

Pengenalan dan pencegahan kanker payudara sejak dini melalui pembentukan *peer group*: 'GiRLs Can' (gerakan remaja lawan cancer)

Kurnia Wijayanti✉, Fitria Endah Janitra, Indah Sri Wahyuningsih
Universitas Islam Sultan Agung, Semarang, Indonesia

✉ jayahe28@gmail.com

 <https://doi.org/10.31603/ce.4962>

Abstrak

Kanker payudara menjadi jenis kanker yang paling banyak diderita wanita dewasa dan remaja di Indonesia. Hal ini menjadi perhatian karena bisa meningkatkan resiko pada keturunan berikutnya. Oleh karena itu, perlu inisiasi untuk memberikan pemahaman, pengetahuan dan upaya pencegahan sejak dini untuk menekan angka kejadian kanker payudara dan mendeteksi kanker pada stadium awal sehingga kesembuhan maksimal bisa tercapai. Pembentukan kelompok atau *peer group* 'GiRLs Can' bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, kemampuan, sehingga teman-teman dengan kesadaran secara aktif dalam upaya mencegah kanker payudara. Kegiatan ini dilaksanakan dengan pelatihan, demonstrasi, praktik, dan mengajarkan ulang kepada teman. Setelah kegiatan, 90% anggota GiRLs Can mengalami peningkatan pengetahuan tentang konsep dasar kanker payudara, 90% mampu mendemonstrasikan langkah-langkah pemeriksaan payudara sendiri (Sadari) dengan baik dan benar, dan 89% mampu mengajak teman lainnya untuk melakukan pemeriksaan payudara sendiri. Tim pengabdian merekomendasikan pembentukan kelompok sejenis di lokasi lain untuk meningkatkan kepedulian akan kanker payudara.

Kata Kunci: Kelompok remaja; Kanker payudara; Gerakan periksa payudara sendiri

Early-age breast cancer awareness and prevention by the formation of peer groups: 'GiRLs Can' (youth movement against cancer)

Abstract

The rate of new breast cancer cases is globally on the rise. This health condition is the most common cancer type suffered by adult women and adolescents in Indonesia. There is also a widespread concern of an increasing risk in subsequent generations. Therefore, the need to provide extensive awareness and prevention efforts appears very paramount, particularly in a premature stage. Early detection and diagnosis have been proved effective in breast cancer reduction and treatment. The peer group 'GiRLs Can' was formed to enhance the knowledge, skills and abilities related to active breast cancer prevention. This initiative also involved peer education in the form of training, demonstration, practice and re-training. The results showed 90% of the 'GiRLs Can' members were well-informed on the basic concepts of breast cancer, and demonstrated accurate self-examination processes, meanwhile 89% were able to invite other peers to partake in the self-examination. Furthermore, the service team recommended the formation of similar groups in other locations.

Keywords: Youth group; Breast cancer; Breast self-examination movement

1. Pendahuluan

Kanker merupakan salah satu masalah utama kesehatan diberbagai negara dan penyebab utama kematian dinegara berkembang (Subu, Puspita, Fernandes, Priscilla, & Nurdin, 2019). Kanker juga merupakan penyebab kematian nomer dua di dunia setelah penyakit kardiovaskuler dan diperkirakan insidens kanker pada tahun 2030 dapat mencapai 26 juta orang dan 17 juta diantaranya meninggal akibat kanker (Kemenkes RI, 2015a). Prevalensi kanker di Indonesia sekitar 1,4 per 1000 penduduk atau sekitar 333.000 orang. Menurut Kemenkes RI (2015b), kanker menjadi penyebab kematian nomor tujuh di Indonesia, hal ini disebabkan karena 70% dari penderita kanker ditemukan dalam keadaan stadium lanjut.

Insiden kanker payudara meningkat seiring bertambahnya usia. Akan tetapi, usia muda bukan menjadi jaminan aman dari kanker payudara. Saat ini telah terjadi perubahan tren usia pasien kanker payudara. Tingginya angka kejadian kanker payudara mengakibatkan tidak sedikit pula penderita kanker payudara yang berujung pada kematian. Jika saja tanda dan gejala kanker payudara dapat ditemukan sedini mungkin maka tingkat kesembuhan akan semakin tinggi. Salah satu upaya yang bisa dilakukan untuk mengendalikan kanker payudara adalah dengan melakukan pencegahan primer seperti pengendalian faktor risiko dan peningkatan komunikasi, informasi dan edukasi. Pencegahan sekunder dilakukan melalui deteksi dini kanker payudara yaitu pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) (Cheng, 2016). Deteksi dengan cara SADARI sangat penting, sebab apabila kanker payudara dapat dideteksi pada stadium dini dan diterapi secara tepat maka tingkat kesembuhan cukup tinggi (80-90%) (Council, n.d.). Sampai saat ini patofisiologi kanker payudara masih belum diketahui secara pasti, sehingga upaya deteksi dini yang dilakukan hanya bertujuan untuk menemukan penderita kanker pada stadium yang masih rendah dan persentase kemungkinan untuk dapat disembuhkan tinggi, terlebih kepada kelompok yang beresiko seperti mempunyai keturunan dari ibu dengan kanker payudara (Gall & Bilodeau, 2017).

