

PERAN EDUKASI ONLINE SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN MOTIVASI DAN PERILAKU SADARI PADA WANITA USIA SUBUR

ONLINE EDUCATION TO IMPROVE MOTIVATION AND BEHAVIOUR
BREAST SELF EXAMINATION OF WOMEN CHILDBEARING AGE

*Dian Anggraini**, Gina Nurdina, Dewi Marfuah
Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan PPNI, Bandung – Jawa Barat Jl. Ahmad 4 Bandung –
Jawa Barat (022) 6121914
e-mail: *dians_23@yahoo.com, 08562070911

ABSTRAK

Abstrak: Kanker payudara merupakan salah satu dari penyebab utama kematian di seluruh dunia. Meningkatnya angka kematian kanker payudara maka perlu tindakan masyarakat dalam program penanggulangan kanker payudara, salah satunya memberikan edukasi SADARI. Pengabdian ini bertujuan untuk memberikan edukasi SADARI sebagai upaya untuk meningkatkan motivasi dan perilaku WUS untuk deteksi dini kanker payudara. Diawali dengan melakukan persiapan kemudian pelaksanaan pengabdian masyarakat dilaksanakan dengan memberikan Edukasi SADARI selama 45 menit melalui aplikasi zoom yang menjelaskan tentang deteksi dini kanker payudara untuk meningkatkan pengetahuan responden terhadap perubahan perilaku dan motivasi pada wanita usia subur, selanjutnya edukasi akan dilanjutkan dengan menggunakan WhatsApp dan membekali WUS dengan Booklet Deteksi Dini Kanker Payudara. Setelah diberikan informasi melalui pendidikan kesehatan SADARI melalui whatsapp group maka WUS memiliki kemungkinan lebih besar untuk mematuhi atau mengetahui cara untuk mendeteksi kanker payudara secara dini.

Kata kunci: Edukasi, SADARI, Motivasi, Perilaku, , Whatsapp_Group, WUS

Abstract: Breast cancer is one of the leading causes of death worldwide. Increasing breast cancer mortality rate requires community action in breast cancer prevention programs, one of which is providing BSE education. This service aims to provide BSE education as an effort to increase WUS motivation and behavior for early detection of breast cancer. Beginning with preparation, then the implementation of community service is carried out by providing BSE Education for 45 minutes through the zoom application which explains about early detection of breast cancer to increase respondents' knowledge of behavioral changes and motivation in women of childbearing age, then education will be continued by using WhatsApp and equip WUS with Breast Cancer Early Detection Booklet. After being given information through BSE health education through a whatsapp group, WUS has a greater chance of complying or knowing how to detect breast cancer early.

Keywords: Behavior BSE, Education, Motivation, Whatsapp, Women_Childbearing_Age

PENDAHULUAN

Kanker payudara adalah satu dari penyebab utama kematian di seluruh dunia. Tahun 2030 diperkirakan akan meningkat menjadi 26 juta penderita dan 17 juta di antaranya meninggal dunia akibat kanker (WHO, 2015). Sedangkan di Indonesia juga kanker payudara ini menduduki urutan pertama sebagai penyebab kematian terbanyak di Indonesia (Kemenkes, 2020). ZA (2019) menyatakan bahwa kanker payudara merupakan penyebab utama kematian pada wanita sebesar 15,0%. Kanker payudara ini menjadi masalah kesehatan masyarakat di Indonesia dengan prevalensi 136.2/100.000 penduduk (Kemenkes, 2020).

Kanker payudara jarang terjadi pada kelompok usia di bawah 20 tahun, tetapi bisa saja menyerang pada WUS usia 20-45 tahun. Wanita usia subur (WUS) adalah perempuan yang termasuk dalam kategori usia reproduktif, dan memiliki organ reproduksi yang masih berfungsi dengan baik (Depkes, 2016). WUS juga mempunyai risiko tinggi terkena kanker payudara, untuk itu bisa diatasi dengan cara deteksi dini kanker payudara, namun kebanyakan wanita usia subur masih banyak ditemukan belum melakukan

pemeriksaan deteksi dini kanker payudara, karena kurangnya pengetahuan wanita usia subur sehingga tidak tahu bagaimana cara deteksi dini kanker payudara (Pratiwi, 2018).

