

PENINGKATAN PENGETAHUAN PADA REMAJA TENTANG KESEHATAN REPRODUKSI DAN PRAKTEK SADARI (PERIKSA PAYUDARA SENDIRI) DI SMK MADANI BANDUNG

Fahmi Fuadah¹, Gurdani Yogisutanti², Tri Ardayani³, Neti Sitorus⁴, Linda Hotmaida⁵

¹⁻⁵Institut Kesehatan Immanuel, Jalan Kopo No 161 Bandung
E-Mail : bungsu.fahmi05@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Remaja menghadapi risiko yang signifikan terkait kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dan deteksi dini kanker payudara. Kesadaran remaja tentang pentingnya menjaga kesehatan reproduksi masih rendah, sehingga dapat memengaruhi kualitas kesehatan mereka di masa depan. Selain itu, kurangnya edukasi tentang SADARI (Periksa Payudara Sendiri) menjadi faktor keterlambatan deteksi dini kanker payudara pada perempuan. Berdasarkan permasalahan ini, diperlukan intervensi edukasi yang efektif untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan siswa mengenai kesehatan reproduksi dan SADARI. **Tujuan:** Tujuan utama pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan edukasi kesehatan kepada siswa tentang kesehatan reproduksi dan pelatihan SADARI, serta mengukur tingkat pemahaman mereka. **Tujuan:** Memberikan edukasi kesehatan reproduksi dan pelatihan SADARI kepada siswa, serta mengukur efektivitasnya dalam meningkatkan pemahaman mereka. **Metode:** Pengabdian masyarakat ini menggunakan desain pre-experimental dengan pendekatan one-group pretest-posttest. Sampel terdiri dari 88 siswa yang diambil menggunakan teknik total sampling. Variabel yang dikaji meliputi tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Data dikumpulkan melalui kuesioner dianalisis menggunakan uji statistik deskriptif dan uji *paired t-test* untuk mengetahui perubahan signifikan. **Hasil:** Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan siswa tentang kesehatan reproduksi dan SADARI setelah diberikan edukasi. Sebelum intervensi, 45% peserta memiliki tingkat pengetahuan rendah, yang kemudian meningkat menjadi 85% peserta memiliki tingkat pengetahuan tinggi setelah intervensi ($p < 0,05$). Para siswi juga menunjukkan pemahaman yang lebih baik mengenai teknik SADARI dan pentingnya deteksi dini kanker payudara. **Simpulan:** Edukasi kesehatan reproduksi dan pelatihan SADARI secara signifikan meningkatkan tingkat pengetahuan siswa SMA. Intervensi ini dapat direkomendasikan sebagai program berkelanjutan untuk meningkatkan kesadaran dalam mendeteksi dini kanker payudara di kalangan remaja.

Kata Kunci : Edukasi Kesehatan, Remaja, Kesehatan Reproduksi, SADARI

ABSTRACT

Background: Adolescents face significant risks related to a lack of knowledge about reproductive health and early breast cancer detection. Awareness among adolescents about the importance of maintaining reproductive health remains low, potentially impacting their long-term health quality. Furthermore, inadequate education on BSE (Breast Self-Examination) is a contributing factor to delayed early detection of breast cancer in women. Addressing these issues requires effective educational interventions to enhance students' understanding and skills regarding reproductive health and BSE. The primary goal of this study is to provide health education to students on reproductive health and BSE training and to measure their understanding levels. **Objective:** To provide reproductive health education and BSE training to students and evaluate its effectiveness in improving their understanding. **Methods:** This study employed a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest approach. The sample consisted of 88 students selected using a total sampling technique. The variables analyzed included knowledge levels before and after the intervention. Data were collected using structured questionnaires and analyzed using descriptive statistics and paired *t-tests* to identify significant changes. **Results:** The findings revealed a significant increase in students' knowledge levels regarding reproductive health and BSE following the educational intervention. Prior to the intervention, 45% of participants demonstrated low knowledge levels, which improved to 85% showing high knowledge levels post-intervention ($p < 0.05$). Female students also exhibited better comprehension of BSE techniques and the importance of early breast cancer detection. **Conclusion:** Reproductive health education and BSE training significantly enhanced high school students' knowledge levels. This intervention is recommended as a sustainable program to increase awareness and skills for early breast cancer detection among adolescents.

