

Optimalisasi Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Bagi Ibu-Ibu Anggota PW Wyk 4 GKI Getsemani Kotaraja, Jayapura

Elieser¹, Henderina J. Keiluhu^{2*}

¹Jurusan Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Cenderawasih, Jayapura

²Jurusan Biologi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Cenderawasih, Jayapura-Papua

***) Korespondensi:**

PS. Biologi Jurusan Biologi FMIPA
Universitas Cenderawasih, Jl. Kamp
Wolker Waena, Jayapura. Papua.
99583. Email:
henderinaj.keiluhu@gmail.com

Diterima : 8 Januari 2022
Disetujui : 27 Januari 2022
Dipublikasi : 2 Maret 2022

Sitasi :

Elieser, and H.J. Keiluhu. 2022.
Optimalisasi pengetahuan
kesehatan reproduksi bagi ibu-ibu
anggota PW Wyk 4 GKI Getsemani
Kotaraja, Jayapura. *Bakti Hayati*,
Jurnal Pengabdian Indonesia. 1(1):
12–18.

Abstract

Healthy body and health are different things but inseparable. Everyone wants a healthy body and always spare deadly diseases, such as cancer. Knowledge about the most common cancers affecting women and how to prevent them is very important for women everywhere. This paper describes an activity report about exposure to community service activities regarding women's reproductive health, especially socialization about breast cancer and cervical cancer and the ways to prevent them. The target of this activity includes 14 women members of the Women's Fellowship (PW) Wyk 4 Indonesian Christian Church (GKI) Getsemani Kotaraja. The presentation activity took place on August 25, 2021. The results of the implementation of this community service activity showed that the participants could understand the importance of knowledge about reproductive health and could practice the recommendations obtained such as the Breast Self-Exam (BSE-SADARI) Movement, as well as being more sensitive to changes in personal health.

Keyword: breast cancer; cervix cancer; SADARI; PW GKI Getsemani.

PENDAHULUAN

Saat ini dunia sedang dilanda pandemi Covid-19 yang ternyata sangat mempengaruhi seluruh aspek kehidupan, maka sehat dan/atau kesehatan menjadi hal yang sangat penting bahkan sangat mahal saat ini. Semua usaha baik itu dalam bentuk mengkonsumsi berbagai vitamin, makanan yang bergizi dilakukan oleh setiap orang maupun setiap keluarga agar dapat terhindar dari penyakit yang mematikan seperti Covid-19 (Mustofa & Suhartatik, 2020). Namun harus diingat juga bahwa bukan hanya jenis penyakit Covid-19 saja yang harus diwaspadai, namun ada jenis-jenis penyakit

lainnya juga mengintai hidup dan kehidupan setiap orang, khususnya kaum wanita.

Salah satu penyakit yang banyak menyerang kaum wanita adalah penyakit kanker yang menyerang daerah rahim dan payudara yang merupakan bagian dari alat reproduksi wanita. Penyakit kanker merupakan penyakit tidak menular namun prevalensinya terus meningkat. Kanker payudara memiliki prevalensi tertinggi diikuti kanker serviks (Marfianti, 2021; Handayani, 2013). Kanker payudara merupakan penyakit kanker yang menduduki peringkat pertama semua jenis kanker yang diderita oleh wanita di dunia (Marfianti, 2021), sedangkan penyalit kanker serviks menduduki urutan kedua yang diderita

oleh perempuan di dunia namun meduduki peringkat pertama di negara yang dikategorikan sebagai negara sedang berkembang termasuk Indonesia (Damayanti, 2013). Untuk itu pengetahuan tentang kesehatan reproduksi merupakan hal penting yang harus diketahui oleh kaum ibu yang kemudian dapat ditransfer kepada anak-anak perempuan atau remaja putri mereka (Hasanah, 2016). Hasanah (2016) juga mengatakan juga bahwa pengetahuan yang menunjang kesehatan reproduksi misalnya meliputi menjaga kebersihan diri secara umum dan menjaga kebersihan organ reproduksi sangat penting. Selain itu, kebersihan diri seperti menggosok gigi maupun menjaga kebutuhan asupan gizi, menjaga berat badan serta membersihkan hati (perasaan) dan selalu merasa bahagia merupakan faktor ikutan yang perlu diperhatikan.

