

Edukasi Bahaya Merokok dan Kanker Payudara serta Lokakarya Berhenti Merokok dan SADARI di SMA Immanuel Kalasan Yogyakarta

Lili Ananta Saputra*, Galuh Widowati, Tejo Jayadi, Estherina Fajar Haryaningtyas,
Tresia Jawa

Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana

*Email : liliananta@staff.ukdw.ac.id

Abstrak: Kanker menjadi penyebab kematian kedua terbanyak di dunia. Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) berada pada peringkat pertama prevalensi kanker terbanyak. Edukasi mengenai kanker diharapkan dapat membantu meningkatkan kesadaran masyarakat untuk menjauhi faktor risiko kanker dan melakukan deteksi dini sehingga angka kejadian kanker dapat berkurang. Departemen Patologi Anatomi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana (PA FK UKDW) mengadakan program pengabdian masyarakat berupa edukasi dengan topik bahaya merokok dan kanker payudara, dilanjutkan dengan lokakarya berhenti merokok dan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) di SMA Immanuel Kalasan, Yogyakarta. Target peserta yang hadir adalah seluruh guru dan siswa sebanyak 46 orang. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah ceramah interaktif. Materi edukasi yang disampaikan adalah mengenai definisi, gejala, pencegahan, dan deteksi dini kanker payudara serta bahaya merokok. Lokakarya dibagi menjadi 2 kelompok. Peserta laki-laki mengikuti lokakarya berupa diskusi dan komitmen untuk berhenti merokok. Peserta perempuan mengikuti lokakarya SADARI, dibagi menjadi kelompok kecil dan masing-masing memeragakan Teknik SADARI. Peserta antusias mengikuti kegiatan ini dengan mengajukan pertanyaan dan berpartisipasi aktif dalam lokakarya. Diharapkan dengan adanya kegiatan ini, pengetahuan mengenai kanker pada usia sekolah semakin meningkat dan juga meningkatkan kesadaran untuk SADARI dan berhenti merokok. Program edukasi kesehatan dan lokakarya ini diharapkan dapat terus berlanjut dengan target sasaran yang lebih luas.

Kata kunci: Kanker payudara, Rokok, SADARI

Abstract: Cancer is the second leading cause of death in the world. The Special Region of Yogyakarta province is ranked first in cancer prevalence. Education about cancer is expected to help increase public awareness to stay away from cancer risk factors and conduct early detection so that the incidence of cancer can be reduced. The Department of Anatomical Pathology, Faculty of Medicine, Universitas Kristen Duta Wacana held a community service program in the form of education on the topic of the dangers of smoking and breast cancer, followed by a smoking cessation workshop and breast self-examination (SADARI) at Immanuel Kalasan High School, Yogyakarta. The target participants were all teachers and 46 students. The method used in this activity was interactive lecture. The educational material presented was about the definition, symptoms, prevention, and early detection of breast cancer as well as the dangers of smoking. The method used in this activity was interactive lecture. The educational materials presented were about the definition, symptoms, prevention, and early detection of breast cancer and the dangers of smoking. The workshop was divided into 2 groups. Male participants attended the workshop in the form of discussion and commitment to quit smoking. Female participants attended the SADARI workshop, divided into small groups and each demonstrated the SADARI technique. Participants enthusiastically participated in this activity by asking questions and actively participating in the workshop. It is hoped that with this activity, knowledge about cancer at school age will increase and also increase awareness of SADARI and smoking cessation. This health education program and workshop is expected to continue with a wider target audience.

Keywords: Breast cancer, SADARI, Smoking

I PENDAHULUAN

Kanker menjadi penyebab kematian kedua terbanyak di dunia setelah penyakit jantung koroner. Berdasarkan data yang diambil dari *Global Cancer Statistics* (Globocan) WHO tahun 2020, jumlah kasus baru kanker di Indonesia cukup banyak dengan jenis kanker terbanyak pada perempuan adalah kanker payudara diikuti kanker leher rahim (World Health Organization (WHO), 2020). Sedangkan jenis kanker terbanyak pada laki-laki adalah kanker paru diikuti oleh kanker kolorektal. Di Indonesia, Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) berada pada peringkat pertama prevalensi kanker terbanyak berdasarkan data yang diambil dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).

