

## Article

# Tingkat Pengetahuan Sadari Pada Remaja Putri

Salsa Alfianty Lasim Putri<sup>1\*</sup><sup>1</sup> Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto\* Correspondence: [salsalasilasimputri@gmail.com](mailto:salsalasilasimputri@gmail.com)

**Abstrak:** Background: Breast cancer is a cancer that is the main cause of death in women worldwide. Of all diagnosed cancer cases, breast cancer was ranked second (1.7 million, 11.9%) after lung cancer (1.8 million, 13%). Early detection is a very important first step to find out early the presence of a tumor or lump in the breast so that it can reduce mortality from this cancer. Women who do BSE can find breast cancer at an earlier stage and are more likely to be treated early, thereby reducing the risk death from breast cancer. Research method: This type of research is a literary journal, using two databases, namely Pubmed and Google Scholar. The keywords used were ("adolescent" OR "adolescent") AND (breast self-examination OR BREASE). After being selected 10 literatures consisted of 7 cross-sectional studies, 1 pre-post intervention study, 1 descriptive study, 1 descriptive and non-experimental study. Conclusion: From the results of the journal literature, the average young woman only knows what BSE is but only occasionally has never even done BSE.

**Citation:** Putri, S.A.L. "Tingkat Pengetahuan Sadari Pada Remaja Putri" Jurnal Riset Kesehatan Masyarakat, vol. 3, no. 3, Jul. 2023. <https://doi.org/10.14710/jrkm.2023.18841>

**Keywords:** Teenage, Breast self-examination, Knowledge

Received: 30 April 2023

Accepted: 27 Mei 2023

Published: 30 Juli 2023



**Copyright:** © 2023 by the authors. Universitas Diponegoro. Powered by Public Knowledge Project OJS and Mason Publishing OJS theme.

## 1. Pendahuluan

Kanker payudara adalah kanker yang penyebab utama kematian wanita di seluruh dunia. Dari seluruh kasus kanker di dunia yang terdiagnosa, rank kanker payudara menduduki peringkat kedua (1,7 juta, 11,9%) setelah kanker paru (1,8 juta, 13%). Kejadian kanker payudara meningkat di seluruh dunia. Kejadiannya diperkirakan meningkat sekitar lebih dari 5% setiap tahunnya. Kejadian tertingginya terjadi di negara dengan keadaan sosial ekonomi tinggi (Eropa, Amerika Utara) dan terendah di negara dengan sosial ekonomi rendah.<sup>1</sup>

Urutan kejadian kanker di Indonesia menempati urutan 10 teratas pada wanita yaitu 134 per 100.000 penduduk perempuan kanker payudara 40 per 100.000 di ikuti kanker leher rahim 17 per 100.000 dan kanker kolorektal 10 per 100.000 perempuan. Berdasarkan data Sistem Informasi Rumah sakit (SIRS) tahun 2010 kasus rawat inap kanker payudara 28,7% dan kanker leher rahim 12,8%.<sup>2</sup>

Berdasarkan estimasi jumlah penderita kanker, Jawa Timur dengan estimasi penderita kanker terbanyak kedua setelah Jawa Tengah yaitu 61.230 orang. Penyakit kanker dengan prevalensi tertinggi setelah kanker serviks pada wanita adalah kanker payudara yaitu 0,5 per 1000 pada tahun 2013. Adapun prevalensi kanker payudara di Jawa Timur pada tahun 2013 adalah 0,5 per 1000 dengan estimasi jumlah penderita 9.688.

