

**PENINGKATAN KUALITAS HIDUP PEREMPUAN MELALUI DETEKSI DINI
KANKER PAYUDARA DI DESA WATES UMPAK WILAYAH KERJA
PUSKESMAS TAWANGSARI KECAMATAN TROWULAN
KABUPATEN MOJOKERTO**

Agustin Dwi Syalfina¹, Sari Priyanti², Dian Irawati³, Wiwit Sulistyawati⁴

^{1, 2, 3, 4} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit

E - Mail: agustinpipin2@gmail.com

ABSTRAK

Kanker payudara adalah penyakit keganasan yang menyerang payudara wanita, Salah satu upaya deteksi dini kanker payudara yaitu dengan melakukan peningkatan pengetahuan tentang kanker payudara serta cara pencegahan dan penanganan dini kanker payudara. Pemeriksaan dini yang bisa dilakukan oleh wanita terhadap adanya tanda kanker payudara yaitu dengan melakukan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) yang dapat dilakukan oleh individu wanita. Tujuan kegiatan pendidikan kesehatan ini adalah untuk meningkatkan kualitas hidup perempuan melalui deteksi dini kanker payudara dalam bentuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh tim dosen STIKes Majapahit di Desa Wates Umpak Kecamatan Trowulan Kabupaten Mojokerto. Kegiatan dilakukan dengan metode ceramah diskusi Tanya jawab serta praktik SADARI oleh peserta. Kegiatan dilakukan dalam 2 tahap yaitu tahap penyuluhan dan tahap praktik SADARI. Kegiatan ini dilakukan pada bulan November sampai Desember 2020. Dalam kegiatan ini ada peningkatan pengetahuan yang signifikan yaitu sebesar 44 % dan para peserta dalam pemeriksaan SADARI tidak ada yang mengarah ke kanker payudara. Dengan adanya kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dan meningkatkan kualitas hidup perempuan melalui deteksi dini keganasan payudara sebagai salah satu penyebab kematian pada wanita.

Kata Kunci : Deteksi Dini, Kanker Payudara, SADARI

ABSTRACT

Breast cancer is a malignant disease that attacks women's breasts. One of the efforts to detect breast cancer early is to increase knowledge about breast cancer and how to prevent and treat breast cancer early. Early examination that can be done by women for signs of breast cancer is by doing Breast Self-Examination (BSE) which can be done by individual women. The purpose of this health education activity is to improve the quality of life of women through early detection of breast cancer in the form of community service activities carried out by a team of STIKes Majapahit lecturers in Wates Umpak Village, Trowulan District, Mojokerto Regency. This activity is carried out in 2 forms of activities, namely counseling and BSE practices by participants. The activity was carried out in 2 stages, namely the counseling stage and the BSE practice stage. This activity was carried out from November to December 2020. In this activity there was a significant increase in knowledge, namely by 44% and none of the participants in the BSE examination led to breast cancer. This activity is expected to

increase knowledge about reproductive health and improve the quality of life of women through early detection of breast malignancies as one of the causes of death in women

Key Words: *Early Detection, Breast Cancer, BSE*

1. PENDAHULUAN

Kanker payudara adalah penyakit tidak menular yang berupa adanya pertumbuhan sel kanker pada payudara wanita. Kanker payudara sebagai penyebab kematian pertama pada wanita juga mempengaruhi kondisi secara fisik yang menentukan derajat kualitas hidup pada perempuan. Angka kejadian kanker payudara di dunia pada tahun 2012 sebesar 1.677.000 kasus dan Sebagian besar terjadi pada wanita, 794.000 kasus berada pada negara berkembang dengan 324.000 kasus menyebabkan kematian (Wulandari, et al., 2017). Pada Tahun 2013 prevalensi kanker payudara di Indonesia sebesar 1,4/1000 (347.792 kasus) sedangkan prevalensi kanker payudara pada wanita sebesar 0,5/1000 (Wantini, 2018). Gejala kanker payudara adalah benjolan di payudara, keluarnya cairan darah dari puting susu dan perubahan bentuk atau tekstur puting atau payudara.

Tingkat pengetahuan wanita tentang kanker payudara dan deteksi dini yang bisa dilakukan sendiri menyebabkan keterlambatan penderita kanker untuk memeriksakan diri ke fasilitas kesehatan sehingga penderita kanker payudara datang periksa sudah dalam keadaan stadium lanjut. Penderita kanker payudara yang rendah pengetahuan dan informasi tentang kanker payudara lebih berisiko 2,75 kali terlambat berkunjung untuk memeriksakan diri ke petugas kesehatan. Selain itu keterlambatan datang periksa juga di pengaruhi oleh deteksi dini yang dilakukan oleh wanita itu sendiri melalui pemeriksaan SADARI. Penderita yang tidak pernah melakukan SADARI 11,08 kali mengalami keterlambatan dalam pemeriksaan dini ke pelayanan Kesehatan dengan fasilitas lengkap (Dyanti & Suariyani, 2016).

