

## PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG SADARI DI SMA AL HIKMAH MAYONG JEPARA

Devi Rosita<sup>1</sup>, Resty Prima Kartika<sup>2</sup>  
<sup>1,2</sup> Universitas Al Hikmah Jepara, Indonesia  
Penulis Korespondensi : [devirosita2508@gmail.com](mailto:devirosita2508@gmail.com)

### ABSTRAK

Kanker payudara merupakan salah satu penyakit dengan angka kejadian tertinggi pada perempuan di dunia dan menunjukkan tren peningkatan, termasuk pada kelompok remaja. Deteksi dini melalui Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) menjadi langkah preventif yang sederhana, murah, dan efektif untuk menemukan kelainan sejak tahap awal. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswi SMA mengenai SADARI melalui pendidikan kesehatan. Kegiatan dilaksanakan satu kali dalam tahun ajaran 2025–2026 di SMA Al Hikmah Mayong Jepara dengan melibatkan 32 siswi. Metode yang digunakan meliputi pre-test untuk mengukur pengetahuan awal, pemberian materi pendidikan kesehatan tentang SADARI, serta post-test untuk mengevaluasi perubahan pengetahuan. Hasil menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan siswi, dimana kategori pengetahuan baik meningkat dari 11 menjadi 23 siswi, sedangkan kategori pengetahuan kurang menurun dari 12 menjadi 2 siswi setelah intervensi. Temuan ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja putri tentang deteksi dini kanker payudara melalui SADARI. Program edukasi yang berkelanjutan sangat direkomendasikan sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif kesehatan reproduksi remaja.

**Kata kunci:** pendidikan kesehatan, SADARI, kanker payudara, deteksi dini, remaja

### ABSTRACT

Breast cancer remains one of the most prevalent diseases among women worldwide and continues to show an increasing trend, including among adolescents. Early detection through Breast Self-Examination (BSE) is a simple, low-cost, and effective preventive method to identify abnormalities at an early stage. This community service program aimed to improve high school female students' knowledge regarding BSE through health education. The activity was conducted once during the 2025–2026 academic year at SMA Al Hikmah Mayong Jepara and involved 32 female students. The method consisted of a pre-test to assess baseline knowledge, followed by a health education session on BSE, and a post-test to evaluate knowledge improvement. The findings demonstrated a significant increase in knowledge levels, with the number of students categorized as having good knowledge rising from 11 to 23, while those with poor knowledge decreased from 12 to 2 after the intervention. These results indicate that health education is effective in enhancing adolescents' understanding of early breast cancer detection through BSE. Continuous educational programs are strongly recommended to strengthen promotive and preventive reproductive health efforts among adolescents.

**Keywords:** health education, breast self-examination, breast cancer, early detection, adolescent girls

### PENDAHULUAN

Menurut World Health Organization, pada tahun 2020 ada 2,3 juta wanita yang akan terdiagnosa terkena penyakit kanker payudara dan 685.000 kematian secara global. Sampai dengan akhir pada tahun 2020, ada 7,8 juta wanita yang hidup dan terdiagnosa menderita penyakit

kanker payudara dalam kurun waktu lima tahun terakhir. Angka dan kejadian tersebut lah yang membuat kanker payudara merupakan kanker yang paling umum diderita di dunia.

Gejala khas dari kanker payudara meliputi munculnya benjolan, nyeri lokal, perubahan pada kulit seperti lesung atau iritasi, keluarnya cairan dari puting, serta kemerahan dan pembengkakan pada sebagian atau seluruh area payudara (Kharaba et al. 2021). Penyakit ini dapat menyerang usia muda, bahkan dilaporkan bahwa remaja berusia 14 tahun dapat menunjukkan gejala awal kanker payudara. Tanpa deteksi dini, sel-sel ganas bisa berkembang menjadi tumor yang berbahaya. Saat ini angka kejadian kanker payudara menunjukkan tren peningkatan terutama di kalangan remaja (Metasari and Nurliana 2023).

Untuk melakukan pencegahan pada terjadinya peningkatan kejadian kanker payudara maka harus dilakukan pemeriksaan payudara sendiri dan melaksanakan gaya hidup dalam kehidupan sehari - hari yang sehat (Sitinjak et al., 2019). Pemeriksaan payudara sendiri ini dilakukan untuk mengetahui stadium awal, sehingga dapat dilakukan pengobatan dini (Darmawati et al., 2022).

