

Pelatihan Kader PKK Sidomakmur sebagai Inisiasi Pojok Konseling Pencegahan Kanker Payudara

Training for PKK Cadres Of Sidomakmur as an Initiation of A Counseling Corner for Breast Cancer Prevention

Dwi Sri Handayani^{1*}, Diah Nur Anisa¹, Hari Akbar Sugiantoro², Areindra Putra Wicaksana¹, Klarisa Puput Kintamani¹, Juli Suhaidi², Khairil Qalbi Alfiansyah²

¹Program Studi Keperawatan, Universitas Aisyiyah Yogyakarta, DI. Yogyakarta

²Program Studi Ilmu Komunikasi, Universitas Aisyiyah Yogyakarta, DI. Yogyakarta

dwihyani25@unisayogya.ac.id, diahnuranisa@unisayogya.ac.id,

hariakbarsugiantoro@unisayogya.ac.id, 2310201048@student.unisayogya.ac.id,

isa.jkmy@gmail.com, julisuhaidi@outlook.co.id, hairilqolby@gmail.com

*Corresponding author: dwihyani25@unisayogya.ac.id

ABSTRAK

Kasus tumor dan kanker payudara ibu PKK Sidomakmur sampai tahun 2025 adalah tiga perempuan dan satu meninggal. PKK Sidomakmur sebagai mitra belum pernah mendapatkan informasi dan pelatihan tentang pencegahan dan skrining kanker payudara. Solusi permasalahan melalui pelatihan kader tentang skrining dan konseling. Tujuan pelatihan meningkatkan pengetahuan, ketrampilan skrining, manajemen stres dan konseling kader sebagai inisiasi pojok konseling pencegahan kanker payudara dalam upaya menurunkan kasus kanker payudara. Metode dengan edukasi dan latihan skrining risiko kanker payudara, konseling dan manajemen stres. Peserta meliputi 6 kader skrining, 6 kader konseling dan 11 kader manajemen stres. Materi pelatihan konsep dan skrining risiko kanker payudara, teknik konseling, komunikasi terapeutik dan manajemen stres. Hasil pengetahuan skrining meningkat dari kategori kurang (50%) dan cukup (50%) menjadi 3 dari 6 kader kategori tinggi (50%). Pengetahuan komunikasi terapeutik meningkat dari 6 kader kategori kurang (100%) menjadi 4 dari 6 kader kategori cukup (66,67%). Kader mampu mempraktikkan ketrampilan teknik konseling seperti mendengarkan, konfrontasi dan memberikan informasi. Hasil manajemen stres meningkat 6 dari 11 kader kategori tinggi (54,55%) menjadi 100% kategori tinggi. Pelatihan mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan skrining risiko kanker payudara, manajemen stres dan teknik konseling. Kader yang terlatih menjadi komponen penting dalam inisiasi pojok konseling pencegahan risiko kanker payudara.

Kata kunci: Pencegahan Kanker Payudara; Pelatihan Kader; Pojok Konseling

ABSTRACT

Cases of breast tumors and cancer among PKK Sidomakmur members reached three women by 2025, one of whom died. As a partner, PKK Sidomakmur had never received information or training on breast cancer prevention and screening. The solution to this problem was implemented through training cadres in screening and counseling. The training aimed to improve cadres' knowledge and skills in screening, stress management, and counseling as an initiation for establishing a breast cancer prevention counseling corner, in an effort to reduce breast cancer cases. The method consisted of education and practical training in breast cancer risk screening, counseling, and stress management. Participants included 6 cadres for screening, 6 cadres for counseling, and 11 cadres for stress management. The training materials covered concepts and screening of breast cancer risk, counseling techniques, therapeutic communication, and stress management. The results showed that screening knowledge improved from the poor (50%) and sufficient (50%) categories to a high category among 3 of 6 cadres (50%). Knowledge of therapeutic communication improved from all 6 cadres (100%) in the poor category to 4 of 6 cadres (66.67%) in the sufficient category. Cadres were able to practice counseling techniques, including listening, confrontation, and providing information. Stress management knowledge improved from 6 of 11 cadres (54.55%) in the high category to 100% in the high category. The training successfully improved cadres' knowledge and skills in breast cancer risk screening, stress management, and counseling techniques. Trained cadres are an essential component in initiating a breast cancer prevention counseling corner

Keywords: Breast Cancer prevention; Cadre Training; Counseling Corner

PENDAHULUAN

Kanker payudara merupakan kasus yang pertumbuhan kasusnya menjadi perhatian semua pihak. Tercatat tahun 2024 sampai Juli 2026 kasus kanker payudara mencapai 93.236 (19,7%) dari seluruh kanker 466.849 kasus (Globocan, 2024). Selain jumlah peningkatan kasus, angka kematian akibat kanker payudara terjadi peningkatan. Tercatat tahun 2024 tingkat mortalitas kasus kanker payudara 13,4% (Globocan, 2024).