Kanker adalah penyakit tidak menular ditandai oleh sel-sel abnormal yang tumbuh dengan cepat, tidak terkontrol dan dapat menyebar ke organ lain. Tanda dan gejala kanker beraneka ragam bergantung pada organ yang terkena (Direktorat Jenderal Pengendalian Penyakit Tidak Menular, 2015). Acapkali penderita kanker saat didiagnosis sudah memasuki stadium akhir. Hal tersebut disebabkan oleh berbagai macam penyebab antara lain tidak mengerti tanda dan gejala kanker, tidak paham pencegahan dan deteksi dini, takut untuk periksa ke fasilitas kesehatan, tidak memiliki jaminan kesehatan, dan lain-lain. Salah satu upaya untuk mengatasi hal tersebut adalah dengan mengadakan edukasi. Edukasi mengenai kanker diharapkan dapat membantu meningkatkan kesadaran masyarakat untuk menjauhi faktor risiko kanker dan melakukan deteksi dini sehingga angka kejadian kanker dapat berkurang. Kanker tidak hanya mengenai orang dewasa saja melainkan dapat terjadi pada semua usia, sehingga edukasi yang dilakukan sedini mungkin pada anak sekolah akan sangat bermanfaat karena pola hidup sehat dan deteksi dini dapat dilakukan sejak dini.

Dengan latar belakang tersebut,

Departemen Patologi Anatomi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana (PA FK UKDW) mengadakan program pengabdian masyarakat berupa edukasi dengan topik bahaya merokok dan kanker payudara, dilanjutkan dengan lokakarya berhenti merokok dan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) kepada seluruh murid dan guru di SMA Immanuel Kalasan, Yogyakarta. Edukasi dengan topik tersebut dipilih untuk menyambut bulan Oktober yang merupakan Bulan Kesadaran Kanker Payudara. Pada bulan tersebut biasanya diadakan program kampanye tahunan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai Kanker Payudara (Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular, 2023). Selain itu setiap tanggal 1 Agustus diperingati sebagai Hari Kanker Paru Sedunia, sehingga dipilihlah edukasi mengenai penyebab kanker paru yaitu rokok.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menjadi kegiatan pertama yang dilakukan departemen PA FK UKDW setelah pandemi Covid-19 melanda. Edukasi ini dilakukan secara tatap muka dan dilaksanakan menggandeng psikolog, staf departemen PA, serta mahasiswa yang menjadi asisten dosen di laboratorium PA FK UKDW.

II RUMUSAN MASALAH

SMA Immanuel Kalasan Yogyakarta pertama kali didirikan pada Juli 1979 kemudian pada tahun 1985, sekolah ini mendapat bantuan dari pemerintah sehingga lokasinya berpindah di Kalasan. SMA ini didirikan dengan tujuan agar anak-anak tidak mampu bisa tetap bersekolah.

Saat ini jumlah murid di SMA Immanuel Kalasan Yogyakarta sebanyak 27 orang yang terdiri dari 10 siswi dan 17 siswa. Jumlah guru sebanyak 17 orang. Selain itu terdapat tambahan 2 siswi volunteer yang berasal dari Jerman. Sekolah ini beberapa kali mengadakan kerja sama dengan UKDW, akan tetapi untuk edukasi mengenai kanker baru kali ini dilaksanakan. Jumlah murid yang sedikit serta lokasi yang jauh dari pusat

kota menjadi tantangan tersendiri untuk sekolah ini. Selain itu edukasi mengenai kanker seringkali hanya ditujukan untuk orang-orang dewasa dan jarang ditujukan untuk anak-anak usia sekolah, sehingga program pengabdian masyarakat PA FK UKDW akan sangat membantu untuk menambah pengetahuan murid-murid mengenai kanker.

III METODE

Berdasarkan Pusat Penyuluhan Sosial Kementerian Sosial terdapat 2 tahapan penyuluhan yaitu tahap persiapan dan tahap pelaksanaan (Pusat Penyuluhan Sosial, 2019). Pelaksanaan edukasi dan lokakarya dibagi menjadi 2 tahap sebagai berikut.

A. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan dilakukan prakondisi dengan cara menentukan masalah dan kebutuhan masyarakat serta menentukan prioritas masalah dan kebutuhan masyarakat. Pada tahap ini pihak SMA Immanuel Kalasan Yogyakarta mengirimkan surat permohonan untuk diadakan seminar dan lokakarya. Seminar tersebut menjadi program dari sekolah untuk memberikan pengetahuan baru bagi siswa dan guru, juga membekali dalam pengembangan diri. Berdasarkan surat permohonan tersebut disepakati akan dilaksanakan kegiatan edukasi dan lokakarya meliputi tanggal pelaksanaan kegiatan, sarana yang akan digunakan saat penyuluhan, metode yang akan dilakukan, dan sasaran peserta edukasi.