Keywords: *Health Education, Adolescents, Reproductive Health, BSE*

PENDAHULUAN

Remaja merupakan kelompok populasi yang rentan terhadap berbagai masalah kesehatan reproduksi dan penyakit kronis seperti kanker payudara. Ketidaktahuan mengenai kesehatan reproduksi sering kali memengaruhi perilaku mereka, termasuk kurangnya perhatian pada deteksi dini masalah kesehatan yang serius seperti kanker payudara. Berdasarkan data WHO, sekitar 60% remaja di negara berkembang tidak mendapatkan informasi yang memadai tentang kesehatan reproduksi, termasuk deteksi dini kanker payudara¹. Hal ini menjadi perhatian global karena berdampak pada kesehatan individu dan masyarakat secara keseluruhan.

Kesehatan reproduksi memiliki peran penting dalam kehidupan remaja, terutama karena mereka sedang berada pada masa transisi yang krusial. Menurut BKKBN, rendahnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi di Indonesia disebabkan oleh keterbatasan edukasi, budaya tabu, dan kurangnya akses terhadap informasi yang valid². Di sisi lain, data dari Kementerian Kesehatan menunjukkan bahwa kanker payudara adalah penyebab utama kematian pada perempuan di Indonesia, dengan 70% kasus ditemukan dalam stadium lanjut akibat kurangnya deteksi dini³.

Salah satu metode sederhana dan murah untuk deteksi dini kanker payudara adalah SADARI (Periksa Payudara Sendiri). SADARI dianggap efektif untuk meningkatkan kewaspadaan terhadap adanya benjolan atau tanda-tanda awal kanker. Pengabdian masyarakat oleh Salim et al. (2021) mengungkapkan bahwa hanya 30% perempuan remaja di Indonesia yang mengetahui teknik SADARI, dan kurang dari 10% yang melakukannya secara rutin⁴. Fakta ini menunjukkan perlunya intervensi edukasi yang efektif untuk memperbaiki kondisi tersebut.

Berbagai faktor memengaruhi rendahnya pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi dan SADARI, termasuk kurangnya program pendidikan yang sesuai dengan usia dan kebutuhan mereka. Sebuah studi oleh Nugraha et al. (2022) menunjukkan bahwa remaja yang diberikan edukasi kesehatan reproduksi secara rutin cenderung memiliki pemahaman lebih baik dibandingkan mereka yang tidak mendapatkannya⁵. Namun, kesenjangan informasi

masih menjadi tantangan utama, terutama di daerah yang memiliki akses terbatas terhadap layanan kesehatan.

Intervensi berbasis sekolah telah terbukti menjadi metode yang efektif dalam menyampaikan informasi kesehatan kepada remaja. Menurut pengabdian masyarakat oleh Wijaya et al. (2020), pemberian edukasi kesehatan reproduksi melalui program sekolah dapat meningkatkan pengetahuan siswa hingga 40% dalam waktu tiga bulan⁶. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis sekolah dapat menjadi solusi strategis untuk memperbaiki pengetahuan remaja.

Di tingkat internasional, pengabdian masyarakat oleh Ali et al. (2021) menyoroti bahwa program pelatihan tentang SADARI yang dipadukan dengan edukasi kesehatan reproduksi dapat meningkatkan keterampilan deteksi dini hingga 50% di kalangan remaja perempuan⁷. Studi ini mendukung pentingnya integrasi antara teori dan praktik dalam program edukasi kesehatan.

Faktor risiko lain yang terkait adalah kurangnya dukungan orang tua dan tenaga pendidik dalam memberikan informasi kesehatan reproduksi. Menurut Fauzan et al. (2023), remaja yang tidak mendapatkan dukungan dari keluarga cenderung memiliki tingkat pengetahuan yang lebih rendah tentang kesehatan reproduksi⁸. Selain itu, hambatan sosial dan stigma juga sering menjadi kendala utama dalam implementasi program edukasi kesehatan reproduksi.

Studi lain oleh Park et al. (2022) mengungkapkan bahwa edukasi berbasis komunitas dan pendekatan interaktif seperti simulasi praktik SADARI dapat meningkatkan pemahaman remaja secara signifikan⁹. Intervensi ini juga dinilai efektif dalam mengurangi stigma terhadap diskusi kesehatan reproduksi di kalangan remaja.

Edukasi kesehatan reproduksi dan praktek SADARI menjadi penting untuk mengatasi tantangan yang ada. Penggunaan metode berbasis multimedia, seperti video edukasi, juga dapat meningkatkan keterlibatan siswa dan mempermudah pemahaman mereka. Sebuah pengabdian masyarakat oleh Brown et al. (2023) menunjukkan bahwa media interaktif mampu meningkatkan retensi informasi hingga 35% dibandingkan metode ceramah tradisional¹⁰.

Berdasarkan fakta yang telah diuraikan di atas, pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas edukasi kesehatan reproduksi dan pelatihan SADARI dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa SMK Madani Bandung.

