

Edukasi Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) Sebagai Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Remaja Putri di SMP Negeri 3 Lubuk Pakam

Education on Breast Self-Examination (SADARI) as a Detection Method for Breast Cancer in Adolescent Girls at SMP Negeri 3 Lubuk Pakam

Mayang Citra Hariati^{1*}, Rani Cahya²

^{1,2}Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam
Jln. Sudirman No. 38 Lubuk Pakam, Kabupaten Deli Serdang 20512, Sumatera Utara - Indonesia

Abstrak

Kanker payudara (Ca Mammæ) merupakan kondisi di mana sel-sel tidak normal pada jaringan payudara tumbuh dengan cepat dan membentuk benjolan. Tubuh manusia memiliki jutaan sel, salah satunya adalah sel metaplasia, yaitu sel yang dapat mengalami perubahan bentuk namun masih berada dalam kategori normal. Kanker payudara tidak merupakan momok yang sangat menakutkan bagi seluruh wanita tanpa terkecuali remaja. Salah satu cara untuk mendeteksi kanker payudara adalah dengan melakukan pemeriksaan payudara sendiri, SADARI merupakan pemeriksaan pada payudara sendiri untuk menemukan benjolan yang ada pada payudara. Metode kegiatan pengaduan kepada masyarakat ini melalui serangkaian kegiatan ceramah dan demonstrasi dengan menggunakan media edukasi berupa materi, video edukasi dan demonstrasi langsung kepada siswi, setelah itu sesi tanya jawab dan redemonstrasi bagi peserta kegiatan tentang pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 22 Mei 2025 dan diikuti oleh 26 siswi SMP Negeri Lubuk Pakam. Kegiatan ini berlangsung selama 1 jam 30 menit. Kegiatan edukasi ini menekankan tentang pentingnya pemeriksaan payudara sendiri dan bagaimana cara melakukannya. Hasil dari kegiatan ini, siswi SMP Negeri 3 Lubuk Pakam sangat memahami mengenai pemeriksaan payudara sendiri dan cara melakukan pemeriksaan tersebut dengan benar. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah Seluruh siswi juga berkomitmen untuk rutin melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dan untuk mendukung keberlanjutan informasi dan edukasi perlu dilakukan pendampingan dan juga tindakan promotif dan edukatif yang berkelanjutan agar seluruh wanita dapat hidup sehat jika ketidak abnormalan pada payudara terdeteksi lebih dini.

Kata kunci: Edukasi, SADARI, Deteksi Kanker Payudara, Remaja Putri

Abstract

Breast cancer (Ca Mammæ) is a group of abnormal cells in the breast that continue to multiply, forming a lump in the breast. The body contains millions of cells. One of them is the abnormal cell or metaplastic cell, which is a cell that can change but is still within normal limits. Breast cancer is not a very frightening specter for all women, including teenagers. One way to detect breast cancer is through self-breast examination, SADARI, which is an examination of one's own breast to find lumps that may be present. This community service activity is conducted through a series of lectures and demonstrations using educational media in the form of materials, educational videos, and direct demonstrations to students, followed by a question-and-answer session and a redemonstration for participants on self-breast examination (SADARI). This activity was held on May 22, 2025, and was attended by 26 female students of SMP Negeri Lubuk Pakam. The activity lasted for 1 hour and 30 minutes. This educational event emphasized the importance of self-breast examination and how to perform it. As a result of this activity, the female students of SMP Negeri 3 Lubuk Pakam have a good understanding of self-breast examination and how to perform the examination correctly. The conclusion of this activity is that all female students are also committed to routinely performing self-breast examinations (SADARI) and to support the continuity of information and education, there needs to be ongoing guidance and also promotional and educational actions so that all women can live healthily if abnormalities in the breasts are detected earlier.

Keywords: Education; SADARI; Adolescent Girls.

*Corresponding author: Mayang Citra Hariati, Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam, Deli Serdang, Sumatera Utara, Indonesia

E-mail : mayangcitrahariati11@gmail.com

Doi : 10.35451/y2nmwt26

Received : 11 June 2025, Accepted: 29 June 2025, Published: 30 June 2025

Copyright: © 2025 Mayang Citra Hariati. Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

1. PENDAHULUAN

Kanker Payudara merupakan terjadinya abnormalitas pada sel-sel di payudara sehingga menjadi tumbuh dan tak terkendali hingga membentuk tumor. etiologi atau penyebab dari kanker payudara merupakan multifaktoral seperti : jenis kelamin dimana perempuan memiliki paparan hormon yang lebih tinggi yaitu estrogen dan progesteron, faktor lain seperti faktor herediter, etnis atau ras, obesitas dan life style, riwayat penggunaan kontrasepsi maupun terapi hormon dan juga riwayat reproduksi dan menyusui juga menjadi faktor penyebab dari kanker payudara [1]