Memasyarakatkan program SADARI bagi semua perempuan dimulai sejak usia subur. SADARI sebaiknya dilakukan setiap kali selesai menstruasi (hari ke-10, terhitung mulai hari pertama haid). Pemeriksaan dilakukan setiap bulan. Pemeriksaan SADARI, adalah pemeriksaan yang dilakukan seorang wanita untuk menemukan benjolan atau kelainan pada payudaranya (Habibullah, Gul, Cassum, & Elahi, 2018). Ketika seorang wanita telah mencapai masa pubertas yaitu pada usia remaja dan mulai mengalami perkembangan pada payudaranya, maka SADARI perlu dilakukan. Hal ini memberikan kesempatan kepada remaja untuk dapat memahami tubuhnya sendiri, membentuk kebiasaan yang baik, menghindari faktor resiko, dan terbentuknya perilaku sehat, sebagai upaya pencegahan kanker payudara (Kurniawan & Prayogo, 2012).

Sekolah Menengah Atas (SMA) Islam Sultan Agung 3 Semarang terletak berdekatan dengan Fakultas Ilmu Keperawatan (FIK) Unissula Semarang. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan tim dengan kepala sekolah SMA Islam Sultan Agung 3 Semarang, bahwasanya beliau mengatakan adanya kekhawatiran jika melihat anak-anak jajan atau makan makanan yang banyak mengandung pewarna dan bumbu-bumbu instan, beliau meyakini bahwa tersebut tidak sehat. Pemberian edukasi kepada siswa sudah dilakukan tetapi dirasa belum maksimal. Kemudian ada siswa di sekolah tersebut yang pernah mengalami operasi pengambilan massa di area payudara, haid yang tidak teratur, dan adanya keluhan nyeri di payudara, ada orang tua siswa yang memiliki ibu

dengan riwayat kanker payudara. Selain itu belum pernah ada program ini sebelumnya karena materi ini masih dianggap tabu oleh sebagian orang.

Berdasarkan dari pemaparan diatas, SMA Islam Sultan Agung 3 layak menjadi mitra dalam pelaksanaan PKM Pembentukan *Peer Group GiRLs Can* (Gerakan Remaja Lawan Cancer) sebagai upaya Pengenalan dan Pencegahan Kanker Payudara Sejak Dini. Tujuan dari pembentukan *Peer Group GiRLs Can* ini adalah memberdayakan sumber daya manusia di lingkungan sekolah, meningkatkan kepedulian dengan orang lain dengan menjadi edukator dan motivator untuk teman-temannya supaya lebih mengenal, memahami, dan mengamalkan langkah-langkah pencegahan kanker payudara. Dengan belajar dengan sesama temanya atau *peer group* akan menumbuhkan kepercayaan diri antar siswi, meningkatkan kepedulian, empati dan kemampuan soft skill yang baik, belajar dengan teman akan mudah dimengerti karena menggunakan bahasa dan cara komunikasi versi remaja sehingga materi dan keterampilan akan mudah diterima/dipahami. Hasil akhir dari program *Peer Group GiRLs Can* yaitu terbentuknya *peer group* yang bertugas meningkatkan pengetahuan, ketrampilan, kemampuan, sehingga teman-teman dengan kesadaran secara aktif dalam upaya mencegah kanker payudara.

2. Metode

Kegiatan ini dilaksanakan di SMA Sultan Agung 3 Semarang. Peserta keseluruhan dalam kegiatan ini 108 siswi dari kelas X, XI. Pemecahan masalah terkait kanker payudara dilakukan dengan beberapa pendekatan secara bersama-sama, yaitu 1) berbasis kelompok remaja, *peer group girls can* berjumlah 54 siswi kemudian kelompok ini akan mengajarkan kepada 54 siswi yang lain dalam kelompok yang lebih kecil, 2) Komprehensif, seluruh kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan secara bersama dengan jadwal yang terstruktur, dan pendampingan, 3) berdasarkan kesehatan sehingga akan selaras dengan perubahan sikap dan perilaku siswi sehingga dapat secara aktif dan mandiri berperan dalam upaya pencegahan kanker payudara. Selanjutnya dari uraian diatas akan diimplementasikan dalam 5 tahapan, yaitu tahap 1) sosialisai, 2) peningkatan pengetahuan, 3) peningkatan keterampilan, 4) perancangan jawdal kegiatan *peer group girls can* , 5) monitoring dan evaluasi. Tahapan tersebut secara rinci akan disajikan dalam [Tabel 1](#).

