

## **PENAMBAHAN JUMLAH KADER KESEHATAN DAN PENINGKATAN PENGETAHUAN MENGENAI KANKER PAYUDARA SERTA PELATIHAN PEMERIKSAAN PAYUDARA SENDIRI (SADARI) DI DESA CINYASAG DAN DESA GIRILAYA KECAMATAN PANAWANGAN CIAMIS**

**Gita, I.T.R., Yanti, M. dan Sri, S.**

Fakultas Kedokteran Universitas Padjadjaran

E-mail: dr\_gita\_rukmana@yahoo.co.id ; yanti.patalogi@gmail.com

### **ABSTRAK**

Kanker serviks dan kanker payudara adalah penyakit mematikan yang umumnya menyerang wanita di usia 30 tahun ke atas, namun tidak menutup kemungkinan bagi wanita di bawah usia tersebut terkena juga penyakit ini. Badan Kesehatan dunia menyatakan kanker merupakan masalah kesehatan yang sangat serius, karena jumlah penderita meningkat sekitar 20% per tahun. Pemahaman tentang kanker pada wanita dewasa dan remaja putri ini sangat penting terutama deteksi dini merupakan factor kunci untuk mencegahnya. Tanda awal kelainan yang terdeteksi dapat mengarah pada diagnosis dan pengobatan yang lebih dini sehingga kematian dapat dicegah.

Telah dilakukan Penyuluhan pada ibu-ibu PKK, remaja putri dan kader kesehatan mengenai kanker pada wanita, terutama kanker serviks dan kanker payudara serta pelatihan pemeriksaan payudara sendiri (Sadari), guna peningkatan pengetahuan pada kader kesehatan dan mendorong ibu-ibu PKK untuk menjadi ujung tombak penyebaran pengetahuan guna pencegahan sejak dini kanker pada wanita. Metode pemberian kuisioner pre tes sebelum dan post tes setelah penyuluhan serta pelatihan Sadari digunakan dalam kesempatan ini, untuk melihat peningkatan pengetahuan peserta.

Hasil penyuluhan dan pelatihan menunjukkan peningkatan pengetahuan sebanyak 23-97%. Diskusi yang dilakukan tampak peserta akan mengamalkan pola hidup sehat dan melakukan Sadari secara rutin guna pencegahan sejak dini.

**Kata kunci:** Kanker payudara, kanker serviks, Sadari.

### **ABSTRACT**

Cervix cancer and breast cancer are the most common deadly diseases that occur in women commonly above 30 years old. World Health Organization stated that "cancer is a serious health problem as the number of patients suffering this disease increases almost 20% per year". The knowledge about cancer in adult and middle age women is very needed as early detection is key factor to prevent it. Early symptom detection can lead into early diagnosis and treatment that this can prevent death.

In our community service activity, we have held a

counseling about cancer in women, specially cervix cancer and breast cancer and also a workshop about self breast observation to housewives of PKK group and health cadres to increase their knowledge about this disease. Hopefully they can be of any help in preventing people from cancer. The method used was by giving a questionnaire before and after the counseling and workshop.

The result shows that from the questionnaire before and after, their knowledge increases to 23 up to 97%. From the activity it could be concluded that the participants would apply the healthy life and do self breast observation routinely for early prevention and share this to others.

**key words:** cervix cancer, breast cancer, self breast observation

### **PENDAHULUAN**

Kanker pada wanita yang dibicarakan di sini adalah kanker leher rahim dan kanker payudara serta pelatihan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI), karena di Indonesia kanker leher rahim menempati peringkat kesatu dan kanker payudara menempati peringkat kedua. Kanker ini dapat mematikan tetapi dicegah sejak dini. Kanker payudara tidak hanya menyerang kaum wanita, tapi terdapat juga menyerang kaum pria walaupun jumlahnya kecil (1%). Hal ini menjadi perhatian dan dijadikan topik pengabdian kepada masyarakat (PKM) karena kenyataan lebih banyaknya jumlah kaum wanita dibanding kaum laki-laki di Indonesia, baik sebagai ibu rumah tangga dan remaja yang masih sekolah. Sebagian besar remaja sekolah menengah pertama sudah menstruasi dan dapat dikatakan sudah matang secara seksual. Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi, hubungan hormonal pada wanita yang sudah menstruasi dan aktif secara seksual menjadi sangat penting. Karena hal ini mempengaruhi keseimbangan hormonal organ reproduksi dan pertumbuhan wanita termasuk payudara. Hal ini menjadi perhatian karena kanker payudara sebenarnya dapat dicegah sejak dini dengan menyadari adanya kelainan payudara dengan memeriksa payudara sendiri secara

