salah satu faktor penyebab keterlambatan penanganan kanker payudara di Indonesia. Seharusnya banyak pasien kanker payudara bisa diselamatkan. Pada 95% perempuan yang diagnosisnya ditegakkan pada tahap awal kanker, sebagai contoh, dapat bertahan hidup lebih dari 5 tahun (Prawesty 2020). Di Indonesia penderita kanker payudara menempati urutan kedua setelah kanker leher rahim. Penderitanya pun ada yang berusia 18 tahun. Padahal di negara-negara lain, jumlah kanker payudara tidak begitu banyak dibanding dengan jumlah kanker jenis lain. Hal ini disebabkan di negara-negara tersebut kesadaran untuk melakukan deteksi dini sudah berkembang baik. Kebanyakan kanker payudara ditemukan pada stadium awal, sehingga segera dapat diobati dan disembuhkan. Sedang di negara kita, kebanyakan kasus kanker ditemukan pada stadium lanjut ketika penyembuhan sudah sulit dilakukan. Padahal mendeteksi kanker payudara sangat mudah dan dapat dilakukan sendiri di rumah (Naura 2019). Kanker payudara merupakan keganasan yang paling banyak pada wanita. Selain merupakan penyakit yang didominasi oleh wanita (99% kanker payudara terjadi pada wanita). Pengaruh risiko kanker payudara tidak secara luas diketahui oleh masyarakat, wanita usia lanjut cenderung meremehkan risiko ini dan banyak wanita berusia di bawah 50 tahun justru terlalu khawatir terhadap risiko terkena kanker payudara.

Akibatnya, kedua kelompok wanita ini sering kali menyalahartikan manfaat program skrining kanker payudara (Heffner, 2016). Kanker payudara dapat ditemukan secara dini dengan pemeriksaan Sadari, pemeriksaan klinik dan pemeriksaan mamografi. Deteksi dini dapat menekan angka kematian sebesar 25 – 30% (Saryono and Roischa 2019). Gejala klinis kanker payudara dapat berupa, benjolan pada payudara yang pada umumnya tidak menyebabkan nyeri pada payudara stadium awal, puting susu menjadi tertarik ke dalam (*retraksi*), perdarahan pada puting susu, rasa sakit baru timbul kalau tumor sudah besar, timbul pembesaran kelenjar pada ketiak (Mahesa 2019). Seiring perkembangan zama, usia penderita kanker payudara berusia muda atau remaja (Fres 2015). Permasalahan kesehatan yang dihadapi di SMA Negeri 1 Rancah Ciamis Jawa Barat yaitu remaja belum mengetahui tentang *Monthly Breast Self-exam /sadari*.

2. METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

- a. Persiapan dan Koordinasi: Tahap persiapan dan koordinasi dilakukan pada bulan Maret 2022. Pada tahap persiapan dan koordinasi dilakukan dengan metode survey lapangan, survey lapangan bertujuan mengidentifikasi kondisi dan situasi yang tepat untuk memulai kegiatan dan untuk menetapkan strategi pendekatan yang digunakan pada pelaksanaan pengabdian masyarakat. Koordinasi pelaksanaan teknis pengabdian ini bertujuan untuk memberikan gambaran pelaksanaan pengabdian masyarakat, mendapatkan dukungan dan support serta membantu untuk mengidentifikasi kemungkinan faktor dan kendala, mengidentifikasi pendukung untuk mengatasi kemungkinan faktor kendala yang mungkin muncul. Koordinasi teknis pelaksanaan ini dilakukan pada bulan Maret 2022.
- b. Sosialisasi tentang pentingnya memecahkan masalah: Melakukan sosialisasi pentingnya mengetahui tentang *Monthly Breast Self-exam /sadari*.
- c. Skrening Pada Para Peserta Kegiatan Pengabdian Masyarakat Pengumpulan dan pengelompokan data peserta yang dapat mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat sebanyak 30 siswa.
- d. Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat Dengan Diskusi dan Musyawarah Bersama: Pelaksanaan Pengabdian masyarakat tentang *Monthly Breast Self-exam /sadari* dilakukan dengan cara diskusi dan musyawarah bersama. Pada kegiatan ini peserta yang telah terpilih kemudian diberikan informasi Berikut merupakan beberapa informasi yang diberikan kepada para peserta:
 1. Pengertian *Monthly Breast Self-exam*
 2. Tujuan *Monthly Breast Self-exam*
 3. Waktu pelaksanaan *Monthly Breast Self-exam*
 4. Cara memeriksakan *Monthly Breast Self-exam*
 5. Hasil pemeriksaan *Monthly Breast Self-exam*
- e. Monitoring dan evaluasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat: Tahap selanjutnya setelah kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah monitoring dan evaluasi. Kegiatan monev ini dilakukan mulai dari bulan April-Mei 2022. Kegiatan monitoring evaluasi ini dilakukan tujuan sebagai berikut:
 1. Untuk memantau peran serta peserta dalam penerapan *Monthly Breast Self-exam* untuk deteksi dini kanker payudara.
 2. Untuk mengidentifikasi faktor penghambat dan faktor pendukung dalam pelaksanaan kegiatan penerapan *Monthly Breast Self-exam* untuk mengatasi kanker payudara pada remaja sehingga dengan cepat dan tepat dapat dilakukan upaya untuk mengatasainya.
 3. Untuk evaluasi dampak, hal ini bertujuan agar dengan peran serta peserta dalam penerapan *Monthly Breast Self-exam* untuk deteksi kanker payudara pada remaja.
 4. Untuk evaluasi hasil akhir dari pengabdian masyarakat didapatkan hasil bahwa peserta dapat merasakan manfaat dari penerapan *Monthly Breast Self-exam* untuk deteksi kanker payudara.

