

## Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Tentang Pemeriksaan Sadari Pada Remaja Putri Di Smk Al Mujtama' Pegantenan Pamekasan

Qurratul A'yun<sup>1</sup>, Yulia Paramita R<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Program Studi DIII Kebidanan Universitas Islam Madura

e-mail: qurratulayun1709@gmail.com

### Abstract

*This community service (PPM) aims to hold Reproductive Health Education about BSE Examination for Young Women at Vocational High School Al Mujtama' Pegantenan Pamekasan. Students are explained about reproductive health in the breasts, the importance of carrying out breast care and breast self-examination or BSE, so that students know the normal breast shape, are aware of any changes in the breasts, and so that any changes can be consulted immediately and handled not too late. With early detection of breasts, many women survive breast cancer. The success of this activity is measured using a process approach through the interview method after the activity takes place. The results achieved from the implementation of this community service were that students understood how to do breast self-examination (BSE). Students began to be enthusiastic about developing curiosity, a positive attitude, and awareness about breast self-examination to maintain reproductive health. The mutually influencing relationship between personal behavior / habits and reproductive health status regarding BSE examination.*

*Keywords: Reproductive Health, BSE.*

### Abstrak

Pengabdian kepada masyarakat (PPM) ini bertujuan untuk mengadakan kegiatan Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Tentang Pemeriksaan SADARI Pada Remaja Putri Di SMK Al Mujtama' Pegantenan Pamekasan. Mahasiswa dijelaskan tentang kesehatan reproduksi pada payudara, pentingnya melakukan perawatan payudara serta pemeriksaan payudara sendiri atau SADARI, sehingga mahasiswa mengetahui bentuk payudara normal, menyadari ada tidaknya perubahan pada payudara, dan agar perubahan apapun dapat segera dikonsultasikan dan tidak terlambat ditangani. Dengan deteksi dini payudara, banyak wanita berhasil selamat dari kanker payudara. Keberhasilan kegiatan ini diukur dengan menggunakan pendekatan proses melalui metode wawancara setelah kegiatan berlangsung. Hasil yang dicapai dari pelaksanaan pengabdian masyarakat ini adalah mahasiswa memahami cara melakukan pemeriksaan Payudara sendiri (SADARI). Mahasiswa mulai antusias untuk mengembangkan rasa ingin tahu, sikap positif, dan kesadaran tentang pemeriksaan payudara sendiri untuk menjaga kesehatan reproduksi. Hubungan yang saling mempengaruhi antara perilaku/kebiasaan diri dengan status kesehatan reproduksi tentang pemeriksaan SADARI.

**Kata Kunci** : Kesehatan Reproduksi, SADARI.

### 1. PENDAHULUAN

Saat ini perkembangan penduduk terjadi di seluruh dunia, terutama perkembangan dalam bidang kesehatan. Tetapi masalah kesehatan merupakan ancaman bagi negara-negara yang sedang berkembang sehingga masalah kesehatan menjadi tidak terkontrol. (Rizani, 2015) Salah satu penyakit yang mengalami peningkatan adalah kanker. Stigma masyarakat yang percaya tentang mitos kanker yang salah satunya bahwa tidak ada yang dapat dilakukan terkait dengan kanker. Hal ini menyebabkan seseorang takut apabila didiagnosis kanker.

Penyakit kanker sendiri sebenarnya dapat dicegah, diobati dan disembuhkan jika diketahui lebih dini tanda dan gejala kanker (Ferdian,2016)