World Health Organization pada tahun 2022 mencatat jumlah wanita yang medita kanker payudara sebanyak 2,3 juta jiwa dan 670.00 menyebabkan kematian dengan penderita di segala usia mulai dari setelah pubertas hingga dewasa dan angka ini terus bertambah tiap tahunnya. Faktor yang meningkatkan kanker payudara adalah pertambahan usia, gaya hidup seperti konsumsi alkohol dan konsumsi tembakau, faktor herediter, riwayat reproduksi dan KB serta terapi hormon pasca menopause [2] .

Global cancer Observatory tahun 2020. menyatakan terjadi peningkatan penyakit kanker menjadi 19,3 juta kasus baru dan menyebabkan 10 juta kematian. dalam lima tahun terakhir, diseluruh dunia jumlah total penderita kanker mencapai 50,6 juta dengan 10 jenis kanker penyebab kematian dan salah satunya adalah kanker payudara yang umum terjaid pada wanita di seluruh dunia dengan presentase 11,7% dari total kasus baru [3]. Dalam menekan angka penderita kanker payudara tentunya perlu di lakukan skrining untuk meningkatkan kesadaran perempuan tentang bahaya dan keganasan dari kanker payudara apabila tidak terdeteksi sedini mungkin. Seorang penderita sering kali menyadari pentingnya pemeriksaan payudara ketika berusia dewasa dan untuk menegakan diagnosa tersebut dapat dilakukan dengan pemeriksaan biopsi dan juga prosedur pencitraan dengan menggunakan ultrasound [4].

Profil Kesehatan Indonesia menyebutkan bahwa kanker payudara merupakan kanker nomor 2 terbanyak di Indonesia dengan presentase kamtian tertinggi yang disebabkan karena lambatnya deteksi dini dan 70% pasien terdeteksi sudah stadium lanjut, jumlah Deteksi Dini Kanker Payudara pada tahun 2021 hanya sebesar 6,83% dan jumlah ini menurun jika di lihat dari trend pemeriksaan payudara sendiri pada tahun 2020 sebesar 8,3% pada perempuan dengan usia 30-50 tahun. Provinsi dengan tingkat deteksi dini tertinggi adalah Kepulauan Bangka Belitung sebesar 30,24%, disusul oleh Sumatera Selatan dengan 25,16%, serta Nusa Tenggara Barat sebesar 23,22%. Sementara itu, deteksi dini paling rendah tercatat di Papua sebesar 0,03%, kemudian Papua Barat 0,56%, dan Aceh 0,57%. [5]

Untuk deteksi dini kanker payudara dapat dilakukan dengan pemeriksaan payudara klinik (SADANIS) dan juga pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) kedua pemeriksaan ini sama-sama dapat medeteksi secara dini kanker payudara untuk menghindari keterlambatan penanganan awal pada gejala pra kanker dan mencegah kanker berkembang lebih ganas serta menambah peluang untuk sembuh dari kanker payudara [6]. Padahal jika di telisik lebih jauh deteksi dini kanker payudara seharusnya lebih gencar dilakukan pada remaja yang sudah mengalami menarche. Bentuk deteksi dini ini dapat dilakukan dengan metode pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). Pemeriksaan menggunakan metode ini sangat memiliki pengaruh yang sangat besar karena selain ekonomis bahkan tanpa memerlukan biaya, seorang wanita dapat menilai kesehatan payudaranya sendiri untuk melihat apakah ada ketidak normalan pada dirinya dengan menggunakan metode pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) [7].

Berdasarkan uraian tersebut, maka dipandang perlu dilakukanya kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul “Edukasi Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) Sebagai Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Remaja Putri di SMP Negeri 3 Lubuk Pakam” kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan informasi dan pemahaman terhadap remaja putri mengenai pentingnya detensi dini kanker payudara. Kegiatan ini dilakukan dengan pendekatan partisipatif aktif dengan ruang diskusi bagi remaja mengenai deteksi dini kanker payudara dengan metode pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) yang dimana output yang diharapkan tidak hanya mengetahui tapi juga melakukan secara praktik dalam kehidupan sehari-hari.

