

PELATIHAN PEMERIKSAAN PAYUDARA SENDIRI (SADARI) TERHADAP PRAKTIK SADARI PADA WANITA USIA *MENOPAUSE*

Sumarni, Hartati, dan Rr Sri Sedjati
Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang

ABSTRAK

Menopause merupakan perubahan normal yang terjadi pada kehidupan seorang wanita ketika periode menstruasinya berhenti dimana wanita mengalami penurunan fungsi indung telur sehingga produksi hormone estrogen berkurang yang berakibat terhentinya haid untuk selamanya (mati haid). Akibatnya wanita *menopause* rentan terhadap penyakit kanker, diantaranya kanker payudara. Salah satu cara mendeteksi dini kejadian kanker payudara dengan melakukan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) secara rutin. Menurut penelitian penderita kanker payudara yang terdeteksi secara dini yaitu pada stadium 0 memiliki harapan hidup sebesar 93% sementara kanker payudara yang terdeteksi pada stadium IV memiliki harapan hidup hanya 15%. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh pelatihan SADARI terhadap praktik SADARI pada wanita *menopause*.

Metode penelitian ini menggunakan *quasi eksperimen* dengan rancangan *pre test – post test design with control group*. Populasi penelitian ini adalah seluruh wanita usia *menopause* (45 – 55 tahun) di Desa Wates Kecamatan Wonotunggal Kabupaten Batang.

Hasil penelitian terdapat pengaruh pemberian pelatihan SADARI pada kelompok intervensi terhadap pengetahuan, sikap dan praktik SADARI dengan nilai $p < 0.05$.

Saran diberikan untuk peningkatan pengetahuan masyarakat khususnya wanita usia *menopause* tentang pemeriksaan payudara sendiri (SADARI), dan pembentukan sikap yang baik serta kemampuan praktik SADARI melalui kegiatan pelatihan kesehatan .

Kata Kunci: Wanita Usia *Menopause*, Pelatihan SADARI, Praktik.

ABSTRACT

Menopause is a normal changes that occur in a woman's life when menstrual periods stop where women decreased ovarian function resulting in the production of estrogen hormone is reduced resulting in cessation of menstruation for all (*menopause*) .Keadaan This resulted in menopausal women vulnerable to cancer, among which cancer payudara.Salah a way that can be done to detect early breast cancer incidence by doing breast Self Examination (BSE) in rutin.Menurut study of breast cancer patients are detected early in stage 0 has a life expectancy of 93% while breast cancer detected in stage IV have a life expectancy of only 15%.The purpose of the study to research purposes to determine the effect of BSE training for the practice of BSE in menopausal women.

This study design using *quasi-experimental design with pre test - post test design with control group*.Populasi in this study were all women of menopausal age (45-55 years) in the District Wonotunggal Wates village, Batang.

Result: there is the effect of BSE in the intervention group training on knowledge, attitude and practice of breast self-examination with a value of $p < 0.05$.

The suggestion is need to increase knowledge of society, especially women menopausal age on breast self-examination (BSE), and the formation of a good attitude and the ability to practice breast self-examination through medical training.

Keywords: Female *Menopause*, BSE Training, Practice.

PENDAHULUAN

Indonesia pada Tahun 2000 jumlah perempuan yang berusia diatas 50 tahun dan diperkirakan telah memasuki usia *menopause* sebanyak 15,5 juta jiwa dan pada Tahun 2020 diperkirakan jumlah perempuan yg hidup dalam usia *menopause* adalah 30,3 juta. *Menopause* merupakan perubahan normal yang terjadi pada kehidupan seorang wanita ketika periode menstruasinya berhenti dan merupakan bentuk transisi dari masa produktif menuju non-produktif dimana wanita mengalami penurunan fungsi indung telur sehingga produksi *hormoneestrogen* berkurang yang berakibat terhentinya haid untuk selamanya (Baziad, 2003). Ada beberapa penyakit yang seringkali dialami oleh wanita *menopause*. Salah satu yaitu penyakit kanker. Misalnya kanker payudara. Kanker payudara lebih umum terjadi pada wanita yang telah melampaui masa *menopause*. Kanker payudara salah satu jenis kanker umum yang terjadi pada wanita, kemungkinan terkena kanker payudara pada wanita 100 kali lipat dibandingkan pria (Pamungkas, 2011:51).

Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mendeteksi dini kejadian kanker payudara dengan melakukan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) secara rutin. Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) secara rutin sangat dianjurkan bagi setiap wanita. Dapat diterima bahwa perempuan yang secara cermat memeriksa sendiri payudaranya 12-13 kali setahun akan mampu mendeteksi lesi lebih dini dari pada hanya mengandalkan pemeriksaan dokter yang dilakukan sekali dalam satu tahun. (Cunningham, 2011:119-120). Menurut penelitian penderita kanker payudara yang terdeteksi secara dini yaitu pada stadium 0 memiliki harapan hidup sebesar 93% sementara kanker payudara yang terdeteksi pada stadium IV memiliki

harapan hidup hanya 15% (Pamungkas, 2011:63). Penelitian yang dilakukan oleh Dewi Seftiani menunjukkan bahwa 56,25% responden melakukan SADARI dengan sesuai dan 43,75% melakukan SADARI secara tidak sesuai. Pada wanita *menopause*, untuk dapat melakukan pemeriksaan SADARI secara rutin dalam rangka deteksi dini kanker payudara, diperlukan pengetahuan tentang SADARI yang memadai. Pengetahuan atau disebut kognitif, merupakan bagian yang sangat penting agar terbentuknya tindakan (*overt behavior*), karena perilaku yang berdasarkan pengetahuan akan lebih bertahan dan tetap dipertahankan daripada perilaku atau tindakan yang tidak didasari oleh pengetahuan (Novita dan Franciska, 2011:82). Sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Arini Estetia Putri pada Tahun 2011 tentang hubungan tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri tentang SADARI terhadap perilaku SADARI didapatkan data bahwa sebanyak 53% responden memiliki pengetahuan yang kurang tentang SADARI. Selain pengetahuan, untuk dapat secara rutin melakukan pemeriksaan SADARI, seorang wanita *menopause* harus mempunyai sikap yang baik terhadap SADARI.

Sikap merupakan reaksi atau respon yang diberikan oleh seseorang yang masih tertutup terhadap stimulus atau benda. Sikap adalah kesiapan atau ketersediaan untuk bertindak dan bukan merupakan suatu tindakan atau aktivitas, akan tetapi merupakan predisposisi tindakan atau perilaku (Novita dan Franciska, 2011:84). Sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Arini Estetia Putri pada Tahun 2011 tentang hubungan tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri tentang SADARI terhadap perilaku SADARI didapatkan data bahwa sebanyak 68,7% responden memiliki sikap yang kurang tentang SADARI dan 97,4%

memiliki perilaku kurang untuk melakukan SADARI. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktik deteksi dini kanker payudara pada ibu menopause dengan dilakukan pelatihan SADARI. Berdasarkan kondisi diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh pelatihan SADARI terhadap praktik SADARI pada wanita usia *menopause*.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang dilakukan adalah *quasi eksperimen* dengan rancangan *pre test – post test design with control group* yaitu dengan melakukan pengukuran kemampuan praktik SADARI sebelum dan sesudah perlakuan (pemberian pelatihan SADARI dengan metode demonstrasi, ceramah, bimbingan *one by one*) dan dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh wanita usia *menopause* yang berusia 45-55 tahun di Desa Wates Kecamatan Wonotunggal Kabupaten Batang. Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah sebagian dari populasi wanita usia menopause. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara acak sederhana (*simple random sampling*). Jumlah sampel terdiri dari 30 orang kelompok intervensi dan 30 orang kelompok kontrol. Pengambilan data penelitian dilakukan melalui dua kali pengukuran. Pengukuran pertama dilakukan pada hari Sabtu, 1 Oktober 2016. Prosedur yang dipakai yaitu pada kelompok perlakuan sebelum diberikan pelatihan SADARI terlebih dahulu

dilaksanakan pre-test untuk mengukur pengetahuan, sikap dan praktik SADARI. Setelah dilakukan pre test, untuk kelompok perlakuan selanjutnya dilakukan pelatihan sehari tentang SADARI dengan metode ceramah, tanya jawab, diskusi dan demonstrasi dengan *maniqin* dan selanjutnya praktika langsung cara melakukan SADARI dengan bimbingan secara *one by one* yang artinya setiap responden dibimbing satu persatu oleh pelatih. Setelah dilakukan pelatihan SADARI, pada kelompok perlakuan langsung dilakukan postes pertama untuk mengukur pengetahuan, sikap dan praktik SADARI responden. Pada kelompok kontrol tanpa dilakukan pelatihan, pagi hari dilakukan tes pertama dan siang dilakukan tes ke dua untuk mengukur variabel pengetahuan, sikap dan praktik SADARI. Pengambilan data ke dua dilakukan pada hari Jumat tanggal 28 Oktober 2016, pada kelompok perlakuan maupun kontrol dilakukan pengukuran untuk variabel pengetahuan, sikap dan praktik SADARI.