Adapun beberapa faktor yang berkontribusi dalam peningkatan kasus kanker payudara meliputi pola makan tidak sehat, kurang aktivitas fisik, peningkatan polusi, dan kurangnya kesadaran perempuan untuk deteksi dini mencegah stadium kanker payudara (Admoun & Mayrovitz, 2022; RS Roemani Muhammadiyah, 2025). Kanker payudara dapat terjadi pada beberapa usia diantaranya usia remaja (McVeigh et al., 2021). Beberapa faktor yang menjadi predisposisi yaitu faktor keturunan atau riwayat keluarga, lingkungan dan gaya hidup (McVeigh et al., 2021).

Kelompok ibu PKK Sidomakmur Dukuh Jagulan Kalangan Pedan Klaten merupakan organisasi Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK) bagian dari salah satu organisasi Rukun Warga XIII yang memberdayakan perempuan untuk membangun kesejahteraan perempuan dan keluarga Dukuh Jagulan. Organisasi ini memiliki anggota kurang lebih 30 perempuan Dukuh Jagulan berusia antara 25-60

tahun. Organisasi ini memiliki kegiatan yaitu produksi telur asin, senam aerobik, seni musik Hadroh dan solidaritas warga “Tilikan Warga sakit”.

Salah satu kasus yang saat ini menjadi bahasan adalah warga yang menderita tumor dan kanker payudara. Jumlah perempuan dukuh Jagulan yang menderita penyakit ini sampai tahun 2025 adalah tiga perempuan. Dua perempuan telah menjalani operasi untuk mengangkat tumor pada payudara. Satu lagi menderita kanker payudara namun telah meninggal pada Maret 2025.

Hasil wawancara, penderita mengatakan tidak mengetahui kenapa muncul benjolan tersebut karena muncul tiba-tiba dan ketika diraba terdapat benjolan. Kelompok ibu menjadi khawatir akan kondisi mereka masing-masing. Bentuk kekhawatiran yang dirasakan yaitu takut jika mengalami tumor atau kanker payudara seperti temannya karena tidak mengetahui penyebabnya. Kelompok ibu bingung harus konsultasi kepada siapa walaupun sekedar menanyakan bagaimana penyakit itu dapat terjadi dan bagaimana mencegahnya. Menurut Ketua PKK, kekhawatiran muncul karena kurangnya pengetahuan tentang kanker payudara. Sebagian besar kurangnya sumber informasi ataupun sekedar mencari

informasi di internet. Rata-rata tingkat pendidikan SD sampai SMK/SMA.

PKK memiliki kader kesehatan yang mengkoordinasi “tilikan warga yang sakit”. Kader kesehatan pernah mendapatkan pelatihan yaitu pengukuran tekanan darah namun belum pernah mendapatkan pelatihan untuk skrining risiko kanker payudara.

Pada tahun 2008, Dukuh Jagulan pernah dilakukan penelitian tentang pengetahuan, sikap dan perilaku perempuan warga dukuh Jagulan tentang pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) yang mana warga memiliki pengetahuan cukup dengan perilaku SADARI yang masih salah sebanyak 52%. Setelah tahun 2008, Dukuh Jagulan belum dilakukan tindak lanjut hasil penelitian berupa pengabdian masyarakat dalam upaya meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan kanker payudara.

Upaya kelompok ibu PKK Sidomakmur dengan menyelenggarakan pemeriksaan kesehatan yaitu konsultasi kesehatan secara umum, pengukuran tekanan darah, pemeriksaan asam urat dan gula darah namun selama ini belum pernah menyelenggarakan skrining risiko kanker payudara.

Kegiatan bidang kesehatan lainnya yang pernah diselenggarakan adalah penyuluhan kesehatan bagi PKK Sidomakmur yaitu tentang hipertensi dan perawatannya. Kegiatan ini diselenggarakan karena terdapat kasus hipertensi pada beberapa perempuan di dukuh Jagulan sedangkan penyuluhan tentang kanker payudara

dan pencegahannya belum pernah diselenggarakan.