Salah satu penanggulangan kanker payudara yaitu penemuan kasus dengan deteksi dini yang dilakukan melalui Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) yang bisa dilakukan secara mudah oleh wanita. SADARI adalah suatu pemeriksaan yang dilakukan oleh diri sendiri untuk mengetahui adanya kelainan atau tidak di payudaranya (Kamidah & Yuliaswati, 2018). Praktik pemeriksaan payudara sendiri adalah alat yang nyaman dan gratis walaupun pemeriksaan sadari ini lebih mudah dan efektif untuk dipraktekan, tetapi masih banyak remaja Indonesia yang tidak mengetahui apa itu SADARI (Yuhandini & Jubaedah, 2020).

Teknik SADARI sangat mudah dilakukan namun banyak perempuan khususnya remaja yang tidak mengetahui cara ini serta masih banyak remaja masih tidak peduli dan peka terhadap gejala-gejala abnormal pada payudara mereka. Hal tersebut juga disebabkan oleh kurang informasi dan motivasi untuk mendapat informasi mengenai pencegahan dan deteksi

dini kanker payudara. SADARI juga terasa masih awam dan remaja risih untuk melakukannya, menyebabkan masih sedikitnya jumlah wanita yang rutin melakukan SADARI sesuai waktu yang ditentukan (Angrainy, 2017).

Motivasi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi wanita usia subur untuk melakukan SADARI, sehingga kebanyakan wanita tidak melakukan pemeriksaan ini sejak dini. Motivasi juga dapat dipengaruhi oleh pengetahuan, kebutuhan, umur dan dukungan sosial terutama dari keluarga. Semakin kuat motivasi wanita usia subur untuk melakukan SADARI maka semakin kuat juga untuk melakukan tindakan pemeriksaan payudara sendiri sebagai upaya deteksi dini kanker payudara (Dewi, 2020). Motivasi salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh petugas kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan wanita usia subur tentang cara deteksi dini kanker payudara. Meskipun sudah banyak informasi tentang tata cara melakukan SADARI dan sudah dikampanyekan baik secara luring atau pun secara daring, namun masih banyak wanita usia subur tidak melakukan SADARI (Ali et al., 2019).

Perilaku adalah respon individu terhadap suatu tindakan yang dapat diamati oleh diri sendiri ataupun orang lain. Perilaku juga ditentukan oleh 2 faktor individu dan lingkungan yang meliputi berbagai variabel seperti motif, nilai-nilai, sifat, dan kepribadian dalam menentukan sebuah perilaku. Berdasarkan faktor tersebut, seseorang memiliki alasan atau tujuan yang ingin dicapai melalui perilaku terutama untuk wanita usia subur (Dewi, 2020). Perilaku wanita usia subur ini dilakukan sejak usia 20 tahun karena di usia ini kemungkinan beresiko terkena kanker payudara, sehingga wanita harus sadar akan pentingnya pemeriksaan payudara sendiri yaitu dengan cara rutin melakukannya setiap sebulan sekali sebagai pencegahan utama kanker payudara (Alamsyah et al., 2019). Dalam penelitian ini, deteksi dini kanker payudara merupakan salah satu alasan untuk melakukan perilaku atau tindakan SADARI.

Media promosi kesehatan merupakan salah satu sarana atau upaya yang dapat digunakan untuk menampilkan pesan atau informasi kesehatan yang ingin disampaikan kepada remaja sehingga meningkatkan pengetahuan yang akhirnya

diharapkan dapat merubah perilakunya kearah positif atau mendukung terhadap kesehatan.