3

Deteksi dini merupakan langkah awal yang sangat penting untuk mengetahui secara dini adanya tumor atau benjolan di payudara sehingga dapat menurunkan angka kematian akibat kanker ini. Manfaat deteksi dini kanker payudara berguna untuk meningkatkan peluang harapan hidup pada wanita penderita kanker payudara. Hampir 85% kelainan atau benjolan ditemukan oleh penderitanya sendiri melalui pemeriksaan yang tepat. Selain itu, SADARI merupakan metode termudah, tercepat, termurah, dan paling sederhana yang dapat mendeteksi dini kanker payudara.<sup>4</sup>

Wanita yang melakukan SADARI dapat menemukan kanker payudara pada stadium lebih awal dan lebih mungkin untuk diobati lebih awal, sehingga mengurangi risiko kematian akibat kanker payudara. Studi tentang deteksi dini kanker payudara sendiri juga sedang diteliti lebih lanjut oleh International Agency for Research on Cancer dan menunjukkan bahwa wanita yang melakukannya dapat menemukan tumor payudara ketika ukuran tumornya masih kecil sehingga wanita tersebut memiliki prognosis yang baik untuk sembuh.<sup>5</sup>

## 2. Metode

Penelitian ini berbentuk literature review. Pencarian literatur melalui publikasi di tiga database dengan menggunakan kata kunci (“teenage” OR “remaja”) AND (breast self-examination OR SADARI). Dari hasil pencarian tersebut peneliti mendapatkan artikel sebanyak 84 menggunakan PubMed, dan 29,000 menggunakan Google Scholar (n=29,000) yang sesuai dengan kata kunci tersebut. Dari hasil pencarian yang didapat selanjutnya dilakukan skrining judul yang sesuai dengan topik literature review diperoleh 288 artikel (n=288). Selanjutnya dilakukan skrining judul yang tersedia abstrak dan full text terhadap 80 artikel dan diperoleh 7 artikel (n=7).

## 3. Hasil

Dari 10 literatur yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi, 7 berupa cross-sectional study, 1 studi intervensi pra-pasca, 1 studi deskriptif, 1 studi deskriptif dan non-eksperimental. Terdapat 20 literatur yang melakukan penelitian di Indonesia dan 10 literatur di luar Indonesia. Dari 10 literatur yang ada, 3 menggunakan bahasa Indonesia dan 7 lainnya menggunakan bahasa Inggris. Tabel 1 memperlihatkan karakteristik dari 10 jurnal yang digunakan dalam penelitian ini.

**Table 1.** Hasil Pemeriksaan Laboratorium Jumlah Total Kuman pada Cincau Hitam di Pasar Tradisional Kota Semarang

Penulis,tahun dan judul	Tempaat penelitian	Jenis penelitian	Hasil penelitian
Ayebo E. Sadoh, Clement Osime, Damian U. Nwaneri1, Bamidele C. Ogboghodo1, Charles O. Eregie1 and Osawaru Oviawe, (2021) “Meningkatkan pengetahuan tentang kanker payudara dan pemeriksaan payudara sendiri pada remaja perempuan Nigeria menggunakan	4 sekolah menengah di Kota Benin.	studi intervensi pra-pasca	Diperoleh rerata skore sebelum pelatihan 20,61±13,4 Setelah pelatihan 55,93±10,86

pendidikan sebaya: studi intervensi pra-pasca”.

Despoina Sapountzi-Krepia, Maria Departemen studi deskriptif Diperoleh  
 Rekleiti, Maria Lavdaniti, Maria Keperawatan dan  
 Psychogiou, Mikaella Chaliou, Maria Universitas Siprus non-eksperimental 29,1% Yang mengetahui  
 Xenofontos & Marilena Savva (2017) 59,9% tidak pernah melakukan  
 “Evaluating female nursing students knowledge and attitudes regarding breast 40,1%melakukannya sekali.  
 self-examination, Health Care for Women International”. 10,9% melakukan setiap bulan

Mehrnoosh Akhtari-Zavare1, Abbas Kota Hamadan, Iran. studi cross didapat antara responden 268 (69,8%)  
 Ghanbari-Baghestan, Latiffah A Latiff, sectional menikah dan 144 (37,5%) responden  
 Nasrin Matinnia, Mozhgan Hoseini. melaporkan  
 (2014) “Knowledge of Breast Cancer and Breast Self-Examination memiliki riwayat keluarga kanker  
 Practice among Iranian Women in payudara  
 Hamedan, Iran”.

