

Lampiran 1

Lembar Persetujuan Penelitian **(Informed consent)**

Saya, Feras Zaki Azzubaidi dengan NIM 405140248 sedang dalam pembuatan skripsi yang berjudul “Hubungan pengetahuan tentang pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan pada mahasiswi di Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara” memohon bantuan saudara untuk mengisi kuesioner yang akan diberikan. Kuesioner ini berisi pertanyaan yang berkaitan dengan pengetahuan tentang pemeriksaan payudara sendiri (SADARI).

Kerahasiaan identitas saudara akan dijamin oleh peneliti.

Setelah mendapat penjelasan mengenai penelitian ini, maka saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

NIM :

Umur :

No. HP :

Bersedia untuk mengisi kuesioner ini dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta,

Peneliti

Responden

()

)

(

Lampiran 2

SADARI (pemeriksaan payudara sendiri)

KUESIONER

Identitas Subjek (wajib diisi)

Nama : _____
N.I.M : _____
Usia : _____ tahun
Menarche (Menstruasi) pertama saat berusia : _____ tahun

Berilah jawaban yang menurut anda PALING BENAR .

1 (Iya)

0 (Tidak)

No	Pertanyaan	1	0
1.	Kanker payudara merupakan keganasan pada jaringan payudara yang dapat berasal dari epitel duktus maupun lobulusnya.		
2.	Mendapat haid pertama pada umur kurang dari 12 tahun merupakan salah satu faktor risiko dari kanker payudara		
3.	Benjolan pada payudara dan keluarnya cairan dari puting susu dapat menjadi keluhan yang dialami penderita kanker payudara		
4.	Pemeriksaan payudara klinis adalah pemeriksaan yang dilakukan sendiri		
5.	Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) adalah salah satu upaya untuk mendeteksi dini kanker payudara		

6.	Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dilakukan secara rutin setiap bulan, yaitu mulai dari hari1 setelah haid berakhir		
7.	Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dapat mencegah kanker payudara		
8.	Terdapat 7 langkah pada pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) menurut Kemenkes RI		
9.	SADARI dapat dilakukan dengan posisi berdiri tegak menghadap kaca dengan kedua tangan diangkat keatas kepala		
10.	SADARI dapat dilakukan dengan merapatkan dan menekan telapak tangan dengan kuat sehingga payudara dapat menonjol dengan tujuan untuk mengamati kembali apakah ada benjolan atau kulit yang mengerut		
11.	Pada saat pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) pencet dan urutlah pelan-pelan daerah disekitar puting sampai ke arah ujung puting dan amatilah apakah keluar cairan tidak normal seperti putih atau kekuning-kuningan yang terkadang bercampur darah		
12.	Pada saat melaksanakan SADARI posisi berbaring, letakkan bantal dibelakang punggung, satu tangan diletakkan dibelakang kepala dan satu tangan untuk memeriksa payudara		
13.	SADARI dapat dilakukan dengan jari telunjuk, jari tengah, dan jari manis dari tangan yang lainnya		

14.	Pada saat meraba, dilakukan gerakan memutar dengan tekanan lembut, dimulai dari pinggir sampai ke puting dengan mengikuti arah putaran jarum jam		
15.	Tumor payudara sering ditemukan di bagian atas payudara (Sebelah ketiak)		

Mohon di isi dengan MELINGKARI jawaban yang menurut saudara paling benar.

16. Menurut saudara, apakah yang dimaksud dengan SADARI?
 - a. Salah satu upaya deteksi dini kanker payudara yang dilakukan setelah masa haid secara rutin
 - b. Suatu metode pengobatan kanker payudara
 - c. Tidak tahu
17. Apakah saudara pernah mendapat informasi mengenai SADARI sebelum penyuluhan ini?
 - a. Iya
 - b. Tidak
18. Jika iya, dari manakah saudara memperoleh informasi mengenai SADARI?
 - a. Keluarga
 - b. Teman
 - c. Dokter
 - d. Lain-lain _____
19. Media informasi mana sajakah di bawah ini yang telah memberikan informasi mengenai kanker payudara dan SADARI?
 - a. TV
 - b. Radio

- c. Majalah/Koran
- d. Leaflet
- e. Internet/Jejaring social

20. Menurut saudara, kapankah seorang wanita penting untuk melakukan SADARI?

- a. Jika sudah pernah menderita kanker payudara.
- b. Sebelum menderita kanker payudara
- c. Setelah mempunyai anak

21. Menurut saudara, apakah untuk melakukan SADARI mengeluarkan biaya?

- a. Butuh biaya besar
- b. Biayanya murah
- c. Tidak mengeluarkan biaya sama sekali

22. Setelah penyuluhan ini, untuk kepentingan kesehatan apakah saudara akan menerapkan/melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI)?

