

UPAYA DETEKSI DINI KANKER PAYUDARA DENGAN TEKNIK SADARI

*Fitria Lestari¹, Nurul Azmi Fauziah², Rizky Putri D³, Sarah Khumaira⁴

Akademi Kebidanan Prima Husada

Corresponding: syahfitri1215@gmail.com

Diterima: 20 Desember 2025 | Dipublikasikan: 31 Desember 2025

ABSTRAK

Kanker payudara merupakan jenis kanker yang paling sering dialami oleh wanita dan merupakan salah satu penyebab utama kematian akibat kanker di seluruh dunia. Penyakit ini berkembang dari jaringan epitel pada saluran atau lobulus payudara, ditandai dengan pertumbuhan sel abnormal yang tidak terkendali. Menurut laporan Globocan tahun 2020, Indonesia mencatat lebih dari 68 ribu kasus baru kanker payudara yang setara dengan 16,6% dari seluruh kasus kanker. WHO juga melaporkan bahwa secara global terdapat 2,3 juta kasus dengan angka kematian mencapai 685.000 jiwa. Salah satu metode deteksi dini yang mudah dilakukan adalah SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri). Pengabdian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas penyuluhan SADARI dalam meningkatkan pengetahuan wanita usia subur di Kelurahan Cemplang. Metode edukasi dilakukan melalui presentasi dan leaflet kepada 30 peserta. Penilaian pengetahuan dilakukan sebelum dan sesudah penyuluhan. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan dengan skor N-Gain rata-rata 0,86. Uji statistik juga membuktikan adanya perbedaan signifikan sebelum dan sesudah intervensi. Kesimpulannya, edukasi SADARI terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman deteksi dini kanker payudara.

Kata kunci: Kanker Payudara, SADARI, Wanita Usia Subur

ABSTRACT

Breast cancer is the most common type of cancer in women and is one of the leading causes of cancer deaths worldwide. The disease develops from epithelial tissue in the ducts or lobules of the breast, characterized by uncontrolled abnormal cell growth. According to the Globocan report in 2020, Indonesia recorded more than 68 thousand new cases of breast cancer which is equivalent to 16.6% of all cancer cases. WHO also reported that globally there were 2.3 million cases with a death rate of 685,000. One method of early detection that is easy to do is SADARI (Breast Self Examination). This study aims to evaluate the effectiveness of SADARI counselling in increasing the knowledge of women of childbearing age in Cemplang Village. The education method was conducted through presentations and leaflets to 30 participants. Knowledge assessment was conducted before and after counselling. Results showed a significant increase with an average N-Gain score of 0.86. Statistical tests also proved a significant difference before and after the intervention. In conclusion, SADARI education is proven effective in improving understanding of early detection of breast cancer.

Keywords: Breast Cancer, SADARI, Women of Childbearing Age

PENDAHULUAN

Kanker payudara merupakan penyakit keganasan yang menyerang jaringan payudara yang dapat berasal dari epitel duktus maupun lobulusnya (Rizka, 2022). Menurut World Health Organization (WHO) Tahun 2020, kanker payudara merupakan kanker yang paling umum diderita oleh perempuan. Kanker payudara saat ini merupakan salah satu jenis kanker yang paling banyak diderita oleh perempuan dengan prevalensi yang sangat tinggi diseluruh negara di dunia (Qhoiriyah, 2024). Sedangkan data Global Burden of Cancer Study (Globocan) dari WHO mencatat, total kasus

kanker di Indonesia pada 2020 mencapai 396.914 kasus dan total kematian sebesar 234.511 kasus. Kanker payudara memiliki jumlah kasus baru tertinggi di Indonesia sebesar 65.858 kasus atau 16,6% dari total 396.914 kasus kanker (Andera, 2025).

Sampai saat ini, kesadaran wanita-wanita di Indonesia terkait pencarian awal kanker payudara masih belum memadai, dan banyak wanita di Indonesia yang belum memahami metode deteksi dini kanker payudara. Akibatnya, angka insiden kanker payudara di negara ini terbilang tinggi (Siagian dkk, 2024). Terjadinya peningkatan kasus ini perlu adanya upaya peningkatan kesadaran masyarakat tentang kanker payudara (Saputra, 2024).

Pemerintah Indonesia telah menyusun berbagai program dalam upaya menurunkan prevalensi kanker payudara yaitu salah satu program tersebut adalah dengan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) (Walidah, 2025). Sadari merupakan salah satu tindakan yang paling sederhana dan mudah dilakukan oleh remaja putri untuk mendeteksi kanker payudara, dapat dilakukan secara mandiri tanpa biaya dalam melakukannya (Romdiyah, 2020).