Persekutuan Wanita Kristen Wyk 4 GKI Getsemani Kotaraja, merupakan bagian dari Persekutuan Wanita GKI Getsemani Kotaraja Jayapura yang dalam aktivitasnya merupakan kelompok Wanita yang selain berkumpul untuk melakukan peribadatan secara kelompok di Wyk maupun di gereja, juga mempunyai kegiatan positif lainnya. Kegiatan positif yang dimaksud adalah seperti mengikuti kegiatan seminar tentang kesehatan, pelatihan merangkai bunga, kewirausahaan, dan kegiatan lainnya. Semua kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup dan memperkaya pengetahuan ibu-ibu secara pribadi yang mencakup fisik maupun mental.

Kelompok wanita seperti ini, perlu terus diberi materi kesehatan ataupun lainnya terutama untuk meningkatkan kualitas hidup pribadi. Penyakit kanker apapun jenisnya kadang diabaikan gejalanya karena ketakutan, adanya rasa malu untuk berobat ataupun tidak mengetahui cara dan waktu yang tepat untuk mengetahui apa dan bagaimana penyakit kanker tersebut. Penyakit kanker seperti kanker payudara dan kanker serviks umumnya terlambat disadari atau diketahui oleh penderita karena kurangnya pengetahuan atau tidak adanya edukasi yang tepat serta

keengganan atau rasa malu menyebabkan penyakit ini terlambat diketahui sehingga akan berpengaruh terhadap tingkat kesembuhan (Marfianti, 2021; Damayanti, 2013).

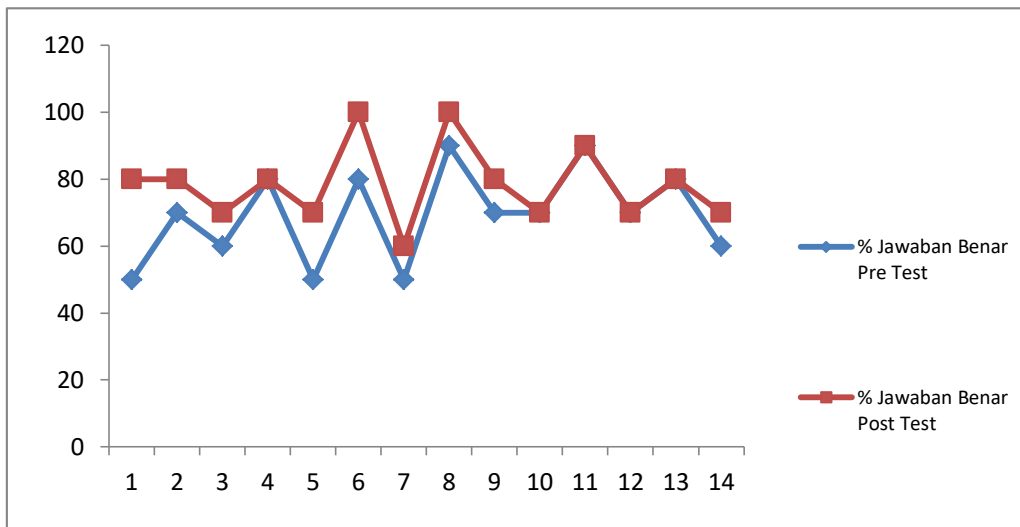
Berdasarkan uraian tersebut, maka masalah dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah bagaimana menjaga kesehatan reproduksi bagi seorang ibu (dan juga remaja putrinya). Sedangkan tujuan dari kegiatan dimaksud adalah memberikan penyuluhan atau sosialisasi atau edukasi bagi ibu anggota PW Wyk 4 GKI Getsemani Kotaraja tentang pengetahuan praktis mengenai kesehatan reproduksi, khususnya pengetahuan tentang penyakit kanker payudara dan kanker serviks serta cara-cara pencegahannya.

