

LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG CARA DETEKSI DINI
KANKER PAYUDARA



Oleh

Ketua :

dr. Edwina Monayo M. Biomed
NIP. 198309062008122004

PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO
TAHUN 2020

**HALAMAN PENGESAHAN
PENGABDIAN MANDIRI**

1. Judul Kegiatan : Penyuluhan Kesehatan Tentang Cara Deteksi Dini Kanker Payudara
2. Lokasi : Wilayah Kerja Puskesmas Kota Tengah
3. Ketua Tim Pelaksana
 - a. Nama : dr. Edwina Rugaiah Monayo, M.Biomed
 - b. NIP : 198309062008122004
 - c. Jabatan/Golongan : Lektor / 3 d
 - d. Program Studi/Jurusan : Kedokteran / Kedokteran
 - e. Bidang Keahlian :
 - f. Alamat Kantor/Telp/Faks/E-mail : 08124160636
 - g. Alamat Rumah/Telp/Faks/E-mail : -
4. Anggota Tim Pelaksana
 - a. Jumlah Anggota : -
 - b. Nama Anggota I / Bidang Keahlian : -
 - c. Nama Anggota II / Bidang Keahlian : -
 - d. Mahasiswa yang terlibat : 6 orang
5. Lembaga/Institusi Mitra
 - a. Nama Lembaga / Mitra : Puskesmas Kota Tengah
 - b. Penanggung Jawab : -
 - c. Alamat/Telp./Fax/Surel : -
 - d. Jarak PT ke lokasi mitra (km) : 4 km
 - e. Bidang Kerja/Usaha : Kesehatan
6. Jangka Waktu Pelaksanaan : 1 bulan
7. Sumber Dana : Biaya Sendiri
8. Total Biaya : Rp. 1.000.000,-

Mengetahui
Dekan Fakultas Kedokteran

(dr. Zuhriana K. Yusuf, M.Kes)
NIP. 197401062006042001

Gorontalo, 15 Desember 2020
Ketua

(dr. Edwina Rugaiah Monayo, M.Biomed)
NIP. 198309062008122004



Deteksi Dini Kanker Payudara

I. Latar Belakang

Penyakit kanker payudara merupakan penyebab utama kematian di antara semua penyakit kanker yang dialami wanita di Indonesia. Penyakit kanker merupakan salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia, meningkatnya angka kematian akibat kanker payudara salah satunya karena terdeteksi pada stadium lanjut (WHO, 2014). Kanker payudara merupakan salah satu jenis kanker yang umum pada wanita. Kanker payudara merupakan tumor ganas yang tumbuh didalam jaringan payudara. Setiap tahun lebih dari 185.000 wanita didiagnosa menderita kanker payudara. Insiden penyakit ini semakin meningkat di negara-negara maju (Kemenkes RI, 2015).

Data Global Cancer Observatory tahun 2018 menyatakan terdapat 18,1 juta kasus baru dengan angka kematian sebesar 9,6 juta kematian, dimana 1 dari 5 laki-laki dan 1 dari 6 perempuan di dunia mengalami kejadian kanker. Data tersebut juga menyatakan 1 dari 8 laki-laki dan 1 dari 11 perempuan, meninggal karena kanker.

Sementara itu angka kejadian penyakit kanker di Indonesia (136.2/100.000 penduduk) berada pada urutan 8 di Asia Tenggara, sedangkan di Asia urutan ke 23. Angka kejadian tertinggi di Indonesia untuk laki laki adalah kanker paru yaitu sebesar 19,4 per 100.000 penduduk dengan rata-rata kematian 10,9 per 100.000 penduduk, yang diikuti dengan kanker hati sebesar 12,4 per 100.000 penduduk dengan rata-rata kematian 7,6 per 100.000 penduduk. Sedangkan angka kejadian untuk perempuan yang tertinggi adalah kanker payudara yaitu sebesar 42,1 per 100.000 penduduk dengan rata-

rata kematian 17 per 100.000 penduduk yang diikuti kanker leher rahim sebesar 23,4 per 100.000 penduduk dengan rata-rata kematian 13,9 per 100.000 penduduk.

Berdasarkan data Riskesdas, prevalensi tumor/kanker di Indonesia menunjukkan adanya peningkatan dari 1.4 per 1000 penduduk di tahun 2013 menjadi 1,79 per 1000 penduduk pada tahun 2018. Prevalensi kanker tertinggi adalah di provinsi DI Yogyakarta 4,86 per 1000 penduduk, diikuti Sumatera Barat 2,47 79 per 1000 penduduk dan Gorontalo 2,44 per 1000 penduduk.