Uji statistik yang digunakan untuk mengetahui perbedaan nilai pre test, pengamatan pertama dan pengamatan kedua setiap kelompok menggunakan uji *Wilcoxon* sedangkan uji statistik yang digunakan untuk mengetahui perbedaan pengetahuan, sikap dan praktik SADARI antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol menggunakan uji *Friedman*. Untuk menguji normalitas data digunakan uji statistik non parametrik *Kolmogorov-Smirnov*. Hasil uji normalitas data, didapatkan data berdistribusi tidak normal dengan nilai $p = 0.000$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Umur Responden

Statistik	Kelompok Intervensi	Kelompok Perlakuan
Rerata	51.30	51.27
Simpangan Baku	3.659	3.895
Besar Sampel	30	30

Tabel 1 menunjukkan karakteristik responden penelitian berdasarkan umur. Hasil penelitian menunjukkan rerata umur responden kelompok intervensi 51.30

dan kelompok kontrol 51.27. Data ini menunjukkan kedua kelompok mempunyai rerata hampir sama.

Tabel 2. Pendidikan Responden

Karakteristik Responden	Kelompok Intervensi	Kelompok Kontrol
Pendidikan	Frek	%
SD	15	50.0
SMP	15	50.0
Total	30	100

Tabel 2 menunjukkan karakteristik subjek penelitian berdasarkan pendidikan. Terlihat bahwa kelompok intervensi, jumlahnya sama antara yang berpendidikan SD dengan SMP yaitu

masing-masing 15 orang (50%), sedangkan pada kelompok kontrol, sebanyak 17 orang (56.7%) berpendidikan SMP, sisanya berpendidikan SD.

Tabel 3. Hasil Pre Test pada Kedua Kelompok

Variabel	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	Rerata	Simpangan Baku	Rerata	Simpangan Baku
Pengetahuan	48.07	3.532	48.03	3.518
Sikap	53.33	9.760	52.83	9.105
Praktik	49.10	6.994	49.73	8.634
Besar Sampel	30	30		

Berdasarkan Tabel 3 rata-rata pengetahuan kelompok intervensi sebelum perlakuan yaitu 48.07, sikap 53.33 dan preaktek 49.10. Pada kelompok kontrol, rata-rata pengetahuan 48.03,

sikap 52.83 dan praktik 49.73. Kedua kelompok mempunyai nilai rata – rata yang hampir sama untuk variabel pengetahuan, sikap maupun praktik.

Tabel 4. Hasil Pengamatan Pertama

Variabel	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	Rerata	Simpangan Baku	Rerata	Simpangan Baku
Pengetahuan	68.20	3.527	48.13	3.530
Sikap	63.50	9.920	53.53	8.799
Praktik	78.83	3.687	50.43	8.799
Besar Sampel	30	30		

Berdasarkan Tabel 4 rata-rata pengetahuan kelompok intervensi pada pengamatan pertama yaitu 68.27, sikap 63.50 dan praktik 78.83. Pada kelompok kontrol, rata-rata pengetahuan 48.13, sikap 53.53 dan praktik 50.43.

Tabel 5. Hasil Pengamatan ke-2

Variabel	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	Rerata	Simpangan Baku	Rerata	Simpangan Baku
Pengetahuan	83.17	3.514	48.27	3.493
Sikap	68.80	9.732	53.60	8.787
Praktik	80.83	3.687	50.63	8.499
Besar Sampel	30	30		

Berdasarkan Tabel 5 rata-rata pengetahuan kelompok intervensi pada pengamatan kedua yaitu 83.17, sikap 68.80 dan praktik 80.83. Pada kelompok kontrol hasil pengamatan kedua yaitu rata-rata pengetahuan 48.27, sikap 53.60 dan praktik 50.63. Untuk mengetahui perbedaan nilai pengetahuan, sikap dan praktik sebelum dilakukan perlakuan dengan setelah dilakukan perlakuan pada kelompok intervensi dilakukan uji *Wilcoxon*.

