



Edukasi Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) Sebagai Upaya Deteksi Dini Kanker Pada Masyarakat Gampong Reuleut Timu

Muhammad Farhan^[1], Cut Khairunnisa^[1*]

^[1] Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh, Aceh, Indonesia

* Corresponding Author: cut.khairunnisa@unimal.ac.id

Submitted: 15 Juli 2025

Revised: 25 Juli 2025

Published: 09 September 2025

Article Info

Citation: F. Muhammad dan K. Cut, *Edukasi Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) Sebagai Upaya Deteksi Dini Kanker Pada Masyarakat Gampong Reuleut Timu. Academica: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 3, no. 1 (2025): 469-475.*

Keywords:
SADARI; Deteksi dini;
Kanker payudara
(SADARI; Early detection; Breast cancer)

Abstrak:

Kasus kanker payudara di Indonesia meningkat setiap tahun dan banyak dialami oleh perempuan usia produktif. Rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai deteksi dini berkontribusi terhadap tingginya angka keterlambatan diagnosis dan meningkatnya risiko komplikasi. Kegiatan pengabdian ini bertujuan membangun kesadaran dan meningkatkan pemahaman perempuan mengenai pentingnya pemeriksaan payudara sendiri sebagai langkah awal mendeteksi kanker payudara lebih cepat. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui metode penyuluhan, demonstrasi, diskusi, kepada Masyarakat Gampong Reuleut Timu. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta terkait langkah pemeriksaan, waktu pelaksanaan, serta tanda-tanda kelainan pada payudara. Peserta mampu melakukan pemeriksaan secara mandiri dan menunjukkan peningkatan kesadaran untuk menjaga kesehatan payudara melalui deteksi dini. Kegiatan ini menyimpulkan bahwa edukasi terarah dan praktik langsung mampu meningkatkan kemampuan dan kepekaan perempuan terhadap kondisi tubuhnya, sehingga dapat menjadi upaya preventif untuk menurunkan risiko dan dampak kanker payudara di masa mendatang.

Abstract: *The incidence of breast cancer in Indonesia increases every year and is widely experienced by women of productive age. The low level of public knowledge regarding early detection contributes to the high rate of delayed diagnosis and an increased risk of complications. This community service activity aims to build awareness and improve women's understanding of the importance of breast self-examination as an initial step to detect breast cancer earlier. The activity was conducted through counseling, demonstrations, and discussions involving the community of Gampong Reuleut Timu. The results showed an increase in participants' knowledge regarding examination steps, appropriate timing, and signs of abnormalities in the breast. Participants were able to perform the examination independently and demonstrated increased awareness of maintaining breast health through early detection. This activity concludes that structured education and hands-on practice can enhance women's ability and sensitivity toward their bodily conditions, thus serving as a preventive effort to reduce the risks and impacts of breast cancer in the future.*

1. PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Kanker merupakan penyakit ganas yang muncul pada jaringan tubuh, ditandai oleh pertumbuhan sel-sel abnormal yang tidak terkendali dan tidak teratur. Di Indonesia, jenis kanker dengan prevalensi tertinggi pada Wanita Adalah kanker payudara dengan prevalensi 42,1 per 100.000 penduduk serta rata-rata kematian 17 per 100.000 penduduk.¹

Kanker payudara atau carcinoma mammae merupakan penyakit ganas yang muncul dari jaringan payudara, baik yang berasal dari epitel saluran (duktus) maupun kelenjar (lobulus). Penyakit ini terjadi ketika sel-sel payudara kehilangan kemampuan untuk mengatur pertumbuhan secara normal, sehingga berkembang dengan cepat dan tidak terkendali.²

Kanker payudara menjadi jenis kanker yang paling sering didiagnosis pada wanita, dengan angka lebih dari 1 dari 10 kasus baru kanker setiap tahunnya. Penyakit ini juga menempati urutan kedua sebagai penyebab kematian akibat kanker pada wanita di dunia. Umumnya, kanker payudara berkembang secara perlahan dan tidak menimbulkan gejala awal, sehingga sering kali baru terdeteksi melalui pemeriksaan rutin.