METODE KEGIATAN

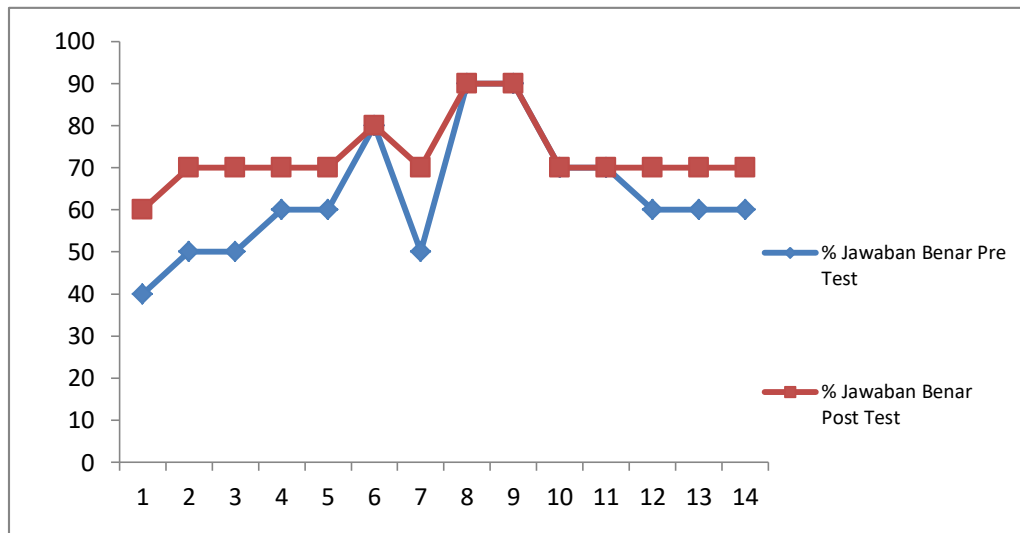
Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan kepada kelompok Persekutuan Wanita (PW) Wyk 4 GKI Getsemani Kotaraja dilaksanakan pada 25 Agustus 2021. Metode yang digunakan adalah ceramah, edukasi tentang Optimalisasi pengetahuan tentang kesehatan reproduksi (kanker payudara dan kanker serviks serta pencegahannya) yang dilakukan secara daring (dalam jaringan) menggunakan media aplikasi zoom. Sebanyak 14 peserta ibu-ibu mengambil bagian dalam kegiatan pengabdian ini. Data pre test dan post test kedua kegiatan kemudian dianalisis menggunakan analisis statistik deskriptif kemudian ditampilkan menggunakan grafik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat telah berhasil dilaksanakan dengan baik. Peserta yang mengikuti kegiatan mempunyai tingkat pendidikan yang baik. Dimana 14 peserta tersebut mempunyai rentang usia antara 35-59 tahun dengan tingkat pendidikan mereka terdiri dari lulusan SLA (SMA) sebanyak 6 orang, Sarjana S1 dan S2 masing-masing berjumlah 6 orang dan 2 orang.



Gambar 1. Persentase jawaban benar pretest dan posttest dan materi pengetahuan tentang kanker payudara dan pencegahannya.



Gambar 2. Persentase jawaban benar pretest dan posttest dan materi pengetahuan tentang kanker serviks dan pencegahannya.

Edukasi tentang penyakit kanker payudara bagi ibu-ibu PW Wyk 4 GKI Getsemani Kotaraja juga memberikan hasil yang baik, dimana hasil postes menunjukkan hasil yang lebih baik dari hasil pretest (Gambar 1). Gambar 1 menunjukkan bahwa nilai rata-rata posttest lebih tinggi dari nilai rata-rata pretest (pretest: 62,29; posttest: 78,57). Sedangkan hasil edukasi tentang materi

kanker serviks memberikan hasil nilai rata-rata posttest dari materi pengetahuan dan pencegahan terhadap penyakit kanker serviks lebih tinggi dari pada hasil pretest (pretest: 63,57; posttest: 72,86)(Gambar 2).