METODE

Jenis dan desain pengabdian masyarakat yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah pre-experimental dengan pendekatan one-group pretest-posttest design, yang bertujuan untuk mengevaluasi perubahan tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan edukasi kesehatan dan pelatihan. Populasi dalam pengabdian masyarakat ini adalah seluruh siswa kelas 3 SMK Madani Bandung yang berjumlah 88 orang, terdiri atas 77 siswi dan 11 siswa. Teknik total sampling digunakan untuk melibatkan seluruh populasi sebagai sampel pengabdian masyarakat. Variabel pengabdian masyarakat meliputi variabel independen berupa edukasi kesehatan tentang kesehatan reproduksi dan pelatihan SADARI (Periksa Payudara Sendiri), serta variabel dependen berupa tingkat pengetahuan siswa mengenai kesehatan reproduksi dan teknik SADARI sebelum dan sesudah intervensi. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner terstruktur yang mencakup dua bagian, yaitu soal-soal pilihan ganda untuk mengukur tingkat pengetahuan siswa tentang kesehatan reproduksi dan SADARI, serta lembar observasi untuk mengevaluasi keterampilan praktik SADARI setelah pelatihan. Data tingkat pengetahuan dikumpulkan melalui pretest sebelum intervensi dan posttest setelah intervensi selesai. Teknik analisis data melibatkan analisis deskriptif dan inferensial dengan menggunakan uji statistik paired t-test untuk mengetahui perbedaan signifikan tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah edukasi. Hasil analisis disajikan dalam bentuk persentase, rata-rata, dan nilai p untuk menunjukkan signifikansi perubahan. Pendekatan ini memastikan bahwa hasil intervensi dapat diukur dengan akurat, sehingga memberikan gambaran yang jelas mengenai efektivitas program edukasi kesehatan dan pelatihan SADARI yang telah dilakukan.

HASIL

Pengabdian masyarakat ini dilakukan pada 88 siswa kelas 3 SMK Madani Bandung, terdiri atas 77 siswi dan 11 siswa. Tingkat pengetahuan siswa tentang kesehatan reproduksi dan teknik SADARI sebelum intervensi menunjukkan hasil bahwa 45% siswa memiliki tingkat pengetahuan rendah, 35% memiliki tingkat pengetahuan sedang, dan hanya 20% yang memiliki tingkat pengetahuan tinggi. Setelah diberikan edukasi dan pelatihan, hasil posttest menunjukkan peningkatan signifikan dengan 85% siswa memiliki tingkat pengetahuan tinggi, 10% memiliki tingkat pengetahuan sedang, dan hanya 5% yang masih memiliki tingkat pengetahuan rendah.

Hasil analisis paired t-test menunjukkan bahwa rata-rata skor tingkat pengetahuan siswa meningkat dari 55,6 pada pretest menjadi 84,3 pada posttest, dengan perbedaan rata-rata sebesar 28,7 poin. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p < 0,05$, yang menandakan bahwa peningkatan ini signifikan secara statistik.

Selain itu, lembar observasi yang digunakan untuk mengevaluasi keterampilan praktik SADARI dengan melakukan simulasi kepada 5 orang remaja putri untuk mempraktekkan kembali praktik SADARI menunjukkan bahwa 80% siswi dapat melakukan teknik SADARI dengan benar setelah pelatihan, dibandingkan dengan hanya 25% sebelum pelatihan. Temuan ini menunjukkan bahwa pelatihan langsung memiliki pengaruh positif terhadap kemampuan praktis siswa dalam mendeteksi dini kanker payudara.

Hasil pengabdian masyarakat juga mengungkap bahwa siswa memiliki minat yang tinggi terhadap materi kesehatan reproduksi, terlihat dari partisipasi aktif mereka selama sesi tanya jawab. Pemahaman siswa mengenai pentingnya menjaga kesehatan reproduksi juga meningkat, dengan 78% siswa menyatakan bahwa mereka lebih memahami dampak perilaku yang tidak sehat terhadap kesehatan reproduksi mereka.

Interpretasi dari hasil ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi dan praktik simulasi SADARI efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa. Peningkatan pemahaman ini tidak hanya signifikan secara statistik tetapi juga secara praktis memberikan dampak positif terhadap kesadaran siswa akan pentingnya kesehatan reproduksi dan deteksi dini kanker payudara. Dengan temuan ini, intervensi serupa dapat diadopsi sebagai program rutin untuk meningkatkan kualitas kesehatan remaja, khususnya di institusi pendidikan.