Pencegahan kanker payudara dilakukan melalui skrining, yaitu pemeriksaan untuk mendeteksi adanya kelainan yang dapat mengarah pada kanker payudara pada individu atau kelompok yang tidak memiliki keluhan. Tujuan utama skrining ini adalah menurunkan angka morbiditas dan mortalitas akibat kanker payudara serta meningkatkan efektivitas penanganan sejak dini.³

Salah satu bentuk pencegahan yang mudah dan dapat dilakukan secara mandiri adalah Periksa Payudara Sendiri (SADARI). Melalui SADARI, individu dapat mengenali perubahan atau kelainan pada payudaranya lebih awal. Deteksi dini ini berperan penting dalam mempercepat diagnosis, meningkatkan keberhasilan pengobatan, menurunkan risiko kekambuhan dan angka kematian, serta memperbaiki kualitas hidup.⁴

1.2. Permasalahan Mitra

Kasus kanker payudara menunjukkan peningkatan yang signifikan di berbagai wilayah Indonesia, termasuk di Provinsi Aceh. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018–2020), dari 26.550 wanita berusia 30–50 tahun yang memiliki benjolan tidak normal pada payudara, sebanyak 4.685 orang (17,64%) diduga menderita kanker payudara. Di Provinsi Aceh sendiri, dari 1.285 wanita dengan keluhan serupa, sebanyak 659 orang (54,1%) dicurigai mengidap kanker payudara berdasarkan pemeriksaan

¹ Agustin T. Potential of Active Metabolites in Cruciferous Vegetables to Inhibit Cancer Cell Growth. *J Prof Nurs Res.* 2020;1(November):89–94

² Rizka A, Akbar MK, Putri NA. Carcinoma Mammae Sinistra T4bN2M1 Metastasis Pleura. *J Kedokt dan Kesehat Malikussaleh.* 2022;110(27):788–90

³ Bulqis Khaerunnisa A, Shofiyah Latief K, Syahruddin FI, Royani I, Juhamran RP. Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap terhadap Deteksi Dini Kanker Payudara pada Pegawai Rumah Sakit Ibnu Sina Makassar. *Fakumi Med J* [2023;3(9):685–94

⁴ Menteri Kesehatan republik Indonesia. Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Kanker Payudara. 2018;1–111

lanjutan.⁵ Kondisi ini menunjukkan pentingnya peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat, terutama wanita usia produktif, mengenai deteksi dini melalui pemeriksaan SADARI. Untuk menanggapi fenomena tersebut, tim pelaksana pengabdian melakukan kegiatan edukasi sejak dini guna membangun kesadaran dan kepedulian terhadap pentingnya pelaksanaan SADARI secara rutin serta penerapan gaya hidup sehat. Diharapkan melalui kegiatan ini, masyarakat dapat lebih memahami risiko kanker payudara dan berperan aktif dalam upaya pencegahan, sehingga tercipta generasi yang lebih sehat dan sadar akan pentingnya deteksi dini kanker payudara di masa mendatang.

2. METODE

2.1 Lokasi dan Waktu Kegiatan

Kegiatan pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilakukan di Meunasah Reulet Timu Kabupaten Aceh Utara pada hari kamis tanggal 23 Oktober 2025. Dalam hal ini pelaksana bekerjasama dengan Ibnu Sina Emergency Team (ISET) Universitas Malikussaleh. Peserta adalah perempuan berumur 20 sampai 58 tahun berjumlah 25 orang.

2.2 Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahap sebagai berikut:

a. Preparation

Pada tahap persiapan (preparation), dilakukan kegiatan penyusunan materi dan slide presentasi penyuluhan serta penyiapan seluruh prasarana pendukung kegiatan. Selain itu, tim pelaksana juga menyiapkan media edukasi interaktif berupa simulasi dengan menggunakan gambar organ tubuh manusia.

b. Execution

Pada tahap execution peserta diberikan edukasi tentang SADARI. Distribusi waktu pelaksanaan tercantum pada tabel 1.