2. METODE

Alat dan Bahan

Penggunaan Alat dan bahan pada kegiatan edukasi ini menggunakan alat peraga yaitu phantom payudara dan juga menggunakan media LCD, Laptop untuk pemeparan materi tentang Ayo Deteksi Dini Kanker Payudara dengan Metode Sadari.

Prosedur

Pelaksanaan pada tanggal 22 Mei 2025, pukul 10:00 WIB sampai dengan 12.00 WIB. Kegiatan pengabdian ini di berikan kepada 26 orang siswi di SMP Negeri 3 Lubuk Pakam.

Adapun Prosedur yang digunakan dalam kegiatan ini sebagai berikut:

- a. Tahap Pertama
Pelaksanaan peninjauan lapangan serta penetapan dana pemilihan tempat akan dilaksanakanya Edukasi SADARI.
- b. Tahap Kedua
Penentuan lokasi pengabdian kepada masyarakat, selanjutnya menyiapkan alat peraga berupa phantom payudara dan juga materi dalam bentuk power point mengenai deteksi dini kanker payudara dengan metode pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) sebagai media yang di gunakan untuk pengabdian kepada masyarakat
- c. Tahap ketiga
Tahap ini merupakan tahap pelaksanaan kegiatan kegiatan masyarakat yang di lakukan dengan memberikan edukasi menggunakan power point mengenai ayo cegah kanker payudara sedini mungkin dengan SADARI, materi diberikan selama 30 menit. kemudian memperagakan cara pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) menggunakan phantom payudara, untuk praktik diberikan selama 30 menit.
- d. Tahap keempat
Pada tahap ini, dilakukan evaluasi dengan menilai sejauh mana pemahaman dan kemampuan siswi dalam mempraktikkan pemeriksaan payudara dengan cara setiap siswa melakukan langkah pemeriksaan pada phantom. Selanjutnya menyampaikan kesimpulan serta saran bagi siswa agar rutin melaksanakan SADARI.

3. HASIL

Pengabdian masyarakat dilakukan di SMP Negeri 3 Lubuk Pakam pada tanggal 22 Mei 2025 dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, pemberian materi dalam bentuk power point yang berisi gambar yang menarik sehingga siswi lebih mudah mengerti dan lebih tertarik dalam menyimak materi yang di sampaikan. Pada kegiatan ini juga setiap siswa diberikan kesempatan yang sama untuk mempraktik pemeriksaan payudara sendiri menggunakan phantom payudara. Kegiatan ini terlaksana selama

Adapun hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah sebagai berikut:

1. Siswi di SMP Negeri 3 Lubuk pakam sangat antusias dan paham akan penyampaian materi dengan baik. pada evaluasi pertanyaan yang di berikan pada sesi tanya jawab, Seluruh siswi menjawab pertanyaan mengenai cara pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dengan tehnik yang benar. Selain itu juga para siswi sangat memahami betapa pentingnya pemeriksaan payudara sendiri dilakukan sedini mungkin.
2. Seluruh siswi menunjukkan penerimaan dan pemahaman yang baik saat siswi di minta untuk mempraktikkan kembali cara pemeriksaan payudara sendiri (SADARI).
3. Seluruh siswa berkomitmen untuk melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) agar dapat mendeteksi secara dini kelainan yang terjadi pada payudara.

Berikut dokumentasi selama pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat



Gambar 1. Pemberian edukasi dan praktik Mengenai SADARI pada kegiatan PkM



Gambar 2. Sesi tanya jawab edukasi dan praktik mengenai SADARI pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat.



Gambar 3. Foto bersama pemateri dan siswi di SMP Negeri 3 Lubuk Pakam pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat

4. PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat yang telah di realisasikan pada siswi di SMP Negeri 3 Lubuk Pakam menunjukkan adanya pemahaman yang sangat baik dan pengalaman yang nyata bagi para siswi, dengan adanya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, siswi memiliki pengetahuan yang baik terhadap kesehatan dirinya terutama kesehatan reproduksi mengenai seperti apa dan bagaimana cara mendeteksi dini kanker payudara sedini mungkin. Penelitian lain menyatakan bahwa pendidikan mengenai SADARI guna menilai secara dini adanya ketidaknormalan pada payudara meningkatkan pengetahuan pada remaja remaja putri [8]. Peningkatan pengetahuan dan keterampilan siswi pada saat dilakukan edukasi pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentunya tidak terlepas dari persiapan yang matang dan juga media edukasi yang digunakan. Pada kegiatan ini pengabdian menggunakan media materi dalam bentuk power point, video pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dan juga phantom yang digunakan untuk praktik langkah pemeriksaan SADARI. Semakin menarik media yang digunakan maka akan lebih menimbulkan minat atau ketertarikan para siswi untuk menyimak dengan baik suatu materi yang diberikan. Pun sejalan dengan riset yang menyatakan media audio visual/ video berpengaruh terhadap peningkatan minat melakukan SADARI pada remaja putri [9].