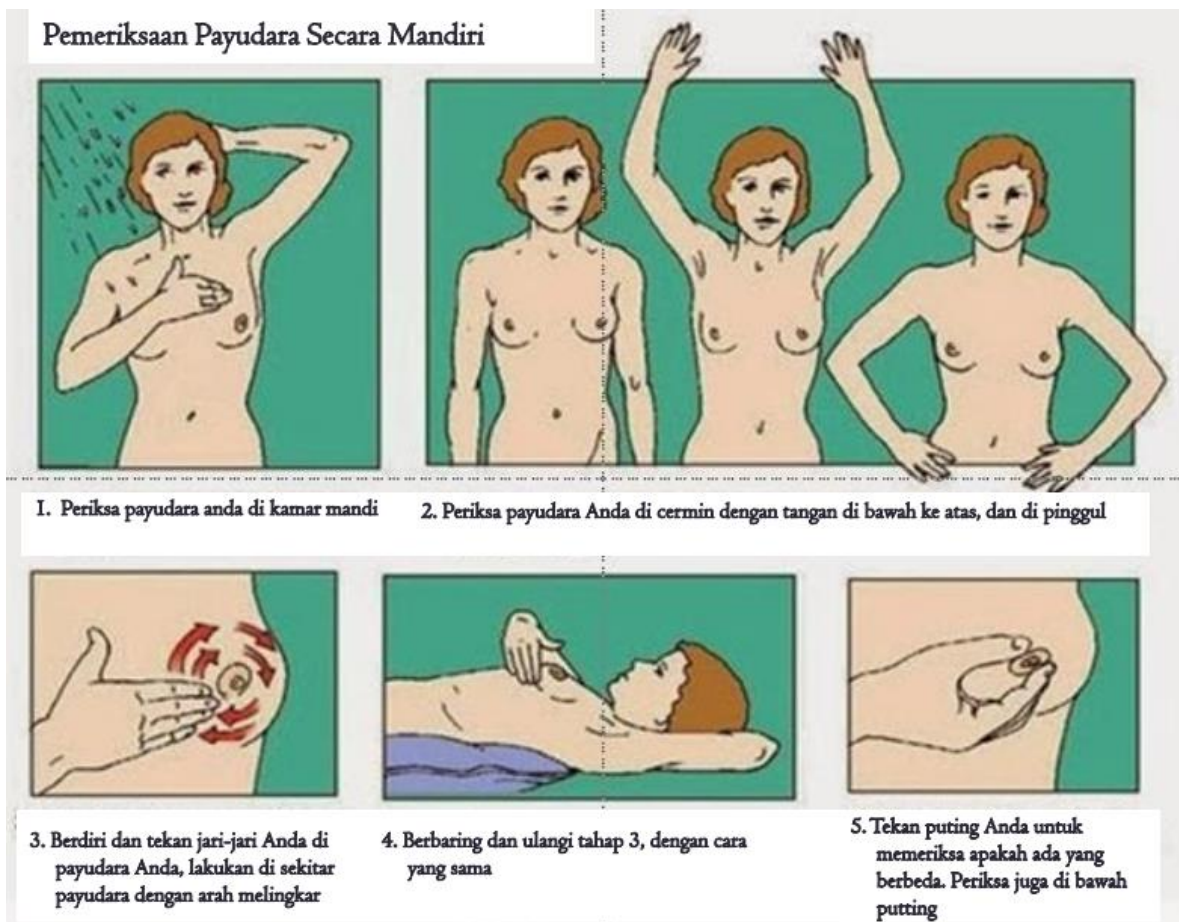
Menurut data *National Cancer Institute* yang dikutip oleh Okezone.com, menyatakan bahwa umur sangat mempengaruhi kerentanan terhadap kemungkinan menderita penyakit kanker payudara yaitu antara 35-65 tahun

