

Pengaruh Edukasi Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) Melalui Media *Leaflet* terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri

Shalma Putri Adrisyahrani^{1*}, Sugita², Asti Andriyani³, Triwik Sri Mulati⁴

^{1,2,3,4}Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Surakarta

*Email: shalma-putri@gmail.com

Abstract

Background: Early detection of breast cancer can be carried out through Breast Self-Examination (BSE), which helps identify any lumps or abnormalities in the breast. However, a lack of awareness about BSE among adolescents affects their ability to perform it correctly. Educating young women about BSE through leaflet media can significantly enhance their knowledge and attitudes toward it. This activity aims to provide SADARI education based on leaflets to young women in Polonharjo Village and to monitor changes in knowledge and attitudes through pre- and post-session assessments. **Methods** The SADARI education programme based on leaflets (± 20 minutes) was given to 75 adolescent girls, with measurements of knowledge (structured questionnaire) and attitude (Likert scale) before and after the session. Data were summarised descriptively and analysed in pairs. **Results:** The results revealed a significant increase in the average knowledge score, which rose from 13.92 to 21.53 after the intervention. Similarly, the average attitude score increased from 43.61 to 62.63. The test indicated a significant improvement in knowledge post-intervention. **Conclusion:** Providing education about Breast Self-Examination (BSE) through leaflet media effectively enhances the knowledge and attitudes of young women in X Village regarding breast health.

Keywords: attitude, breast self- examination, knowledge, leaflet medial

1. PENDAHULUAN

Kejadian kanker di seluruh dunia meningkat menjadi 19,2 juta kasus dengan tingkat kematian mencapai 9,9 juta. Kanker payudara menjadi jenis kanker yang paling banyak dijumpai di dunia, dengan sekitar 2,3 juta kasus baru dan 680 ribu kematian. Di Indonesia, kanker payudara juga menduduki posisi tertinggi dalam jumlah kasus, dengan 68.858 kasus baru (16,6%) dan angka kematian mencapai 22 ribu jiwa. Angka kejadian kanker payudara pada perempuan tercatat sebesar 1,4 per 1000 penduduk, yang kemudian meningkat menjadi 1,79 per 1000 penduduk pada tahun 2018. Berdasarkan hasil pemeriksaan pada tahun 2020 terhadap 118 orang, ditemukan 4 orang (3,4%) yang positif, sementara pada pemeriksaan benjolan payudara dari 118 orang tersebut, 41 orang (34,7%) dinyatakan positif (Risksdas, 2020). Peningkatan jumlah kasus ini menunjukkan perlunya upaya lebih dalam meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai kanker payudara (Kementerian Kesehatan RI, 2022).

Salah satu cara untuk mencegah terjadinya kanker payudara pada perempuan adalah dengan melakukan SADARI secara rutin. SADARI merupakan metode deteksi dini untuk memeriksa adanya benjolan pada payudara. SADARI adalah singkatan dari Pemeriksaan Payudara Sendiri, yang merujuk pada proses pemeriksaan secara mandiri terhadap kondisi payudara. Pemeriksaan ini berasal dari kata dasar "periksa," yang berarti suatu proses atau metode teknis dalam menyelidiki atau memeriksa keadaan kelenjar susu atau payudara (Karya Kesehatan et al., 2020).

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, untuk melakukan proses kesehatan dan informasi reproduksi. Informasi kesehatan reproduksi tidak hanya berfungsi melindungi tetapi juga menjamin kesehatan,

mengenali fungsi reproduksi dan mengenali risiko penyakit yang terjadi pada organ reproduksi. Penting untuk melakukan pemeriksaan payudara sendiri sejak usia remaja, karena pada masa ini terjadi perubahan bentuk pada payudara dan risiko kanker payudara cenderung meningkat seiring bertambahnya usia (Huang et al., 2024).

Pada saat ini banyak remaja putri yang sering mengabaikan kesehatannya. Kurangnya pengetahuan remaja putri tentang SADARI menyebabkan mereka tidak terbiasa melakukan SADARI secara rutin, yang mana menyebabkan pencegahan dan deteksi dini kanker payudara menjadi lebih sulit. Oleh karena itu, sangat penting untuk memberikan edukasi mengenai SADARI kepada remaja putri guna mendorong mereka agar lebih peduli terhadap kesehatan tubuh, khususnya payudara, dan membentuk perilaku yang lebih positif dalam menjaga kesehatan (Damayanti et al., 2024).

