

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

Pemeriksaan SADARI dan SADASI Internal Bhayangkari Polres Pelabuhan Makassar

Reni Purbanova¹, A. Syamsinar Asmi², Ria Wahyuni³, Lusya Eka Putri⁴, Rahmat Pannyiwi⁵

¹ Program Studi Ilmu Keperawatan, Stikes Tujuh Belas

⁵ Program Studi Ilmu Keperawatan, Politeknik Sandi Karsa Makassar

³ Program Studi Kebidanan, Politeknik Sandi Karsa Makassar

⁴ Program Studi Farmasi, Universitas Dharma Andalas

⁵ Program Studi Ilmu Keperawatan, Stikes Amanah Makassar

Abstract

Breast self-examination (SADARI) is the development of a woman's awareness of the condition of her own breasts. This action comes with specific steps to detect breast cancer early. This activity is very simple and can be done by all women without the need to feel embarrassed to the examiner, does not require cost, and for busy women only need to provide time for approximately five minutes. Its sensitivity rate (its ability to detect breast cancer) is around 20-30%. The purpose of this PkM is to socialize and train women on how to detect breast cancer early with breast cancer self-detection techniques (SADARI). The special target of this PkM activity is to provide assistance by training PKK Bhayangkari women of Makassar Port, South Sulawesi. The method of this service activity is carried out by providing assistance to the examination of PKK Bhayangkari women of Makassar Port, South Sulawesi, who can perform SADARI properly and correctly. Based on the results, a significant thing was obtained, namely that the cadre mothers understood the dangers of breast cancer, and performed SADARI correctly.

Keywords: Examination, SADARI, SADASI, Bhayangkari, Makassar Port

Abstrak

Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) adalah pengembangan kepedulian seorang wanita terhadap kondisi payudaranya sendiri. Tindakan ini dilengkapi dengan langkah-langkah khusus untuk mendeteksi secara awal penyakit kanker payudara. Kegiatan ini sangat sederhana dan dapat dilakukan oleh semua wanita tanpa perlu merasa malu kepada pemeriksa, tidak membutuhkan biaya, dan bagi wanita yang sibuk hanya perlu menyediakan waktunya selama kurang lebih lima menit. Tingkat sensitivitasnya (kemampuannya untuk mendeteksi kanker payudara) adalah sekitar 20-30%. Tujuan pelaksanaan PkM ini adalah upaya sosialisasi dan pelatihan cara deteksi dini kanker payudara dengan tehnik deteksi dini kanker payudara sendiri (SADARI). Target khusus dari kegiatan PkM ini adalah melakukan pendampingan dengan melatih ibu PKK Bhayangkari Polres Pelabuhan Makassar Sulawesi Selatan. Metode kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan cara memberikan pendampingan Pemeriksaan ibu PKK Bhayangkari Pelabuhan Makassar Sulawesi Selatan dapat melakukan SADARI dengan baik dan benar. Berdasarkan hasil bahwa didapatkan hal yang signifikan yaitu para ibu kader memahami bahaya kanker payudara, dan melakukan SADARI dengan benar.

Kata Kunci: Pemeriksaan, SADARI, SADASI, Bhayangkari, Pelabuhan Makassar.

Penulis Korespondensi : Reni Purbanova
Email: purbanovareni1983@gmail.com

I. PENDAHULUAN

Kanker payudara merupakan keganasan yang disebabkan karena terjadinya pembelahan sel-sel tubuh secara tidak teratur sehingga pertumbuhan sel tidak dapat dikendalikan dan akan tumbuh menjadi benjolan tumor (kanker) (Andra dan Yessi, 2013). Kanker berasal dari sel-sel kanker dalam jumlah yang banyak yang membentuk jaringan. Secara normal, sel bertumbuh dan bertambah banyak sesuai dengan kebutuhan tubuh. Ketika ada sel yang using atau rusak, sel tersebut akan mati dan digantikan oleh sel yang baru. Pada proses yang berjalan secara tidak normal, sel yang usang atau rusak tidak langsung mati, tetapi justru membangun sel tambahan yang tidak sesuai dengan kebutuhan tubuh dan membentuk suatu benjolan yang disebut tumor (Wenny, 2011).