(Kebayantini dkk, 2019; Elieser, 2021). Hal yang sama dijumpai juga bahwa usia wanita yang rentan terhadap kemungkinan terkena penyakit kanker serviks yaitu 35-64 tahun (Elieser, 2021). Selanjutnya, Damayanti (2013) mengatakan bahwa faktor usia merupakan salah satu unsur penyebab meningkatnya kemungkinan terkena kanker serviks karena lamanya waktu terkena paparan zat karsinogen serta menurunnya tingkat imunitas tubuh. Dalam hubungannya dengan tingkat pendidikan, Damayanti (2013) menyatakan bahwa ada hubungan yang erat antara tingkat pendidikan dengan kemungkinan terkena kanker serviks. Di mana semakin tinggi tingkat pendidikan maka kecenderungan terkena penyakit kanker serviks juga akan menurun. Sedangkan menurut Kebayantini dkk. (2019) pada tingkat usia remaja bahkan mahasiswi masih banyak yang belum menyadari bahwa mereka juga termasuk kelompok yang rentan terhadap penyakit kanker payudara. Dengan demikian dirasakan bahwa kegiatan sosialisasi atau edukasi tentang apa dan bagaimana penyakit kanker payudara dan kanker serviks sudah tepat dilakukan oleh tim PKM kepada ibu-ibu anggota PW Wyk 4 GKI Getsemani Kota yang pada dasarnya berada dalam kelompok usia yang rentan terpapar penyakit kanker serviks maupun kanker payudara.

Hasil diskusi tentang materi yang diberikan menunjukkan bahwa sebenarnya para ibu-ibu peserta sosialisasi umumnya memahami tentang penyakit kanker baik kanker payudara maupun kanker serviks. Hal ini tercermin dari hasil posttest yang lebih baik nilainya dibanding nilai pretest. Hasil ini sejalan dengan apa yang diperoleh Marfianti (2021) yang menyatakan bahwa para ibu umumnya menjadi lebih paham tentang penyakit kanker payudara setelah diberikan edukasi dan sosialisasi (hasil posttest) dibandingkan sebelum memperoleh edukasi (pretest). Hal yang sama juga ditemukan oleh Wasita dkk. (2021) bahwa responden mereka memahami dengan baik materi tentang kanker serviks maupun kanker payudara setelah dilakukan kegiatan edukasi atau sosialisasi.

Hasil diskusi dan pertanyaan-pertanyaan dalam pretest dan posttest, peserta juga bertanya tentang bagaimana cara mengetahui adanya penyakit kanker payudara maupun kanker serviks apabila merasakan ada perubahan atau mengalami gejala tertentu. Pertanyaan ini dijawab oleh pemateri bahwa cara yang paling mudah untuk mengetahui apakah seseorang memiliki gejala kanker payudara adalah dengan melakukan SADARI yaitu pemeriksaan payudara sendiri (Elieser, 2021). Metode ini sangat mudah dilakukan oleh para ibu dan juga anak gadis mereka ketika mandi ataupun ketika berbaring, hal ini sejalan dengan penjelasan Anonimous (2016a); Kebayantini dkk, 2019; Marfianti, 2021). Penjelasan SADARI dengan gambar diberikan oleh pemateri secara sederhana (Gambar 3). Sedangkan cara untuk mengetahui adanya kanker serviks secara dini adalah dengan melakukan papsmear (Tabel 1).

Diharapkan dengan mempelajari kedua petunjuk tersebut, maka ibu-ibu akan memiliki pengetahuan dan kesadaran untuk selalu memperhatikan kesehatannya secara pribadi juga kesehatan putri-putrinya baik yang berusia remaja maupun usia kuliah (mahasiswi). Selain itu, juga diharapkan para ibu lebih tanggap terhadap perubahan-perubahan fisik yang mungkin terjadi dalam dirinya. Misalnya adanya benjolan di payudara, perdarahan yang tidak sesuai waktu haid. Penjelasan di atas sejalan dengan pendapat Kebayantini dkk. (2019) juga Wasita dkk (2021) yang mengatakan bahwa kanker payudara tidak dapat dihindari tetapi pemeriksaan payudara sendiri dengan metode SADARI dan SADANI (pemeriksaan secara klinis) dengan teratur dan tepat waktu maka para ibu/remaja/mahasiswi akan lebih dini mendeteksi penyakit kanker payudara. Dengan demikian, perlakuan pengobatan dapat ditentukan dengan tepat dan dapat menyelamatkan jiwa. Selain itu dapat juga dilakukan pemeriksaan secara USG dan mammografi. Menurut Damayanti (2013) pemeriksaan dini untuk mengetahui terpapar atau tidaknya seseorang terhadap penyakit kanker serviks adalah dilakukan dengan