Pada penelitian lain juga menyatakan pendidikan kesehatan yang di lakukan dengan menggunakan media video dan metode demonstrasi dapat meningkatkan pengetahuan remaja siswi dengan lebih baik karena informasi yang di dapatkan di kemas secara menarik dalam bentuk audio visual dan juga dapat melihat langkah- langkah ataupun cara melakukan pemeriksana payudara sendiri dengan secara jelas dan konkrit [10]. Penerapan edukasi tentang pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dapat dilakukan melalui pendekatan Health Belief Model, yang mengedepankan keyakinan dan komitmen individu dalam menerapkan perilaku hidup sehat serta memanfaatkan

layanan kesehatan, seperti dalam pengobatan dan pemakaian fasilitas medis. Pendekatan ini juga menitikberatkan pada persepsi dan kepercayaan diri individu untuk melakukan langkah-langkah pencegahan, salah satunya dengan melakukan SADARI sebagai upaya deteksi dini terhadap kanker payudara [11].

Dalam keberhasilan pencegahan dan deteksi dini kanker payudara tidak terlepas dari dukungan tenaga kesehatan dalam melakukan upaya-upaya yang dapat memperkuat komitmen agar pemeriksaan payudara sendiri tidak hanya dilakukan sekali tetapi dilakukan terus menerus dengan penuh pendampingan dari tenaga kesehatan dan juga dukungan dari pemerintah daerah. Dengan membentuk kader kesehatan dalam pemeriksaan payudara sendiri yang harapan kedepannya kader ini dapat menjadi garda terdepan dalam upaya promotif dan preventif dalam mendeteksi dini kanker payudara dengan metode pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) [12]. Selain pembentukan kader, peningkatan kemampuan kader juga sangat perlu agar kader dapat melakukan pendampingan kepada wanita agar lebih memahami bahaya kanker payudara dan agar wanita lebih awmelakukan pemeriksaan payudara sendiri dengan lebih intensif [13].

Pengabdian ini juga sejalan dengan pengabdian yang telah dilakukan di mana sekolah menengah masih sangat minim pengetahuan mengenai pentingnya pemeriksaan payudara sendiri dan kegiatan penyuluhan mengenai SADARI sangat penting dilakukan karena dapat meningkatkan pengetahuan siswi secara nyata [14]. Pemeriksaan SADARI (Periksa Payudara Sendiri) sangat penting untuk dikenalkan sejak dini, khususnya pada remaja usia 13–15 tahun. Masa remaja merupakan periode awal perkembangan tubuh, termasuk payudara, sehingga menjadi momen yang tepat untuk mulai menanamkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan payudara. Dengan membiasakan diri melakukan SADARI secara rutin, para remaja perempuan akan memiliki pemahaman yang baik tentang bentuk dan kondisi normal payudara mereka. Hal ini akan membantu mereka lebih waspada terhadap setiap perubahan yang mungkin terjadi, seperti benjolan atau perubahan kulit, yang bisa menjadi tanda awal dari masalah kesehatan, termasuk kanker payudara. Deteksi dini melalui SADARI dapat meningkatkan peluang penanganan yang lebih cepat dan efektif, sehingga edukasi sejak usia muda sangatlah penting sebagai langkah pencegahan jangka panjang [15].

5. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di SMP Negeri 3 Lubuk Pakam yang diikuti oleh 26 orang siswi atau remaja putri. Dengan telah terlaksananya kegiatan ini dapat disimpulkan bahwa siswi mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat dari awal kegiatan sampai kegiatan selesai dengan penerimaan yang sangat baik. Peserta merasa senang karena mendapatkan pengetahuan baru mengenai kesehatan reproduksi pada remaja yang selama ini masih tabuh di kalangan remaja putri. Pada kegiatan ini juga minat siswi sangat antusias pada saat praktik langsung pemeriksaan payudara sendiri di phantom. Peserta kegiatan juga berkomitmen akan menerapkan SADARI secara berkala di tiap bulan dan juga akan menginformasikan kepada orang lain mengenai pentingnya SADARI guna mendeteksi secara keabnormalam payudara pada wanita khususnya remaja. untuk keberlanjutan penyebar luasan informasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk edukasi pada remaja harus lebih sering dan dilakukan secara continuity agar terciptanya kesadaran seluruh wanita sejak remaja ketika telah menarache pertama kalinya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih penulis hanturkan kepada bapak Ketua LPM Insititut Kesehatan Medistra Lubuk pakam yang telah memfasilitasi pengabdi dalam melakukan kegiatan ini dengan memberikan izin dalam melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Selain itu tak lupa pengabdi mengucapkan terimakasih untuk kepala sekolah SMP Negeri 3 Lubk Pakam beserta jajaran yang telah mengizinkan dan memfasilitasi kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] C. Admoun and H. N. Mayrovitz, "The Etiology of Breast Cancer," in *Breast Cancer*, 2022. doi: 10.36255/exon-publications-breast-cancer-etiology.
- [2] world Health Organization, "Breast cancer," World Health Organization. Accessed: Jun. 11, 2025. [Online]. Available: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/breast-cancer>