Keterbatasan dan kesulitan dilakukan skrining kanker payudara pada kelompok perempuan diantaranya karena ras/etnic (47%), sosial ekonomi yang rendah (35,3%), tingkat pendidikan (29,4%), riwayat kanker di keluarga (29,4%), *gap* informasi dan perbedaan persepsi tentang kesehatan (23,5%), keterbatasan asuransi kesehatan (17,6%), dan tidak melakukan pemeriksaan kesehatan (17,6%) (Ponce-Chazarri et al., 2023).

Tujuan penulisan artikel adalah untuk menginformasikan tentang pelatihan kader dalam rangka inisiasi pembentukan pojok konseling pencegahan kanker payudara pada kelompok ibu PKK Sidomakmur Dukuh Jagulan.

METODE PENELITIAN

Pengabdian masyarakat dilaksanakan pada Juli sampai Agustus 2025. Mitra pengabdian PKK Sidomakmur Dukuh Jagulan Kabupaten Klaten. Desain pengabdian menggunakan pendekatan *community empowerment* dengan tahapan melakukan pengkajian kebutuhan mitra dengan prinsip *Participatory Rural Appraisal (PRA)* dengan mengidentifikasi masalah bersama mitra terkait kasus kanker payudara dan kebutuhan kader mitra kemudian dilanjutkan pelatihan yang diarahkan untuk penguatan kader secara

mandiri guna mengelola pojok konseling pencegahan kanker payudara.

Solusi permasalahan pada mitra adalah pelatihan skrining risiko kanker payudara dan pelatihan konseling pencegahan kanker payudara serta pelatihan manajemen stres sebagai inisiasi pembentukan pojok konseling pencegahan kanker payudara. Pojok konseling sebagai solusi mengatasi hambatan pengetahuan tentang kanker payudara pada warga melalui pemanfaatan kader dan mengatasi kecemasan tentang kanker payudara yang menyebabkan ketakutan warga untuk skrining. Pojok konseling dapat menjadi wadah upaya meningkatkan partisipasi warga untuk skrining risiko kanker payudara dengan terjaga kerahasiaan informasi saat konseling. Kader yang terlatih dipersiapkan untuk mengelola pojok konseling sebagai wadah untuk edukasi pencegahan dan mengatasi kecemasan warga tentang kanker payudara sehingga edukasi tidak hanya satu arah dari pengabdian saja melainkan juga dari kader yang terlatih. Tujuan pengabdian pembentukan dan meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan konseling kader tentang pencegahan risiko kanker payudara dalam upaya menurunkan tingkat kesakitan dan kasus kanker payudara.

Pengabdian dilaksanakan meliputi tiga tahapan yaitu persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Di setiap tahapan terdapat metode kegiatan.

A. Tahap Persiapan

Pada tahap ini meliputi kegiatan yaitu koordinasi dengan tim pengabdian, mitra

pengabdian dalam mempersiapkan media dan sosialisasi kegiatan. Pelaksanaan pengabdian masyarakat diawali kegiatan sosialisasi kepada tim dan mitra. Sosialisasi pada tim berupa rapat untuk persiapan meliputi sosialisasi peran masing-masing tim, program kegiatan, teknologi penerapan di mitra, persiapan instrumen alat ukur sebagai indikator ketercapaian program kerja dan evaluasi kegiatan. Selanjutnya, sosialisasi kepada mitra pengabdian meliputi pengenalan program kegiatan, penentuan kader kesehatan yang dilatih dan persiapan lokasi pelaksanaan program.

Instrumen untuk mengukur hasil pengabdian yaitu kuesioner pengetahuan tentang pencegahan kanker payudara, skrining risiko kanker payudara, kuesioner pengetahuan komunikasi teraupetik dan kuesioner manajemen stres serta lembar observasi teknik konseling telah dilakukan uji validitas konten pakar psikologi dan keperawatan maternitas.

Media pelatihan meliputi poster pencegahan risiko kanker payudara, poster SADARI (pemeriksaan payudara sendiri) sebagai teknik mandiri deteksi dini kelainan pada payudara, manekin SADARI, materi komunikasi teraupetik, materi teknik konseling dan manajemen stres.

Narasumber pelatihan yaitu permateri pelatihan skrining risiko kanker payudara adalah eskpert keperawatan maternitas dari

Universitas Aisyiyah Yogyakarta. Pemateri pelatihan konseling adalah Biro konsultasi psikologi Paripurna Yogyakarta.

B. Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian adalah pelatihan kader. Sebelum dilakukan pelatihan, kelompok ibu akan dilakukan pretest pengetahuan dan ketrampilan untuk mengetahui pengetahuan dasar kader tentang kanker payudara, skrining pencegahan risiko kanker payudara, konseling dan manajemen stres. Bentuk dan komponen pelatihan yaitu skrining risiko kanker payudara, teknik konseling pencegahan kanker payudara dan manajemen stres (Gail & Pfeiffer, 2018).

1. Pelatihan skrining risiko kanker payudara.

Peserta pelatihan berjumlah 6 kader. Lokasi pelatihan di kediaman ketua PKK Sidomakmr. Materi pelatihan meliputi konsep kanker payudara yaitu definisi, gejala awal yang perlu diwaspadai, faktor risiko, deteksi dini kanker payudara dan pencegahannya (Andansari Putri et al., 2024; Kuwardani et al., 2023; Novelia & Carolin, 2021; Yuhanah et al., 2019).

Materi kedua tentang deteksi dini tumor payudara dengan teknik SADARI (pemeriksaan payudara sendiri) meliputi langkah-langkah pemeriksaan dari melihat kondisi dan meraba ada tidaknya benjolan payudara dan skrining risiko kanker payudara (Andansari Putri et al., 2024; Kuwardani et al., 2023; Novelia & Carolin, 2021; Yuhanah et al., 2019). Media pelatihan menggunakan poster tentang kanker payudara dan deteksi dini SADARI (Halim et al., 2023;

Melati et al., n.d.; Sujianto, 2021) serta manekin payudara (Raithatha et al., 2018). Sebelum dan sesudah pelatihan dilakukan pengukuran pengetahuan skrining risiko kanker payudara menggunakan kuesioner 15 pertanyaan.

2. Pelatihan tentang konseling pencegahan risiko kanker payudara dan manajemen stres.

Peserta pelatihan berjumlah 6 kader. Pelatihan meliputi tiga kali kegiatan yaitu pelatihan teknik komunikasi teraupetik, teknik konseling dan manajemen stres (Ashton & Oney, 2024; Fitri Adista et al., 2024; Gail & Pfeiffer, 2018; Novianti et al., 2021; Subardjo et al., 2022). Materi tentang teknik komunikasi teraupetik meliputi: definisi, tujuan, contoh komunikasi, teknik komunikasi teraupetik. Materi teknik konseling meliputi: jenis ketrampilan konseling yaitu ketrampilan mendengarkan, memimpin, memantulkan, merangkum, konfrontasi, memberikan informasi, dan beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam konseling.

Materi manajemen stres meliputi definisi, penyebab stres, dampak stres, tujuan manajemen stres, menjaga pola hidup sehat, teknik relaksasi, *emotional grounding*, manajemen waktu, pengalihan positif, mengembangkan hobi dan minat, serta upaya membatasi penggunaan sosial media. Pelatihan selama dua jam dengan

narasumber “Biro Konsultasi Psikologi Paripurna Yogyakarta”.

C. Evaluasi

Pengabdian masyarakat dalam bentuk pelatihan kader dilakukan evaluasi untuk melihat hasil pelatihan. Evaluasi dilakukan dalam bentuk pengetahuan dan ketrampilan. Evaluasi pelatihan kader tentang skrining pencegahan risiko kanker payudara dengan metode tes sebelum dan sesudah pelatihan secara *paperbased test* pengetahuan menggunakan kuesioner terdiri 15 pertanyaan. Pelatihan konseling tentang teknik komunikasi teraupetik dilakukan pengukuran menggunakan kuesioner terdiri 10 pertanyaan. Pelatihan teknik konseling di evaluasi menggunakan observasi praktik teknik konseling. Pelatihan manajemen stres di evaluasi menggunakan kuesioner terdiri 5 pertanyaan.

Hasil pengambilan data pelatihan dilakukan analisis data menggunakan rumus distribusi frekuensi dengan melakukan perhitungan jumlah dan prosentase sebelum dan sesudah pelatihan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat telah dilaksanakan pada kelompok ibu PKK Sidomakmur Dukuh Jagulan dengan jumlah peserta yaitu 6 kader skrining, 6 kader konseling dan 11 manajemen stres. Pembentukan dan pelatihan kader kesehatan dalam upaya pencegahan risiko kanker payudara dilaksanakan di wilayah Dukuh Jagulan dengan mitra kelompok ibu PKK Sidomakmur yang terbagi dalam dua kegiatan yaitu:

1. Pelatihan skrining risiko kanker payudara

Pelatihan ini melibatkan 6 kader kesehatan dari PKK Sidomakmur. Sebelum dan sesudah pelatihan dilakukan pengukuran kemampuan kader tentang pengetahuan kanker payudara, cara deteksi dini SADARI dan skrining risiko kanker payudara. hasil pelatihan pada tabel 1.