Melakukan SADARI minimal sebulan sekali, yaitu pada 7-10 hari setelah menstruasi berakhir (Nurlaili, 2024). SADARI perlu mulai dilakukan sedini mungkin ketika memasuki usia dewasa. Setiap perempuan yang sudah melalui masa puber harus menyadari adanya perubahan pada payudara mereka. Cara deteksi yang murah, mudah, dan dapat dilakukan sendiri (Jaya, 2025).

Salah satu strategi yang dapat dilakukan adalah memberikan pendidikan kesehatan mengenai SADARI dengan metode demonstrasi. Metode ini menekankan pada praktik langsung, penggunaan bahasa sederhana, dan tahapan yang jelas sehingga memudahkan remaja dalam memahami serta menguasai keterampilan (Novianti dkk, 2025). Dalam konteks ini, tenaga kesehatan, khususnya bidan, memiliki peran penting sebagai agen perubahan dalam mendorong perilaku hidup sehat dan promotif. Penulisan makalah ini diharapkan dapat memperkuat pemahaman dan kesadaran mengenai pentingnya deteksi dini kanker payudara melalui metode SADARI, sekaligus menjadi wujud kontribusi dalam meningkatkan kualitas hidup perempuan Indonesia.

Masyarakat cenderung kurang tanggap terhadap SADARI karena menganggap hal tersebut kurang penting. Hal itu dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu kurangnya pengetahuan masyarakat tentang SADARI dan faktor lain yang dapat mempengaruhi sikap seseorang antara lain pengalaman pribadi, lingkungan, kebudayaan, media masa, lembaga pendidikan, lembaga agama, emosional, dan orang yang dianggap penting (Wahyuni dkk, 2025).

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat adalah metode kaji tindak dengan pendekatan program tindak partisipatif melalui kegiatan edukasi kesehatan. Kegiatan dilakukan pada tanggal 03 Februari 2023 di RW 01 Desa Tamansari Kabupaten Bogor. Sasaran kegiatan ini yaitu Remaja maupun PUS sebanyak 30 orang. Adapun tahap kegiatan terdiri dari:

1. Tahap Persiapan

Identifikasi masalah dengan melakukan *Focus Group Discussion* dengan Ketua RW, Kader, di RW 01 dan persiapan materi yang dibuat oleh narasumber.

2. Tahap Pelaksanaan

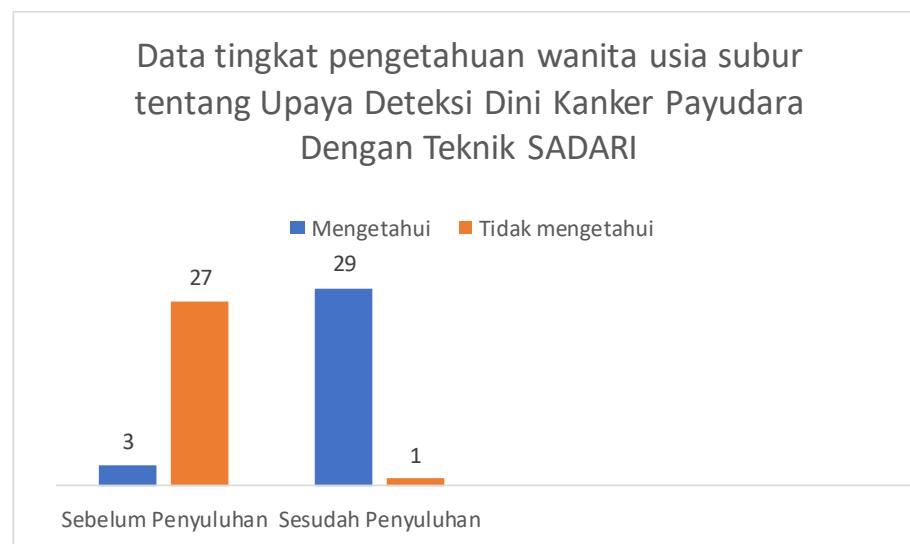
Penyampaian materi tentang Upaya Deteksi Dini Kanker Payudara Dengan Teknik SADARI. Materi disampaikan dengan metode ceramah, tanya jawab, diskusi, dan demonstrasi yang dilakukan melalui penyuluhan. Materi yang disampaikan terdiri dari pengertian, tujuan, macam-macam infeksi menular seksual, kategori, penyebab, dampak serta masalah mengenai infeksi menular seksual.

3. Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan dengan pretest dan posttest. Kuesioner menjadi metode evaluasi yang digunakan pada penyuluhan ini. Kuesioner berisi sejumlah pertanyaan pengetahuan WUS mengenai Deteksi Dini Kanker Payudara Dengan Teknik SADARI. Sebelum responden diberikan materi, responden mengisi kuesioner terlebih dahulu.

HASIL KEGIATAN

Dalam kegiatan promosi kesehatan yang dilaksanakan tanggal 19 Mei 2025 di posyandu kelurahan cemplang. Kegiatan berjalan sesuai dengan susunan acara yang telah dibuat, peserta berjumlah 30 orang wanita usia subur turut datang mengikuti acara hingga selesai. Hasil dari kegiatan promosi kesehatan yang bertemakan “Upaya Deteksi Dini Kanker Payudara Dengan Teknik SADARI”.



Gambar 1. Grafik hasil sebelum penyuluhan dan sesudah penyuluhan

Memperlihatkan masih ada wanita usia subur yang belum mengetahui tentang upaya deteksi dini kanker payudara dengan teknik SADARI sebelum diberikan penyuluhan, kami mengetahui hasil

tersebut dari adanya pengisian pertanyaan tentang upaya deteksi dini kanker payudara dengan teknik SADARI sebelum kami melakukan penyuluhan, yang dimana hanya 3 responden dari wanita usia subur yang mengetahui upaya deteksi dini kanker payudara dengan teknik SADARI dari 30 responden wanita usia subur, lalu setelah dilakukan penyuluhan tentang upaya deteksi dini kanker payudara dengan teknik SADARI, terdapat perubahan yang cukup signifikan, yaitu menjadi 29 responden wanita usia subur yang mengetahui upaya deteksi dini kanker payudara dengan teknik SADARI dan 1 responden wanita usia subur masih mengalami kesalahan dalam menjawab pertanyaan sesudah penyuluhan.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan wanita usia subur

Pengetahuan	Pretest		Posttest	
	N	(%)	N	(%)
Kurang	27	90,0	1	3,4
Baik	3	10,0	29	96,6
Total	30	100,0	30	100,0
PUS (n=30)				

Berdasarkan Tabel 1. dapat diketahui bahwa pengetahuan PUS sebelum diberikan penyuluhan adalah kurang sebanyak 90%. Sedangkan pengetahuan PUS setelah diberikan penyuluhan adalah mayoritas baik sebanyak 96,6.

Tabel 2. Skor Pretest dan Posttest (n=30)

Pengetahuan	Mean	Standar Deviasi
Pengetahuan Pretest	57,63	10.009
Pengetahuan Posttest	94,03	8.130

Berdasarkan Tabel 3. Berdasarkan uji analisis *sample paired test* yang diperoleh dapat dilihat rata-rata hasil pretest sebesar 57,63 menjadi 94,03 dengan jumlah kenaikan 36,4.

Tabel 3. Hasil Analisis Uji T Pengetahuan Wanita Usia Subur Tentang Upaya Deteksi Dini Kanker Payudara Dengan Teknik SADARI

Pengetahuan	Rata-Rata Selisih	Standar Deviasi	Nilai T	p Value
Pengetahuan <i>pretest</i>	-36.400	11.248	-17.725	0.000
Pengetahuan <i>posttest</i>				

Berdasarkan tabel 3. Diketahui hasil perhitungan uji statistik dengan uji T dengan P value = 0.000 ($P<0,005$), artinya yaitu ada hubungan edukasi kesehatan tentang upaya peningkatan pengetahuan deteksi dini kanker payudara dengan metode SADARI di RW 01 kelurahan Cemplang.



Gambar 2. Evaluasi Pengabdian

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Posyandu Kelurahan Cemplang, ditemukan bahwa masih banyak wanita usia subur yang belum memahami pentingnya upaya deteksi dini kanker payudara dengan teknik sadari. Hal ini sejalan dengan temuan awal pengabdi yang dilakukan di masyarakat sekitar dan tenaga kesehatan dari Posyandu kecamatan cemplang. Hasil pretest menunjukkan bahwa hanya 3 dari 30 responden yang menjawab benar pertanyaan tentang upaya deteksi dini kanker payudara dengan teknik sadari. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan wanita usia subur tentang kanker payudara dan deteksi dini dengan teknik sadari masih rendah. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Marfanti (2021) menunjukkan pengetahuan sangat berpengaruh untuk wanita usia subur siap ingin mendeteksi kanker payudara sedini mungkin. Berdasarkan penelitian oleh (Julaecha, 2021) mengatakan kurangnya pengetahuan wanita usia subur tentang deteksi dini kanker payudara juga terdapat dari kurangnya edukasi yang terarah yang menyebabkan wanita usia subur kurang memiliki pengetahuan tentang cara deteksi dini kanker payudara, dan berdasarkan penelitian oleh (Yanti, 2022) kurangnya informasi yang tepat untuk wanita usia subur tentang deteksi kanker

payudara dengan teknik sadari menyebabkan wanita usia subur hanya percaya perkataan orang lain yang terkadang tidak sesuai dengan teori dan juga penelitian.