Salah satu upaya untuk mencegah terjadinya kanker payudara dalah dilakukan dengan cara sederhana yaitu melakukan pemeriksaan payudara sendiri atau biasa disingkat SADARI. SADARI dilakukan perempuan ketika setelah menstruasi yaitu 7-10 hari sesudah menstruasi. Angka kematian wanita yang sangat tinggi karena kanker payudara dan belum terbukanya wawasan perempuan tentang pentingnya pemeriksaan diri sendiri dalam menghindari terjadinya kanker payudara, maka kami tim pengabdian masyarakat STIKes Majapahit akan mengaplikasikan ilmu tentang SADARI sebagai bentuk pengabdian kepada masyarakat dalam upaya membantu program pemerintah menurunkan angka kematian pada ibu dan meningkatkan derajat kualitas hidup perempuan di era pandemic COVID 19.

Pengabdian masyarakat dilaksanakan di Desa Wates Umpak yang berada di jalan raya lengkung Prayon Wates Umpak Kecamatan Trowulan Kabupaten Mojokerto dengan di bina oleh 1 orang bidan desa dan 1 perawat desa. Latar belakang mata pencaharian atau pekerjaan masyarakat di desa ini adalah mayoritas sebagai buruh tani dan pengrajin patung/arca.



Berdasarkan data penduduk Desa Wates Umpak mayoritas menjadi ibu rumah tangga sehingga untuk mendapatkan ilmu pengetahuan kesehatan masih tergolong kurang,



Gambar 3. Foto Bersama dengan peserta penyuluhan kesehatan.

2. METODE

a. Tujuan dan Persiapan

Tujuan dilakukan pendidikan kesehatan ini adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terutama kaum perempuan tentang pentingnya kesehatan dalam hal kesehatan payudara dan meningkatkan kesadaran untuk rutin melakukan SADARI. Tujuan dari pengabdian Masyarakat kami adalah meningkatkan Kualitas Hidup Perempuan Melalui Deteksi Dini Kanker Payudara Di Desa Wates Umpak Wilayah Kerja Puskesmas Tawangsari Kecamatan Trowulan Kabupaten Mojokerto

Persiapan pelaksanaan dilakukan melalui beberapa tahap meliputi tahap pertama melakukan konsep tentang gambaran umum kanker payudara pada menopause. yang dilaksanakan pada bulan September 2020, tahap selanjutnya yaitu memberikan pendidikan kesehatan tentang Kanker Payudara, dan cara melakukan/ mempraktekkan SADARI

b. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan beberapa kegiatan yang sudah disusun dalam jadwal dan rencana pengabdian masyarakat yaitu melakukan survey tempat di desa Wates Umpak, pelaksanaan kegiatan penyuluhan di balai desa Wates Umpak. Pada awal kegiatan Pendidikan Kesehatan tentang kanker payudara, para ibu diberikan pertanyaan tentang kanker payudara sebagai alat ukur kedalaman tingkat pengetahuan peserta. Setelah itu dilanjutkan dengan penyajian materi oleh tim pengabdian masyarakat dan sebagai penutup dilakukan tanya jawab, post test dengan pertanyaan yang sama dan kesimpulan.

Materi Pelaksanaan pendidikan kesehatan peningkatan Kualitas Hidup Perempuan Melalui Deteksi Dini Kanker Payudara dilakukan menjadi 2 tahap,