Penggunaan media video dalam kegiatan pembelajaran tidak hanya sekedar sebagai alat bantu, melainkan sebagai pembawa informasi atau pesan yang ingin disampaikan. Penggunaan video tentang SADARI dapat memperjelas gambaran abstrak mengenai pentingnya pemeriksaan payudara sendiri, karena dalam proses pemberiannya responden tidak hanya mendengar materi yang sedang disampaikan, tetapi juga melihat secara langsung dan jelas tentang langkah-langkah sadari melalui video tersebut.

Pada masa pandemi Covid-19 ini promosi kesehatan tentang SADARI, dapat dilakukan dengan memanfaatkan media sosial, salah satu nya adalah *WhatsApp*. *WhatsApp* merupakan aplikasi untuk berkirim pesan secara langsung dan bisa mengirim gambar, video, foto, dan suara pesan. *WhatsApp* ini juga bisa untuk membuat group chat untuk berkomunikasi dengan banyak orang dalam sekali waktu, dapat juga berbagi informasi dan berdiskusi. Pemberian materi bisa dilakukan melalui group *WhatsApp* dengan cara mengunggah materi tersebut kedalam

group dengan memanfaatkan jaringan internet.

Berdasarkan hasil penelitian oleh (ZA, 2019) terdapat peningkatan persepsi tentang kegunaan teknologi mahasiswa pasca promosi kesehatan pemeriksaan payudara sendiri antara lain kemudahan mendapatkan informasi tentang SADARI di *Whatsapp* dan Instagram.

Beberapa strategi telah dikampanyekan untuk meningkatkan efektifitas dari SADARI mulai dari penyuluhan bahkan penayangan reklame mengenai pentingnya pemeriksaan SADARI tetapi pelaksanaan tersebut hanya dilakukan pada acara-acara dan kalangan tertentu saja sehingga kita membutuhkan cara promotif kesehatan yang inovatif yang dapat diakses oleh siapa, kapan, dan dimana saja.

Dengan adanya edukasi online kepada wanita usia subur diharapkan dapat meningkatkan motivasi sehingga dapat secara rutin melakukan SADARI

METODE

Jumlah wanita usia subur yang dilibatkan/mengikuti pengabdian masyarakat berjumlah 30 orang.

Dalam melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, dilakukan metode sebagai berikut :

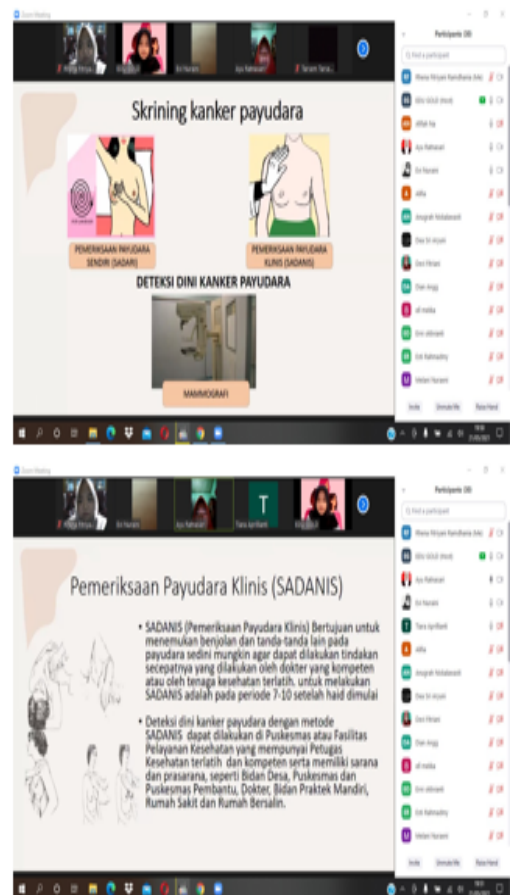
1. Tahap Persiapan
 - a. Survey
 - b. Pemantapan dan penentuan lokasi PKM
 - c. Penyusunan bahan/materi
2. Tahap pelaksanaan pemaparan TIM STIKep PPNI Jabar – Wanita Usia Subur
 - a. Metode/cara pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan dengan Edukasi sadari dilakukan 45 menit melalui aplikasi *zoom*. Menjelaskan tentang deteksi dini kanker payudara untuk meningkatkan pengetahuan responden terhadap perubahan perilaku dan motivasi pada wanita usia subur.
 - b. Pertemuan selanjutnya mengingatkan kembali melalui *group whatsapp* untuk melakukan SADARI dirumah dengan rutin satu bulan sekali.
 - c. Selanjutnya diberikan panduan berupa *booklet* deteksi dini kanker payudara (langkah-langkah melakukan SADARI), agar