Salah satu pencegahan kanker payudara dengan pemeriksaan payudara sendiri. Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) merupakan salah satu cara yang efisien dan efektif sebagai pendeteksi dini kanker payudara selain mamografi. Kegagalan penemuan secara dini kanker payudara dapat terjadi dikarenakan kurangnya pengetahuan atau informasi yang diperoleh masyarakat. Banyak penderita kanker payudara datang ke rumah sakit dengan kondisi stadium lanjut dikarenakan penderita tidak merasa adanya perubahan dengan kondisi payudaranya.(Puspita,2016) Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dapat dilakukan setelah seorang wanita mendapatkan menstruasi. Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) ini bertujuan untuk mendapatkan tanda kanker payudara pada stadium yang lebih dini (*down staging*).(Sari,2016) Dengan SADARI ini perempuan dapat melakukannya secara mandiri tanpa mengeluarkan biaya untuk melakukannya serta dapat meningkatkan kesadaran dan kewaspadaan adanya suatu benjolan yang tidak normal pada payudara.(Rahmatika,2015)

Alasan lain mengapa perempuan tidak melakukan atau kurangnya motivasi untuk melakukan pemeriksaan payudara sendiri dikarenakan mereka merasa takut apabila setelah melakukan pemeriksaan payudara sendiri, perempuan menemukan suatu benjolan yang tidak normal pada payudaranya. Hal tersebut sebenarnya dapat membantu seorang perempuan mendapatkan terapi secepat mungkin sebelum kanker menjadi stadium lanjut.

Hasil wawancara dengan mahasiswa menunjukkan banyak kalangan remaja yang belum memahami tentang pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dan masih banyak yang belum mengetahui bagaimana cara melakukan pemeriksaan SADARI.

Untuk menyikapi hal tersebut kami akan mengadakan pengabdian masyarakat tentang pemeriksaan payudara sendiri untuk siswa SMK Al-Mujtama' Pegantenan Pamekasan.

## 2. METODE PENELITIAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat akan dilaksanakan melalui beberapa tahapan pelaksanaan kegiatan yang dapat dijelaskan sebagai berikut :

### a. Perencanaan

Kegiatan yang dilakukan pada tahap perencanaan adalah :

- 1) Melakukan koordinasi dengan LP2M Universitas Islam Madura dan SMK Al-Mujtama' Pegantenan Pamekasan
- 2) Penyusunan program pengabdian berdasarkan hasil analisis situasi, analisis siswa, analisis materi dan analisis media

### b. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan Sosialisasi akan dilaksanakan setelah semua perijinan terselesaikan. Penyuluhan ini akan dilaksanakan Di SMK Al-Mujtama' Pegantenan Pamekasan.

Dalam pelaksanaannya peserta, penyuluh dan siswa akan dikumpulkan di dalam 1 Ruang Kelas. Kemudian pembicara akan menjelaskan Tentang pentingnya Pemeriksaan Payudara Sendiri dan Kelainan Pada Payudara. Kegiatan ini akan dibuat semenarik mungkin tidak hanya materi tetapi motivasi pembelajaran dan arahan yang diharapkan dapat tersampaikan dengan baik.

Adapun silabus pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut :

Pertemuan	Jenis Kegiatan	Waktu	Alat dan Bahan	Penilaian
Pertemuan Ke-1	Pembukaan Perkenalan gambaran umum tentang penyuluhan ini <b>Materi 1</b> Pengertian Pemeriksaan Payudara Sendiri	190 Menit	LCD/proyektor, computer/laptop, Speaker	Sejumlah remaja putri

	(SADARI)			
Pertemuan Ke-2	Penjelasan materi selanjutnya <b>Materi 2</b> Arahan untuk peserta tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri	160 Menit	Demonstrasi	Sebanyak jumlah siswa
Pertemuan Ke-5	Penutup	5 Menit	Ceramah	Sebanyak jumlah peserta

c. Obeservasi dan Evaluasi

Kegiatan Observasi dilakukan secara langsung oleh tim pelaksana. Obsevasi berupa hasil Tanya jawab tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). Evaluasi ini bertujuan untuk melihat perkembangan program yang dilaksanakan, untuk mengetahui kendala yang ada, cara menanganinya sehingga program pengabdian yang dilakukan benar-benar efektif dan maksimal.

