

KENALI TUBUHMU, SAYANGI REPRODUKSIMU: PENINGKATAN PENGETAHUAN SADARI BAGI WARGA BINAAN PEREMPUAN DI LAPAS KELAS IIA BANDUNG

Wulan Novika Ambarsari¹, Adita Irmawanti², Qonita Safrina³ Hena Ariska⁴, Qonita Kholilaturahman⁵

^{1,2}Dosen Prodi Pendidikan Ners STIKes Budi Luhur Cimahi

^{3,4,5}Mahasiswa Prodi Pendidikan Ners STIKes Budi Luhur Cimahi



***Corresponding author**

Wulan Novika Ambarsari

Email : wulannovika14@gmail.com

HP: 081222810220

Kata Kunci:

Kesehatan Reproduksi;

SADARI;

Pencegahan Kanker Payudara;

Keywords:

Reproductive health;

SADARI;

Breast Cancer Prevention;

ABSTRAK

Warga binaan perempuan merupakan kelompok rentan karena memiliki akses terbatas terhadap edukasi kesehatan, terutama yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi. Penilaian awal di Lapas Perempuan Kelas IIA Bandung menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan tentang pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) masih rendah, dengan rata-rata skor pre-test hanya 4,58. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengatasi kondisi tersebut melalui peningkatan pengetahuan dan kesadaran warga binaan dengan metode ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan pembagian modul edukatif yang mudah dipahami. Sasaran kegiatan berjumlah 12 orang warga binaan perempuan. Evaluasi dilakukan menggunakan kuesioner pre-test dan post-test. Hasil menunjukkan peningkatan skor pengetahuan secara signifikan, yaitu menjadi 6,25. Kegiatan ini mendukung pencapaian SDGs nomor 3 (Kesehatan yang Baik dan Kesejahteraan) serta nomor 4 (Pendidikan Berkualitas), dan menegaskan pentingnya akses informasi kesehatan yang merata, termasuk di lingkungan pemasyarakatan.

ABSTRACT

Female inmates are considered a vulnerable population due to limited access to health education, especially on reproductive health. A preliminary assessment in Class IIA Women's Correctional Facility in Bandung showed low knowledge levels about breast self-examination (SADARI), with an average pre-test score of only 4.58. This community service activity aimed to address this gap by increasing awareness and knowledge through interactive health education, group discussions, and

the distribution of educational modules. The target group consisted of 12 female inmates. The evaluation was conducted using pre-and post-test questionnaires. Results indicated a significant improvement in knowledge, with the average score increasing to 6.25. This initiative supports the achievement of SDG 3 (Good Health and Well-being) and SDG 4 (Quality Education), reflecting the importance of equitable access to health information, even in correctional settings.

PENDAHULUAN

Latar belakang masalah dalam kegiatan ini berangkat dari kondisi aktual di Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) Perempuan Kelas IIA Bandung. Berdasarkan data dari (Direktorat Jenderal Pemasyarakatan, 2023), per Januari 2023, terdapat lebih dari 13.000 warga binaan perempuan di seluruh Indonesia, dengan berbagai latar belakang sosial dan tingkat pendidikan yang umumnya tergolong rendah. Hal ini menjadi tantangan tersendiri dalam menjamin hak kesehatan, termasuk kesehatan reproduksi. Di Lapas Kelas IIA Bandung sendiri, mayoritas warga binaan berusia produktif dan belum pernah mendapatkan edukasi khusus terkait deteksi dini kanker payudara.

Hasil survei awal (*pre-test*) terhadap 12 warga binaan menunjukkan bahwa tingkat pemahaman mereka mengenai SADARI masih rendah, dengan nilai rata-rata sebesar 4,58 dari skala 10. Ini menjadi indikator bahwa literasi kesehatan reproduksi, khususnya yang berhubungan dengan pencegahan kanker payudara, perlu ditingkatkan. Menurut (World Health Organization, 2020), kanker payudara merupakan penyebab kematian nomor satu akibat kanker pada perempuan secara global. Sementara itu, (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022) mencatat bahwa angka kejadian kanker payudara di Indonesia mencapai 42,1 per 100.000 penduduk dengan angka kematian 17 per 100.000 penduduk.

SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri) merupakan salah satu metode deteksi dini yang sederhana, murah, dan efektif. Sayangnya, banyak perempuan belum mengetahui teknik yang benar dan waktu pelaksanaannya. Sebuah studi oleh (Notoatmodjo, 2012) menyatakan bahwa edukasi kesehatan terbukti meningkatkan perilaku preventif masyarakat, termasuk dalam melakukan deteksi dini terhadap penyakit kronis. Selain itu, kegiatan edukasi kelompok terbukti lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dibandingkan penyuluhan individu (Yuliana, 2022).