Nulufer Erbil, Nurgul Bolukbas. (2014) Sekolah Studi cross Diperoleh 21,8% dari mereka melakukan  
 “Health Beliefs and Breast Self-Examination among Female Kesehatan di Ordu, sectional SADARI secara teratur  
 University Nursing Students in Turkey”. Turki

Nülüfer Erbil, Nurgul Bolukbas. (2012) di provinsi Ordu Turki Studi cross Hasilnya menunjukkan bahwa 67,7%  
 “Beliefs, Attitudes, and Behavior of sectional wanita memiliki pengetahuan tentang  
 Turkish Women about Breast Cancer and Breast Self-Examination According to a 55,8% melakukan SADARI, 60,6% dari  
 Turkish Version of the Champion Health Belief Model Scale”. mereka yang menunjukkan dengan interval yang tidak teratur.

Ba’amer Abobakar Ahmed (2010) di kota Al-Mukalla Studi cross Hasil diperoleh  
 “Awareness and Practice of Breast Yaman sectional 58,6% pengetahuan rendah  
 Cancer and Breast-self Examination among University Students in Yemen”. 1,4% pengetahuan tingkat tinggi

Sakine Memis, PhD, RN, Nevin Akdolun Aydin School of studi deskriptif 38% mengetahui bahwa SADARI  
 Balkaya, PhD, RN, and Fatma Health at Adnan harus dimulai setelah usia 20  
 Demirkiran, PhD, RN (2009) Menderes University 37% wanita mengetahuinya  
 “Knowledge, Attitudes, and Behaviors of in Aydin, Turkey. dengan haid tidak teratur  
 Nursing and Midwifery Students Regarding Breast Self-Examination in

Turkey”.		35% mengetahui SADARI itu harus dilakukan terlebih dahulu berdiri (di depan cermin), kemudian berbaring.
Rizki Hafi dzah Baswedan, Ekorini Universitas Listiowati (2009) Hubungan Tingkat Muhammadiyah Pengetahuan Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Dengan Perilaku Sadari Pada Mahasiswi Non Kesehatan Di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta”	Observasional	Hasil didapat di hubungan antara tingkat pengetahuan tentang SADARI dengan perilaku SADARI
Keren Karunya Singam, B Wirakusuma (2017) “Gambaran tingkat pengetahuan dan perilaku tentang pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) pada remaja putri di wilayah kerja UPT Puskesmas Blahbatuh II Gianyar Bali Indonesia.”	UPT Puskesmas Study cross-sectional	Hasil didapatkan bahwa 89.7% responden yang memiliki usia ≤16 tahun cenderung memiliki tingkat pengetahuan SADARI kurang dan 96.6% cenderung memiliki perilaku kurang.
Elda Dwi Ospah Sihite , Sofiana Nurchayati, Yesi Hasneli (2017) “Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Kanker Payudara Dan Perilaku Periksa Payudara Sendiri (Sadari)”	Puskesmas Rejosari Study cross-sectional	Hasil didapat sebanyak 37 responden (37%) pengetahuan baik tentang kanker payudara dan periksa payudara sendiri (SADARI) sebanyak 35 responden (35%), dan sebanyak 28 orang (28%) memiliki pengetahuan kurang tentang kanker payudara

#### 4. Diskusi

SADARI adalah pemeriksaan yang dilakukan pada wanita dengan menggunakan cermin untuk mendeteksi dini kanker payudara guna mengetahui kemungkinan terbentuknya benjolan yang menyebabkan kanker ganas. (Olfah et al., 2013). Tujuan utama SADARI adalah membantu wanita mendeteksi kemungkinan kanker payudara sejak dini dengan cara mengamati dada dari depan, kiri dan kanan.