Pemeriksaan Klinis payudara oleh Dokter dapat mendeteksi sampai 85% kasus kanker payudara. Pemeriksaan Mammografi dapat mendeteksi sampai 90% kasus kanker payudara. Biopsi dapat mendeteksi sampai 91% kanker payudara. Tetapi bila ketiga pemeriksaan dini dilakukan semuanya, maka kanker payudara dapat dideteksi secara dini hingga 99,5%. Ada beberapa factor pemicu munculnya kanker payudara salah satunya adalah faktor genetik, lingkungan dan gaya hidup (Depkes, 2016). Tingkat pengetahuan tentang kanker payudara pun masih sangat rendah, sehingga kesadaran deteksi dini menjadi hal yang sangat penting dalam pengendalian kanker payudara. Ketika kanker payudara dapat dideteksi secara dini dan didiagnosis serta mendapat pengobatan yang memadai, maka ada peluang untuk dapat disembuhkan (Depkes, 2016). (Darwati et al., 2021).

II. METODE

SADARI dilakukan secara rutin, seorang wanita akan dapat menemukan benjolan pada stadium dini. SADARI dilakukan dalam 3 cara yaitu:

- 1) Melihat Payudara:
 - a) Pemeriksaan ini dilakukan di depan cermin
 - b) Bukalah seluruh pakaian dari pinggang ke atas dan berdirilah di depan cermin yang besar.
 - c) Posisi pundak tegap dan kedua tangan di pinggang

- d) Perhatikan payudara:
- Apakah bentuk dan ukuran payudara kanan dan kiri simetris
 - Apakah payudara membesar atau mengeras
 - Apakah arah puting susu tidak lurus ke depan atau berubah arah
 - Apakah puting tertarik ke dalam
 - Apakah puting atau kulit ada yang lecet?
 - Apakah ada perubahan warna kulit?
 - Apakah kulit payudara menebal dengan pori-pori melebar seperti kulit jeruk?
 - Apakah permukaan kulit tidak mulus seperti ada kerutan atau cekungan?
 - Ulangi semua pengamatan di atas dengan posisi ke dua tangan lurus ke atas
 - Setelah itu, ulangi lagi pengamatan tersebut dengan posisi ke dua tangan di pinggang, dada dibusungkan, dan siku tertarik ke belakang.

2) Memijat Payudara:

- Dengan ibu jari dan jari telunjuk, pijat payudara dengan lembut dari tepi hingga ke puting.
- Perhatikan apakah ada cairan atau darah yang keluar dari puting susu (seharusnya tidak ada cairan yang keluar kecuali pada wanita yang sedang menyusui).

3) Meraba Payudara

- Periksa payudara dengan cara berbaring
- Lakukan perabaan payudara satu persatu
- Untuk memeriksa payudara kanan, letakkan bantal atau handuk yang dilipat di bawah bahu kanan. Lengan kanan direntangkan di samping kepala atau diletakkan di bawah kepala
- Raba payudara dengan menggunakan tiga atau empat jari tangan kiri yang saling dirapatkan
- Rabaan dilakukan dengan gerakan memutar dari tepi payudara hingga ke puting susu
- Geser posisi jari, kemudian lakukan lagi gerakan memutar dari tepi payudara hingga ke puting susu
- Lakukan seterusnya hingga seluruh bagian payudara diperiksa
- Lakukan hal yang sama pada bagian payudara yang satunya lagi (payudara kiri)

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

- i) Sebaiknya rabaan dilakukan dalam 3 macam tekanan yaitu: tekanan ringan untuk meraba adanya benjolan di permukaan kulit, tekanan sedang untuk memeriksa adanya benjolan di tengah jaringan payudara dan tekanan kuat untuk meraba benjolan di dasar payudara yang melekat pada tulang iga
- j) Pemeriksaan ini menggunakan lotion atau minyak sebagai pelicin, agar pemeriksaan lebih sensitif
- k) Setelah itu, dilakukan semua langkah perabaan dalam posisi berdiri. Sebaiknya dilakukan saat sedang mandi dengan menggunakan sabun (Marmi, 2015).

III. HASIL DAN PEMBAHASAN



Pemeriksaan dilakukan oleh Tim pelaksana pengabdian yang terdiri dari Dosen, Dokter dan Mahasiswa. Hadir dalam kegiatan tersebut sekitar 53 orang dari ibu-ibu PKK Bhayangkari Polres Pelabuhan Makassar. Dari hasil evaluasi tidak menemukan Ibu PKK yang masalah. Deteksi dini merupakan langkah awal yang sangat penting untuk mengetahui secara dini adanya tumor atau benjolan pada payudara, sehingga dapat mengurangi tingkat kematian karena penyakit tersebut. Keuntungan dari deteksi dini bermanfaat untuk meningkatkan kemungkinan harapan hidup pada wanita penderita kanker payudara. Hampir 85% gangguan atau benjolan ditemukan oleh penderita sendiri melalui pemeriksaan dengan benar. Selain itu SADARI adalah metode termudah,

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

tercepat, termurah dan paling sederhana yang dapat mendeteksi secara dini kanker payudara.