Profil mitra kegiatan ini adalah warga binaan perempuan di Lapas Kelas IIA Bandung, yang merupakan kelompok rentan dengan keterbatasan akses terhadap informasi kesehatan. Permasalahan utama adalah kurangnya pengetahuan tentang SADARI dan pentingnya deteksi dini kanker payudara. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mereka melalui penyuluhan, diskusi interaktif, dan simulasi teknik SADARI. Dengan pendekatan edukatif yang terstruktur dan dukungan dari petugas Lapas, diharapkan kegiatan ini dapat menjadi solusi nyata dalam meningkatkan literasi kesehatan reproduksi, memperkuat perilaku hidup sehat, serta berkontribusi terhadap pencapaian SDGs poin 3 (Good Health and Well-being) dan poin 4 (Quality Education).

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Kementerian Imigrasi dan Pemasarakatan Direktorat Jenderal Pemasyarakatan Lapas Perempuan Kelas IIA Bandung dengan pendekatan edukatif melalui metode ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan pembagian media edukatif. Sasaran kegiatan ini adalah 12 orang warga binaan perempuan. Evaluasi dilakukan secara kuantitatif dengan menggunakan instrumen berupa kuesioner pre-test dan post-test untuk mengukur tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan.

Tahapan kegiatan dimulai dengan koordinasi bersama pihak Lapas untuk menggali kebutuhan informasi dan edukasi yang sesuai dengan kondisi warga binaan. Selanjutnya, dilakukan penyusunan materi penyuluhan dan media edukatif yang komunikatif dan mudah dipahami. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan ceramah interaktif dan diskusi kelompok, dilengkapi dengan penggunaan leaflet, alat peraga, serta sesi simulasi teknik SADARI secara langsung. Setelah kegiatan penyuluhan selesai, peserta mengisi kembali kuesioner post-test sebagai bentuk evaluasi peningkatan pengetahuan yang didapatkan.

Pemilihan metode ceramah interaktif dan evaluasi kuantitatif melalui pre-test dan post-test dalam kegiatan ini didasarkan pada karakteristik dan kebutuhan kelompok sasaran, yaitu warga binaan perempuan di lingkungan pemasyarakatan. Keterbatasan akses informasi kesehatan menjadikan pendekatan edukatif yang komunikatif dan partisipatif sangat relevan. Ceramah interaktif memberikan kesempatan bagi peserta untuk menerima informasi secara langsung sekaligus aktif berdiskusi, sehingga memperkuat pemahaman dan keterlibatan mereka dalam proses pembelajaran.

Metode diskusi kelompok dipilih karena terbukti mampu meningkatkan retensi informasi dan mendorong perubahan perilaku kesehatan secara lebih efektif. Menurut (Yuliana, 2022), pendekatan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membentuk sikap positif terhadap praktik pencegahan penyakit. Sementara itu, evaluasi kuantitatif melalui pre-test dan post-test digunakan untuk mengukur efektivitas kegiatan secara objektif. Data yang diperoleh menjadi indikator keberhasilan penyuluhan dalam meningkatkan pengetahuan peserta. Metode ini juga mudah diterapkan di lingkungan terbatas seperti lembaga pemasyarakatan, serta dapat dijadikan sebagai dasar pengembangan program edukasi kesehatan sejenis di masa mendatang.

HASIL PEMBAHASAN

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan peserta. Rata-rata nilai pre-test adalah 4,58 dan meningkat menjadi 6,25 pada post-test. Ini membuktikan bahwa penyuluhan yang diberikan berhasil meningkatkan pemahaman warga binaan mengenai SADARI.

Kegiatan penyuluhan dimulai dengan sesi pembukaan, doa, dan menyanyikan lagu kebangsaan Indonesia Raya, dilanjutkan dengan sambutan dari kaprodi, dan perwakilan pihak Lapas Perempuan Kelas II A Bandung, juga penyerahan cinderamata dari masing-masing Institusi



Gambar 1 Penyampaian sambutan dari Kaprodi Pendidikan Ners STIKES Budi Luhur Cimahi



Gambar 2 penyerahan Cenderamata



Gambar 2 Pembahasan materi dan Edukasi Praktek SADARI

Kegiatan penyuluhan dilanjutkan dengan ceramah interaktif oleh tim pelaksana. Pada sesi ini, peserta diberikan pemahaman mengenai pentingnya deteksi dini kanker payudara, termasuk pengenalan terhadap metode SADARI. Ceramah berlangsung dengan antusiasme tinggi dari warga binaan, yang secara aktif mengajukan pertanyaan dan berbagi pengalaman pribadi.