Dalam rangka mengoptimalkan upaya pencegahan dan pengendalian kanker di Indonesia, perlu adanya upaya masif yang dilakukan oleh semua pihak baik pemerintah maupun masyarakat dalam pencegahan dan pengendalian kanker.

Periksa payudara sendiri atau SADARI hingga saat ini merupakan cara deteksi dini kanker payudara yang cukup efektif. SADARI mudah dilakukan dan bisa diterapkan kepada semua usia, baik remaja dan wanita dewasa. Dengan melakukan SADARI yang benar dan rutin, sebanyak 80 persen kanker payudara bisa ditemukan. Meski gerakan sangat mudah, namun belum banyak wanita yang sadar pentingnya melakukan SADARI.

Berdasarkan uraian diatas, maka kami tertarik untuk melakukan penyuluhan kesehatan mengenai deteksi dini kanker payudara untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam pencegahan awal terhadap terjadinya kanker payudara.

2. Perumusan Masalah

Saat ini kanker payudara masih menduduki angka tertinggi kanker pada perempuan di Indonesia. Pencegahan untuk menghambat perkembangan kanker

payudara ke stadium yang lebih tinggi bisa dilakukan, akan tetapi masih banyak masyarakat yang tidak tahu ataupun merasa tabu untuk melakukan kegiatan tersebut.

3. Tinjauan Pustaka

Definisi

Kanker adalah suatu penyakit yang disebabkan oleh pertumbuhan sel-sel jaringan tubuh yang tidak normal. Sel-sel kanker akan berkembang dengan cepat, tidak terkendali, dan terus membelah diri, selanjutnya menyusup ke jaringan di sekitarnya (invasive) dan terus menyebar melalui jaringan ikat, darah, dan menyerang organ-organ penting serta saraf tulang belakang. Dalam keadaan normal, sel hanya akan membelah diri jika ada penggantian sel-sel yang telah mati dan rusak. Sebaliknya, sel kanker akan membelah terus meskipun tubuh tidak memerlukannya, sehingga akan terjadi penumpukan sel baru. Penumpukan sel tersebut mendesak dan merusak jaringan normal, sehingga mengganggu organ yang ditempatinya (Mangan, 2009).

Kanker adalah suatu jenis penyakit berupa pertumbuhan jaringan yang tidak terkendali karena hilangnya mekanisme kontrol sel sehingga pertumbuhan menjadi tidak normal. Penyakit ini dapat menyerang semua bagian organ tubuh. Baik pada orang dewasa maupun anak-anak. Akan tetapi, lebih sering menyerang orang yang berusia 40 tahun (Uripi, 2002). Frekuensi kasus penyakit ini relatif tinggi di negara maju dan merupakan yang terbanyak diderita dari jenis kanker lainnya. Sedangkan di Indonesia, kanker payudara menempati peringkat kedua setelah kanker serviks.

Faktor Risiko Kanker Payudara

Faktor risiko kanker payudara adalah segala sesuatu yang dapat mempengaruhi kemungkinan seseorang menderita kanker payudara. Beberapa faktor risiko tidak dapat diubah seperti usia atau riwayat keluarga, tetapi ada juga faktor risiko yang berhubungan dengan gaya hidup seperti merokok dan minum alkohol.

Berikut adalah faktor risiko yang penting untuk kanker payudara :

1. Usia

Risiko menderita kanker payudara akan meningkat seiring dengan semakin tuanya seseorang. Di RS Kanker Dharmais, usia rata-rata wanita yang pertama kali didiagnosis kanker payudara adalah 48 tahun.

2. Haid pertama di usia kurang dari 10 tahun atau menopause (berhenti haid) di usia lebih dari 55 tahun dapat sedikit meningkatkan risiko kanker payudara.
3. Wanita yang tidak menikah, tidak memiliki anak, atau memiliki anak pertama setelah usia 30 tahun juga dapat meningkatkan risiko.
4. Riwayat menggunakan preparat hormonal seperti KB hormonal (pil, suntik, susuk) atau terapi hormonal (misalnya terapi sulih hormon estrogen pada wanita yang menopause) meningkatkan risiko kanker payudara.
5. Diet tinggi lemak dan alkohol meningkatkan kemungkinan hingga 1,5 kali untuk menderita kanker payudara dibandingkan wanita yang tidak banyak makan lemak dan tidak minum alkohol.
6. Memiliki kerabat wanita dekat (seperti ibu kandung, kakak/adik, anak) dengan kanker payudara dapat meningkatkan risiko kanker payudara sampai 2 kali dibandingkan wanita yang tidak memiliki riwayat keluarga dengan kanker payudara.