benar. Pelatihan pemeriksaan ini serta pemahaman dan pengetahuan tentang kesehatan payudara sangat diperlukan untuk mencegah kesakitan dan kematian yang disebabkan oleh kanker payudara. Pencegahan kanker leher rahim dengan dilakukannya pap smear secara rutin setelah terjadi hubungan seksual, dapat juga dengan vaksin HPV yang masih mahal dan sulit dijangkau masyarakat. Diharapkan dengan penyuluhan pengetahuan mengenai kanker payudara, deteksi awal secara teratur sehingga dapat dilakukan pencegahan sejak dini. Penanganan yang benar dapat menghindarkan dari stadium kanker yang lebih parah bahkan kematian. Diharapkan penyuluhan ini diikuti oleh seluruh masyarakat, sehingga mereka dapat mengerti dan selanjutnya dapat bertanggung jawab atas kesehatannya.

Selanjutnya diberikan pemahaman untuk tidak terlambat mengambil tindakan bila mengalami kelainan pada kesehatan payudara dan organ reproduksinya.

Dari hal-hal di atas, dibutuhkan jumlah kader kesehatan memadai yang merupakan ujung tombak pelayanan kesehatan di desa untuk mendapat pengetahuan dan pemahaman yang benar guna mendorong semua ibu dan calon ibu di desa agar mendapat pemahaman dalam mempersiapkan diri dan terutama anak remaja putri dan remaja putra memperhatikan kesehatan organ reproduksi secara yang baik, guna mencegah sejak dini keadaan yang tidak diinginkan.

### **Tujuan dan Manfaat Kegiatan**

Mendukung pemerintah untuk melaksanakan peningkatan kualitas kesehatan masyarakat secara umum dan khususnya untuk para wanita dewasa dan remaja putri dalam hal pengetahuan serta pencegahan sejak dini kanker organ reproduksi wanita terutama kanker payudara. Manfaat kegiatan diharapkan masyarakat mendapat pengetahuan dan pelatihan secara individu menjadi ujung tombak bagi keluarga dan selanjutnya akan menjadikan lingkungan yang dapat mengamalkan hidup sehat terutama kesehatan organ reproduksi, melakukan pelatihan Sadari secara rutin agar dapat mendeteksi dan mencegah sejak dini kanker leher rahim dan kanker payudara.

### **METODE**

Metode pelaksanaan adalah pendataan kader kesehatan, penyuluhan dan diskusi, pelatihan, evaluasi dan rencana tindak lanjut. Pendataan kader untuk mengetahui sumber daya yang dimiliki desa dan dapat diberdayakan dalam rangka meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Selanjutnya diundang untuk mengikuti penyuluhan dan pelatihan. Diundang juga ibu-ibu PKK agar mereka

dapat juga mendapat pengetahuan dan pelatihan guna diri sendiri dan keluarganya diharapkan berminat menjadi kader kesehatan sehingga meningkatkan sumber daya desa.

Pengisian kuisioner pre test sebelum penyuluhan dan pelatihan pada kader ,ibu-ibu dan remaja putri sebagai calon kader kesehatan, untuk mengetahui sejauh mana tingkat pengetahuan mengenai kanker pada wanita, pencegahan sejak dini dan pelatihan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). Penyuluhan dan diskusi topik pengetahuan tentang kanker pada wanita dan pelatihan SADARI dilaksanakan secara optimal, dilanjutkan dengan pengisian kuisioner post test yang diberikan setelah pelaksanaan untuk mengetahui peningkatan pengetahuan para peserta Pelatihan Sadari didahului dengan demo Sadari memakai model boneka wanita dewasa setengah badan dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pada tahap awal persiapan, dimintakan izin pada kepala desa Girilaya dan desa Cinyasag Kecamatan Panawangan Kabupaten Ciamis. Disampaikan rencana program pelaksanaan guna peningkatan pengetahuan kader dan masyarakat serta pemahaman mengenai kanker pada organ reproduksi wanita dan kanker payudara dilanjutkan dengan pelatihan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI), dapat diikuti juga oleh ibu-ibu PKK guna menambah jumlah kader kesehatan desa. Dari pembicaraan dengan kades didapat hasil jumlah kader kesehatan dan calon kader yang diundang sebanyak kurang lebih 60 orang.