Berdasarkan Kementerian Sosial terdapat 4 fungsi penyuluhan yaitu fungsi preventif, rehabilitatif/kuratif, pengembangan, dan penunjang. Penyuluhan kesehatan ini akan berfungsi preventif yaitu sebagai salah satu upaya untuk mencegah kasus baru kanker. Metode penyampaian edukasi yang dipilih adalah penyuluhan langsung melalui tatap muka dengan sasarannya yaitu seluruh siswa dan guru. Sedangkan pada saat lokakarya akan dibagi menjadi kelompok kecil berdasar jenis kelamin yaitu perempuan dan laki-laki.

Pendekatan dengan kelompok kecil akan lebih menstimulasi sasaran agar mau bertukar pikiran, pendapat, dan berpartisipasi secara aktif. Media edukasi dan lokakarya yang digunakan adalah tayangan slide powerpoint melalui proyektor, manekin peraga paru, dan boneka payudara.

B. Tahap Pelaksanaan

Edukasi dan lokakarya dilaksanakan pada 12 September 2024 pukul 09.00 WIB bertempat di SMA Immanuel Kalasan Yogyakarta. Sasaran edukasi adalah 29 orang siswa terdiri dari 17 laki-laki dan 12 perempuan serta 17 orang guru terdiri dari 9 laki-laki dan 8 perempuan. Pertama-tama edukasi disampaikan kepada seluruh siswa dan guru di ruangan kelas yang cukup besar menggunakan powerpoint yang ditayangkan melalui proyektor. Acara dibuka oleh staf dari PA FK UKDW sebagai pembawa acara. Sebelum edukasi dimulai dilakukan pengisian *pretest* sebanyak 10 soal seputar rokok dan kanker payudara yang dikerjakan oleh seluruh siswa dan guru selama 15 menit. Acara kemudian dilanjutkan dengan pemberian edukasi 2 materi yaitu mengenai bahaya merokok yang disampaikan oleh dr. Tejo Jayadi, Sp.PA dilanjutkan materi mengenai kanker payudara yang disampaikan oleh dr. Fransisca Galuh Widowati, M.Biomed. Durasi tiap materi yang disampaikan adalah 30 menit.

Teknik yang digunakan pada edukasi ini adalah ceramah dan langsung dilanjutkan dengan tanya jawab. Menurut Balai Bahasa Yogyakarta teknik ceramah memiliki kelebihan yaitu murah dan mudah dilakukan, materi dirangkum menjadi hal-hal pokok, penyuluh menonjolkan bagian yang penting dari materi, penyuluh lebih mudah menguasai kelas, tidak memerlukan banyak waktu, dan materi yang disampaikan dapat tuntas. Sedangkan teknik tanya jawab memiliki kelebihan menarik dan memusatkan perhatian peserta, merangsang peserta untuk mengembangkan daya pikir, merangsang keberanian peserta untuk mengemukakan

pendapat, dan mudah mengukur penguasaan materi penyuluhan (Setiyanto, 2008)



Gambar 1. Edukasi bahaya merokok menggunakan manekin paru



Gambar 2. Materi edukasi kanker payudara

Di akhir edukasi bahaya merokok, beberapa orang siswa bertanya mengenai bahanya rokok elektrik yang sekarang juga populer di kalangan anak muda. Demikian juga pada akhir edukasi mengenai kanker payudara, beberapa siswa dan guru bertanya mengenai faktor risiko kanker payudara. Selesai edukasi, dilanjutkan kegiatan lokakarya yang dibagi menjadi 2 materi yaitu berhenti merokok berupa *Focus Group Discussion* (FGD) dipimpin oleh Handi Satria Yudha, M.Psi yang diikuti oleh siswa dan guru laki-laki dan SADARI yang dipimpin oleh dr. Lili Ananta Saputra, Sp.PA yang diikuti oleh siswa dan guru perempuan. Lokakarya tersebut dilakukan di 2 ruangan yang berbeda dengan durasi masing-masing materi selama 60 menit. Pada lokakarya berhenti merokok, setiap peserta diberikan kertas dan alat tulis untuk menuliskan alasan merokok dan diberi waktu selama 15 menit untuk menulis, kemudian narasumber akan meminta beberapa peserta menceritakan hasil tulisan tersebut selama 30 menit. Selanjutnya narasumber akan membantu peserta yang

aktif merokok untuk membuat keputusan berhenti merokok.