Tabel 1: Pengetahuan Kader Tentang Skrining Risiko Kanker Payudara

No	Kategori Pengetahuan	Hasil Pelatihan	
		Sebelum f (%)	Sesudah f (%)
1	Tinggi	0 (0%)	3 (50%)
2	Cukup	3 (50%)	3 (50%)
3	Kurang	3 (50%)	0 (0%)
	Total	6 (100%)	6 (100%)

Sumber: (Data Primer, 2025)

Pada tabel 1 menunjukkan kategori pengetahuan kader kesehatan sebelum dilakukan pelatihan mayoritas cukup (50%) dan kurang (50%), setelah dilakukan pelatihan tentang skrining risiko kanker payudara menjadi cukup (50%) dan tinggi (50%). Peserta yang sebelum diberikan pelatihan saat pretest kategori kurang menjadi tinggi.





Gambar 1. Kader Tentang Skrining Risiko Kanker Payudara (Sumber: Dokumentasi Pribadi)

Pemberian penyuluhan tentang kanker payudara dan pelatihan tentang SADARI (pemeriksaan payudara sendiri) dan SADANIS (pemeriksaan payudara klinis) meningkatkan pengetahuan kader tentang pencegahan kanker payudara (Hayati et al., 2023). Pembentukan gerakan kader dalam pencegahan kanker payudara melalui metode edukasi pencegahan kanker payudara dan ketrampilan SADARI sebagai wadah bagi kader dalam perannya dalam edukasi Wanita Usia Subur (WUS) melalui posyandu tentang kesadaran melakukan SADARI sebagai upaya deteksi dini kanker payudara sejak stadium awal (Issroviatiningrum & Wijayanti, 2025). Investasi dalam bentuk materi dan pelatihan memberikan dampak positif bagi kader kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan deteksi dini kanker payudara dengan SADARI (Pandawa et al., 2024). Program pembentukan kader kesehatan sadar tentang risiko kanker payudara memperoleh pengetahuan tentang deteksi dini kanker payudara dan ketrampilan pemeriksaan payudara sendiri

melalui program pelatihan tentang pentingnya dukungan sosial bagi penderita kanker payudara (Sukartini et al., 2021). Edukasi kesehatan tentang skrining kanker payudara efektif meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktik ketrampilan skrining (Rakhshani et al., 2022).

2. Pelatihan kader konseling pencegahan risiko kanker payudara

Pelatihan kader konseling dilakukan sebanyak tiga kali yaitu pelatihan tentang kerampilan komunikasi terapeutik dalam konseling; pelatihan teknik konseling dan pelatihan manajemen stres. Pelatihan diikuti peserta sejumlah 6 kader konseling dan 11 kader manajemen stres. Sebelum dan sesudah pelatihan dilakukan pengukuran pengetahuan.

a. Hasil pelatihan tentang kerampilan komunikasi terapeutik dalam konseling pada tabel 2.

Tabel 2: Pengetahuan Kader Tentang Kerampilan Komunikasi Teraupetik dalam Konseling

No	Kategori Pengetahuan	Hasil Pelatihan	
		Sebelum f (%)	Sesudah f (%)
1	Tinggi	0 (0%)	0 (100%)
2	Cukup	0 (0%)	4 (66,67%)
3	Kurang	6 (100%)	2 (33,33%)
Total		6 (100%)	6 (100%)

Sumber: (Data Primer, 2025)

Pada tabel 2 menunjukkan pengetahuan kerampilan komunikasi terapeutik dalam konseling sebelum dilakukan pelatihan keseluruhan peserta dengan kategori rendah

(100%). Hasil setelah dilakukan pelatihan pengetahuan mayoritas kategori cukup (66,67%) sedangkan kategori rendah menurun menjadi 33.33%.



Gambar 2. Pelatihan Kader Tentang Kerampilan Komunikasi Teraupetik dalam Konseling (Sumber: Dokumentasi Pribadi)

Pelatihan, pendampingan dan praktik komunikasi teraupetik pada kader kesehatan menunjukkan peningkatan pengetahuan dan ketrampilan dalam berkomunikasi sehingga kader dapat mengimplementasikan komunikasi teraupetik dalam memberikan pelayanan dalam posyandu (Noorikhshan et al., 2024).