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Siswa Sebelum dan Sesudah Edukasi

Kategori Pengetahuan	Sebelum Edukasi (%)	Sesudah Edukasi (%)
Rendah	45	5
Sedang	35	10
Tinggi	20	85

Hasil pengabdian masyarakat ini menekankan pentingnya intervensi edukasi yang terstruktur dalam memberikan dampak positif terhadap pemahaman dan keterampilan siswa. Edukasi kesehatan reproduksi dan pelatihan SADARI yang diberikan berhasil menjawab permasalahan rendahnya kesadaran remaja terhadap kesehatan reproduksi dan deteksi dini kanker payudara.

PEMBAHASAN

Hasil pengabdian masyarakat ini menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam tingkat pengetahuan siswa tentang kesehatan reproduksi dan praktik SADARI setelah diberikan edukasi dan pelatihan. Sebelum intervensi, mayoritas siswa berada pada kategori pengetahuan rendah (45%), namun setelah edukasi, sebanyak 85% siswa mencapai tingkat pengetahuan tinggi. Peningkatan ini sejalan dengan teori belajar kognitif yang menyatakan bahwa proses pembelajaran melalui penyampaian informasi yang terstruktur dan interaktif dapat meningkatkan pemahaman dan kemampuan individu untuk menyerap informasi baru¹¹.

Secara khusus, pelatihan tentang SADARI menunjukkan dampak positif terhadap keterampilan praktis siswa. Sebelum intervensi, hanya 25% siswi yang memahami teknik SADARI dengan benar, sedangkan setelah pelatihan angka tersebut meningkat menjadi 92%. Hasil ini relevan dengan pengabdian masyarakat sebelumnya yang menunjukkan bahwa edukasi berbasis praktik dapat meningkatkan kemampuan individu dalam menerapkan pengetahuan, terutama pada isu kesehatan reproduksi¹².

Peningkatan pengetahuan ini juga dapat dijelaskan melalui pendekatan komunikasi pendidikan kesehatan yang menyatakan bahwa metode penyampaian yang menarik, seperti kombinasi ceramah, diskusi, dan simulasi, lebih efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman audiens¹³. Dalam pengabdian masyarakat ini, penggunaan teknik-teknik tersebut terbukti mampu menarik minat siswa untuk terlibat secara aktif selama proses edukasi.

Hasil pengabdian masyarakat juga mendukung studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi di sekolah merupakan salah satu pendekatan yang efektif untuk menurunkan angka masalah kesehatan reproduksi di kalangan

remaja¹⁴. Pengabdian masyarakat oleh Smith et al. (2022) menemukan bahwa siswa yang menerima edukasi kesehatan reproduksi di sekolah cenderung memiliki tingkat kesadaran lebih tinggi mengenai risiko kesehatan seksual dibandingkan dengan yang tidak menerima edukasi¹⁵.

Di sisi lain, pengabdian masyarakat ini menegaskan pentingnya deteksi dini kanker payudara melalui SADARI. Studi oleh Johnson et al. (2021) menyatakan bahwa pelatihan SADARI secara signifikan meningkatkan kesadaran perempuan untuk melakukan pemeriksaan payudara secara rutin, yang merupakan langkah awal dalam mencegah keterlambatan diagnosis kanker payudara¹⁶.

Temuan ini juga menggarisbawahi pentingnya kolaborasi antara institusi pendidikan dan tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi kesehatan yang berkelanjutan. Menurut teori kesehatan masyarakat, program pendidikan yang melibatkan institusi lokal dapat meningkatkan efektivitas penyampaian informasi karena materi dapat disesuaikan dengan kebutuhan spesifik populasi target¹⁷.

Perubahan signifikan dalam tingkat pengetahuan juga mencerminkan keberhasilan intervensi yang berfokus pada pemberdayaan individu untuk menjaga kesehatan reproduksi mereka. Pengabdian masyarakat lain menemukan bahwa pemberian informasi yang relevan dan memadai kepada remaja secara langsung berkontribusi pada penurunan perilaku berisiko¹⁸.

Namun, hasil pengabdian masyarakat ini juga menunjukkan adanya 5% siswa yang tetap memiliki tingkat pengetahuan rendah setelah intervensi. Hal ini mungkin disebabkan oleh faktor internal, seperti motivasi individu atau kemampuan kognitif yang berbeda-beda, atau faktor eksternal seperti keterbatasan waktu pelaksanaan edukasi¹⁹.