d. Refleksi

Refleksi dilakukan bersama tim dan peserta (siswa). Hal ini dilakukan untuk mengetahui seluruh proses pelaksanaan kegiatan

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan atau program pengabdian masyarakat khususnya melakukan penyuluhan kesehatan reproduksi tentang pentingnya payudara sendiri pada remaja putri SMK Al-Mujtama' Pegantenan Pamekasan di Ruang Kelas SMK Al-Mujtama' merupakan hal penting untuk senantiasa selalu saling mengingatkan baik petugas kesehatan kepada remaja dan masyarakat, supaya kegiatan ini menjadi salah satu usaha untuk mencegah terjadinya deteksi dini terjadinya kanker payudara.

Dalam rangka mencapai tujuan tersebut, program pengabdian masyarakat di SMK Al-Mujtama' Pegantenan Pamekasan dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu tahap sosialisasi dengan Kepala Sekolah SMK Al-Mujtama' Pegantenan Pamekasan untuk mendukung penyuluhan ini, Tahap Persiapan yaitu mulai dari proposal kegiatan, lokasi, presentasi, penyusunan materi sampai ijin pelaksanaan, Tahap Pelaksanaan Kegiatan dibuat semenarik mungkin yang didalamnya juga mengandung motivasi dan pembelajaran dan arahan yang diharapkan dapat tersampaikan dengan baik.

Setelah kegiatan ini dilakukan di SMK Al-Mujtama' Pegantenan Pamekasan, dari sinilah mulai terbentuknya Kesadaran siswa untuk melakukan pemeriksaan Payudara sendiri (SADARI) secara rutin sesuai dengan yang disampaikan saat penyuluhan. Penyuluhan Kesehatan reproduksi harus diperkenalkan kepada remaja minimal tingkat SMA atau sederajat Awal. Untuk itu memanglah sulit untuk dilakukan jika tidak dilatih dari sekarang. Untuk itu marilah saling mengingatkan kepada masyarakat terutama remaja tentang kesehatan reproduksi (Pemeriksaan Payudara Sendiri)

#### 4. KESIMPULAN

Peran petugas kesehatan sangat dibutuhkan untuk mengurangi risiko yang terjadi pada kanker payudara yang dapat dicegah dengan pemeriksaan payudara sendiri. Petugas kesehatan selaku edukator berperan dalam melaksanakan bimbingan atau penyuluhan, pendidikan pada klien, keluarga, masyarakat, dan tenaga kesehatan termasuk siswa bidan/keperawatan tentang penanggulangan masalah kesehatan, khususnya yang berhubungan dengan kesehatan reproduksi termasuk mengenai pentingnya pemeriksaan payudara sendiri. Peran penyuluhan petugas kesehatan dilaksanakan dengan proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara petugas kesehatan kepada individu yang sedang mengalami masalah kesehatan reproduksi

#### 5. DAFTAR PUSTAKA

- A.F., F. (2016). Hubungan Tingkat Pengetahuan SADARI Terhadap Sikap Remaja Putri Dalam Pemeriksaan Payudara Sendiri Di SMAN 1 Ngaglik Yogyakarta. *Jurnal Nursing Studies*, 93-100.
- D.N, P. (2015, Agustus 18). Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku SADARI. *Skripsi*.
- R, R. (2015, Agustus 9). Hubungan Pengetahuan Tentang Kanker Payudara Dengan Tindakan SADARI Pada Mahasiswa Semester II DIV Kebidanan STIKES Aisyiyah Yogyakarta. *Naskah Publikasi*.
- S, H. (2015). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Cara Melakukan SADARI. *Jurnal Nursing Studies*, 93-100.
- Sari, E. (2016). Motivasi Mahasiswi Keperawatan dalam Pemeriksaan Payudara Sendiri Sebagai Deteksi Dini Kanker Payudara. *Jurnal Ilmu Keperawatan*.