Gambar 3. Peserta berlatih SADARI dalam kelompok kecil

Saat lokakarya SADARI, narasumber menjelaskan terlebih dahulu mengenai SADARI dan memutar video gerakan SADARI. Terdapat 2 tahap dalam SADARI yaitu observasi dan perabaan. Pada tahap observasi, peserta diminta untuk berdiri di depan cermin dan mengamati bentuk payudara masing-masing apakah terdapat perubahan meliputi bentuk, warna, dan ukuran. Dalam hal pengamatan di ruangan peserta dijelaskan perubahan tersebut melalui video. Tahap selanjutnya yaitu perabaan, peserta diajari melalui video berupa teknik perabaan menggunakan tiga jari dan kedua payudara harus diraba semua. Setelah menonton video tersebut, seluruh siswa dan guru dibagi lagi menjadi 4 kelompok kecil yang dipimpin oleh mahasiswa dan masing-masing akan mempraktekkan langsung gerakan SADARI. Pada tahap observasi peserta tidak benar-benar membuka baju tetapi hanya memeragakan posisi dan saat tahap perabaan peserta akan meraba menggunakan boneka payudara.



Gambar 4. Peserta mengikuti FGD berhenti merokok

Setelah lokakarya selesai dilaksanakan, seluruh peserta berkumpul kembali dan mengerjakan soal *posttest* sebanyak 10 soal dalam waktu 15 menit. Acara kemudian ditutup dengan foto bersama. Selama acara berlangsung, terdapat pemberian hadiah berupa uang elektronik yang diberikan kepada peserta yang mengajukan pertanyaan kepada narasumber.

IV HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada saat kegiatan edukasi dan lokakarya berlangsung, sebelum pemberian materi edukasi dilakukan *pretest* untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta. Sesudah kegiatan usai, dilakukan pula *posttest* dengan tujuan mengetahui tingkat pemahaman peserta. Sebanyak 37 dari total 46 peserta telah mengisi soal *pretest*. Sembilan orang tidak mengerjakan karena terlambat hadir. Sedangkan saat *posttest*, sebanyak 39 dari 46 peserta telah menjawab pertanyaan. Tujuh orang yang tidak mengerjakan adalah guru yang sudah menghadiri kegiatan lainnya.

Karakteristik Responden

Berikut ini adalah karakteristik peserta berdasarkan usia, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan.

TABEL 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, dan Pendidikan

Karakteristik	Frekuensi	Presentase (%)
Usia		
15-19	29	63,04
20-50	17	36,96
Jenis Kelamin		
Laki-laki	26	56,52
Perempuan	20	43,48
Pendidikan		
SMA	29	63,04

Perguruan Tinggi	17	36,96
------------------	----	-------

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan sebagian besar responden berusia 15-19 tahun (63,04%), jenis kelamin laki-laki (56,52%), berpendidikan SMA (63,04%).

Gambaran Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi

Terdapat 7 pertanyaan mengenai kanker payudara dan bahaya merokok. Pada tabel 2 dapat dilihat bahwa jumlah peserta yang menjawab pertanyaan dengan benar meningkat setelah edukasi diberikan.

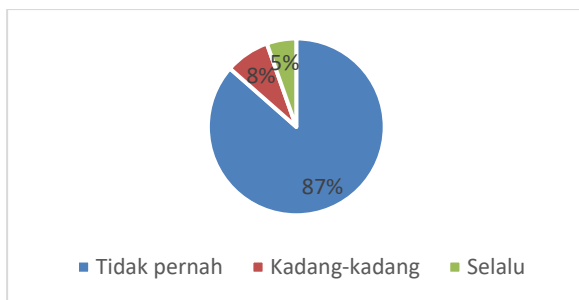
TABEL 2. Gambaran Pengetahuan Tentang Kanker Payudara dan Bahaya Merokok Sebelum dan Sesudah Edukasi

Pertanyaan	Pretest	Posttest
	Benar	Benar
1. Apakah kanker payudara pasti ganas dan bisa menyebar?	28 (75,68%)	32 (82,06%)
2. Apakah kanker payudara bisa menyerang laki-laki?	22 (59,45%)	38 (99,61%)
3. Zat yang dapat menyebabkan kecanduan pada rokok adalah...	32 (86,48%)	37 (94,88%)
4. Apakah menggunakan rokok elektronik termasuk dalam perilaku merokok?	36 (97,29%)	39 (100%)
5. Di bawah ini yang bukan merupakan dampak negatif akibat perilaku merokok pada aspek kesehatan adalah...	18 (48,65%)	27 (69,24%)
6. Faktor yang berpengaruh terhadap perilaku merokok di kalangan remaja adalah...	27 (72,97%)	35 (89,75%)
7. Berikut ini yang bukan merupakan dinamika psikologis dari munculnya	19 (51,35%)	26 (66,67%)

perilaku merokok adalah...		
----------------------------	--	--

Gambaran Sikap dalam Praktik SADARI

Pada gambar 5 dapat diamati bahwa sebagian besar peserta (87%) tidak pernah melakukan SADARI dan semuanya adalah siswa. Sedangkan 5% yang selalu melakukan SADARI adalah guru. Hal ini disebabkan karena guru sudah pernah mendapat penyuluhan mengenai SADARI sebelumnya.