Namun, hasil posttest menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan wanita usia subur tentang upaya deteksi dini kanker payudara dengan teknik sadari. Sebanyak 29 responden menjawab benar semua pertanyaan tentang upaya deteksi dini kanker payudara dengan teknik sadari setelah mengikuti penyuluhan promosi kesehatan. Ini membuktikan bahwa edukasi yang diberikan melalui promosi kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran wanita usia subur tentang pentingnya upaya deteksi dini kanker payudara dengan teknik sadari.

Ketidakpahaman terhadap metode pemeriksaan payudara sendiri dapat mengakibatkan kurangnya kesadaran mengenai risiko kanker payudara. Dampak dari kurangnya kesadaran ini adalah kurangnya pemahaman mengenai konsekuensi negatif yang dapat timbul akibat tidak mendekripsi dini kanker payudara (Dkk, 2024). Dalam melaksanakan penyuluhan dapat menggunakan berbagai macam media diantaranya media leaflet. Media leaflet bertujuan untuk mempermudah dalam mengingat kembali gerakan SADARI apabila responden sudah kembali dirumah (Fitriani dkk, 2024).

PENUTUP

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Posyandu Kelurahan Cemplang, ditemukan bahwa masih banyak wanita usia subur yang belum memahami pentingnya upaya deteksi dini kanker payudara dengan teknik sadari. Hal ini sejalan dengan temuan awal pengabdian yang dilakukan di masyarakat sekitar dan tenaga kesehatan dari Posyandu kecamatan cemplang. Hasil *pretest* menunjukkan bahwa hanya 3 dari 30 responden yang menjawab benar pertanyaan tentang upaya deteksi dini kanker payudara dengan teknik sadari. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan wanita usia subur tentang kanker payudara dan deteksi dini dengan teknik sadari masih rendah. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Marfianti, 2021) menunjukkan pengetahuan sangat berpengaruh untuk wanita usia subur siap ingin mendekripsi kanker payudara sedini mungkin. Berdasarkan penelitian oleh (Julaechha, 2021) mengatakan kurangnya pengetahuan wanita usia subur tentang deteksi dini kanker payudara juga terdapat dari kurangnya edukasi yang terarah yang menyebabkan wanita usia subur kurang memiliki pengetahuan tentang cara deteksi dini kanker payudara, dan berdasarkan penelitian oleh (Yanti, 2022) kurangnya informasi yang tepat untuk wanita usia subur tentang deteksi kanker payudara dengan teknik sadari menyebabkan wanita usia subur hanya percaya perkataan orang lain yang terkadang tidak sesuai dengan teori dan juga penelitian.

Namun, hasil *posttest* menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan wanita usia subur tentang upaya deteksi dini kanker payudara dengan teknik sadari. Sebanyak 29 responden menjawab benar semua pertanyaan tentang upaya deteksi dini kanker payudara dengan teknik sadari setelah mengikuti penyuluhan promosi kesehatan. Ini membuktikan bahwa edukasi yang diberikan

melalui promosi kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran wanita usia subur tentang pentingnya upaya detaksi dini kanker payudara dengan teknik sadari.

Ketidakpahaman terhadap metode pemeriksaan payudara sendiri dapat mengakibatkan kurangnya kesadaran mengenai risiko kanker payudara. Dampak dari kurangnya kesadaran ini adalah kurangnya pemahaman mengenai konsekuensi negatif yang dapat timbul akibat tidak mendeteksi dini kanker payudara (Dkk, 2024). Dalam melaksanakan penyuluhan dapat menggunakan berbagai macam media diantaranya media leaflet. Media leaflet bertujuan untuk mempermudah dalam mengingat kembali gerakan SADARI apabila responden sudah kembali dirumah (Fitriani dkk, 2024).

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Ketua RW, Kader, dan para wanita usia subur di Kelurahan Cempalang, yang secara bersama sama telah memberi dukungan membantu kita untuk melancarkan kegiatan promosi kesehatan ini, dengan materi Upaya Deteksi Dini Kanker Payudara Dengan Teknik SADARI.