Tabel 6. Hasil Analisis Uji Wilcoxon pada Kelompok Intervensi

	<i>p</i>		
	Pengetahuan	Sikap	Praktik
Pretest dengan pengamatan pertama setelah intervensi	0.000	0.000	0.000
Pengamatan pertama dengan pengamatan ke dua	0.000	0.000	0.000
Pretest dengan pengamatan ke dua	0.000	0.000	0.000

Hasil uji *Wilcoxon* diperoleh nilai *significancy* 0.000 ($p < 0.05$), hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna untuk pengetahuan, sikap

dan praktik pada kelompok intervensi antara sebelum pelatihan dengan sesudah pelatihan.

Tabel 7. Hasil Uji *Wilcoxon*

	<i>p</i>		
	Pengetahuan	Sikap	Praktik
Pretest dengan pengamatan pertama	0.317	0.109	0.109
Pengamatan pertama dengan pengamatan ke dua	0.180	0.655	0.317
Pretest dengan pengamatan ke dua	0.102	0.080	0.068

Hasil uji *Wilcoxon* diperoleh nilai *significancy* $p > 0.05$, hal ini dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan pengetahuan, sikap, praktik antara hasil pretest dengan pengamatan pertama dan pengamatan ke dua pada kelompok kontrol. Untuk mengetahui perbedaan rata-

rata pengetahuan, sikap dan praktik pada kelompok intervensi antara sebelum dilakukan perlakuan, hasil pengukuran pertama setelah perlakuan, pengukuran ke dua satu bulan setelah perlakuan, dan juga pada kelompok kontrol dilakukan uji *Friedman*.

Tabel 8. Hasil analisis uji *Friedman*

Kelompok	<i>p value</i>		
	Pengetahuan	Sikap	Praktik
Kelompok Intervensi	0.000	0.000	0.000
Kelompok Intervensi	0.097	0.165	0.039

Dari Tabel 8 diketahui bahwa, dari hasil uji beda menggunakan uji *Friedman*, pada kelompok intervensi atau kelompok yang mendapatkan perlakuan berupa pemberian pelatihan, didapatkan nilai *p value* untuk variabel pengetahuan $p = 0.000$, sikap $p = 0.000$ dan praktik $p = 0.000$. Hal ini berarti nilai $p < 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara pengetahuan, sikap dan praktik sebelum dilakukan perlakuan dengan setelah dilakukan perlakuan yaitu hasil pengukuran pertama setelah

perlakuan, pengukuran ke dua satu bulan setelah perlakuan. Pada kelompok kontrol yang tidak mendapat perlakuan hasil uji *Friedman* didapatkan nilai *p value* untuk variabel pengetahuan $p = 0.097$, sikap $p = 0.165$ dan praktik $p = 0.039$. Hal ini berarti nilai $p > 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan antara pengetahuan, sikap dan praktik pada pre-test dengan hasil pengukuran pertama dan pengukuran ke dua setelah satu bulan pada kelompok kontrol.

Sebelum dilakukan pelatihan pada kedua kelompok mempunyai rerata pengetahuan, sikap dan praktik yang hampir sama. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan, sikap dan praktik pada kedua kelompok datanya homogen, hal ini dikarenakan persamaan karakteristik responden yaitu semua responden dalam rentang usia menopause yaitu 45 – 55 tahun, mempunyai latar belakang pendidikan dasar sampai setingkat SMP serta tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga. Setelah dilakukan perlakuan melalui pemberian pelatihan SADARI selama sehari pada kelompok perlakuan, didapatkan data yaitu terjadi peningkatan rerata baik pengetahuan, sikap maupun praktik. Hasil uji *Wilcoxon* dengan membandingkan nilai pengetahuan, sikap dan praktik pada pengukuran pre-test dengan pengamatan pertama, hasil pengamatan pertama dengan pengamatan ke dua, dan hasil pre-test dengan pengamatan ke dua, didapatkan nilai $p=0.000$ ($p<0.05$). Hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara pengetahuan, sikap dan praktik sebelum pelatihan dengan setelah pelatihan. Hal ini menunjukkan ada pengaruh yang bermakna pemberian pelatihan SADARI terhadap pengetahuan, sikap dan praktik SADARI.

Pengetahuan merupakan hasil tahu setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu yang terjadi melalui panca indra manusia, yaitu: penglihatan, pendengaran, penciuman, pengecapan dan perabaan. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang, karena perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih bertahan lama dari pada tidak didasari oleh pengetahuan. Hasil penelitian juga sesuai dengan pendapat Alber

Bandura (1973) yang didasarkan pada ide bahwa orang belajar dengan mengamati apa yang orang lain lakukan dan bahwa proses berfikir manusia adalah pusat untuk memahami kepribadian dan proses kognisi kekuatan aktif yang konstruktif, selektif, melakukan perilaku atas dasar-dasar nilai dan harapan. Hasil penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Edy Sukiarjo (2007) tentang pengaruh pelatihan dengan metode belajar berdasarkan masalah terhadap pengetahuan dan ketrampilan kader gizi dalam kegiatan posyandu, didapatkan hasil bahwa pelatihan dapat meningkatkan pengetahuan dan mempertahankan pengetahuan lebih lama.