yaitu: tahap 1 Pendidikan kesehatan tentang angka kejadian kanker payudara pada wanita, pengertian, penyebab, tanda dan gejala, stadium, makanan yang harus dihindari untuk mencegah terjadinya kanker payudara yang dilaksanakan pada tanggal 25 November 2020; Tahap 2 Pendidikan kesehatan dan praktik pelaksanaan SADARI yang dilakukan pada tanggal 2 Desember 2020. Dalam praktik SADARI, peserta mempraktikkan secara langsung tahapan SADARI yang terdiri dari 6 langkah yaitu langkah pertama dengan Berdiri tegak (mencermati bila ada perubahan pada bentuk dan permukaan kulit payudara, pembengkakan dan/atau perubahan pada puting. Bentuk payudara kanan dan kiri tidak simetris), langkah kedua dengan cara Angkat kedua lengan ke atas, tekuk siku dan posisikan tangan di belakang kepala. dorong siku ke depan dan cermati payudara; dan dorong siku ke belakang dan cermati bentuk maupun ukuran payudara; langkah ketiga peserta memposisikan kedua tangan pada pinggang, condongkan bahu ke depan sehingga payudara menggantung, dan dorong kedua siku ke depan, lalu kencangkan (kontraksikan) otot dada Anda; langkah keempat mengangkat lengan kiri ke atas, dan tekuk siku sehingga tangan kiri memegang bagian atas punggung. Dengan menggunakan ujung jari tangan kanan, raba dan tekan area payudara, serta cermati seluruh bagian payudara kiri hingga ke area ketiak. Lakukan gerakan atas-bawah, gerakan lingkaran dan gerakan lurus dari arah tepi payudara ke puting, dan sebaliknya. Ulangi gerakan yang sama pada payudara kanan Anda. Langkah kelima mencubit kedua puting. Cermati bila ada cairan yang keluar dari puting. Berkonsultasilah ke dokter seandainya hal itu terjadi. Langkah keenam peserta Pada posisi tiduran, letakkan bantal di bawah pundak kanan. Angkat lengan ke atas. Cermati payudara kanan dan lakukan tiga pola gerakan seperti sebelumnya. Dengan menggunakan ujung jari-jari, tekan-tekan seluruh bagian payudara hingga ke sekitar ketiak



Gambar 4 : absensi saat dilakukan kegiatan

c. Evaluasi

1) Struktur

Peserta hadir sebanyak 25 orang. Ruangan sudah di atur sesuai dengan rencana yang dibuat serta memakai protokol Kesehatan (mencuci tangan sebelum memasuki aula balai desa, menjaga jarak, menggunakan masker). Perlengkapan yang digunakan untuk melakukan pendidikan kesehatan

sudah tersedia secara baik dan ditata sebagaimana mestinya. Penggunaan bahasa yang digunakan memakai bahasa Indonesia dan bahasa Jawa sesuai kondisi dari responden serta sudah melakukan komunikasi efektif baik secara verbal maupun non verbal dalam penyampaian, para Ibu sudah dapat memahami dan mempraktikkan materi yang sudah disampaikan oleh tim pengabdian masyarakat STIKes Majapahit serta dalam pelaksanaan diskusi peserta antusias dalam memberikan respon.

2) Proses

Pelaksanaan kegiatan pukul 09.00 s/d 11.00 WIB. Sesuai dengan jadwal.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tingkat pemahaman tentang kanker payudara peserta Pengabdian masyarakat yang dilakukan di Desa Wates Umpak melalui Pendidikan kesehatan dan peningkatan pengetahuan yang dilakukan pada bulan November dan Desember 2020 ditunjukkan pada tabel 3.1. Berikut Tabel Pengetahuan Ibu tentang Kanker Payudara sebelum dan sesudah dilakukan Pendidikan Kesehatan

Tabel 3.1 Pengetahuan ibu tentang kanker payudara

Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
	Σ	%	Σ	%
Baik	7	28	18	72
Cukup	3	12	5	20
Kurang	15	60	2	8
Jumlah	25	100	25	100

Berdasarkan hasil dari peningkatan pengetahuan tentang kanker payudara pada perempuan di Desa Wates Umpak adalah mengalami peningkatan sebesar 44 %. Berarti ada peningkatan pemahaman kanker payudara antara sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan setelah diberikan pendidikan kesehatan. Menurut (Rahmi, et al., 2020) bahwa ada perbedaan tingkat pengetahuan remaja sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan Kesehatan tentang kanker payudara.

Pada kegiatan kedua tentang deteksi dini kanker payudara dengan SADARI, seluruh peserta mempraktikkan SADARI dengan didampingi oleh fasilitator serta diperoleh hasil seluruh peserta baik dalam mempraktikkannya dan hasil dari pemeriksaan SADARI yang dilakukan perempuan di Desa Wates Umpak sebanyak 25 orang tidak ada yang mengalami benjolan atau rasa nyeri pada payudaranya. Metode yang digunakan dalam pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan tentang kanker payudara adalah pemaparan materi, diskusi serta Tanya jawab mampu meningkatkan antusias peserta dalam mengikuti kegiatan ini karena materi ini merupakan hal yang baru bagi mereka sehingga rasa keingintahuan mereka tinggi sekali.