Berdasarkan hasil penelitian dari Muchtaridi dkk Tahun 2021 didapatkan hasil bahwa pemberian materi promosi preventif dapat memberikan dampak besar terhadap ibu-ibu baik mengenai gejala, pemeriksaan, pencegahan, bahkan pengobatan. Terdapat pengaruh pendidikan kesehatan tentang pemeriksaan SADARI terhadap pengetahuan dan sikap pada remaja putri. Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) secara berkala dapat menjadi aktivitas yang penting untuk mencegah secara dini kanker payudara sehingga kanker payudara cenderung berhasil diobati (Birnbbaum, Duggan, Anderson, & Etzioni, 2018; Wang, 2017). Titik paling kritis untuk penegakkan diagnosis adalah mengidentifikasi sel-sel kanker tahap awal (Wang, 2017). Meskipun memang tidak ada tes tunggal (hanya satu tes) yang dapat mendeteksi semua kanker payudara sejak awal. Perlu diyakinkan bahwa melakukan pemeriksaan payudara sendiri dalam kombinasi dengan metode skrining lainnya dapat meningkatkan kemungkinan deteksi dini.

Upaya yang dapat dilakukan sebagai metode deteksi dini kasus kanker payudara dapat dilakukan melalui pemeriksaan payudara sendiri (SADARI), pemeriksaan payudara klinis (SADANIS), mammografi, USG, dan MRI (Karnawati & Suariyani, 2022).

Setelah melakukan studi pendahuluan di SMA AL HIKMAH MAYONG pada tanggal 12 Januari 2026 didapatkan data 5 orang dengan pengetahuan yang baik tentang SADARI dan sikap yang mengerti cara melakukan SADARI kemudian 2 orang dengan pengetahuan kurang baik tentang SADARI,

## **METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan dilaksanakan 1 x selama satu tahun ajaran tahun 2025 - 2026 dan bertempat di kelas SMA AL HIKMAH Mayong Jepara yang di hadiri 32 siswi pelaksanaan diawali dengan persiapan administrasi, sosialisasi: tujuan, manfaat, kemudian dilaksanakan pre test terkait dengan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI), setelahnya dilakukan pendidikan kesehatan tentang SADARI dilanjutkan dengan post test

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian pada Masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan dan pelaksanaan, dengan hasil :

Tabel 1. Hasil Pre Test dan Post Tes Pengetahuan Siswi SMA tentang SADARI

| Pengetahuan Sadari | Pre Test | Post Test |
|--------------------|----------|-----------|
| Pengetahuan kurang | 12       | 2         |
| Pengetahuan Cukup  | 7        | 5         |
| Pengetahuan Baik   | 11       | 23        |
| Total              | 31       | 31        |

Berdasarkan Tabel 1 terdapat peningkatan pengetahuan siswi tentang SADARI, siswi yang masih memiliki pengetahuan kurang dan cukup dilakukan evaluasi kembali dan diberikan pemahaman Kembali terkait dengan SADARI, siswi yang memiliki pengetahuan baik tentang SADARI sebelumnya telah mendapatkan informasi dari keluarga dan media social/internet.

## KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan  
Terdapat peningkatan pengetahuan siswi tentang SADARI
2. Saran  
Untuk [engabdian selanjutnya diharapkan mampu melakukan Pendidikan Kesehatan tentang tumor pada payudara

#### DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Panduan Penatalaksanaan Kanker Payudara (Breast Cancer Treatment Guideline). J Kesehat Masy. 2019;4(4):1-50.  
<http://kanker.kemkes.go.id/guidelines/PPKPayudara.pdf>
- Kementerian Kesehatan RI. Program Nasional Gerakan Pencegahan dan Deteksi Dini Kanker Leher Rahim dan Kanker Payudara.
- Kementerian Kesehatan RI.2015;(April):1-47.Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Laporan Riset Penyakit Tidak Menular 2016.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2016.  
<https://labmandat.litbang.kemkes.go.id/ccount/click.php?id=15>Kesehatan JA.  
Pendidikan Kesehatan tentang Deteksi Dini Kanker Payudara melalui Pemeriksaan Payudara Sendiri ( Sadari ). 2021;3(2):115-119
- Muchtaridi dkk. 2021.Promosi Preventif SADARI) di Desa Sayang Sebagai Upaya Pencegahan Kanker Payudara. Kumawula : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat. Volume 4, No.1 April 2021. Hal 79 –86. DOI: <https://doi.org/10.24198/kumawula.v4i1.31966>.ISSN: 2620-844X di <http://jurnal.unpad.ac.id/kumawula/index>.Trisnadewi. 2014. Faktor Risiko Kanker Payudara Pada Wanita.Jakarta :PT. Medika.Wang, L. (2017). Early Diagnosis of BreastCancer. Sensors (Basel, Switzerland),17(7), 1572