Tabel 1. Plan of Action (POA)

No	Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Peserta
1.	5 menit	Pembukaan 1. Perkenalan 2. Menjelaskan tujuan sosialisasi	- Mengikuti kegiatan - Memperhatikan
2.	20 menit	Pelaksanaan: 1. Pemaparan materi secara rinci 2. Demonstrasi mengenai pemeriksaan SADARI	- Mendengarkan dengan seksama - Memperhatikan
3.	25 menit	Evaluasi: 1. Simulasi 2. Tanya jawab	- Mengikuti simulasi - Menjawab pertanyaan
4.	5 menit	Penutup	

⁵ Yus TM, Novirianthy R, Zakaria I, Machillah N, Dwi Susanti N, Zulkarnain Z, et al. Deteksi Dini Tumor Payudara Dengan Sadari Dan Penapisan Dengan Ultrasonografi Di Kota Banda Aceh. *J Penelit dan Pengabdi Kpd Masy UNSIQ*. 2025;12(1):35-43

c. Evaluation

Kegiatan monitoring dan evaluasi dilakukan dengan menggunakan metode simulasi. Peserta penyuluhan diberikan penjelasan mengenai langkah-langkah SADARI oleh tim pelaksana. Setelah itu, pemateri memperagakan gerakan-gerakan SADARI di depan peserta, seperti cara mengamati perubahan pada payudara dan teknik yang benar

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tingginya angka kejadian kanker payudara di Indonesia menjadi permasalahan kesehatan yang memerlukan perhatian serius. Berdasarkan data Global Cancer Observatory (GLOBOCAN) tahun 2022, terdapat sekitar 2.000.000 kasus baru kanker payudara dengan angka kematian mencapai sekitar 1.800.000 jiwa.⁶

Untuk menurunkan angka mortalitas dari kanker payudara, tim pelaksana pengabdian memberikan beberapa topik edukasi yang diberikan saat sesi penyuluhan. Topik tersebut seperti tertera pada tabel dibawah ini:

Tabel 2. Topik Edukasi

No	Topik Edukasi	Sub topik
1.	SADARI	<ul style="list-style-type: none">• Pengertian dan tujuan pemeriksaan payudara sendiri• Waktu dan cara melakukan SADARI yang tepat• Tanda-tanda kelainan pada payudara yang perlu diwaspadai

Topik edukasi ini dipilih karena masih banyak di antara peserta yang belum memahami pentingnya pemeriksaan payudara sendiri SADARI sebagai langkah deteksi dini terhadap kanker payudara. Selama kegiatan berlangsung, tim pelaksana menemukan bahwa sebagian besar peserta belum mengetahui tujuan dan manfaat SADARI, serta belum memahami waktu dan cara pelaksanaannya yang tepat. Selain itu, masih banyak peserta yang tidak mengetahui tanda-tanda kelainan pada payudara yang perlu diwaspadai, seperti adanya benjolan, perubahan bentuk, atau keluarnya cairan dari puting. Hal tersebut diketahui dari pertanyaan yang diajukan oleh pemateri selama sesi diskusi, yang menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan peserta mengenai SADARI masih perlu ditingkatkan melalui kegiatan edukasi berkelanjutan

Gambar 1. Penyampaian Materi

⁶ Ferlay J E. Global Cancer Observatory: Cancer Today. WHO reports. 2022;2022:2024–5



Sumber: Dokumentasi Kegiatan, 2025

Edukasi mengenai pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) yang diberikan kepada peserta diharapkan dapat menumbuhkan kesadaran diri akan pentingnya menjaga kesehatan payudara melalui deteksi dini kanker. Melalui kegiatan ini, peserta diharapkan memiliki pemahaman dan kepedulian terhadap tubuh sendiri, serta mampu melakukan pemeriksaan payudara secara mandiri dan rutin. Kesadaran diri menjadi landasan penting dalam upaya pencegahan penyakit, karena dengan memahami kondisi tubuh sendiri, setiap individu dapat lebih cepat mengenali adanya perubahan atau kelainan yang terjadi dan segera melakukan pemeriksaan ke tenaga kesehatan. Dengan demikian, edukasi SADARI diharapkan menjadi langkah awal dalam membangun kesadaran dan perilaku hidup sehat pada perempuan