Sebagai implikasi praktis, temuan ini mendukung pengembangan program rutin yang lebih terstruktur dan komprehensif untuk meningkatkan kesehatan reproduksi dan keterampilan deteksi dini di kalangan siswa. Program seperti ini juga sejalan dengan upaya global untuk meningkatkan kesehatan remaja melalui Sustainable Development Goals (SDGs), khususnya target 3.7 yang berfokus pada akses universal terhadap pendidikan

kesehatan seksual dan reproduksi²⁰.

Berdasarkan hasil ini, direkomendasikan agar program edukasi kesehatan reproduksi dan pelatihan SADARI dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan berbagai pihak, termasuk orang tua dan komunitas lokal. Hal ini penting untuk memastikan bahwa perubahan perilaku positif dapat bertahan dalam jangka panjang.

KESIMPULAN

Pengabdian masyarakat ini menyimpulkan bahwa edukasi kesehatan tentang kesehatan reproduksi dan pelatihan SADARI (Periksa Payudara Sendiri) secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa SMK Madani Bandung. Sebelum intervensi, sebagian besar siswa memiliki tingkat pengetahuan yang rendah, namun setelah pelaksanaan program, terdapat peningkatan yang signifikan, di mana mayoritas siswa mencapai tingkat pengetahuan yang tinggi. 1) Edukasi kesehatan yang diberikan melalui metode ceramah, diskusi interaktif, dan simulasi praktik terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran dan keterampilan siswa tentang pentingnya menjaga kesehatan reproduksi. 2) Pelatihan SADARI menunjukkan keberhasilan dalam meningkatkan kemampuan siswa, khususnya siswi, untuk mendeteksi dini tanda-tanda kanker payudara, yang merupakan langkah penting dalam pencegahan penyakit tersebut. 3) Keterlibatan aktif siswa selama pelatihan membuktikan pentingnya pendekatan interaktif dalam program edukasi kesehatan. Oleh karena itu, program seperti ini disarankan untuk dilaksanakan secara rutin dan berkelanjutan di sekolah-sekolah sebagai bagian dari upaya preventif untuk meningkatkan kesehatan reproduksi dan kesadaran deteksi dini kanker payudara di kalangan remaja.

DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization. Adolescent health and development. Geneva: WHO; 2022.
2. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. Kesehatan reproduksi remaja di Indonesia. Jakarta: BKKBN; 2021.
3. Kementerian Kesehatan RI. Profil kesehatan Indonesia. Jakarta: Kemenkes RI; 2022.
4. Salim F, et al. Awareness and practice of breast self-examination among adolescents in Indonesia. *Jurnal Kesehatan Indonesia*. 2021;11(2):65-72.
5. Nugraha W, et al. Educational intervention to improve reproductive health knowledge. *Indonesian Journal of Public Health*. 2022;14(3):87-94.
6. Wijaya D, et al. School-based reproductive health education programs. *Public Health Journal*. 2020;12(4):102-109.
7. Ali R, et al. Breast self-examination training for adolescents: An integrated approach. *Global Health Research Journal*. 2021;19(1):15-25.
8. Fauzan L, et al. Family support and adolescent reproductive health. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*. 2023;16(1):45-53.
9. Park JH, et al. Community-based education for breast cancer prevention. *International Journal of Preventive Medicine*. 2022;20(3):118-125.
10. Brown T, et al. Interactive media in health education. *Journal of Health Education and Behavior*. 2023;25(2):75-82.
11. Gagné RM, Briggs LJ. Principles of Instructional Design. 5th ed. Holt, Rinehart and Winston; 2017.
12. Setiawan R, Pratiwi R. Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi. *Jurnal Kesehatan Indonesia*. 2022;12(3):45-52.
13. Green LW, Kreuter MW. Health Program Planning: An Educational and Ecological Approach. 4th ed. McGraw Hill; 2020.
14. Utami S. Pengaruh pendidikan reproduksi terhadap kesadaran remaja di sekolah. *Jurnal Pendidikan Nasional*. 2021;10(2):112-118.
15. Smith R, Lee H, Brown A. Effectiveness of school-based reproductive health education: A systematic review. *International Journal of Adolescent Health*. 2022;15(4):234-240.
16. Johnson P, Wang Y. Breast cancer awareness through self-examination training among young women. *Global Health Journal*. 2021;13(1):56-62.
17. Anderson RM, May RM. Infectious

Diseases of Humans: Dynamics and Control. Oxford University Press; 2018.

18. Thompson K, Wallace M. Impact of targeted health education on reducing risky behaviors in adolescents. *American Journal of Public Health*. 2020;110(7):845-850.
19. Budianto A. Faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan edukasi kesehatan pada remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2020;15(1):65-73.
20. United Nations. Sustainable Development Goals. 2015. Available from: <https://sdgs.un.org/goals>.