DAFTAR REFERENSI

- Adi Rizka, D. (2022). Carcinoma Mammaria Sinistra T4bN2M1 Metastasi Pleura. AVERROUS: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Malikussaleh, 8 No 1. <https://doi.org/10.29103/averrous.v8i1.7006>
- Andre Utama Saputra, dkk. (2024). Pendidikan Kesehatan Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Remaja Putri. Soscius Jurnal Penelitian Ilmu Sosial, 1 No 12. <https://doi.org/10.5281/zenodo.12813124>
- Bisyarotul Walidah, dkk. (2025). Pengaruh Penyuluhan Dengan Media Audiovisual Terhadap Peningkatan Pengetahuan Sadari Pada Siswi MAN 1 Sleman Yogyakarta. Borneo Nursing Journal (BNJ), 7 No 2. <https://doi.org/10.61878/bnj.v7i2.116>
- Dkk, T. A. (2024). Pengetahuan dan Sikap Mahasiswa Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram Terhadap Sadari Sebagai Deteksi Dini Kanker Payudara. Cakrawala Medika:Jurnal of Health Sciencesa, 2 No 2. <https://doi.org/10.59981/ab1ghw71>
- Fitriani dkk. (2024). Pengaruh Penyuluhan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) dengan Media LeafletTerhadap Pengetahuan Remaja Putri. Jurnal Kesehatan Saemakers PERDANA. <https://doi.org/10.32524/jksp.v7i2.1249>
- Helmi Nurlaili, D. (2024). Pelatihan SADARI pada Remaja Perempuan sebagai Upaya Peningkatan Pemahaman Deteksi Dini Kanker Payudara. Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa, 2 No 9. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v2i9.1604>
- Herawati Jaya, D. (2025). Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Terhadap Perilaku Sadari Sebagai Deteksi Dini Kanker Payudara. Jurnal Keperawatan Merdeka, 5 No 2. <https://doi.org/10.36086/jkm.v5i2.3510>

Huriya Al Humaira Siagian dkk. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan Terhadap Perilaku Sadari Sebagai Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Mahasiswa Prodi Ilmu Komputer Angkatan 2021 Universitas X. Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan, 11 No 4. <https://www.ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/kesehatan/article/view/13557/pdf>

Julaecha, J. (2021). Pendidikan Kesehatan tentang Deteksi Dini Kanker Payudara melalui Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK), 3(2), 115. <https://doi.org/10.36565/jak.v3i2.162>

Marfianti, E. (2021). Peningkatan Pengetahuan Kanker Payudara dan Ketrampilan Periksa Payudara Sendiri (SADARI) untuk Deteksi Dini Kanker Payudara di Semutan Jatimulyo Dlingo. Jurnal Abdimas Madani Dan Lestari (JAMALI), 3(1), 25–31. <https://doi.org/10.20885/jamali.vol3.iss1.art4>

Neta Ayu Andera, D. (2025). Pemberian Pendidikan Kesehataan Tentang SADARI Pada WUS. Lentera Jurnal, 5 No 1. <https://doi.org/10.57267/lentera.v5i1.427>

Rahma Novianti dkk. (2025). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Metode Demonstrasi terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri tentang SADARI. Sehatmas (Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat), 4 No 4. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v4i4.6446>

Romdiyah. (2020). Hubungan Pengetahuan, Sikap, dengan Praktik Pemeriksaan Payudara Sendiri di SMA Takhasus Kalibeber. Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga, 9, 1–6. <https://doi.org/10.36409/jika.v9i2.253>

Siti Qhoiriyah, D. (2024). Peningkatan Pengetahuan Tentang Pencegahan Kanker Payudara Dengan Teknik Sadari. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu (ABDI KE UNGU)Universitas Aisyah Pringsewu, 6 No 1. <https://doi.org/10.30604/abdi.v6i1.1583>

Sri Wahyuni dkk. (2025). Pengaruh penyuluhan dengan media video terhadap pengetahuan SADARI pada remaja putri di Pondok Pesantren Al-Miftah Kulon ProgoYogyakarta. Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat, 3. <https://proceeding.unisayogya.ac.id/index.php/prosemnaslppm/article/view/1096/574>

Yanti, N. L. G. P. (2022). Cegah Kanker Payudara Sejak Remaja Dengan Menerapkan Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari). Jurnal Abdimas ITEKES Bali, 1(2), 125–136. <https://doi.org/10.37294/jai.v1i2.381>