Kriteria wanita yang disarankan untuk SADARI Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) mengurangi risiko kanker Payudara pada SADARI sebagai berikut: Wanita usia subur: 7-10 hari setelah menstruasi, Wanita pascamenopause: setiap bulan pada waktu tertentu, Setiap wanita di atas usia 20 tahun harus melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) setiap bulan, Pemeriksaan payudara sendiri dapat dilakukan setiap tiga bulan sekali pada wanita berusia di atas 20 tahun, Wanita berisiko

tinggi sebelum usia 50 tahun memerlukan mammogram setiap tahun, setiap 2 tahun dilakukan pemeriksaan payudara oleh dokter, Wanita usia 20-40, Mammogram pertama atau awal pada usia 35-40, Pemeriksaan payudara oleh dokter setiap 3 tahun sekali, Wanita berusia antara 40 dan 49 tahun menjalani pemeriksaan payudara dan mammogram setiap 1 hingga 2 tahun dari dokter mereka, Wanita di atas 50 tahun memeriksakan payudara dan kelenjar susunya ke dokter setiap tahun.

Beberapa waktu yang tepat untuk melaksanakan terapi adalah saat 7-10 hari setelah haid, untuk wanita pascamenopause, SADARI dilakukan setiap bulan (misalnya setiap tanggal 5 atau ulang tahun dipilih untuk mendeteksi BSE). BSE biasanya berlangsung tidak lebih dari 2-3 menit. deteksi dini merupakan langkah awal yang sangat penting untuk mendeteksi dini tumor atau benjolan di payudara sehingga dapat mengurangi angka kematian akibat kanker ini. Manfaat deteksi dini membantu meningkatkan harapan hidup wanita penderita kanker payudara. Perempuan dapat menemukan sendiri hampir 85% gangguan atau nodul dengan pemeriksaan yang tepat. Selain itu, SADARI merupakan cara termudah, tercepat, termurah dan termudah untuk mendeteksi kanker payudara pada stadium dini.

Langkah-langkah dalam melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) adalah melihat perubahan di hadapan cermin dan melihat perubahan bentuk payudara dengan berbaring, Tahapan melakukan SADARI dengan melihat perubahan di hadapan cermin. Lihat pada cermin, bentuk dan keseimbangan bentuk payudara (simetris atau tidak). Tahapan pertama adalah melihat perubahan bentuk dan ukuran, perubahan puting dan kulit payudara di depan cermin. Berdiri tegak di depan cermin dan letakkan kedua tangan lurus ke bawah di samping tubuh. Perhatikan bentuk dan ukuran payudara. Wajar jika ukurannya tidak sama dengan yang lain. Kemudian perhatikan juga bentuk puting dan warna kulitnya. Rata-rata payudara berubah tanpa SADARI. Perubahan harus dihindari jika payudara berkerut, cekung atau terdorong ke depan karena adanya benjolan. Posisi puting berubah, harus didorong keluar, malah ditarik ke dalam, berwarna merah, kasar dan nyeri. Tahapan kedua adalah dengan pemeriksaan payudara sambil mengangkat tangan ke atas kepala. Tujuannya adalah untuk mendeteksi retraksi kulit, perlekatan tumor pada otot di bawahnya, atau kelainan pada kedua payudara. Perhatikan juga perubahan pada payudara seperti perubahan warna, penyusutan, pembengkakan, kerutan, perubahan bentuk puting susu atau permukaan kulit yang kasar. Berdiri tegak di depan cermin dengan tangan di kedua sisi. Miringkan tubuh ke kiri dan ke kanan untuk melihat perubahan pada payudara. Menegangkan otot-otot bagian dada dengan berkacak pinggang/ tangan menekan pinggul yang bertujuan untuk menegangkan otot di daerah axilla. Lalu perhatikan apakah ada kelainan seperti di atas. Masih dengan posisi demikian, bungkukkan badan dan tandai apakah ada perubahan yang mencurigakan perubahan atau kelainan atau puting.