Gambar 3. Cara pemeriksaan payudara sendiri (SADARI), (sumber: materi pengabdian kepada masyarakat oleh dr. Elieser: 25 Agustus 2021).

Tabel 1. Aturan pemeriksaan papsmear untuk mengetahui kanker serviks.

No	Status pasien	Rekomendasi	Catatan
1.	Usia < 21 tahun	Tidak perlu screening	
2.	Usia 21–29 tahun	Lakukan papsmear tiap > 3 tahun	Dapat berubah sesuai keputusan dokter
3.	Usia 30 – 65 tahun	Lakukan papsmear tiap > 3 tahun	Dapat berubah sesuai keputusan dokter
4.	Usia > 65 tahun	Stop jika hasil 3x papsmear bagus	Bila ada riwayat keganasan serviks dapat diteruskan hingga tahun kemudian
5.	Pernah angkat Rahim	Tidak dilakukan*	Jika ada riwayat, tetap dilakukan
6.	Sudah di vaksin	Tetap papsmear sesuai usia	

pemeriksaan rutin papsmear. Selanjutnya Wasita dkk (2021) mengatakan bahwa selain melaksanakan papsmear, maka dapat dilakukan pula uji IVA dan pemeriksaan HPV

serta screening rutin di puskesmas terdekat dan tidak berbayar atau ditanggung oleh BPJS. Pertanyaan yang juga banyak dikemukakan oleh peserta adalah apakah penderita kanker dapat disembuhkan dan

apakah ada jenis makanan tertentu yang harus dikonsumsi oleh penderita kanker. Anonimous (2019) menyatakan bahwa penderita kanker tidak dapat sembuh secara total tetapi mendapat remisi, artinya pasien yang sudah melakukan terapi, dan sudah dievaluasi kemudian dinyatakan tidak lagi mengandung sel kanker dan pada masa remisi ini pasien harus tetap kontrol teratur serta menjaga tubuh tetap sehat.

Sehubungan dengan tubuh yang sehat, tentu berkaitan dengan pola hidup dan pola makan. Pola hidup yang sehat berhubungan dengan aktivitas hidup pasien yang sehat, tidak stress secara psikis maupun fisik (Anonimous, 2019; Damayanti, 2013). Sedangkan pola makan yang sehat, berkaitan dengan jenis makanan yang dikonsumsi oleh penderita. Anonimous (2019) menyatakan bahwa mengkonsumsi sayur dan buah segar agar tetap sehat terutama buah dan sayuran yang kaya antioksidan yang berfungsi untuk membuang racun dalam tubuh. Selanjutnya, Anonimous (2016b) menyatakan bahwa untuk hidup sehat penderita harus mengkonsumsi (a) makanan yang mengandung Vitamin A, C, e dan Ca juga vitamin B dan asam folat; (b) sayuran dan buah yang mengandung antioksidan tinggi seperti buah alpukat, tomat, wortel, jeruk juga lemak ikan serta (c) makanan yang mengandung polifenol dan flavoid.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dengan judul Optimalisasi Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Bagi Ibu-Ibu Anggota PW Wyk 4 GKI Getsemani Kotaraja, dapat disimpulkan:

(1) Ibu-ibu peserta kegiatan sangat aktif, antusias dan tekun mengikuti setiap materi yang diberikan, walaupun hanya melalui ruang zoom. Hal ini ditunjukkan dengan sangat aktifnya para peserta mengemukakan pertanyaan dan pendapatnya.