Diperkirakan 20-30% wanita dengan kanker payudara memiliki anggota keluarga yang juga memiliki riwayat kanker payudara.

7. Kanker payudara karena keturunan

Menurut data diperkirakan bahwa 5 -10 persen kanker payudara berhubungan pada mutasi genetik pada generasi di dalam keluarga. Sejumlah gen rusak yang diwariskan dapat meningkatkan kemungkinan kanker payudara telah diidentifikasi. Yang umum adalah gen kanker payudara 1 (BRCA1) dan gen kanker payudara 2 (BRCA2), keduanya meningkatkan risiko kanker payudara dan kanker ovarium.

Tanda-tanda Kanker Payudara

Tanda-tanda paling umum kanker payudara adalah benjolan yang dapat dirasakan ketika seseorang telah melakukan beberapa pemeriksaan pada payudara. Selain hanya payudara itu sendiri, puting juga harus diperiksa. Gejala lain juga dapat mencakup penyakit *Paget*. Karena kanker payudara adalah jenis kanker, yang juga dapat mempertimbangkan gejala kanker lain seperti penurunan berat badan dijelaskan, pembengkakan kelenjar getah bening dan bahkan nyeri sendi sebagai sesuatu yang terhubung dengan penyakit ini.

Secara keseluruhan, tanda-tanda kanker payudara harus diketahui semua orang sehingga bisa dilakukan pencegahan terhadap perjalanan penyakit ini. Kanker payudara dapat menjadi penyakit yang sangat berbahaya yang bisa menyebabkan kematian. Karena kanker payudara adalah salah satu jenis yang paling umum dari kanker yang diderita oleh orang-orang di dunia, memang lebih baik untuk

memahami lebih dalam tentang kanker tersebut dan tanda-tanda kanker payudara itu.

- 1) Ukuran atau bentuk payudara berubah.
- 2) Ada sebuah benjolan atau penebalan pada payudara. (Daerah yang mungkin termasuk daerah sekitar payudara atau ketiak.)
- 3) Payudara terasa luar biasa hangat saat disentuh.
- 4) Retraksi puting. (Puting berbalik ke dalam atau cekung ke dalam payudara.)
- 5) Bentuk puting menjadi tidak teratur.
- 6) Ruam pada puting atau areola.
- 7) Keluar cairan dari puting.
- 8) Kulit payudara mengerut.
- 9) Payudara tampak kemerahan, bersisik atau bengkak.
- 10) Nyeri pada payudara.

E. Pencegahan Kanker Payudara

Banyak faktor resiko yang tidak dapat dikendalikan. Tetapi telah banyak penelitian yang dihubungkan dengan perubahan diet dan gaya hidup, secara umum bisa mengurangi angka terjadinya kanker.

Saat ini, faktor yang terbukti memegang peranan penting dalam proses terjadinya tumor adalah hormon estrogen. Estrogen merupakan hormon kelamin sekunder yang berfungsi untuk membentuk dan mematangkan organ kelamin wanita, termasuk payudara, selama pubertas. Estrogen memicu pertumbuhan dan pematangan sel di organ kelamin wanita yang disebut sel *duct*. Sel *duct* ini kemudian akan

membelah secara normal. Saat-saat pematangan sel *duct* ini merupakan saat yang paling rentan bagi sel tersebut terkena mutasi. Jika ada satu sel yang mengalami mutasi akibat faktor keturunan, radiasi, radikal bebas, dan lain-lain, maka sel tersebut dapat membelah secara berlebihan yang seterusnya akan berkembang menjadi kanker.

Dari sini dapat diketahui bahwa estrogen merupakan salah satu faktor yang bertanggung jawab terhadap risiko terjadinya kanker payudara. Berikut ini merupakan langkah langkah yang dapat dilakukan oleh seorang wanita untuk mencegah timbulnya kanker payudara :

1) Lakukan deteksi dini (pemeriksaan sendiri) setiap bulan setelah masa haid dan pemeriksaan klinis (mammografi dan biopsi).

Terdapat beberapa cara deteksi dini kanker payudara dengan tingkat akurasi yang berbeda. Akurasi deteksi dini kanker payudara akan jauh bertambah bila ketiga tes ini dikombinasi.