- a. Iya
- b. Tidak

23. Jika saya melakukan SADARI , saya akan melakukannya secara berurutan sesuai tahapnya

- a. Iya
- b. Tidak

24. Apakah setelah penyuluhan ini saudara akan membagikan informasi mengenai SADARI terhadap saudara, teman, orang tua

- a. Iya
- b. Tidak

Petunjuk untuk memeriksa payudara sendiri

PETUNJUK UNTUK MEMERIKSA PAYUDARA SENDIRI

PESAN

Sekali apapun benjolan yang ditemukan segera konsultasikan diri anda ke dokter

Menunda berarti memberi kesempatan sel kanker berkembang dan mengurangi kesempatan untuk sembuh

KEMENTERIAN KESEHATAN RI
DIREKTORAT JENDERAL PENGENDALIAN PENYAKIT DAN PENYIHATAN LINGKUNGAN
DIREKTORAT PENGENDALIAN PENYAKIT TIDAK MENULAR

SADARI
PERIKSA PAYUDARA SENDIRI

YANG HARUS ANDA KETAHUI

APA ITU KANKER PAYUDARA

Kanker yang berasal dari kelenjar, saluran dan jaringan penunjangnya, tidak termasuk kulit payudara.

Merupakan salah satu kanker terbanyak pada perempuan selain kanker leher rahim.

APA FAKTOR RISIKONYA

Sampai saat ini penyebab pasti kanker payudara belum diketahui. Yang diketahui adalah faktor-faktor risiko yang dapat meningkatkan terjadinya kanker payudara, yaitu :

1. Merokok dan terpapar asap rokok (perokok pasif).
2. Pola makan yang buruk (tinggi lemak dan rendah serat, mengandung zat pengawet/pewarna).
3. Mendapat haid pertama pada umur kurang dari 12 tahun.
4. Menopause (mati haid) setelah umur 50 tahun.
5. Melahirkan anak pertama sesudah umur 35 tahun.
6. Tidak pernah menyusui anak.
7. Pernah mengalami operasi pada payudara yang disebabkan oleh kelainan tumor jinak atau tumor ganas.
8. Di antara anggota keluarga ada yang menderita kanker Payudara.

MEWAJIBKAN HARUS DILAKUKAN SADARI

Karena kita lebih tahu atau mengenal diri kita sendiri, bila terjadi perubahan kita akan mengetahuinya sejak awal.

Jika pada saat melakukan "SaDaRi" ditemukan benjolan atau perubahan pada payudara (dibandingkan dengan keadaan pada bulan sebelumnya), segera periksakan diri ke dokter, karena benjolan itu kemungkinan adalah kanker.

KAPAN DILAKUKAN SADARI

Sadari dilakukan sebulan sekali setelah selesai haid, semenjak wanita mulai mendapatkan haid pertama atau pada usia 12 tahun.

INGATLAH

* Jika kanker dapat ditemukan secara dini (dengan ukuran tumor masih kecil kurang dari 1 cm dan ditangani dengan cepat dan tepat, harapan untuk sembuh hampir 100%
* Penggunaan obat-obatan hormonal harus sesuai dengan anjuran dokter.

PETUNJUK UNTUK MEMERIKSA PAYUDARA SENDIRI

SADARI
PERIKSA PAYUDARA SENDIRI

1. Amati dengan teliti payudara anda di muka cermin, tanpa berpakaian dengan kedua tangan diangkat keatas kepala.
2. Perhatikan bila ada benjolan, perubahan bentuk pada kulit dan puting, serta payudara secara keseluruhan.
3. Amati dengan teliti, Anda sendiri yang lebih mengenal tubuh Anda.
4. Pada posisi berbaring letakkan bantal dibelakang punggung.
5. Tangan kanan diletakkan dibelakang kepala, dan gunakan tangan kiri untuk memeriksa payudara sebelah kanan.
6. Lakukanlah hal yang sama seperti pada gambar 4 dan 5, tetapi dengan tangan kiri dibawah kepala, sedang tangan kanan meraba payudara kiri Anda.
7. Perhatikan khusus pada bagian-bagian yang diberi warna hijau seperti ditunjukkan pada gambar diatas sebab di situlah yang sering ditemukan tumor payudara.

Lakukan pada kedua payudara :

Pencel dan urutlah pelan-pelan daerah disekitar puting sampai ke arah ujung puting dan amatilah apakah keluar cairan yang tidak normal, seperti putih kekuning-kuningan yang terkadang bercampur darah seperti nanah. Pada wanita menyusui, bedakan dengan ASI.

CARA MERABA.

1. Rabalah dengan ujung dari tiga jari tengah yang dirapatkan.
2. Lakukan gerakan memutar dengan tekanan lembut tetapi mantap, dimulai dari pinggir sampai ke puting dengan mengikuti arah putaran jarum jam.

Aras perubahan