(2) Berdasarkan evaluasi terhadap hasil pretest dan posttest dari setiap materi yang disajikan, dapat dikatakan bahwa secara umum hasil posttest rata-rata tinggi, dan ini menunjukkan bahwa ada hal positif yang diperoleh dengan mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat, khususnya tentang kesehatan reproduksi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Artikel ini merupakan bagian dari kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dengan judul Optimalisasi Pengetahuan Kesehatan Reproduksi dan Upaya Pemenuhan Gizi Keluarga Bagi Ibu-Ibu Anggota PW Wyk 4 GKI Getsemani Kotaraja. Tim Pengabdian Kepada Masyarakat mengucapkan terima kasih kepada Ketua LPPM Universitas Cenderawasih yang telah memberikan bantuan berupa dana PNPB tahun 2021 dengan kontrak Nomor: 154/UN20.2.1/PG/2021 sehingga Kegiatan Pengabdian Masyarakat dapat terlaksana dengan baik. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Koordinator PW Wyk 4 GKI Getsemani Kotaraja beserta anggota yang telah berperan aktif dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Anonimous, 2016a. Enam langkah SADARI untuk deteksi kanker payudara <http://p2ptm.kemkes.go.id/artikel-sehat/enam-langkah-sadari-untuk-deteksi-dini-kanker-payudara> diunduh 26 Januari 2022.
- Anonimous, 2016b. Makanan super pencegah kanker serviks. <http://p2ptm.kemkes.go.id/artikel-sehat/makanan-super-pencegah-kanker-serviks> diunduh 26 Januari 2022.
- Anonimous, 2019. Penderita kanker tak bisa sembuh total tapi mendapat remisi. <https://fk.ui.ac.id/infosehat/penderita-kanker-tak-bisa-sembuh-total-tapi-bisa-dapat-remisi/> diunduh 27 Januari 2022.
- Damayanti, I.P. 2013. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian kanker

- serviks di RSUD Arifin Akhmad Pekanbaru tahun 2008–2010. *Jurnal Kesehatan Komunitas*. 2(2): 88-93.
- Elieser. 2021. Mengenal kanker payudara dan kanker serviks serta cara pencegahannya. Materi PKM disampaikan pada 25 Agustus 2021 bagi kelompok Ibu-Ibu PW Wyk 4 GKI Getsemani Kotaraja. Kotaraja Jayapura (Tidak dipublikasikan).
- Hasanah, H. 2016. Pemahaman kesehatan reproduksi di bagi perempuan: sebuah strategi mencegah berbagai resiko masalah reproduksi remaja. *Jurnal Sawwa*. 1(2): 225-251.
- Kebayantini, I.L.N., I.N. Punia., N. Suryani., W.B. Nugroho., G. Kamanjaya., dan N.M. Anggita S.M. 2019. Sadari dan perilku hidup sehat sebagai upaya pencegahan kanker di kalangan mahasiswi Unud (Sebuah laporan pengabdian Masyarakat). *Jurnal Ilmiah Widya Sosio Politika*. 4570: 107–116.
- Marfianti, E. 2021. Peningkatan pengetahuan kanker payudara dan ketrampilan periksa sendiri (SADARI) untuk deteksi dini kanker payudara di Semutan Jatimuluyo Dlingo. *Jurnal Abdimas Madani dan Lestari*. 3(01): 25-31.
- Mustofa, A., dan N. Suhartatik. 2020. Meningkatkan imunitas tubuh dalam menghadapi pandemi Covid-19 di Karangtaruna Kedunggupit, Sidoharjo, Wonogiri, Jawa Tengah. *Selaparang, Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*. 4(1): 324–332.
- Warsita, B., N. Wiyono, Suyatni, R.D. Yudhani., R.F. Rahayu, K.Y. Yarso, dan R.N. Persik. 2021. Upaya preventif kanker serviks dan kanker payudara di masa pandemic melalui seminar daring bagi masyarakat Kota Solo dan sekitarnya. *Placentrum Jurnal Ilmiah kesehatan dan Aplokasinya*. 9(1): 142-146.