Cara deteksi dini kanker payudara adalah :

1. Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)
2. Pemeriksaan Klinis Payudara oleh Dokter (SADANIS)
3. Pemeriksaan Radiologi (Mammografi dan/atau USG)
4. Biopsi tanpa pembedahan

Pemeriksaan Klinis Payudara oleh Dokter dapat mendeteksi sampai 85% kasus kanker payudara. Pemeriksaan Mammografi dapat mendeteksi sampai 90% kasus kanker payudara. Biopsi dapat mendeteksi sampai 91% kanker payudara. Tetapi bila ketiga

pemeriksaan dini dilakukan semuanya, maka kanker payudara dapat dideteksi secara dini hingga 99,5%.

2) Pemeriksaan Payudara Sendiri (Teknik SADARI)

Pemeriksaan SADARI sebaiknya dilakukan mulai usia remaja. Dilakukan sebulan sekali, pada hari ke-7 sampai hari ke-10 dihitung dari hari pertama haid. Bila wanita telah menopause, SADARI dilakukan pada tanggal yang sama setiap bulan, misalnya tanggal 10.

SADARI terdiri atas beberapa langkah:

1. Berdiri di depan cermin dengan berbagai posisi: mulai dari berdiri dengan lengan di kedua sisi tubuh, lalu angkat lengan ke atas kepala. Lanjutkan dengan menekan kedua tangan di pinggang, lalu gerakkan kedua lengan dan situ ke depan sambil mengangkat bahu. Perhatikan tanda berikut :
 - a. Perubahan ukuran atau bentuk payudara
 - b. Adanya cekungan di kulit
 - c. Perubahan bentuk puting
 - d. Adanya nyeri yang terus menerus
2. Berbaring dan letakkan sebuah bantal kecil di bawah bahu kanan. Letakkan tangan kanan di bawah kepala. Gunakan ketiga jari tangan kiri untuk memeriksa seluruh payudara kanan termasuk daerah puting. Periksa mulai dari daerah ketiak, lalu daerah luar payudara dan melingkar hingga ke daerah puting. Perhatikan tanda berikut:
 - a. Adanya benjolan di payudara atau di ketiak

- b. Daerah yang terasa menebal di payudara
- 3. Tekan puting dengan lembut untuk melihat adanya cairan atau darah yang keluar.
- 4. Ulang langkah 2 dan 3 untuk payudara kiri.

4. Tujuan Kegiatan

Pengabdian Masyarakat ini melalui penyuluhan kesehatan tentang cara deteksi pencegahan kanker payudara memiliki tujuan umum dan tujuan khusus. Dimana tujuan umum dari kegiatan ini untuk meningkatkan partisipasi dari masyarakat khususnya ibu ibu dalam melakukan deteksi dini pencegahan kanker payudara. Sedangkan tujuan khususnya untuk meningkatkan pelaksanaan SADARI bagi ibu ibu untuk pencegahan kanker payudara.

5. Manfaat Kegiatan

Manfaat dari pendidikan kesehatan ini yaitu meningkatkan pengetahuan ibu ibu dalam melakukan deteksi dini dan pencegahan penyakit kanker payudara.

6. Khalayak Sasaran Kegiatan

Adapun sasaran dalam pendidikan kesehatan terkait deteksi dini kanker payudara ini adalah ibu usia subur di Wilayah kerja Puskesmas Kota Selatan Kota Gorontalo

7. Metode Kegiatan

Metode yang digunakan dalam pendidikan kesehatan ini meliputi ceramah, praktek SADARI, Tanya jawab, dan pemutaran video terkait bahaya penyakit kanker payudara.

8. Keterkaitan

Lembaga pelaksana Kegiatan ini adalah LPM Universitas Negeri Gorontalo. Khalayak sasaran adalah Ibu usia subur. Kegiatan pengabdian ini merupakan wujud dari tridarma perguruan tinggi dimana bentuk dari pengetahuan yang dimiliki adalah dengan menyebarkan pengetahuan tersebut dalam rangka pencegahan penyakit kanker payudara. Kegiatan ini melibatkan dosen dari lingkungan Universitas Negeri Gorontalo.

9. Evaluasi

Evaluasi kegiatan dilakukan dengan Tanya jawab secara langsung dengan ibu ibu peserta penyuluhan setelah pemberian penyuluhan dilaksanakan.

10. Jadwal Pelaksanaan Kegiatan

- a. Waktu Pelaksanaan : Kegiatan ini dilaksanakan selama bulan Desember 2020
- b. Tempat pelaksanaan:di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Selatan Kota Gorontalo.