Pada tahap pelaksanaan, dilakukan pre test berupa beberapa pertanyaan mengenai kanker leher rahim, kanker payudara, pencegahan kanker tsb sejak dini, Sadari dan kesehatan organ reproduksi wanita secara umum. Materi yang diberikan adalah mengenai apa itu kanker leher rahim, jenis virus penyebabnya, gejala yang timbul dan kelainan yang dapat diamati seperti lesi/kutil pada daerah kelamin, akibat dan komplikasi yang mungkin terjadi bila terlambat terdeteksi, stadium kanker, pengobatan dan pengelolaan kanker leher rahim, cara penularan dan yang penting adalah cara mencegah dengan melakukan pap smear secara rutin bagi yang telah berhubungan seksual yang dapat dilakukan di Puskesmas dan vaksinasi HPV bagi remaja wanita, cara menjaga kesehatan organ reproduksi wanita. Materi lain mengenai kanker payudara, dibicarakan anatomi payudara yang kompleks, stadium kanker payudara, siapa saja yang berisiko, gejala yang harus diamati, gaya hidup sebagai pemicu, pengelolaan dan pengobatan,

pengetahuan terapi hormon, kapan dan cara melakukan SADARI. Dilanjutkan demonstrasi SADARI dengan manekin boneka dada orang dewasa dalam keadaan tidur dan berdiri di depan cermin. Selanjutnya pelatihan pada diri sendiri oleh semua peserta sambil berdiri. Semua kegiatan diikuti peserta dengan sangat antusias terutama diskusi tanya jawab.

Faktor pendukung kegiatan ini adalah kerjasama staf aparat desa dan antusias peserta, terutama kepala desa dan ketua PKK yang memberikan motivasi pada peserta, yang istimewa adalah staf desa pria yang ikut kegiatan ini.

Faktor penghambat dalam kegiatan ini adalah karena pelatihan di ruang terbuka dan pelatihan SADARI dilakukan dengan pakaian lengkap, sehingga perabaan payudara tidak dapat maksimal. Kehadiran peserta yang diharapkan 60 orang hanya dihadiri 35 orang, karena ada kegiatan rutin beberapa kader di pusyandu desa masing2, terdapat 3 orang yang siap menjadi calon kader kesehatan. Kegiatan diakhiri dengan mengisi kuisioner sebagai post test untuk mengetahui adanya peningkatan pengetahuan setelah kegiatan.

Terdapat peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan dan pelatihan tentang kanker pada organ reproduksi wanita dan pemeriksaan payudara sendiri (Sadari) guna mendeteksi kelainan payudara antara 23 %- 97 %.

### SIMPULAN

Penyuluhan tentang kanker pada wanita diperlukan untuk mengajak masyarakat mengamalkan pola hidup sehat dan higienis terutama terhadap organ reproduksi guna pencegahan kanker pada wanita sejak dini. Pelatihan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) adalah sangat penting sehingga dapat dilakukan secara rutin dan benar guna pencegahan kanker payudara sejak dini. Hasil pengisian

kuisioner menunjukkan peningkatan pengetahuan dan pemahaman tentang kanker pada wanita serta pelatihan pemeriksaan payudara sendiri antara 23-97%. Disarankan pengetahuan mengenai kanker pada wanita dan pelatihan pemeriksaan payudara sendiri dengan benar hendaknya disebarluaskan oleh Kader Kesehatan . Diharapkan para ibu dan remaja putri terutama yang sudah menstruasi dapat melakukan pemeriksaan payudara sendiri secara rutin dengan benar guna pengenalan payudara sendiri sehingga bila ada kelainan dapat ditanggulangi segera dan dapat melaksanakan pencegahan kanker payudara sejak dini.

### DAFTAR PUSTAKA

- Anonim, [http://en.wikipedia.org/wiki/Cervical\\_cancer](http://en.wikipedia.org/wiki/Cervical_cancer); diunduh 18 September 2015.
- Anonim, *Anal Genital Herpes (HPV) pictures*, <http://herpes-coldsores.com/std/genital-wart-pictures.htm>, diunduh 18 September 2013
- Arnita,2008, *Lindungi Leher Rahim dari Kanker*, <http://www.majalahfarmacia.com/rubric/onenews.asp?IDNews=327>
- Brooks GEM, Butel JSP, Morse SAP: Jawetz, Melnick, *Adelberg's Medical Microbiology*, 23<sup>rd</sup> ed. United States: Mc Graw-Hill; 2004.
- Center for Disease Control and Prevention. Human Papilloma Virus: HPV Information for Clinicians.* April 2007.
- Mayrand MH,Franco ED,Rodrigues I, Walter SD, Henley J, Ferenczy. *A Human Papilloma virus DNA versus Papanicolaou Screening Tests for Cervical Cancer.* N. Engl J. Med 2007;357(16):1579-1588.