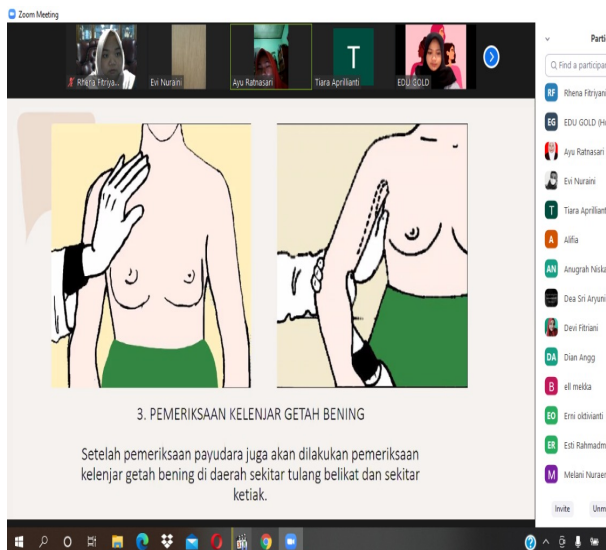
menjaga konsistensi untuk pelaksanaan SADARI di rumah dan pasien diharapkan membaca *booklet* terlebih dahulu,

3. Evaluasi

Pada tahap evaluasi didapatkan bahwa wanita usia subur memahami mengenai pentingnya Pemeriksaan SADARI dan lebih yakin dalam mempraktekan tindakan tersebut.

Dokumentasi





Gambar 1. Pelaksanaan Pengabdian
Kepada Masyarakat

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah diberikan informasi melalui pendidikan kesehatan SADARI melalui *whatsapp* group maka WUS memiliki kemungkinan lebih besar untuk mematuhi atau mengetahui cara untuk mendeteksi kanker payudara secara dini. Hal ini sesuai dengan tujuan pendidikan kesehatan yaitu untuk membantu meningkatkan derajat kesehatan yang optimal. Sesuai dengan teori (Lusiana, 2018) yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan merupakan kegiatan yang berlandaskan pada prinsip-prinsip mengajar atau mempraktikkan, pemberian informasi atau nasehat yang ditujukan kepada individu, keluarga, kelompok atau masyarakat mengenai hidup

sehat. Pendidikan kesehatan memberikan penyuluhan kesehatan dan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak hanya sadar, tahu, dan mengerti tetapi juga mau dan dapat melakukan anjuran hidup sehat.

Widiastini (2016), menyatakan bahwa terdapat perbedaan motivasi pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) sebelum dan sesudah diberikan metode diskusi kelompok pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada wanita berusia 25-45 tahun. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Nardo et al (2016), menunjukkan *Practice of Breast Self-Examination* sangat penting untuk memberikan pemahaman keterampilan untuk melakukan pemeriksaan payudara sehingga mendeteksi secara dini adanya kelainan pada payudara.

Diperkuat dengan pendapat Notoatmodjo (2014), yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan dapat mempengaruhi dan atau mengajak orang lain, baik individu, kelompok maupun masyarakat untuk melaksanakan perilaku sehat. Secara operasionalnya adalah kegiatan untuk memberikan pengetahuan, sikap dan praktik masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan mereka sendiri.

WhatsApp merupakan aplikasi yang mampu untuk menjadi medium manusia masa kini berkomunikasi dan berinteraksi, selain medium bisa juga untuk menyebarkan informasi. *WhatsApp* merupakan media online yang banyak digunakan oleh mahasiswa dan dosen. Aplikasi *WhatsApp* dapat memberikan kemudahan dalam berinteraksi dan berkomunikasi. Melalui aplikasi ini bisa menambahkan lebih banyak teman, mempermudah para pengguna untuk saling mengenal satu sama lainnya dan sebagai media penunjang kegiatan belajar (Afnibar et al, 2020) .