11. Rencana Anggaran Operasional

Anggaran biaya yang digunakan adalah Rp. 2.000.000 (Dua juta rupiah), dengan rincian sebagai berikut :

1. Transportasi	Rp. 500.000
2. Konsumsi	Rp. 1.000.000
3. Biaya Penyusunan, Pengetikan, Penggandaan, dan Penjilidan	Rp. 500.000
Total :	Rp. 2.000.000
	(Dua Juta Rupiah)

Lampiran 1.

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Penyuluhan Kesehatan Tentang Cara Deteksi Dini Kanker Payudara

Topik : Penyuluhan Kesehatan dan Pelatihan Pemeriksaan SADARI
Sasaran : Ibu Usia Subur di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Selatan Kota Gorontalo
Tempat : Wilayah kerja Puskesmas Kota Selatan
Hari/Tanggal : 10-14 Desember 2020

A. Latar Belakang

Penyakit kanker payudara merupakan penyebab utama kematian diantara semua penyakit kanker yang dialami wanita di Indonesia. Penyakit kanker merupakan salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia, meningkatnya angka kematian akibat kanker payudara salah satunya karena terdeteksi pada stadium lanjut (WHO, 2014). Kanker payudara merupakan salah satu jenis kanker yang umum pada wanita. Kanker payudara merupakan tumor ganas yang tumbuh didalam jaringan payudara. Setiap tahun lebih dari 185.000 wanita didiagnosa menderita kanker payudara. Insiden penyakit ini semakin meningkat di negara-negara maju (Kemenkes RI, 2015).

Data Global Cancer Observatory tahun 2018 menyatakan terdapat 18,1 juta kasus baru dengan angka kematian sebesar 9,6 juta kematian, dimana 1 dari 5 laki-laki dan 1 dari 6 perempuan di dunia mengalami kejadian kanker. Data tersebut juga menyatakan 1 dari 8 laki-laki dan 1 dari 11 perempuan, meninggal karena kanker.

Berdasarkan data Riskesdas, prevalensi tumor/kanker di Indonesia menunjukkan adanya peningkatan dari 1,4 per 1000 penduduk di tahun 2013 menjadi 1,79 per 1000 penduduk pada tahun 2018. Prevalensi kanker tertinggi adalah di provinsi DI Yogyakarta 4,86 per 1000 penduduk, diikuti Sumatera Barat 2,47 79 per 1000 penduduk dan Gorontalo 2,44 per 1000 penduduk.

Periksa payudara sendiri atau SADARI hingga saat ini merupakan cara deteksi dini kanker payudara yang cukup efektif. SADARI mudah dilakukan dan bisa diterapkan kepada semua usia, baik remaja dan wanita dewasa. Dengan melakukan

SADARI yang benar dan rutin, sebanyak 80 persen kanker payudara bisa ditemukan. Meski gerakan sangat mudah, namun belum banyak wanita yang sadar pentingnya melakukan SADARI.

B. Tujuan

1. Tujuan umum

Meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam melaksanakan prosedur SADARI sebagai langkah awal deteksi dini pencegahan kanker payudara

2. Tujuan Khusus

- a. Memberikan pemahaman mengenai penyakit kanker payudara
- b. Meningkatkan kesadaran dan kemauan masyarakat dalam melakukan deteksi dini kanker payudara dengan metode SADARI

C. Sasaran

Ibu Usia Subur di Wilayah kerja Puskesmas Kota Selatan

D. Materi (Terlampir)

E. Metode

1. Ceramah
2. Diskusi
3. Video

F. Media

1. LCD
2. Laptop
3. PPT
4. Leaflet
5. Video

G. Jadwal Kegiatan

Tahap	Waktu	Kegiatan	Respon	Metode
Orientasi	10 menit	▪ Memberi salam dan berkenalan ▪ Menjelaskan kontrak waktu • Menjelaskan Tujuan Kegiatan	▪ Menjawab salam ▪ Bersedia mengikuti kegiatan • Mendengarkan dan memperhatikan	Ceramah
Kerja	60 menit	• Menjelaskan penyakit CA Terkait : - Definisi	Mendengarkan dan memperhatikan informasi yang dijelaskan	Ceramah

		- Penyebab - Jenis penyakit CA - Faktor Resiko CA - Pelaksanaan SADARI		
Terminasi	15 menit	▪ Memberikan kesempatan untuk bertanya ▪ Menjawab pertanyaan ▪ Menyimpulkan materi yang telah disampaikan • Memberi salam penutup	▪ Mengajukan pertanyaan ▪ Memperhatikan ▪ Mendengarkan penjelasan • Menjawab salam	Ceramah dan tanya jawab