IV. KESIMPULAN

Pemeriksaan payudara sendiri sebaiknya dilakukan sebulan sekali. Para wanita yang sedang haid sebaiknya melakukan pemeriksaan pada hari ke-5 sampai hari ke-10 dari hari pertama haid, ketika payudara sedang mengendur dan terasa lebih lunak. Pada wanita normal, American Cancer Society menganjurkan wanita yang berusia di atas 20 tahun untuk melakukan SADARI setiap tiga bulan. SADARI dapat dilakukan kapan saja, tetapi secara rutin dilakukan setiap bulan (misalnya setiap awal bulan) (Andra dan Yessi, 2013).

Selain SADARI untuk mendeteksi dini kanker payudara pada usia 35-40 tahun dengan melakukan mammografi. Benjolan sebesar 0,25 cm sudah dapat terlihat pada mammografi. Sedangkan untuk wanita di atas usia 40 tahun ditambah dengan melakukan pemeriksaan payudara dengan dokter ahli (Marmi, 2015).

DAFTAR PUSTAKA

1. Angrainy, R. (2017). Hubungan Pengetahuan Sikap Tentang Sadari dalam Mendeteksi Dini Kanker Payudara pada Remaja. *Journal Endurance* 2 (2), 232-238.
2. Aulia. (2016, November 7). Enam Langkah Sadari untuk Deteksi Diri Kanker Payudara. <http://p2ptm.kemkes.go.id/artikel-sehat/enam-langkah-sadari-untuk-deteksi-dini-kanker-payudara>.
3. Ayu, S., & Rilyani. (2016). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Keterampilan Remaja Putri dalam Melakukan Sadari sebagai Upaya Deteksi Dini Kanker Payudara di SMA Kartikatama Metro. *Jurnal Kesehatan Holistik*, 1-4.
4. Departemen Kesehatan RI, B. P. (2016). Standar Profesi Perekam Medis.
5. Dwi Rizeki, F., & dkk. (2020). FARMERS ABILITY TO REPORT DAILY EMERGENCY IN AGRICULTURE AREA. Handayani, S. (2012). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Cara Melakukan Sadari, Vol. 1, No. 1. *Jurnal Nursing Studies*, 93-100.
6. Kemenkes. (2015). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 34 Tahun 2015 Tentang Penanggulangan Kanker Payudara dan Kanker Leher Rahim.
7. Lubis, U. (2017). Pengetahuan Remaja Putri tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) dengan Perilaku SADARI. *Jurnal Ilmu Kesehatan* 2 (1), 81-86.
8. Puspitasari, R., & Aristawati, E. (2020). E Booklet Based Educational Model With Online Media To Increase Knowledge Of Young Women About Breast Self-Examination. *UNEJ-e Proceeding*. Simanungkalit, Natalia, J., & Sitepu, Y. (2020).

- Bahaya Ergonomi dan Gangguan Muskuloskeletal pada Petani Kebun Teh. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, Vol2, No. 1, 483-494.
9. Yulinda, A. (2018). Efektifitas Penyuluhan Metode Ceramah Dan Audiovisual Dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Tentang SADARI di SMKN 5 Surabaya. *Jurnal Promkes* Vol. 6 No. 2, 116-128.
 10. Masdarwati, M., Kadir, E., Serli, S., Ruben, S. D., Rahmat Pannyiwi, & Rante, A. (2023). Penyuluhan Tentang Makanan Pendamping Asi Dengan Status Gizi Balita. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 40–42. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v1i2.28>
 11. Rohmatin, H. (2023). Upaya Meningkatkan Kesadaran Remaja Putri Dalam Melakukan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). 1(12), 1796–1801.
 12. Yunita Lestari, & Has'ada Rahman Attamimi. (2022). Sosialisasi Sadari Sebagai Langkah Awal Pencegahan Kanker Payudara Pada Remaja Putri Sma Sekabupaten Sumbawa. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia (JPKMI)*, 2(2), 180–185. <https://doi.org/10.55606/jpkmi.v2i2.279>