Berdasarkan uraian tersebut dapat disusun bagan metode pelaksanaan pengabdian masyarakat sebagai berikut:



Gambar 1. Bagan metode pelaksanaan kegiatan

3. HASIL KEGIATAN DAN PEMBAHASAN

a. Persiapan dan Koordinasi

Kegiatan ini dilakukan pada hari Kamis tanggal 3 Maret 2022. Telah disusun dan dilakukan persiapan dan koordinasi sebelum kegiatan pengabdian kepada masyarakat *dilaksanakan* diantaranya:

1. Mengurus perijinan dan koordinasi dengan SMA Negeri 1 Rancah Ciamis Jawa Barat
2. Koordinasi pelaksanaan teknis pengabdian ini bertujuan untuk memberikan gambaran pelaksanaan pengabdian masyarakat, mendapatkan dukungan dan support serta membantu untuk mengidentifikasi kemungkinan faktor dan kendala, mengidentifikasi pendukung untuk mengatasi kemungkinan faktor kendala yang mungkin muncul.
3. Melakukan Survey lapangan bertujuan mengidentifikasi kondisi dan situasi yang tepat untuk memulai kegiatan dan untuk menetapkan strategi pendekatan yang digunakan pada pelaksanaan pengabdian masyarakat.

b. Skrening Pada Para Peserta Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 22 Maret 2022. Telah dilakukan pendataan terkait dengan peserta yang akan mengikuti kegiatan tersebut yaitu remaja atau Siswa SMA Negeri 1 Rancah Ciamis Jawa Barat.

c. Sosialisasi Tentang *Monthly Breast Self-exam*

Telah dilakukan kegiatan sosialisasi pada peserta tentang pentingnya mengetahui tentang meningkatkan pengetahuan tentang *Monthly Breast Self-exam*

d. Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat Dengan Diskusi dan Musyawarah

Bersama Kegiatan pengabdian masyarakat tentang *Monthly Breast Self-exam* dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 31 Maret 2022 pukul 09.00 WIB sampai dengan selesai kegiatan yang bertempat di Gedung C3.03 Universitas Harapan Bangsa dengan jumlah peserta sebanyak 30 peserta. Metode yang digunakan: ceramah, diskusi, pemberian informasi terkait *Monthly Breast Self-exam* dengan menggunakan *leaflet*. Berikut merupakan beberapa informasi yang diberikan kepada para peserta:

- a. Pengertian *Monthly Breast Self-exam*
- b. Tujuan *Monthly Breast Self-exam*
- c. Waktu pelaksanaan *Monthly Breast Self-exam*
- d. Cara memeriksakan *Monthly Breast Self-exam*
- e. Hasil pemeriksaan *Monthly Breast Self-exam*

e. Monitoring dan Evaluasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Kegiatan pengabdian masyarakat tentang terkait *Monthly Breast Self-exam* telah dilakukan monitoring dan evaluasi pada tanggal 4 April 2022 tidak ditemukan adanya permasalahan yang berarti, berdasarkan wawancara pada remaja/ siswi SMA Negeri 1 Rancah Ciamis Jawa Barat bahwa sebagian besar tidak menemukan benjolan pada payudara.