Gambar 5. Jumlah peserta yang melakukan SADARI setiap bulan

Kegiatan serupa mengenai pelatihan SADARI pernah dilakukan dan hasilnya sama yaitu terdapat peningkatan pengetahuan mengenai kanker payudara. Selain itu ternyata banyak peserta yang sebelumnya tidak pernah praktik SADARI sama sekali (Sherly Agustina, 2021).

Dalam upaya mencegah jumlah kasus baru kanker payudara dan kanker paru, maka pemahaman yang baik mengenai kanker dan deteksi dini sangatlah penting. Pada umumnya peserta sudah mengetahui mengenai kandungan rokok yang dapat menyebabkan kanker paru, namun untuk siswa dan guru yang sudah terlanjur merokok sangat sulit untuk berhenti. Lokakarya berhenti merokok yang diadakan nyatanya membuat siswa dan guru laki-laki yang merokok mulai mengambil komitmen untuk mulai berhenti. Demikian juga dengan pengetahuan siswa dan guru mengenai kanker payudara dan SADARI, sebelum pemberian materi sebagian besar tidak pernah mendengar tentang SADARI. Setelah

lokakarya SADARI, semua siswa dan guru perempuan diharapkan dapat melakukan sendiri dengan benar setiap bulan. Dengan upaya deteksi dini SADARI yang dimulai sejak usia sekolah, diharapkan bekal pengetahuan ini dapat terus dipraktekkan sehingga angka kematian karena kanker payudara menurun.



Gambar 6. Tim pengabdian masyarakat PA FK UKDW bersama Kepala Sekolah

Setelah pemaparan materi edukasi dan lokakarya serta sesi tanya jawab, para siswa dan guru di SMA Immanuel Kalasan Yogyakarta telah mengetahui definisi, gejala, pencegahan, dan deteksi dini kanker paru dan kanker payudara. Keterbatasan dari program pengabdian masyarakat ini adalah keterbatasan waktu sehingga saat lokakarya terbagi menjadi 2 kelompok laki-laki dan perempuan. Padahal kanker payudara dapat menyerang semua jenis kelamin baik laki-laki maupun perempuan. Merokok juga tidak hanya dilakukan oleh laki-laki saja tetapi juga oleh perempuan.

V SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat di SMA Immanuel Kalasan Yogyakarta telah berjalan dengan baik. Peserta antusias mengikuti kegiatan tersebut, mereka aktif mengajukan pertanyaan dan mengikuti sesi lokakarya dengan baik.

Penyuluhan sendiri menjadi salah satu solusi untuk membantu mengatasi

peningkatan kasus baru kanker di Yogyakarta. Dengan memberikan pengetahuan tentang kanker, masyarakat dalam hal ini siswa dan guru memahami pentingnya bahaya rokok dan deteksi dini kanker payudara.

Program pengabdian ini diharapkan tetap berlanjut dengan sasaran yang lebih luas dan dilaksanakan secara langsung melalui tatap muka di sekolah-sekolah yang lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Direktorat Jenderal Pengendalian Penyakit Tidak Menular. (2015). *Panduan Program Nasional Gerakan Pencegahan dan Deteksi Dini Kanker Leher Rahim dan Kanker Payudara*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular. (2023). *Panduan Pelaksanaan Hari Kanker Sedunia*. Yogyakarta: Kementerian Kesehatan .
- Setiyanto, Edi. (2008). *Pedoman Penyuluhan Bahasa Indonesia*. Yogyakarta: Balai Bahasa Yogyakarta Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*.
- Pusat Penyuluhan Sosial. (2019). *Panduan Penyuluhan Sosial*. Jakarta: Kementerian Sosial.
- Agustina, Sherly. (2021). *PELATIHAN DETEKSI DINI KANKER PAYUDARA PADA WUS DENGAN "SADARI" (PEMERIKSAAN PAYUDARA SENDIRI)*. Malang: The 4th Conference on Innovation and Application of Science and Technology (CIASTECH 2021).
- World Health Organization (WHO). (2020). *Global Cancer Statistics 2020*.