- [3] IARC, "The Global Cancer Observatory (Globocan) 2020 Database," *Int. Agency Res. Cancer*, 2020.
- [4] D. Gabriel and O. Peart, "Ultrasound-Guided Breast Procedures," 2023. doi: 10.1016/j.jradnu.2023.02.007.
- [5] Kemenkes RI, *Profil Kesehatan Indonesia 2021*. 2022.
- [6] H. Kurniawati, "Deteksi Dini Kanker Payudara Dengan Sadari Dan Sadarnis," *BAKTIMU J. Pengabd. Kpd. Masy.*, 2023, doi: 10.37874/bm.v3i2.821.
- [7] Kartika Adyani, Friska Realita, and Anisa Alya Maulidina, "SADARI Sebagai Skrining Kanker Payudara : Literature Review," *Media Publ. Promosi Kesehat. Indones.*, 2022, doi: 10.56338/mppki.v5i10.2638.
- [8] Firda Tamar Jaya, Usman, and Ayu Dwi Putri Rusman, "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Sebagai Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 1 Parepare," *J. Ilm. Mns. Dan Kesehat.*, 2020, doi: 10.31850/makes.v3i1.286.
- [9] S. Annisaa, R. L. Fauzia, and A. V. Maulina, "Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Video Terhadap Minat Remaja Putri Melakukan Pemeriksaan Payudara Sendiri," *J. Ilmu Kebidanan*, 2023, doi: 10.48092/jik.v9i2.214.
- [10] N. Aeni and D. S. Yuhandini, "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Dan Metode Demonstrasi Terhadap Pengetahuan SADARI," *Care J. Ilm. Ilmu Kesehat.*, 2018, doi: 10.33366/cr.v6i2.929.
- [11] H. Jaya, S. Syokumawena, I. Kumalasari, and R. Rosnani, "Penerapan Teori Health Belief Model (Hbm) Dalam Perilaku Pencegahan Kanker Payudara Dengan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)," *J. Kedokt. dan Kesehat. Publ. Ilm. Fak. Kedokt. Univ. Sriwij.*, 2023, doi: 10.32539/jkk.v10i3.22149.
- [12] D. R. Elmaghfuroh and N. L. K. A. D. P. Supriani, "Upaya Promotif Kader Kesehatan dalam Pemeriksaan Payudara Sendiri sebagai Upaya Deteksi Dini Kanker Payudara," *J. Kesmas (Kesehatan Masyarakat) Khatulistiwa*, 2023, doi: 10.29406/jkkm.v10i3.5971.
- [13] S. Rismawati and Y. Herliani, "Upaya Peningkatan Kemampuan Kader Dalam Pendampingan Wanita Usia Subur (Wus) Untuk Melakukan Pemeriksaan Payudara Sendiri Sadari Melalui Buku Pegangan Kader (Bupeka Sadari) Di Wilayah Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya," *Edukasi Masy. Sehat Sejah. J. Pengabd. Kpd. Masy.*, 2022, doi: 10.37160/emass.v4i2.31.
- [14] B. H. Risapawati *et al.*, "Penyuluhan kesehatan tentang pemeriksaan payudara sendiri," *J. Pengabd.*, 2021.
- [15] P. Farasari, E. Widyawati, F. Oktaviana, F. Farida, Y. Yitno, and S. Surtini, "Penyuluhan Pengaruh Pemberian Edukasi Pemeriksaan Payudara Sendiri kepada Keterampilan Sadari pada Remaja Putri Usia 13 - 15 Tahun," *Community Reinf. Dev. J.*, 2024, doi: 10.35584/reinforcementanddevelopmentjournal.v3i1.161.