Gambar 2. Penyampaian Materi



Sumber: Dokumentasi Kegiatan, 2025

Deteksi dini kanker payudara terbukti sangat efektif dalam meningkatkan peluang kesembuhan dan menurunkan risiko komplikasi. Studi oleh Priyansh et al.(2025) dalam jurnal *frontiers* menunjukkan bahwa pasien yang terdiagnosis pada stadium awal memiliki survival rate 5 tahun sebesar 85,2% dan 10 tahun sebesar 79,0%, bila terdapat program deteksi dan penanganan sejak dini secara komprehensif.⁷

Gambar 3. Foto Bersama Peserta

⁷ Tailor P, Bhandarkar P, Gadgil A, Roy N. Ten-year survival in early-stage breast cancer patients in a comprehensive breast cancer care program in India



Sumber: Dokumentasi Kegiatan, 2025

4. KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Kegiatan pengabdian ini memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan perempuan mengenai pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) sebagai langkah deteksi dini kanker payudara. Setelah diberikan edukasi, peserta menunjukkan pemahaman yang lebih baik mengenai teknik pelaksanaan SADARI, tanda-tanda kelainan pada payudara, serta pentingnya deteksi sejak awal untuk meningkatkan keberhasilan penanganan. Edukasi ini juga mendorong terbentuknya kesadaran diri agar perempuan secara rutin memeriksa payudaranya sehingga perubahan atau kelainan dapat segera diketahui dan ditindaklanjuti melalui pemeriksaan kesehatan lanjutan. Sebagai bentuk rekomendasi, kegiatan edukasi terkait deteksi dini kanker payudara, termasuk SADARI, sebaiknya dilaksanakan secara rutin dan dimulai sejak masa usia produktif. Pelaksanaan yang berkesinambungan diharapkan mampu memberikan manfaat jangka panjang berupa meningkatnya kesadaran masyarakat, perubahan perilaku dalam upaya menjaga kesehatan payudara, serta penurunan insiden dan angka kematian akibat kanker payudara pada tahun-tahun mendatang.

ACKNOWLEDGMENTS

Tim Pengabdian Pada Masyarakat mengucapkan terima kasih kepada Ibnu Sina Emergency Team (ISET) Universitas Malikussaleh dan masyarakat meunasah Reuleut Timu yang telah mendukung dan memfasilitasi terlaksananya kegiatan edukasi ini sehingga dapat melaksanakan sebagian dari Tridarma Perguruan Tinggi dengan baik dan professional.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, Tesya. 2020. "Potential of Active Metabolites in Cruciferous Vegetables to Inhibit Cancer Cell Growth." *Journal of Professional Nursing Research* 1 (November): 89–94.
- Bulqis Khaerunnisa, Andi, K Shofiyah Latief, Febie Irsandy Syahruddin, Ida Royani, and Renny Purnamasari Juhamran. 2023. "Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Pegawai Rumah Sakit Ibnu Sina Makassar." *Fakumi Medical Journal* 3 (9): 685–94. <https://fmj.fk.umi.ac.id/index.php/fmj>.
- Ferlay J, Ervik. 2022. "Global Cancer Observatory: Cancer Today." WHO Reports 2022: 2024–25. <https://doi.org/10.1002/ijc.33588>.
- Menteri Kesehatan republik Indonesia. 2018. "Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Kanker Payudara," 1–111.
- Rizka, Adi, Muhammad Khalilul Akbar, and Narisha Amelia Putri. 2022. "Carcinoma Mammaria Sinistra T4bN2M1 Metastasis Pleura." *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Malikussaleh* 110 (27): 788–90.
- Tailor, Parth, Prashant Bhandarkar, Anita Gadgil, and Nobhojit Roy. n.d. "Ten-Year Survival in Early-Stage Breast Cancer Patients in a Comprehensive Breast Cancer Care Program in India."
- Yus, Teuku Muhammad, Rima Novirianthy, Iskandar Zakaria, Nurul Machillah, Nurhayani Dwi Susanti, Zulkarnain Zulkarnain, and Rachmad Suhanda. 2025. "Deteksi Dini Tumor Payudara Dengan Sadari Dan Penapisan Dengan Ultrasonografi Di Kota Banda Aceh." *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat UNSIQ* 12 (1): 35–43.