Tabel 1. Rincian tahapan implementasi

No	Jenis Kegiatan	Partisipasi	Luaran Kegiatan	Solusi Masalah
1	Sosialisasi	Peserta masuk ke ruang zoom tepat waktu, menyimak dan aktif	Peserta memahami tujuan kegiatan, serta berkomitmen mengikuti kegiatan hingga selesai	Melibatkan kepala sekolah, Bpk guru bidang kemahasiswaan, dan Ibu Bimbingan konseling sekolah
2	Peningkatan pengetahuan tentang konsep dasar kanker payudara	Peserta adalah <i>peer group girls can</i>	<i>peer group girls can</i> memahami konsep dasar dari kanker payudara	Menggunakan zoom meeting, presentasi dan diskusi interaktif

No	Jenis Kegiatan	Partisipasi	Luaran Kegiatan	Solusi Masalah
3	Peningkatan keterampilan tentang langkah-langkah SADARI	Peserta adalah <i>peer group girls can</i> aktif, terampil	<i>peer group girls can</i> mampu dan terampil dalam mendemonstrasikan langkah-langkah SADARI	<i>peer group girls can</i> dibagi kelompok dengan pendamping untuk mendemonstrasikan SADARI sehingga kemampuan dari masing-masing siswi terdeskripsi dengan jelas
4	Perancangan jawdal kegiatan <i>peer group girls can</i>	Peserta adalah <i>peer group girls can</i> aktif, antusias, dan semangat	Peserta adalah <i>peer group girls can</i> mampu mengelola kelompoknya sendiri dan secara mandiri melaksanakan program dengan baik	Dilakukan pendampingan pada Peserta adalah <i>peer group girls can</i> dan kelompok lain
5	Monitoring dan evaluasi	Peserta adalah <i>peer group girls can</i> bertanggung jawab akan terlaksananya program pada setiap kelompoknya	Melaksanakan monev kegiatan	Dilakukan pendampingan oleh tim monev

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan Kegiatan pengabdian masyarakat pembentukan *peer group* Gerakan Remaja Lawan Kanker Payudara (*GiRLs Can*) merupakan kerjasama antara SMA Sultan Agung 3 Semarang dengan Fakultas Ilmu Keperawatan Unissula. Meningkatnya angka kejadian kanker payudara menjadikan keprihatinan, kekhawatiran tersendiri bagi institusi pendidikan sehingga menumbuhkan kepedulian kami untuk berkontribusi dalam meningkatkan pengetahuan, keterampilan, perubahan sikap perilaku, kesadaran dalam pencegahan dan peningkatan keterampilan dalam upaya pencegahan kanker payudara. Total peserta berjumlah 108 siswi yang dibagi menjadi 2 kelompok dengan masing-masing kelompok 54 siswi. Kelompok *GiRLs Can 1* akan mendapatkan pelatihan secara intensif dari tim FIK Unissula, yang kemudian akan mengajarkan kepada temannya sendiri yaitu kelompok *GiRLs Can 2*. Kedua kelompok akan melalui tahapan yang sama dari tahap sosialisasi, peningkatan pengetahuan, peningkatan keterampilan, pendampingan, serta monitoring evaluasi. Pada awal kegiatan tim akan melakukan sosialisasi kepada seluruh peserta dan pihak sekolah ([Gambar 1](#)). Seluruh peserta *Peer group girls can* menyatakan siap 100% untuk mengikuti rangkaian kegiatan.

Kegiatan dilakukan secara virtual melalui zoom meeting, dan kuesioner yang harus diisi menggunakan google form.



Gambar 1. Sosialisasi Kegiatan *peer group girls can*

Kelompok *GiRLs Can 1* mendapatkan pelatihan meliputi pengetahuan tentang kanker payudara, keterampilan melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dengan langkah dan cara yang benar, siswi juga mampu memahami pentingnya pola makan yang sehat dan olah raga. Pelatihan pada kelompok *GiRLs Can 1* dibagi menjadi 3 kelompok dengan masing-masing kelompok 1 dosen pendamping yang akan memberikan pelatihan, monitoring dan evaluasi (Gambar 2).