Dengan adanya pendidikan kesehatan yang diberikan kepada WUS, terdapat pengaruh edukasi sadari melalui *whatsapp group* terhadap motivasi dan perilaku pada wanita usia subur untuk deteksi dini kanker payudara. Winarni (2013) menyatakan terdapat pengaruh motivasi dan perilaku praktek SADARI. Melakukan Sadari secara teratur minimum sekali dalam sebulan serta diajarkan untuk para perempuan mulai dari umur 20 tahun. SADARI dilakukan 3 hari sehabis haid ataupun 7- 10 hari dikarenakan ada pengaruh hormon ovarium yang telah hilang sehingga konsistensi payudara tidak

lagi keras pada saat menjelang haid (Kamidah & Yuliaswati, 2018).

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil kegiatan PKM, dapat disimpulkan adanya peningkatan pengetahuan, kesadaran, dan keyakinan WUS mengenai Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) sehingga dapat melakukan SADARI dengan tepat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan PPNI Jawa Barat.

DAFTAR PUSTAKA

- Alamsyah, A. N. K., Tyastuti, S., & Meilani, N. (2019). *Efektivitas Broadcast Whatsapp Messenger Terhadap Pengetahuan Wanita Usia Subur Tentang Deteksi Dini Kanker Serviks Dengan Metode Iva Di Puskesmas Banguntapan Ii, Bantul.*
- Ali, A. N., Yuan, F. J., Ying, C. H., & Ahmed, N. Z. (2019). Effectiveness of Intervention on Awareness and Knowledge of Breast Self-Examination among the Potentially at Risk Population for Breast Cancer.

- Asian Oncology Research Journal*, 2(1), 1–13.
- Angrainy, R. (2017). Hubungan pengetahuan, sikap tentang SADARI dalam mendeteksi dini kanker Payudara pada remaja. *Journal Endurance*, 2(2), 232–238.
- Dewi, N. P. A. S. (2020). *Hubungan Tingkat Motivasi Deteksi Dini Kanker Payudara Dengan Tindakan Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Pada Wanita Usia Subur*.
- Kamidah, & Yuliaswati, E. (2018). Sadari Sebagai Upaya Menurunkan Angka Mortalitas Ca Payudara. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 129–135.
- Kemenkes. (2020). *Mengapa Harus Melakukan SADARI*. <http://www.p2ptmkemenkes.go.id/info-graphic-p2ptm/penyakit-kanker-dan-kelainan-darah/mengapa-harus-melakukan-sadari>
- Nardo, B., Cannistra, M., Diaco, V., Naso, A., Novello, M., Zullo, A., Ruggiero, M., Grande, R., & Sacco, R. (2016). Optimizing Patient Surgical Management Using WhatsApp Application in the Italian Healthcare System. *Telemedicine and E-Health*, 22(9).
- Notoatmodjo. (2014). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Rinneka Cipta.
- Pratiwi, S. D. (2018). *Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Wus Tentang Sadari Untuk Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Ibu Pkk Rt 04 Rw 08 Kelurahan Tulusrejo Kecamatan Lowokwaru Kota Malang*.
- Widiastini, L. P. (2016). Penyuluhan Meningkatkan Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Dalam Upaya Deteksi Awal Kanker Payudara Pada Siswi Di Sman Mengwi Badung. *Jurnal Dunia Kesehatan*, 5(1), 76–81.
- Yuhandini, D. S., & Jubaedah, E. (2020). Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Siswi Melalui Pelatihan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) di SMPN 4 Kota Cirebon Tahun 2019. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 1(2), 159–162.
- ZA, A. F. S. (2019). *The Effectiveness Of WhatsApp And Instagram As Breast Self Examination (BSE) Health Promotion Media To Prevent Breast Cancer*. 258–265.