Hal ini sejalan dengan temuan dalam penelitian tentang pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media *booklet* terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku deteksi dini kanker payudara. Penelitian tersebut menunjukkan hasil yang mengindikasikan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian pendidikan kesehatan dan perubahan pengetahuan serta sikap remaja mengenai deteksi dini kanker payudara (El Fttah Ali & Hussein, 2018a).

Studi awal yang dilakukan di Desa Poloharjo berupa survei singkat mengenai SADARI, didapatkan hasil sebanyak 5 remaja putri tidak mengetahui SADARI dan bagaimana melakukannya, 2 remaja putri mengetahui SADARI tetapi tidak mengetahui bagaimana cara melakukannya, 1 remaja putri mengetahui SADARI dan cara melakukannya. Uraian fenomena tersebut mendasari untuk dilakukan pengabdian masyarakat dengan edukasi SADARI menggunakan media leaflet pada Remaja Putri di Desa Poloharjo.

2. TINJAUAN PUSTAKA

SADARI adalah salah satu cara atau langkah awal untuk mengetahui ada tidaknya kelainan yang terjadi pada payudara. SADARI adalah cara termudah untuk skrining dini sehingga apabila didapatkan orang atau kelompok yang terdeteksi memiliki kelainan/abnormalitas yang mungkin kanker payudara selanjutnya memerlukan diagnosa dan hasil pengobatan menjadi efektif, dengan demikian akan menurunkan kemungkinan kekambuhan, serta menurunkan mortalitas dan memperbaiki kualitas hidup. Manfaat SADARI dapat membiasakan diri wanita untuk mengenali bentuk dan sifat payudara yang normal (El Fttah Ali & Hussein, 2018a; Huang et al., 2024).

SADARI dapat dilakukan sendiri saat mandi maupun sebelum tidur. Dengan memeriksa saat mandi, maka tangan akan mudah bergerak jika kulit dalam keadaan yang basah. Pelaksanaan SADARI dilakukan dengan urutan posisi pemeriksaan berdiri duduk-berbaring. Waktu dilakukan SADARI antara 7-10 hari setelah hari pertama menstruasi atau setelah menstruasi. SADARI dapat dilakukan secara rutin 1 bulan sekali, dan dapat didukung pemeriksaannya oleh tenaga kesehatan minimal setiap 1 tahun untuk usia 20-40 tahun dan dilakukan setiap 6 bulan sekali untuk usia diatas 40 tahun (El Fttah Ali & Hussein, 2018a).

Pengetahuan (knowledge) adalah hasil tahu seseorang terhadap objek melalui pancaindra yang dimilikinya untuk menghasilkan pengetahuan yang diperoleh melalui penglihatan dan pendengaran. Pengetahuan memungkinkan seseorang untuk memecahkan masalah yang dihadapinya berdasarkan pengalaman yang berulang-ulang tanpa pemahaman mengenai sebab-akibat (kausalitas) yang hakiki dan universal. Penelitian menjelaskan bahwa sikap adalah kemauan atau kesiapan seseorang untuk

bertindak atau bereaksi terhadap suatu rangsangan positif atau negatif dari objek rangsangan. Sikap digunakan sebagai prediktor perilaku. Hal ini adalah reaksi seseorang ketika dirangsang oleh lingkungannya. Sikap merupakan respon emosional terhadap rangsangan tersebut. *Leaflet* adalah selebaran kertas cetak yang berlipat 2-3 halaman. *Leaflet* merupakan media penyampai informasi dan himbauan. Penggunaan gambar, warna, layout, dan informasi yang disampaikan merupakan hal-hal yang perlu diperhatikan dalam *leaflet*. *Leaflet* juga merupakan suatu informasi yang dapat berpengaruh terhadap pengetahuan dan sikap seseorang (Rahayu et al., 2023).

3. DESAIN PENELITIAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini sasarannya adalah seluruh remaja putri di Desa Poloharjo, Sobayan, Pedan yang berusia 10-19 tahun dan yang mengikuti kegiatan ini sebanyak 75 remaja putri. Mereka yang bersedia untuk mengikuti kegiatan edukasi Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) melalui media *leaflet* diminta untuk mengisi form persetujuan. Kegiatan Pengabmas ini dilaksanakan pada bulan September 2025.

Pelaksanaan intervensi diawali dengan pemberian kuesioner melalui *Google Form* untuk menilai pengetahuan dan sikap remaja putri tentang SADARI sebagai pre-test selama ± 15 menit, dilanjutkan sesi edukasi menggunakan media *leaflet* selama ± 30 menit yang menyampaikan konsep, langkah, dan frekuensi SADARI secara ringkas, serta diakhiri dengan pengisian kuesioner kembali (post-test) selama ± 15 menit guna mengevaluasi perubahan pemahaman dan sikap setelah menerima edukasi.