Komunikasi teraupetik membantu secara mental dan fisik maupun meningkatkan kemampuan diri dalam membentuk keintiman dalam sebuah komunitas (Shan & Sari, 2019). Melalui metode pelatihan, kader memahami tentang komunikasi teraupetik dan menjadi lebih baik dalam berkomunikasi seperti mengajukan

pertanyaan, melakukan ajakan dan komunikasi arahan (Wahyuningsih et al., 2022).

Pemberdayaan perempuan dalam pencegahan kanker payudara melalui edukasi dan pelatihan teknik komunikasi meliputi terampil, tepat dan transaksional melalui pendekatan interaktif dan partisipatif mampu meningkatkan pengetahuan kader PKK dalam berkomunikasi dua arah dan pencegahan kanker payudara (Pengabdian kepada Masyarakat et al., 2024).

- b. Hasil pelatihan teknik konseling diukur dalam bentuk ketrampilan teknik konseling pada tabel 3.

Tabel 3:Hasil Pelatihan Ketrampilan Teknik Konseling Pada Kader

Komponen Teknik Konseling	Hasil Ketrampilan	
	Sebelum Pelatihan	Sesudah Pelatihan
Ketrampilan Mendengarkan	Kader masih kecenderungan ingin menasehati saat teman curhat masalah	Kader sudah mampu mempertahankan kontak mata dan tidak memotong pembicaraan Ketika teman curhat
Ketrampilan Memimpin	Peserta masih malu-malu untuk memulai untuk pembicaraan dan masih bingung contoh “upaya untuk menarik kline untuk memulai mengungkapkan perasaan”	Kader sudah mampu memulai dengan mengatakan “sekarang coba ceritakan keadaan kamu saat ini”
Ketrampilan Memantulkan	Kader belum mampu memberikan	Kader mampu mengulang penekanan

Komponen Teknik Konseling	Hasil Keterampilan	
	Sebelum Pelatihan	Sesudah Pelatihan
	feedback yang benar	feedback “Anda merasa sangat sedih saat ini”. Apakah benar-benar menyakitkan untuk anda”
Ketrampilan Merangkum	Kader belum mampu mencontohkan cara merangkum percakapan	Kader mampu mempraktikkan contoh merangkum yaitu “setelah mbk menceritakan, saya bisa merangkum bahwa keluarga, teman dan pasangan kurang memperhatikan anda? Benar?
Ketrampilan Konfrontasi	Kader belum mengerti tentang teknik konfrontasi	Kader mampu mempraktikkan teknik konfrontasi yaitu mengenal perasaan dan menggambarkan perasaan
Ketrampilan memberikan informasi	Kader cenderung memberikan nasehat Ketika ada ibu yang curhat	Kader mampu menahan diri untuk tidak memberikan nasehat saat proses mendengarkan perasaan

Sumber: (Data Primer, 2025)



Gambar 3. Pelatihan Keterampilan Teknik Konseling Pada Kader (Sumber: Dokumentasi Pribadi)

Pelatihan konseling kepada kader kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan konseling dalam upaya pencegahan kanker (Nurasiah & Marlina, 2018) . Melalui pelatihan kader dapat meningkatkan keterampilan konseling kader sehingga diharapkan kader dapat memberikan konseling secara rutin kepada para wanita usia subur dan pendampingan dalam upaya pencegahan kanker payudara (Nurasiah & Marlina, 2019).

- c. Hasil pelatihan manajemen stres dilakukan pengukuran dalam bentuk pengetahuan manajemen stres pada tabel 4.

Tabel 4: Pengetahuan Kader Tentang Manajemen Stres

No	Kategori Pengetahuan	Hasil Pelatihan	
		Sebelum f (%)	Sesudah f (%)
1	Tinggi	6 (54,55%)	11 (100%)
2	Cukup	2 (18,18%)	0 (0%)
3	Kurang	3 (27,27%)	0 (0%)
	Total	11 (100%)	11 (100%)

Pada tabel 4 menunjukkan pengetahuan peserta tentang manajemen stres sebelum diberikan pelatihan kategori tinggi 6 dari 11

kader (54,55%) dan sesudah pelatihan kategori tinggi menjadi 11 kader (100%).



Gambar 3. Pelatihan Kader Tentang Manajemen Stres (Sumber: Dokumentasi Pribadi)

Pelatihan teknik manajemen stres efektif dalam menurunkan stress penderita (Marcelina & Yuliningtyas, 2021). Edukasi manajemen stress metode diskusi dan demonstrasi mampu meningkatkan pengetahuan tentang teknik manajemen stres sehingga dapat diterapkan dalam komunitas dan kader kesehatan (Ocktavia Siagian et al., 2023). Pemberian pelatihan *self management* mampu meningkatkan kualitas hidup seseorang (Nuiva et al., 2024).