Metode ceramah digunakan pada saat memberikan materi tentang kanker payudara meliputi tentang prevalensi, pengertian, penyebab, gejala, stadium kanker,

pengobatan, pencegahan serta pantangan makanan yang harus dihindari supaya tidak terjadi kanker payudara. Selain itu dilakukan metode diskusi kepada para peserta untuk lebih memahami dalam bentuk Tanya jawab seputar tentang kanker payudara. Dalam diskusi ini peserta memberikan masukan serta pertanyaan kepada nara sumber. Metode ini memberikan dampak sangat positif karena dari diskusi ini nanti berbagai pertanyaan dan masukan dapat memberikan wawasan lagi bagi narasumber dan dapat dikembangkan dalam bentuk penelitian.



Gambar 5 : Sambutan oleh ibu ketua Tim penggerak PKK Desa Wates UMPak Kecamatan Trowulan Kabupaten Mojokerto



Gambar 6: Penyuluhan tentang Kanker payudara



Gambar 7: Penyuluhan Tentang SADARI

Materi tentang pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) diberikan melalui metode ceramah, diskusi dan Tanya jawab. Ruang lingkup materi SADARI yaitu langkah pemeriksaan payudara sendiri yang terdiri dari 6 langkah serta kapan waktu pelaksanaannya (SADARI dilaksanakan setelah menstruasi). Kemudian pendidikan Kesehatan diteruskan dengan menggunakan metode aplikatif dimana para peserta diajari melakukan SADARI pada dirinya sendiri. Menurut (Aeni & Yuhandini, 2018) bahwa metode penyuluhan dengan media video dan demonstrasi memberikan dampak terhadap peningkatan pengetahuan tentang SADARI. Hasil penelitian yang dilakukan oleh **Rizka Angrainy** (2017) bahwa 64% wanita memiliki sikap negative terhadap SADARI dan 82% tidak melakukan SADARI. Hal ini menunjukkan bahwa masih belum maksimal dan rendahnya kesadaran masyarakat Indonesia dalam melakukan SADARI, untuk itu perlu bagi kita tenaga kesehatan untuk memberikan pengetahuan tentang SADARI kepada semua perempuan.



Gambar 8 : Praktik SADARI

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan pengabdian masyarakat yang berjudul Peningkatan Kualitas Hidup Perempuan Menopause Melalui Deteksi Dini Kanker Payudara Di Desa Wates Umpak Wilayah Kerja Puskesmas Tawang Sari Kecamatan Trowulan Kabupaten Mojokerto maka dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan peserta dalam memahami materi dan dapat mempraktikkan pemeriksaan payudara sendiri secara pribadi. Dengan ini perlu ditingkatkan kembali promosi kesehatan secara menyeluruh kepada masyarakat dan dalam melakukannya diharapkan disesuaikan dengan sosial budaya yang ada di masyarakat tersebut. Pentingnya kesehatan perempuan yaitu untuk membentuk generasi bangsa yang sehat, kuat dan bermartabat

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih disampaikan Kepada Ketua Stikes Majapahit yang telah memberikan izin serta dukungan dalam pelaksanaan program pengabdian masyarakat bagi dosen serta Kepala Desa Wates Umpak, bidan Desa, Kader kesehatan serta ketua tim penggerak PKK desa Wates umpak yang memberikan izin dalam melaksanakan pengabdian di desanya serta mendukung terlaksananya program ini dengan baik. Semoga kedepannya menjadi kerjasama yang baik dan dapat berkelanjutan bagi Tim Pengabdian masyarakat STIKes Majapahit.

6. DAFTAR PUSTAKA

1. Aeni, N. & Yuhandini, D. S., 2018. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Dan Metode Demonstrasi Terhadap Pengetahuan SADARI. *Jurnal Care*, 6(2), pp. 168-174.
2. Angrainy, R., 2017. Hubungan Pengetahuan, Sikap tentang SADARI Dalam Mendeteksi Kanker Payudara Pada Remaja. *Jurnal Endurance*, 2(2)..
3. Dyanti, G. A. R. & Suariyani, N. L. P., 2016. Faktor-Faktor Keterlambatan Penderita Kanker Payudara Dalam Melakukan Pemeriksaan Awal Ke Pelayanan Kesehatan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(2), pp. 96-104.
4. Rahmi, N., Andika, F. & Marniati, M., 2020. Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Kanker Payudara Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Alam Kota Banda Aceh. *Journal Of Healthcare Technology and Medicine*, 6(1), pp. 529-537.
5. Wantini, N. A., 2018. Efek Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Pada Wanita Di Dusun Terongan, Desa Kebonrejo, Kalibaru, Banyuwangi, Jawa Timur. *Jurnal Medika Respati*, 13(2), pp. 35-42.
6. Wulandari, N., Bahar, H. & Ismail, C. S., 2017. Gambaran Kualitas Hidup Pada Penderita Kanker Payudara Di Rumah Sakit Umum Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara Tahun 2017. *JIMKESMAS*, 2(6), pp. 1-9