H. Rencana Evaluasi

a. Evaluasi dilaksanakan selama proses dan pada akhir kegiatan pendidikan kesehatan dengan memberikan pertanyaan secara lisan sebagai berikut:

1. Jelaskan kembali pengertian kanker Payudara
2. Jelaskan penyebab dari Kanker Payudara
3. Menyebutkan tanda dan gejala dari Kanker Payudara
4. Menyebutkan faktor risiko terkena Kanker Payudara
5. Menyebutkan cara pencegahan dan pengobatan dari Kanker payudara
6. Menyebutkan tahapan SADARI

b. Kriteria evaluasi

1. Evaluasi struktur
 - a) Menyiapkan SAP
 - b) Menyiapkan materi dan media
 - c) Kontrak waktu dengan sasaran
 - d) Menyiapkan tempat
 - e) Menyiapkan pertanyaan
2. Evaluasi proses
 - a) Sasaran memperhatikan dan mendengarkan selama pendidikan kesehatan berlangsung
 - b) Sasaran aktif bertanya bila ada hal yang belum dimengerti
 - c) Sasaran memberi jawaban atas pertanyaan pemberi materi
 - d) Sasaran tidak meninggalkan tempat saat pendidikan kesehatan berlangsung
 - e) Tanya jawab berjalan dengan baik
3. Evaluasi hasil
 - a) Pendidikan kesehatan dikatakan berhasil apabila sasaran mampu menjawab pertanyaan 80 % lebih dengan benar

- b) Pendidikan kesehatan dikatakan cukup berhasil / cukup baik apabila sasaran mampu menjawab pertanyaan antara 50 – 80 % dengan benar
- c) Pendidikan kesehatan dikatakan kurang berhasil / tidak baik apabila sasaran hanya mampu menjawab kurang dari 50 % dengan benar.

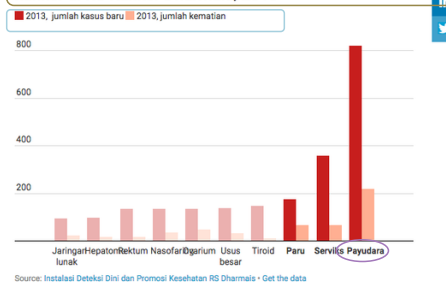
LAMPIRAN 2 :

**MATERI PENYULUHAN
SOSIALISASI SADARI SEBAGAI LANGKAH AWAL PENCEGAHAN
KANKER PAYUDARA**

DETEKSI DINI KANKER PAYUDARA

dr. Edwina R. Monayo, M.Biomed

Estimasi jumlah kasus baru dan jumlah kematian akibat kanker di RS Kanker Dharmas, 2013



PENDERITA KANKER PAYUDARA

TOTAL
PENDERITA
KANKER
PAYUDARA
DI INDONESIA



berobat pada stadium awal



terdeteksi stadium lanjut



terdeteksi metastasis



Pengertian

Tumor → Benjolan Abnormal yg Terdapat Pd Payudara.

Tumor terbagi atas :

1. Tumor Jinak
2. Tumor Ganas → disebut **Kanker Payudara**.

Beberapa Tumor Jinak payudara dpt bermutasi mjd Ganas

Pengertian

Kanker payudara adalah keganasan yg tjd pd kantung dan/atau saluran penghasil susu.

Keganasan Payudara adalah terjadinya perubahan sel dlm payudara normal mjd sel yg bersifat buruk → Sifat tumbuhnya Sangat Cepat, Merusak, Menyebar, dan Menyebabkan **Kegagalan Fungsi Organ Lainnya**.

EPIDEMIOLOGI KARSINOMA PAYUDARA PADA WANITA (BREAST CANCER)

Setiap 1 dari 9-11 Wanita Amerika

- Mengalami karsinoma payudara (dalam kehidupannya).
- Usia terbanyak menderita Ca payudara → **Usia 60-61 tahun**.

Di Inggris Karsinoma Payudara

- Sering terjadi pada Wanita.
- Menjadi penyebab kematian utama pd wanita usia **30-59 tahun**

ASPEK KLINIS

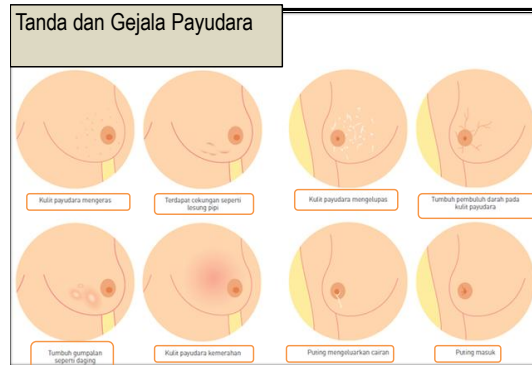
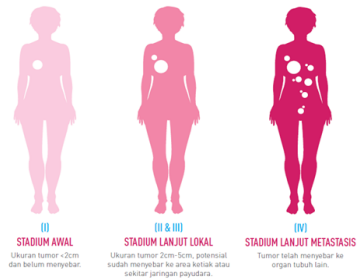
Penyebab penyakit blm diketahui