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan berdasarkan pengukuran pengetahuan peserta sebelum dan sesudah kegiatan pengabdian masyarakat ini berlangsung dapat dikategorikan menjadi 3 yaitu:

Pengetahuan Baik	: $\geq 76-100\%$
Pengetahuan Cukup	: $60-75\%$
Pengetahuan Kurang	: $\leq 60\%$

Tabel 1. Pengetahuan siswi sebelum dan sesudah kegiatan pengabdian masyarakat

Kategori	Sebelum			Sesudah		
	Frekuensi	%	Mean	Frekuensi	%	Mean
Baik	2	6,67		27	90	
Cukup	3	10	38,00	2	6,67	84,77
Kurang	25	83,33		1	3,33	
Total	30	100		30	100	

Dari tabel 1. terlihat bahwa sebanyak 30 peserta, sebelum dilakukan pengabdian masyarakat memiliki sebagian besar peserta memiliki pengetahuan kurang sebanyak 25 (83,33%). Setelah dilakukan pengabdian masyarakat sebagian besar memiliki pengetahuan baik sebanyak 27 (90,00%). Dari data tersebut terlihat adanya kenaikan pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat tentang *Monthly Breast Self-exam* dengan nilai minimum pretest sebesar 38, maksimum pretest 80 dan nilai minimum posttest sebesar 40, maksimum posttest sebesar 100. Rendahnya pengetahuan responden dimungkinkan karena belum begitu peduli dengan informasi tersebut, dikarenakan sebagian.

Pengetahuan kurang tersebut disebabkan karena rata-rata remaja usia 16 tahun tidak begitu peduli dengan informasi tentang kesehatan untuk dirinya terutama informasi tentang *Monthly Breast Self-exam*, sedangkan pengetahuan yang baik terjadi karena rasa ingin tahu dan belajar yang sangat tinggi. Hal ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa pengetahuan seseorang dapat mendasari seseorang dalam melakukan atau berperilaku baik atau kurang. Setelah dilakukan edukasi, tingkat pengetahuan remaja meningkat. Hal ini dapat dimungkinkan karena motivasi untuk belajar pada siswi/ remaja sangat tinggi, yang terlihat dari mereka begitu antusias selama kegiatan berlangsung.

Hal ini sejalan dengan penelitian bahwa seseorang yang diberikan sesuatu yang baru bagi dirinya apalagi bila sesuatu yang baru tersebut sangat penting bagi dirinya maka seseorang tersebut akan mencoba mencari tahu secara mendalam tentang sesuatu tersebut dengan cara mengumpulkan informasi sebanyak-banyaknya dengan cara melakukan pengindraan (Pradnyandari, Sanjiwani, and Astuti 2022). Peserta mendapatkan informasi tentang *Monthly Breast Self-exam* dengan cara mendengarkan materi, membaca leaflet, mempraktikkan maka akan semakin banyak informasi yang didapatkan sehingga peserta mempunyai pengetahuan dan keterampilan yang lebih luas. Hal itu dapat terjadi mengingat sumber informasi yang dapat mempengaruhi pengetahuan tidak hanya diperoleh dari penyuluhan saja. Peningkatan pengetahuan siswi juga terjadi karena adanya beberapa faktor yang mempengaruhi seperti, minat dan sumber informasi. Minat juga merupakan suatu kecenderungan atau keinginan yang tinggi terhadap sesuatu. Dalam hal ini peserta yang datang menandakan bahwa peserta memiliki minat yang tinggi untuk mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat tersebut, karena minat yang ada pada setiap peserta akan menjadikan keinginan yang tinggi untuk mencoba dan menekuni suatu hal seperti pencarian berbagai macam informasi, salah satunya adalah tentang *Monthly Breast Self-exam* dan pada akhirnya dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan dan keterampilan mereka. Begitu juga dengan sumber informasi yang didapat peserta dari kegiatan pengabdian masyarakat ini. Peserta mendapatkan informasi dari leaflet yang dibagi dan ceramah serta diskusi bersama. Kemudahan informasi yang didapatkan peserta dapat membantu mempercepat seseorang untuk memperoleh pengetahuan yang baru. Pada kegiatan ini informasi yang didapatkan oleh peserta dapat menghasilkan perubahan perilaku dan peningkatan pengetahuan yang baru.