Instrumen atau alat ukur untuk mengukur pengetahuan dan sikap remaja putri adalah dengan menggunakan kuesioner yang berisi pertanyaan tentang pengetahuan dan sikap remaja putri, jumlah pertanyaan yang disajikan kepada peserta terdapat 25 pertanyaan untuk mengetahui pengetahuan peserta dan 15 pertanyaan untuk mengetahui sikap peserta. Kuesioner diberikan kepada peserta sebelum dan sesudah diberi edukasi sadari melalui media *leaflet*. Untuk penilaian pengetahuan dan sikap remaja putri akan diunggah melalui aplikasi WhatsApp dan dapat diakses oleh peserta berupa link *Google Form* yang berisi kuesioner.

Peserta juga diberikan *leaflet* yang berisi tentang tahapan dan tatacara Sadari. *Leaflet* tersebut dapat dijadikan pegangan serta panduan dalam mengaplikasikan teknik Sadari pada remaja putri. Praktik Sadari dilakukan langkah demi langkah sesuai dengan yang tertulis di *leaflet* dan yang sudah dipraktekkan oleh tim pengabmas. Sadari efektif untuk dilakukan pada saat saat mandi maupun sebelum tidur. Redemonstrasi dilakukan secara bergantian dengan menerapkan semua langkah-langkah tahapan. Indikator keberhasilan adalah ketika remaja putri memiliki pengetahuan dan sikap yang baik terhadap Sadari serta mampu melakukan Sadari dalam kehidupan sehari-hari.

4. HASIL PENELITIAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di wilayah kerja Desa Poloharjo, Klaten. Karakteristik remaja putri yang menjadi peserta kegiatan pengabmas ini adalah bahwa sebagian besar berumur 13-16 tahun sebanyak 36 orang (48,0%). Pendidikan responden paling banyak diketahui yaitu pendidikan menengah (SD, SMP), sebanyak 42 orang (56,0%). Pengalaman responden diketahui sebagian besar tidak memiliki pengalaman melakukan SADARI sebanyak 70 orang (93,3%). Media Informasi sebagian besar tidak pernah mendapatkan edukasi SADARI sebanyak 70 orang (93,3%).

Tim pengabmas melakukan evaluasi tentang pengetahuan remaja putri terhadap pemeriksaan payudara sendiri dengan cara melakukan pengukuran pre dan post tentang SADARI menggunakan kuesioner. Pre-test didapatkan hasil rata-rata berada pada kategori cukup sebanyak 41 orang (54,7%). Setelah diberikan edukasi dengan menggunakan media *leaflet* dan kemudian diukur lagi terkait pengetahuan dan sikap remaja putri maka diperoleh hasil sebanyak 63 orang (84,0%) meningkat menjadi kategori baik. Sedangkan untuk sikap juga mengalami perubahan yang pada pretest sebanyak 52 responden (69,3%) memiliki sikap negatif. Setelah diberikan edukasi maka sikap remaja putri menjadi kategori positif sebanyak 59 responden (78,7%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan dan Sikap Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi SADARI

Distribusi	Pre Test		Post Test		<i>p-value</i>
	n	(%)	n	(%)	
Pengetahuan					
Baik	6	8,0	63	84,0	0,001*
Cukup	41	54,7	12	16,0	
Kurang	28	37,3	0	0	
Sikap					
Positif	23	30,7	59	78,7	0,001**
Negatif	52	69,3	16	21,3	
Total	75	100	75	100	

Catatan: * Uji Wilcoxon; **Uji Chi Square

Tabel 1. diketahui bahwa setelah pemberian edukasi sebagian besar pengetahuan adalah baik sebanyak 63 peserta (84,0%). Hasil *p-value* diperoleh sebesar 0,001 untuk *Uji Wilcoxon* pada pengetahuan ($p < 0,05$), hal ini berarti bahwa ada pengaruh edukasi terhadap pengetahuan Sadari pada remaja putri. Sikap peserta setelah diberikan edukasi menjadi positif sebanyak 59 peserta (78,7%) dengan hasil *Uji Chi Square* sebesar 0,001 ($p < 0,05$), hal ini menunjukkan terdapat perbedaan sikap remaja putri tentang Pemeriksaan PayudaraSendiri (SADARI) sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan menggunakan media *leaflet*.

5. PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini didapatkan hasil adanya perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi Sadari dengan media *leaflet*. Keberhasilan edukasi tergantung pada komponen pembelajaran, salah satu satunya adalah media pembelajaran. *Leaflet* sangat efektif dalam meningkatkan efektifitas penyuluhan dengan metode ceramah, karena *leaflet* selain merangkum dari keseluruhan materi penyuluhan, juga menyajikan gambar menarik yang memudahkan seseorang memahami isi materi (Opata et al., 2024; Rahayu et al., 2023).

Sebagian besar peserta adalah remaja putri yang berumur 13-16 tahun sebanyak 36 remaja termasuk golongan remaja usia pertengahan atau remaja madya, yang memiliki kemampuan dalam menerima informasi lebih baik sehingga ketika dilakukan pemberian pendidikan kesehatan dengan media *leaflet* tingkat pengetahuan remaja putri menjadi meningkat. Paparan yang didapatkan remaja putri dengan media informasi menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan dan sikap remaja putri. Media informasi mempunyai pengaruh yang berkaitan dengan perubahan sikap,

perasaan, dan perilaku dari yang dikomunikasikan (El Fttah Ali & Hussein, 2018b; Sadoh et al., 2021).

Paparan media informasi tersebut menyebabkan remaja putri tersebut memperoleh informasi yang lebih banyak dibandingkan dengan remaja putri yang tidak pernah sama sekali mendapatkan paparan media informasi tentang SADARI. Pendidikan kesehatan tentang SADARI pada remaja merupakan salah satu langkah remaja untuk mendeteksi dini dan mencegah terjadinya kanker payudara yang akan lebih efektif jika dilakukan sedini mungkin pada remaja usia reproduksi (Anaba et al., 2024; Ogunmodede et al., 2024).

Berbasis hasil pengabdian, terdapat perbedaan tingkat pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah intervensi edukasi SADARI menggunakan *leaflet*. Peserta didominasi remaja usia 13–16 tahun yang secara perkembangan kognitif relatif siap menerima informasi baru, sehingga karakter *leaflet* yang ringkas dan berilustrasi turut memfasilitasi pemrosesan, pengingatan, dan pemahaman materi. Temuan ini menegaskan peran media pembelajaran sebagai komponen kunci dalam keberhasilan edukasi kesehatan: penyajian visual terstruktur berkontribusi pada peningkatan skor pengetahuan dan sikap dibandingkan sebelum intervensi (Del Carmen et al., 2021; Peeters et al., 2024).

Implikasi praksis dari temuan ini adalah bahwa *leaflet* merupakan media yang layak dan efisien untuk diintegrasikan dalam program promosi kesehatan rutin di sekolah (misalnya melalui UKS) dan dapat dipadukan dengan ceramah singkat serta sesi tanya jawab guna mengoptimalkan retensi. Materi perlu disusun dengan bahasa yang sesuai usia, didukung ilustrasi prosedural, serta dilengkapi alur rujukan bila ditemukan keluhan terkait payudara. Rekomendasi untuk siklus berikutnya mencakup evaluasi lanjutan 1–3 bulan pasca-intervensi guna menilai retensi pengetahuan dan praktik SADARI bulanan; penambahan komponen keterampilan (praktik menggunakan breast model dengan daftar tilik langkah) agar terjadi translasi dari pengetahuan ke perilaku; pengembangan versi digital (infografik/video singkat dengan tautan/QR pada *leaflet*) untuk memperluas jangkauan; pelibatan pemangku kepentingan (Puskesmas, guru, orang tua, peer educator) untuk memastikan keberlanjutan (Haryanti & Kamesyowo, 2022; Mareti et al., 2021; Ntekim et al., 2022).

6. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari pengabdian masyarakat ini adalah kegiatan edukasi tentang SADARI melalui media *leaflet* terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri di Desa Poloharjo. Rekomendasi kegiatan selanjutnya adalah pemberian edukasi SADARI pada wanita khususnya pada remaja putri yang dapat disertai dengan praktik agar pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap SADARI dapat meningkat. Kegiatan SADARI tersebut melibatkan petugas kesehatan di puskesmas dan UKS.

7. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada remaja putri yang terlibat sebagai peserta pengabdian Masyarakat dan perangkat Desa Poloharjo atas kesediaan partisipasi dan dukungannya sehingga kegiatan ini dapat terselenggara dengan baik.

8. DAFTAR RUJUKAN

Kementerian Kesehatan RI. Profil Kesehatan Indonesia [Internet]. 2022 [cited 2022 Aug 20].