Kebanyakan karsinoma payudara muncul atau berasal dari epitel yg melapisi sistem duktuli jaringan mammae, sebagian kecil muncul dari jaringan mammae yg lain

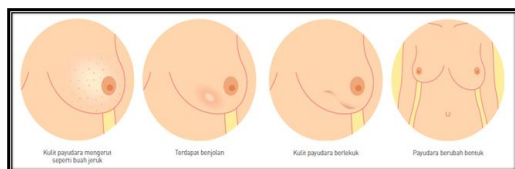
ASPEK KLINIS

Penyebab penyakit blm diketahui

Kebanyakan karsinoma payudara muncul atau berasal dari epitel yg melapisi sistem duktuli jaringan mammae, sebagian kecil muncul dari jaringan mammae yg lain



Tanda dan Gejala Payudara...



Faktor Risiko Kanker Payudara

Faktor Risiko dapat diubah

- Tidak melahirkan
- Melahirkan pertama >35 tahun
- Tidak menyusui
- Penggunaan hormon estrogen
- Alkohol
- Obesitas
- Trauma payudara
- Menggunakan kontrasepsi oral

Faktor risiko tidak dapat diubah

- Riwayat Keluarga Kanker
- Menstruasi Dini
- Riwayat Tumor Jinak Payudara
- Tidak menikah
- Menopause terlambat

Cara Deteksi Kanker Payudara...

Cara Deteksi Kanker Payudara

3. Pemeriksaan Mammografi

Pemeriksaan payudara menggunakan Sinar-x, utk melihat jaringan payudara shg dpt mendeteksi jika ada Sel Abnormal. Dapat dilakukan setiap thn sejak memasuki usia 40 tahun atau sesuai saran dokter.

4. Pemeriksaan Ultrasonografi (USG)

USG → Pemeriksaan dgn Gelombang suara utk mencitrakan jaringan bagian dlm tubuh. Terutama wanita usia <40thn, ketika Jar. payudara masih padat shg tidak efektif jika diperiksa dgn mammografi sj.

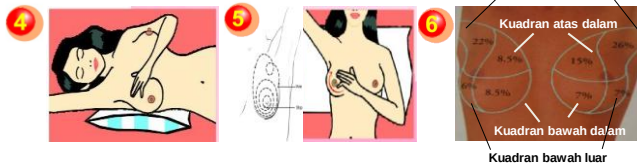
1) Periksa Payudara Sendiri (SADARI).

Dilakukan rutin setiap bulan, setelah hari ke 7- hari ke 10, saat jaringan payudara tdk terlalu sensitif. Jika sudah menopause, tentukan tanggal yg mudah diingat utk melakukan SADARI.

2) Pemeriksaan Klinis oleh Tenaga Medis Terlatih.

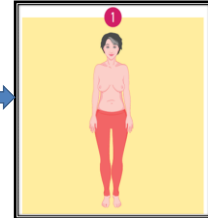
Utk Wanita berisiko tinggi sebaiknya pemeriksaan dilakukan 3 thn sekali, ketika memasuki usia 20 tahun.

SADARI



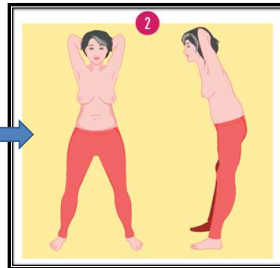
LANGKAH I

1. Berdiri tegak menghadap cermin.
2. Cermati bila ada perubahan pada bentuk & permukaan kulit payudara, pembengkakan dan/atau perubahan pada puting.
3. Jangan khawatir bila bentuk payudara kanan dan kiri tidak simetris (asimetris)



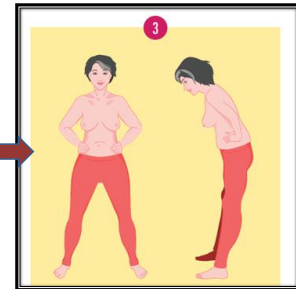
LANGKAH II

1. Angkat kedua lengan ke atas, tekuk siku & posisikan tangan di belakang kepala.
2. Dorong siku ke depan, cermati payudara.
3. Kemudian dorong siku ke belakang & cermati lagi bentuk & ukuran payudara.
4. Otot dada anda dgn sendirinya berkontraksi saat melakukan gerakan ini.