Optimalisasi kesehatan mental kader melalui pelatihan manajemen stres dan spiritual emosional efektif dalam menurunkan stres (Rahmawati et al., 2025). Pelatihan manajemen stres kepada kader dengan metode tarik napas dalam, hipnosis lima jari, dan relaksasi otot

progresif dapat menurunkan tingkat stres dan kecemasan (Pengabdian Kepada Masyarakat et al., 2021).

SIMPULAN

Pengabdian masyarakat pada PKK Sidomakmur dalam bentuk pemberian pelatihan kader meliputi edukasi pencegahan kanker payudara dan latihan skrining risiko kanker payudara serta ketrampilan teknik konseling dan manajemen stres mampu meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan kader sehingga kader dapat mengelola pojok konseling pencegahan kanker payudara.

Inisiasi pembentukan pojok konseling sebagai wadah pencegahan dan menurunkan kasus kanker payudara dengan mempersiapkan kader dalam ketrampilan skrining risiko kanker payudara dan konseling secara mandiri bagi Wanita dukuh Jagulan untuk menerapkan gaya hidup sehat mencegah risiko kanker payudara.

DAFTAR PUSTAKA

- Admoun, C., & Mayrovitz, H. N. (2022). The Etiology of Breast Cancer. *Breast Cancer*, 21–30. <https://doi.org/10.36255/EXON-PUBLICATIONS-BREAST-CANCER-ETIOLOGY>
- Globocan, W. (2024). *Statistics at a glance*. <https://gco.iarc.who.int/media/globocan/factsheets/populations/360-indonesia-fact-sheet.pdf>

- Hayati, N., Wahyuni, A., & Kusumawati, W. (2023). Pencegahan Kanker Payudara melalui Sadari dan Sadanis di Era Pandemi Covid-19. *Jurnal Surya Masyarakat*, 5(2), 172–178.
<https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JSM/article/view/10151>
- Issroviatiningrum, R., & Wijayanti, K. (2025). Pembentukan “GEKAPEKAN” (Gerakan Kader Peduli Kanker) dengan edukasi dan pelatihan sadari. *Jurnal Pengabdian Harapan Ibu (JPHI)*, 7(2).
<https://doi.org/10.30644/jphi.v7i2.1046>
- Marcelina, L. A., & Yuliningtyas, A. S. (2021). Penerapan Manajemen Stress Sebagai Terapi Komplementer Bagi Penyintas Kanker Di Komunitas Kanker Indonesia. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, 4(3).
<https://doi.org/10.24912/JBMI.V4I3.13467>
- McVeigh, U. M., Tepper, J. W., & McVeigh, T. P. (2021). A Review of Breast Cancer Risk Factors in Adolescents and Young Adults. *Cancers 2021*, Vol. 13, Page 5552, 13(21), 5552.
<https://doi.org/10.3390/CANCERS13215552>
- Noorikhshan, F. F., Muharry, A., Annashr, N. N., Yogaswara, D., & Nurohman, T. (2024). Penguatan dan Peningkatan Keterampilan Komunikasi Antar Pribadi Kader Kesehatan dalam Pencegahan Penyakit Tidak Menular di Desa Cipakat Kecamatan Singaparna. *Abdimas Galuh*, 6(2), 1590.
<https://doi.org/10.25157/AG.V6I2.15407>
- Nuiva, U., Nuraini, T., & Gayatri, D. (2024). Pengaruh Edukasi Self Management terhadap Kualitas Hidup Pasien Kanker Payudara. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 6(1), 1433–1441.
<https://doi.org/10.31539/joting.v6i1.9843>
- Nurasiah, A., & Marliana, M. T. (2018). Efektivitas Pelatihan Konseling Kesehatan Reproduksi Terhadap Peningkatan Kompetensi Kader Posyandu Dalam Pelayanan Konseling Pencegahan Kanker Serviks di Kabupaten Kuningan Tahun 2018. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 9(2), 34–39.
<https://doi.org/10.34305/jikbh.v9i2.65>
- Nurasiah, A., & Marliana, M. T. (2019). Pengaruh Pelatihan Keterampilan Konseling Terhadap Sikap Kader Posyandu Dalam Pelayanan Konseling Pencegahan Kanker Serviks Di Kabupaten Kuningan Tahun 2018. *Jurnal Ilmiah Bidan*, IV(1).
- Ocktavia Siagian, I., Sianipar, I., Fuadah, F., Tumbol, M., Astutik, W., Kesehatan Immanuel Bandung, I., Barat, J., & Tinggi Ilmu Kesehatan Kesdam, S. I. (2023). Pemberian Edukasi Manajemen Stres pada Deteksi Dini Kanker Payudara di RW 09 Kelurahan Margahayu Utara Kecamatan Babakan Ciparay Bandung. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Wahana Usada*, 5(2), 70–75.
<https://doi.org/10.47859/WUJ.V5I2.318>
- Pandawa, R. M., Saleh, F. M., Djama, N. T., Keperawatan, J., Kemenkes Ternate, P., Kebidanan, J., & Artikel, H. (2024). Dukungan Kepada Kader Posyandu Untuk Melakukan Pemeriksaan Payudara Sendiri Guna Mendeteksi Dini Kanker Payudara. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Cendikia Jenius*, 2, 3032–2774.