Menurut Azwar Saefudin (2009), sikap seseorang terhadap suatu obyek adalah perasaan mendukung (*favourable*) maupun perasaan tidak mendukung atau tidak memihak (*unfavourable*). Sikap belum merupakan tindakan atau aktivitas, akan tetapi merupakan predisposisi tindakan suatu perilaku. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Triono (2013) tentang pengaruh motivasi dan pelatihan terhadap sikap kewirausahaan peserta program penanggulangan pengangguran pekerja terampil di Jawa Tengah, didapatkan hasil bahwa pemberian pelatihan berpengaruh terhadap sikap kewirausahaan yang tercermin pada kinerja.

Hasil penelitian ini sesuai dengan pendapat Strauss dan Syaless di dalam Notoatmodjo, bahwa pelatihan berarti mengubah pola perilaku, karena dengan pelatihan maka akhirnya akan menimbulkan perubahan perilaku. Hasil penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Edy Sukiarjo (2007) tentang pengaruh pelatihan dengan metode belajar berdasarkan masalah terhadap pengetahuan dan ketrampilan kader gizi dalam kegiatan posyandu, didapatkan hasil

bahwa pelatihan dapat meningkatkan ketrampilan kader gizi dalam kegiatan posyandu.

Hasil analisis menggunakan uji *Friedman* didapatkan data pada kelompok intervensi atau kelompok yang mendapatkan perlakuan berupa pemberian pelatihan, didapatkan nilai *p value* untuk variabel pengetahuan, sikap, dan praktik $p=0.000$ ($p<0.05$), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara pengetahuan, sikap dan praktik sebelum dilakukan perlakuan dengan setelah dilakukan perlakuan. Pada kelompok kontrol yang tidak mendapat perlakuan hasil uji *Friedman* didapatkan nilai *p value* untuk variabel pengetahuan, sikap dan praktik didapatkan nilai $p>0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan antara pengetahuan, sikap dan praktik pada pre-test dengan hasil pengukuran pertama dan pengukuran kedua pada kelompok kontrol.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rita Sari Dewi (2009) tentang pengaruh pelatihan terhadap pengetahuan, sikap dan ketrampilan petugas dalam pengelolaan vaksin program imunisasi di Unit Pelayanan Kesehatan Kabupaten Karanganyar, hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan variabel pengetahuan, sikap dan ketrampilan antara petugas vaksinasi yang belum mengikuti pelatihan dengan petugas vaksinasi yang sudah mengikuti pelatihan.

SARAN

Perlunya peningkatan pengetahuan masyarakat khususnya wanita usia menopause tentang pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dan pembentukan sikap yang baik serta kemampuan praktik

SADARI melalui kegiatan pelatihan kesehatan yang dilakukan secara komprehensif dan intensif sehingga dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktik masyarakat tentang SADARI sebagai salah satu upaya deteksi dini kanker payudara.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : PT Rineka Cipta
- Azwar, Saifudin. 2009. *Sikap Manusia*. Edisi: 2. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. Aggression. 1973. *A social Learning Analysis*. Englewood Cliffs. NJ. Prentice Hall.
- Cunningham, F. Gary dan Norman F. Gant. 2011. *Dasar-dasar Ginekologi & Obstetri*. Jakarta EGC.
- Dewi Seftiani, *Hubungan Tingkat pengetahuan dengan perilaku SADARI pada mahasiswa* <http://jurnal.unpad.ac.id/ejournal/article/viewFile/729/775> Diunduh tanggal 25 Juli 2016.
- Dinkes Kabupaten Batang. 2013. *Data penderita kanker payudara tahun 2011 dan tahun 2012*. Batang
- Notoatmodjo, S. 2005. *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*, Penerbit Rineka Cipta, Jakarta.
- Novita, Nesi dan Franciska, Yunetra, 2011, *Promosi Kesehatan Dalam Pelayanan Kebidanan*. Jakarta : Salemba Medika
- Pamungkas, Zaviera. 2011. *Deteksi dini kanker payudara*. Jogjakarta : Buku Biru.