- Karya Kesehatan M, Devia Rahayu K, Kartika I, Mahmudah D, Studi Sarjana Keperawatan P, Dharma Husada Bandung Stik, et al. Pengaruh paket edukasi dasar audiovisual SADARI terhadap pengetahuan tentang SADARI pada remaja puteri. *Media Karya Kesehatan*. 2020;3(1):99–108.
- Huang Z, Wang J, Liu H, Wang B, Qi M, Lyu Z. Global trends in adolescent and young adult female cancer burden, 1990-2021: insights from the Global Burden of Disease study. *ESMO Open*. 2024 Nov 1;9(11):1–11. <https://doi.org/10.1016/j.esmoop.2024.103958> PMID: 39426082
- Damayanti S, Apriani F, Nasution N, Miswarni. Effectiveness educational video of Breast Self Examination (BSE) on knowledge of young women. *Science Modwifery*. 2024;12(3).
- El Fttah Ali H, Hussein S. The effect of peer education on adolescent students' knowledge and performance of breast self-examination. *Egyptian Nursing Journal*. 2018;15(1):1–9. https://doi.org/10.4103/enj.enj_39_17
- Rahayu EP, Tonapa E, Chifdillah Nino Adib. Effectiveness of the breast self-examination demonstration in improving knowledge, attitudes, and behavior of adolescent girls in senior high school in Samarinda. *BMK Public Health & Community Medicine*. 2023;39(9):1–5.
- Oputa CH, Peters E, Otovwe A. Effect of educational intervention on the knowledge, attitude and practice of breast self-examination among female students at a private university in Southern Nigeria. *BMC Cancer*. 2024 Dec 1;24(1):1–13. <https://doi.org/10.1186/s12885-024-12116-w> PMID: 38504148
- Sadoh AE, Osime C, Nwaneri DU, Ogboghodo BC, Eregie CO, Oviawe O. Improving knowledge about breast cancer and breast self examination in female Nigerian adolescents using peer education: a pre-post interventional study. *BMC Womens Health*. 2021 Dec 1;21(1):1. <https://doi.org/10.1186/s12905-021-01466-3> PMID: 34507568
- El Fttah Ali H, Hussein S. The effect of peer education on adolescent students' knowledge and performance of breast self-examination. *Egyptian Nursing Journal*. 2018;15(1):30. https://doi.org/10.4103/enj.enj_39_17
- Ogunmodede EO, Ajala DE, Aluko JO, Anokwuru RA, Awotunde TA, Olajide AO, et al. Promoting breast health among female adolescents: A comparative analysis of the effects of two didactic tools on knowledge and practice regarding breast self-examination in Southwest Nigeria. *BMC Cancer*. 2024 Dec 1;24(1):1–7. <https://doi.org/10.1186/s12885-024-12949-5> PMID: 39334017
- Anaba EA, Alor SK, Badzi CD, Mbuwir CB, Muki B, Afaya A. Drivers of breast cancer and cervical cancer screening among women of reproductive age: insights

from the Ghana Demographic and Health Survey. BMC Cancer. 2024 Dec 1;24(1):1–16. <https://doi.org/10.1186/s12885-024-12697-6> PMID: 39080553

Del Carmen OJM, Emilia GRD, Mares BH, Marcela OJ. Educational interventions on breast cancer in men and women: A necessity in primary healthcare. Ecancermedicalsecience. 2021;15:1–17. <https://doi.org/10.3332/ECANCER.2021.1255>

Peeters NJMCV, Vlooswijk C, Bijlsma RM, Kaal SEJ, Kerst JM, Tromp JM, et al. Sexual quality of life of adolescents and young adult breast cancer survivors. ESMO Open. 2024 Feb 1;9(2):1–12. <https://doi.org/10.1016/j.esmoop.2024.102234> PMID: 38281325

Ntekim A, Oluwasanu M, Odukoya O. Breast cancer in adolescents and young adults less than 40 years of age in Nigeria: A retrospective analysis. Int J Breast Cancer. 2022;2022:1–8. <https://doi.org/10.1155/2022/9943247>

Mareti E, Vatopoulou A, Spyropoulou GA, Papanastasiou A, Pratilas GC, Liberis A, et al. Breast disorders in adolescence: A review of the literature. Vol. 16, Breast Care. S. Karger AG; 2021. p. 149–55. <https://doi.org/10.1159/000511924>

Haryanti E, Kamesyworu. Knowledge Levels and Adolescent Attitudes towards the Implementation of BSE (Breast Self-Examination) in Level I Students. Journal of Applied Nursing and Health. 2022 Jun 30;4(1):23–9. <https://doi.org/10.55018/janh.v4i1.33>