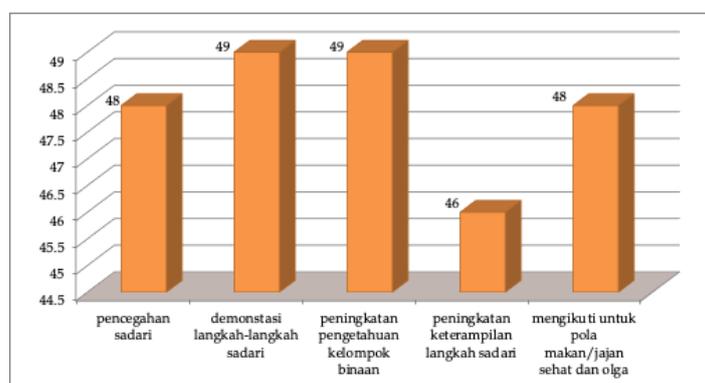
Gambar 2. Pelatihan materi dan keterampilan SADARI

Setelah kelompok *GiRLs Can 1* selesai mendapatkan pelatihan maka mereka akan mengajarkan kepada kelompok *GiRLs Can 2* dengan membaginya dalam kelompok yang lebih kecil sehingga penyampaian, pengajarannya lebih efektif, dipahami oleh peserta. Dalam penyampaian materi dan keterampilan kelompok *GiRLs Can 1* tetap mendapatkan pendampingan, pengawasan atau monitoring dari dosen pendamping (Gambar 3).



Gambar 3. Kegiatan monitoring

Kegiatan ini dilakukan selama 3 bulan dengan monitoring evaluasi setiap 1 bulan sekali. Hasil dari kegiatan monitoring dan evaluasi menunjukkan bahwa *Peer group girls can* mampu mengajak 48 siswi dari 54 (89) teman lainnya untuk melakukan upaya pencegahan kanker payudara dengan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dan 49 siswi dari 54 (90%) mampu mendemonstrasikan langkah-langkah SADARI dengan baik dan benar serta mampu meningkatkan pengetahuan teman/kelompok binaannya tentang konsep dasar kanker payudara. *Peer group girls can* sebanyak 46 dari 54 (87%) mampu meningkatkan keterampilan remaja mendemonstrasikan langkah-langkah SADARI dengan baik dan benar pada teman/kelompok binaannya dan *Peer group girls can* mampu mengajak 48 siswi dari 54 (89) teman lainnya untuk memulai mengikuti pola makan/jajanan yang sehat dan olah raga (Gambar 4).



Gambar 4. Hasil Kegiatan *Peer Group GiRLs Can*

Seperti halnya pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Narsih & Rohmatin (2017) dengan menggunakan metode video tentang SADARI para remaja putri MTs dan SMK Darul Ulum Kraksaan Probolinggo mampu memahami cara melakukan SADARI, serta mampu dan mau mempraktikkan SADARI dalam kehidupan sehari-hari. Begitu juga oleh Erawantini & Nurmawati (2016) yang melaksanakan pelatihan SADARI pada siswi SMKN 5 Jember dengan menggunakan video dan simulasi phantom juga menunjukkan hasil siswi mampu melakukan pemeriksaan payudara secara mandiri untuk deteksi dini kanker payudara, diakhir kegiatan siswi juga akan mendapatkan modul dan leaflet sehingga siswi bisa membaca ulang materi yang sudah diberikan. Wantini (2016) juga melakukan penyuluhan kesehatan deteksi dini kanker payudara kepada 41 peserta, sebanyak 48.8% peserta tidak rutin melakukan SADARI, peningkatan pengetahuan dari 63.41 menjadi 92.68 dan hasil uji statistik nilai $p\text{-value}=0.030$ maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum penyuluhan dan sesudah penyuluhan. Penyuluhan kesehatan tentang kesehatan reproduksi yang diberikan kepada 31 siswi mampu memberikan hasil yang signifikan dengan nilai $p\text{ value } 0.002$ (Johariyah & Mariati, 2018). Peningkatan pengetahuan sebelum 56.25% dan sesudah 87.83% tentang SADARI juga terjadi pada kelompok ibu dengan metode video dan *focus group discussion* (FGD) (Yulianti, Susantiningsih, Pramono, & Nugrohowati, 2013).