Tahapan melihat perubahan bentuk payudara dengan berbaring adalah dimulai dari payudara kanan, baring menghadap ke kiri dengan membengkokkan kedua lutut. Letakkan bantal atau handuk mandi yang telah dilipat di bawah bahu sebelah kanan untuk menaikkan bagian yang akan diperiksa. Kemudian letakkan tangan kanan di

bawah kepala. Gunakan tangan kiri untuk memeriksa payudara kanan. Gunakan telapak jari-jari untuk memeriksa sembarang benjolan atau penebalan. Periksa payudara dengan menggunakan Vertical Strip dan Circular membentuk sudut 90 derajat.

Pemeriksaan payudara dengan vertical strip. Memeriksa seluruh bagian payudara dengan cara vertical, dari tulang selangka dibagian atas ke bra-line di bagian bawah, dan garis tengah antara kedua payudara ke garis tengah bagian ketiak. Gunakan tangan kiri untuk mengawali pijatan pada ketiak kemudian putar dan tekan kuat untuk merasakan adanya benjolan. Gerakkan tangan perlahan-lahan ke bawah bra line dengan putaran ringan dan tekan kuat di setiap tempat. Di bagian bawah bra line, bergerak kurang lebih 2 cm kekiri dan terus ke arah atas menuju tulang selangka dengan memutar dan menekan. Bergeraklah keatas dan kebawah mengikuti pijatan dan meliputi seluruh bagian yang ditunjuk.

Pemeriksaan payudara dengan cara memutar. Berawal dari bagian atas payudara, buat putaran yang besar. Bergeraklah sekeliling payudara dengan memperhatikan benjolan yang luar biasa. Buatlah sekurang-kurangnya tiga putaran kecil sampai ke puting payudara. Lakukan anebanyak 2 kali. Sekali dengan tekanan ringan dan sekali dengan tekanan kuat. Jangan lupa periksa bagian bawah areola mammae. Tekanan payudara memutar searah jarum jam dengan bidang datar dari jari-jari yang dirapatkan. Dimulai dari posisi jam 12.00 pada bagian puting susu.

Pemeriksaan cairan di puting payudara. Menggunakan kedua tangan, kemudian tekan payudara untuk melihat adanya cairan yang tidak normal dari puting payudara. Memeriksa Ketiak dengan meletakkan tangan kanan ke samping dan rasakan ketiak dengan teliti, apakah teraba benjolan yang tidak normal atau tidak.

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil literatur jurnal didapat bahwa SADARI adalah Pemeriksaan Payudara Sendiri dilakukan untuk mendeteksi dini adanya benjolan pada payudara dilakukan didepan cermin maupun dengan posisi tiduran. Keuntungan dari deteksi dini bermanfaat untuk meningkatkan kemungkinan harapan hidup pada wanita penderita kanker payudara. Dari hasil literatur jurnal rerata remaja putri hanya mengetahui apa itu SADARI tetapi hanya sesekali bahkan tidak pernah melakukan SADARI.

### **Referensi**

1. Cahyawati PN. Imunoterapi pada Kanker Payudara. WICAKSANA, J Lingkungan Pembang. 2018;2(1):52-5.
2. Nurhikmah W, Wakhid A, Rosalina R. Hubungan Mekanisme Koping Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Kanker Payudara. J Ilmu Keperawatan Jiwa. 2018;1(1):38.
3. Nonik Ayu Wantini. Efek Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Kanker Payudara Pada Wanita Di Dusun Terongan, Desa Kebonrejo, Kalibaru, Banyuwangi, Jawa Timur. J Med Respati. 2018;13 (2)(April):35-41.
4. Afriani B. Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dengan Perilaku Memeriksa Payudara Sendiri (Sadari) Di Smp Negeri 02 Oku Tahun 2018. Cendekia Med. 2018;3(2):80-5.
5. Alviariza A, Adiputra PAT. Gambaran tingkat pengetahuan tentang Periksa Payudara Sendiri (SADARI) pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana, Bali, Indonesia angkatan 2013-2015. Intisari Sains Medis. 2020;11(1):190-3.