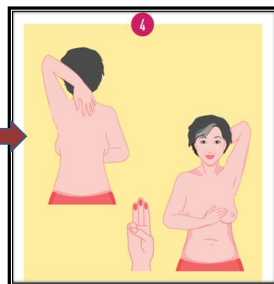
LANGKAH III

1. Posisikan kedua tangan pd pinggang
2. Condongkan bahu ke depan shg payudara menggantung & dorong kedua siku ke depan
3. Lalu kencangkan (kontraksikan) otot dada Anda.

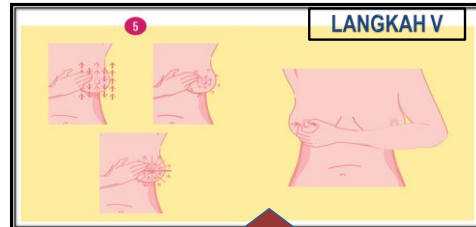


LANGKAH IV

1. Angkat lengan kiri ke atas dan tekuk siku sehingga tangan kiri memegang bagian atas punggung.
2. Menggunakan ujung jari tangan kanan, raba & tekan daerah payudara & cermati seluruh bagian payudara kiri hingga ke daerah ketiak.



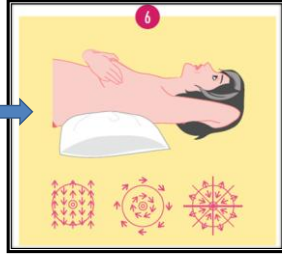
LANGKAH V



1. Buatlah gerakan lingkaran-lingkaran kecil dari atas ke bawah (vertical), melingkari daerah payudara, serta tepi payudara ke puting & sebaliknya.
2. Ulangi gerakan yg sama pada payudara kanan Anda.
3. Cubit kedua puting, cermati bila ada cairan yg keluar. Segera ke dokter jika tdpt cairan yg keluar dari puting (kecuali menyusui)

LANGKAH VI

1. Pada posisi berbaring letakan bantal di bawah punggung.
2. Angkat lengan kiri ke atas & cermati payudara kiri menggunakan tiga pola gerakan sebelumnya.
3. Angkat lengan ke atas, & lakukan pemeriksaan yg sama pd payudara kanan.



Pencegahan Primer

1. Aktivitas fisik teratur (30 menit setiap hari)
2. Konsumsi buah dan sayur 5 porsi sehari
3. Mengurangi makanan berlemak dan goreng-gorengan
4. Memberikan ASI
5. Tidak mengonsumsi alkohol
6. Mengganti kontrasepsi oral dgn non hormonal setelah 2 tahun

PENCEGAHAN SEKUNDER: DETEKSI DINI

1. Pengidentifikasian kanker payudara sedini mungkin meningkatkan harapan untuk sembuh.
2. Pengobatan sedini mungkin dpt dilakukan bila penyakit terdeteksi seawal mungkin → shg deteksi dini sangat diperlukan
3. Metode deteksi dini
 - SADARI (periksa Payudara Sendiri)
 - Pemeriksaan Klinis Payudara (Clinical Breast Examination/CBE)
 - Pemeriksaan Ultrasonografi (USG)
 - Pemeriksaan Mammografi

LAMPIRAN III

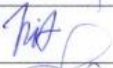
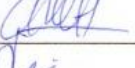
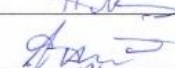
DAFTAR HADIR PESERTA

DAFTAR HADIR

Hari/Tanggal : 14 DESEMBER 2020

Jenis Kegiatan : PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG CARA DETEKSI DINI KANKER PAYUDARA

Tempat : PUSKESMAS KOTA SELATAN KOTA GORONTALO

NO	NAMA	TANDA TANGAN	KETERANGAN
1.	Ainun Mananaka		
2.	Fauzip Ismail		
3.	Kamila Abd. R. Doe		
4.	Hur Ari Fumolutedo		
5.	Meimuri Y. Mustapa		
6.	PRILLY AFRIANI SAPU		
7.	Reda D1		
8.	ANJ SAID		
9.	NARIMAN HIRYA		
10.	Suryani H		
11.	Rafic. R		
12.	Rahma		
13.	Randri		



LAMPIRAN IV

DOKUMENTASI KEGIATAN