Penggunaan metode *peer group girls can* mampu memberikan warna tersendiri dalam sebuah penyampaian materi, terlebih jika materi tersebut adalah hal yang baru bagi peserta. Implementasi dari kegiatan ini mampu memberikan penyegaran terhadap penyampaian materi dengan metode yang menarik, mudah, secara tidak langsung menumbuhkan sikap kepedulian terhadap sesama, tanggung jawab terhadap apa yang

diembannya dan berusaha semaksimal mungkin materi tersebut dapat juga dipahami oleh teman yang lain, kepercayaan diri pada masing-masing siswi, dan yang tidak kalah penting adalah meningkatkan kesadaran akan pentingnya pemahaman kanker payudara dan secara aktif dan mandiri melakukan upaya pencegahan dengan pemeriksaan payudara sendiri serta menjadi pemicu untuk mengajarkannya kepada keluarga terdekat dan masyarakat disekitarnya. Pemberian informasi melalui teman sebaya menjadi lebih mudah untuk diterima karena remaja mempunyai latar belakang, karakteristik yang hampir sama sehingga remaja mampu untuk saling berempati satu sama lain.

4. Kesimpulan

Kegiatan peer group GiRLs Can diterima dengan baik oleh pihak sekolah dan seluruh siswi. Siswi memperoleh pengetahuan dan keterampilan dalam pemeriksaan payudara secara mandiri sebagai upaya pencegahan kanker payudara. Luaran dari kegiatan ini antara lain terbentuknya kelompok peer group GiRLs Can yang berorientasi baik pada kegiatan, terbentuknya kelompok binaan peer group GiRLs Can yang diharapkan secara berkesinambungan kelompok binaan ini jg dapat menjadi agen informasi kesehatan bagi keluarga dan masyarakat yang lebih luas. Terbentuknya kelompok peer group GiRLs Can mampu menjadi inisiator kesehatan di sekolah dengan tema yang lebih beragam.

Acknowledgement

Penulis mengucapkan terimakasih atas terlaksananya program pengabdian masyarakat GiRL's Can kepada pimpinan dan Staff Rektorat Universitas Islam Sultan Agung, staff LPPM Universitas Islam Sultan Agung, pimpinan dan Dosen Fakultas Ilmu Keperawatan Unissula, kepala sekolah, guru beserta Staff SMA Sultan Agung 3 Semarang.

Daftar Pustaka

- Cheng, B. (2016). *Multifunctional Nanocarriers for Cancer Therapy*.
- Council, C. (n.d.). *Understanding Breast Cancer. A Guide for people with cancer their families and friends*.
- Erawantini, F., & Nurmawati, I. (2016). *Pelatihan SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri) Pada Siswi SMKN 5 Jember Sebagai Upaya Pencegahan Kanker Payudara*. 202–206.
- Gall, T. L., & Bilodeau, C. (2017). Why me?"-women's use of spiritual causal attributions in making sense of breast cancer. *Psychology and Health*, 709–727. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/08870446.2017.1293270>.
- Habibullah, G., Gul, R., Cassum, S., & Elahi, R. (2018). *Experiences of the Breast Cancer Patients Undergoing Radiotherapy at a Public Hospital Peshawar Pakistan*. <https://doi.org/10.4103/apjon.apjon>
- Johariyah, A., & Mariati, T. (2018). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Remaja Dengan Pemberian Modul Terhadap Perubahan Pengetahuan Remaja. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS Dr Soetomo*, 4, 38–46.
- Kemenkes RI. (2015a). *Panduan penatalaksanaan kanker payudara*.

- Kemenkes RI. (2015b). *Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kurniawan, A., & Prayogo, N. (2012). Tata Laksana Kanker Payudara Relaps. *Indonesian Journal of Cancer*, 6(November).
- Narsih, U., & Rohmatin, H. (2017). Pendidikan dan Pelatihan tentang SADARI bagi Remaja Putri. *Paradharma*, 1(April 2017), 53–57.
- Subu, M. A., Puspita, I., Fernandes, F., Priscilla, V., & Nurdin, A. E. (2019). Experience of Breast Cancer Patients Undergoing Chemotherapy; Hermeneutic Phenomenology Study. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4, 1–16.
- Wantini, N. A. (2016). Penyuluhan Deteksi Dini Kanker Payudara Dengan Periksa Payudara Sendiri (SADARI) di Dusun Candirejo, Tegaltirto, Berbah, Sleman. *Rakernas AIPKEMA*, 427–431.
- Yulianti, R., Susantiningsih, T., Pramono, A. P., & Nugrohowati, N. (2013). Penyuluhan kesehatan tentang pemeriksaan SADARI sebagai upaya peningkatan pengetahuan dan keterampilan deteksi dini kanker payudara. *Pengabdian Masyarakat MADANI*, 5931(x), 1–5.



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Non-Commercial 4.0 International License