Partisipasi peserta juga tergolong tinggi, terlihat dari antusiasme mereka selama diskusi dan simulasi. Sebagian besar peserta aktif bertanya dan berdiskusi mengenai pengalaman pribadi terkait kesehatan reproduksi. Media edukatif yang sederhana dan relevan sangat membantu dalam menyampaikan informasi dengan cara yang mudah dipahami.

Selain peningkatan nilai kuantitatif, aspek kualitatif juga menunjukkan hasil positif. Banyak peserta menyatakan bahwa mereka baru pertama kali mendapatkan informasi mengenai kanker payudara dan SADARI. Beberapa di antaranya bahkan menyatakan keinginan untuk membagikan informasi tersebut kepada sesama warga binaan, yang menandakan bahwa kegiatan ini berpotensi memberikan efek berantai (multiplier effect) dalam komunitas lapas.

Hasil ini selaras dengan temuan (Yuliana, 2022), yang menunjukkan bahwa intervensi edukatif secara kelompok efektif meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap positif terhadap praktik pencegahan penyakit. Maka, program ini tidak hanya meningkatkan literasi kesehatan secara individu, tetapi juga berkontribusi dalam menciptakan budaya hidup sehat di lingkungan terbatas seperti lembaga pemasyarakatan.

Berikut ini adalah hasil kegiatan edukasi mengenai SADARI yang dilaksanakan di Lapas Perempuan Kelas IIA Bandung, disajikan melalui beberapa tabel yang terurut berdasarkan urutan logis analisis data.

Tabel 1. Karakteristik Partisipan

No	Inisial Peserta	Jenis Kelamin	Usia (Tahun)
1	Ny. D	Perempuan	37
2	Ny. M	Perempuan	38
3	Ny. D	Perempuan	24
4	Ny. N	Perempuan	42
5	Ny. E	Perempuan	26
6	Ny. Y	Perempuan	35
7	Ny. A	Perempuan	44
8	Ny. E	Perempuan	43
9	Ny. J	Perempuan	35
10	Ny. D	Perempuan	47
11	Ny. Y	Perempuan	31
12	Ny. T	Perempuan	22

Tabel 1 menunjukkan bahwa seluruh partisipan merupakan perempuan dengan rentang usia antara 22 hingga 47 tahun, dan rata-rata usia adalah 35,1 tahun. Ini mencerminkan bahwa mayoritas sasaran kegiatan berada pada usia produktif, sehingga edukasi tentang deteksi dini kanker payudara melalui SADARI menjadi sangat relevan dan penting bagi mereka.

Tabel 2. Rata-Rata Jawaban Pre-Test dan Post-Test per Pertanyaan

No	Pertanyaan	Rata-rata Skor Pre-Test	Rata-rata Skor Post-Test	Keterangan
1	Apakah Anda mengetahui apa itu SADARI?	4.2	6.7	Meningkat
2	Apakah Anda tahu kapan waktu yang tepat untuk melakukan SADARI?	4.0	6.3	Meningkat
3	Apakah Anda mengetahui teknik yang benar dalam melakukan SADARI?	3.8	6.1	Meningkat
4	Apakah Anda tahu tanda-tanda awal kanker payudara?	4.5	6.4	Meningkat
5	Apakah Anda pernah mendapatkan informasi mengenai SADARI sebelumnya?	4.0	6.5	Meningkat

No	Pertanyaan	Rata-rata Skor Pre-Test	Rata-rata Skor Post-Test	Keterangan
6	Apakah Anda merasa perlu melakukan SADARI secara rutin?	4.6	6.6	Meningkat
7	Apakah Anda mengetahui manfaat deteksi dini kanker payudara?	4.7	6.8	Meningkat
8	Apakah Anda tahu bagaimana mengenali benjolan yang tidak normal?	4.1	6.2	Meningkat
9	Apakah Anda tahu langkah-langkah dalam pemeriksaan payudara sendiri?	4.3	6.4	Meningkat
10	Apakah Anda bersedia melakukan SADARI setelah kegiatan ini?	4.9	6.9	Meningkat
Rata-rata Total		4.58	6.25	Meningkat

Tabel 2 menunjukkan peningkatan rata-rata skor untuk setiap pertanyaan setelah diberikan penyuluhan. Semua pertanyaan mengalami peningkatan skor post-test, menandakan bahwa intervensi edukatif berhasil meningkatkan pemahaman peserta terhadap materi SADARI.