Adanya informasi dapat memberikan landasan kognitif baru bagi seseorang (Notoatmojo 2017). Informasi sangat mempengaruhi pengetahuan siswi, dengan banyaknya informasi tentang *Monthly*

Breast Self-exam maka siswi akan lebih mengerti dan paham. Mungkin sebagian besar awalnya masih awam dengan istilah-istilah yang ada pada kegiatan tersebut tetapi seiring dengan berlangsungnya kegiatan ini wawasan mereka semakin terbuka. Hal tersebut sebagaimana dari peran penting dari media adalah membuat responden dapat memahami tentang materi yang diberikan, memotivasi siswa untuk belajar, dan mengembangkan minat serta keinginan baru seseorang (Wulandari et al. 2023).

Beberapa faktor yang mendukung terlaksananya kegiatan pengabdian pada masyarakat ini adalah besarnya minat dan antusiasme peserta selama kegiatan berlangsung, sehingga kegiatan dapat berlangsung dengan lancar dan efektif. Selain itu dukungan dari pihak sekolah sangat bermanfaat bagi kelancaran acara ini. Sedangkan faktor penghambatnya adalah keterbatasan jarak jauh sehingga memengaruhi kesiapan remaja dalam mengikuti kegiatan.

SIMPULAN

Hasil kegiatan yang sudah dilakukan antara lain kegiatan pengabdian masyarakat telah dilakukan di Universitas Harapan Bangsa menghasilkan peningkatan pengetahuan peserta tentang *Monthly Breast Self-exam* yang dibuktikan dari hasil *pre-test* dan *post-test* yang dilakukan.

SARAN

Perlu adanya keaktifan dari remaja untuk dapat meningkatkan kesehatan dirinya sendiri sebagai seseorang yang masih masa pertumbuhan dan pubertas. Adanya kesinambungan dan monitoring program, pasca kegiatan pengabdian masyarakat ini sehingga remaja dapat tetap meningkatkan pengetahuan terutama dalam bidang kesehatan diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Fres. 2015. "Risiko Kanker Payudara Pada Remaja."
- heffner, Linda J. 2016. *At a Glance Sistem Reproduksi*. 2nd ed. Jakarta: Erlangga Medical.
- Mahesa, Astana. 2019. *Bersahabat Dengan Kanker Panduan Mengelola Dan Mengobati Kanker*. Yogyakarta: Araska.
- Marlina. 2019. *Giliran Remaja Yang Diincar Kanker Payudara*.
[Http://Inasgo.Com/News_view.Asp?Id=249](http://inasgo.com/news_view.asp?id=249) (Diakses, Tanggal 22 Maretl 2022).
- Naura, Putri. 2019. *Deteksi Dini Kanker Payudara*. Yogyakarta.
- Notoatmojo, Soekidjo. 2017. *Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pradnyandari, Ida Ayu Eni, Ida Arimurti Sanjiwani, and Ika Widi Astuti. 2022. "Faktor - Faktor Berhubungan Dengan Perilaku Sadari Pada Wanita Usia Subur Di Wilayah Kelurahan Sempidi." *COPING* 10(1).
- Prawesty, Dian. 2020. *Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari)*.
- Rumini, Sri Sundari, Siti. 2014. *Perkembangan Anak Dan Remaja : Buku Pegangan Kuliah*. Edisi 1. Jakarta: Rineka Cipta.
- Saryono, and Dyah P. Roischa. 2019. *Perawatan Payudara*. Yogyakarta: Mitra Cendikia.
- World Health Organization. 2024. "Kanker Payudara."
- Wulandari, Amelia Putri, Annisa Anastasia Salsabila, Karina Cahyani, Tsani Shofiah Nurazizah, and Zakiah Ulfiah. 2023. "Pentingnya Media Pembelajaran dalam Proses Belajar Mengajar." *Journal on Education* 5(2):3928–36. doi: 10.31004/joe.v5i2.1074.