<https://doi.org/10.70920/pengabmaskes.v2i1.108>

- Pengabdian kepada Masyarakat, J., Asneli Asbi, E., Isnani Siregar, D., Zein, K., Triani, E., & Marpaung, N. (2024). Breast Cancer Prevention Education Through Community Empowerment and TPS (Transactional, Precise, and Skilled) Communication Model in Bontang City. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (Indonesian Journal of Community Engagement)*, 10(3), 182–189. <https://doi.org/10.22146/JPKM.94169>
- Pengabdian Kepada Masyarakat, J., Irawati, K., Wahyu, A., Budi, S., & Haris, F. (2021). Stress Management Training for Working, Elderly, and Health Cadre Women : Rumah Pendamping Emak Sehat Jiwa. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (Indonesian Journal of Community Engagement)*, 7(2), 131–137. <https://doi.org/10.22146/JPKM.53612>
- Ponce-Chazarri, L., Ponce-Blandón, J. A., Immordino, P., Giordano, A., & Morales, F. (2023). Barriers to Breast Cancer-Screening Adherence in Vulnerable Populations. *Cancers*, 15(3), 604. <https://doi.org/10.3390/CANCERS15030604>
- Rahmawati, P. M., Rondhianto, R., Pebriyanti, D. O., Suhari, S., & Sulistyono, R. E. (2025). Optimizing Mental Health Cadres In Disaster Response: Stress Management and Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) in Agricultural Communities. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (Indonesian Journal of Community Engagement)*, 11(2), 82. <https://doi.org/10.22146/JPKM.104898>
- Rakhshani, T., Dada, M., Kashfi, S. M., Kamyab, A., & Jeihooni, A. K. (2022). The Effect of Educational Intervention on Knowledge, Attitude, and Practice of Women towards Breast Cancer Screening. *International Journal of Breast Cancer*, 2022, 5697739. <https://doi.org/10.1155/2022/5697739>
- RS Roemani Muhammadiyah. (2025, February). *Hari Kanker Sedunia 2025–United By Unique | RS ROEMANI*. RS Roemani Muhammadiyah Semarang. <https://rsroemani.com/rv2/hari-kanker-sedunia-2025-united-by-unique/>
- Shan, C. D., & Sari, W. P. (2019). Analisis Komunikasi Terapeutik dalam Komunitas Kanker Payudara Indonesia. *Koneksi*, 3(1), 77–81. <https://doi.org/10.24912/KN.V3I1.6148>
- Sukartini, T., Nihayati, H. E., & Pradipta, R. O. (2021). Peningkatan Kapasitas Paguyuban Sehat Ibu PKK RW 5 Pacarkembang dalam Memberikan Dukungan Sosial kepada Penderita Kanker. *Aksiologi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), 264–271. <https://doi.org/10.30651/aks.v5i2.6169>
- Wahyuningsih, S., Eka Dartiningsih, B., Putri Mar, A., Sholikhah, atus, Hafidori, M., Ali Shodiqin, M., Nabilah Amirah Firdaus, M., Fatika Putri Mei Sari, N., Trunojoyo Madura, U., Raya Telang, J., Kamal, K., Bangkalan, K., & Timur, J. (2022). Pelatihan Metode Komunikasi Terapeutik Bagi Kader Jiwa Di Yayasan Bani Amrini Desa Batangan. *Sarwahita*, 19, 521–531.

<https://doi.org/10.21009/SARWAHITA.19K.2>