Tabel 3. Hasil Pre-Test dan Post-Test Tiap Partisipan

No	Inisial Peserta	Skor Pre-Test	Skor Post-Test	Keterangan
1	Ny. D	4	6	Meningkat
2	Ny. M	5	6	Meningkat
3	Ny. D	4	7	Meningkat
4	Ny. N	5	7	Meningkat
5	Ny. E	4	6	Meningkat
6	Ny. Y	5	7	Meningkat
7	Ny. A	4	6	Meningkat
8	Ny. E	5	6	Meningkat
9	Ny. J	4	6	Meningkat
10	Ny. D	5	7	Meningkat
11	Ny. Y	4	6	Meningkat
12	Ny. T	5	6	Meningkat
Rata-rata		4.58	6.25	Meningkat

Tabel ini menunjukkan bahwa seluruh partisipan mengalami peningkatan skor pada post-test dibandingkan dengan pre-test. Rata-rata skor meningkat dari 4,58 menjadi 6,25, menandakan keberhasilan program edukasi dalam meningkatkan pengetahuan individu mengenai SADARI.

Tabel 4. Distribusi Jawaban Benar dan Salah Pre-Test dan Post-Test

No	Pertanyaan	Benar Pre	Salah Pre	Benar Post	Salah Post	Keterangan
1	Apakah Anda mengetahui apa itu SADARI?	6	6	11	1	Meningkat
2	Apakah Anda tahu kapan waktu yang tepat untuk melakukan SADARI?	5	7	10	2	Meningkat
3	Apakah Anda mengetahui teknik yang benar dalam melakukan SADARI?	4	8	9	3	Meningkat
4	Apakah Anda tahu tanda-tanda awal kanker payudara?	6	6	10	2	Meningkat
5	Apakah Anda pernah mendapatkan informasi mengenai SADARI sebelumnya?	5	7	10	2	Meningkat
6	Apakah Anda merasa perlu melakukan SADARI secara rutin?	6	6	11	1	Meningkat
7	Apakah Anda mengetahui manfaat deteksi dini kanker payudara?	7	5	11	1	Meningkat
8	Apakah Anda tahu bagaimana mengenali benjolan yang tidak normal?	5	7	10	2	Meningkat
9	Apakah Anda tahu langkah-langkah dalam pemeriksaan payudara sendiri?	5	7	10	2	Meningkat
10	Apakah Anda bersedia melakukan SADARI setelah kegiatan ini?	6	6	11	1	Meningkat
Total Rata-Rata		5.5	6.5	10.3	1.7	Meningkat

Berdasarkan tabel 4 Terlihat bahwa pada setiap pertanyaan terjadi peningkatan jumlah jawaban benar dan penurunan jumlah jawaban salah pada post-test. Ini menunjukkan pemahaman peserta yang lebih baik terhadap materi SADARI setelah intervensi. Misalnya, pertanyaan nomor 1 mengalami lonjakan dari 6 menjadi 11 jawaban benar, yang mencerminkan keberhasilan penyampaian materi.

KESIMPULAN

Penyuluhan SADARI yang dilakukan di Lapas Perempuan Kelas IIA Bandung terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran warga binaan mengenai pentingnya deteksi dini kanker payudara. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan skor pre-test dan post-test secara signifikan, serta tingginya partisipasi dan respons positif dari peserta selama kegiatan berlangsung. Kegiatan ini tidak hanya berdampak pada individu peserta secara langsung, tetapi juga mendorong penyebaran informasi di antara sesama warga binaan, menunjukkan potensi efek berantai (multiplier effect) dalam komunitas tertutup seperti lembaga pemasyarakatan.

Dengan pendekatan edukasi yang sederhana, komunikatif, dan berbasis kelompok, penyuluhan ini dapat dijadikan sebagai model intervensi serupa di lembaga pemasyarakatan lainnya atau kelompok rentan lainnya. Diharapkan kegiatan ini dapat berlanjut secara berkala sebagai upaya pencegahan dan promosi kesehatan reproduksi di lingkungan lapas, serta menjadi kontribusi nyata dalam pencapaian SDGs poin 3 dan 4, yaitu menjamin kehidupan sehat dan pendidikan berkualitas untuk semua.

DAFTAR PUSTAKA

- Direktorat Jenderal Pemasyarakatan. (2023). *Statistik Pemasyarakatan Perempuan*. Jakarta: Kemenkumham RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Situasi Kanker di Indonesia Tahun 2022*.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*.
- World Health Organization. (2020). *Breast cancer*. Retrieved from World Health Organization: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/breast-cancer>
- Yuliana, D. L. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan SADARI pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 23–28.