

UPAYA PENINGKATAN SADARI UNTUK DETEKSI DINI KANKER PAYUDARA PADA REMAJA PUTRI

Atika Kurnia Sari¹, Setianingsih²

¹⁻²D3 Kebidanan Akademi Kebidanan An Nur Husada Lampung Utara
Email: atikakurnias86@gmail.com

ABSTRAK

Kanker payudara merupakan salah satu penyakit yang mengancam kesehatan perempuan, namun deteksi dini melalui metode Sadari (Periksa Payudara Sendiri) dapat meningkatkan peluang kesembuhan. Remaja putri di SMK Cendikia Husada Kotabumi merupakan kelompok yang rentan terhadap kanker payudara, namun kesadaran akan pentingnya Sadari masih rendah di kalangan mereka. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan keterampilan Sadari pada remaja putri di SMK Cendikia Husada Kotabumi guna mendukung deteksi dini kanker payudara. Pendekatan pengabdian masyarakat dilakukan melalui sosialisasi, penyuluhan, dan pelatihan tentang metode Sadari. Kegiatan tersebut dilakukan secara kolaboratif antara tim pengabdian masyarakat dan pihak sekolah, dengan melibatkan remaja putri sebagai peserta sejumlah 27 orang. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam tingkat pengetahuan dan pemahaman remaja putri tentang pentingnya Sadari sebagai metode deteksi dini kanker payudara dibuktikan dengan hasil persentase sebelum dan sesudah kegiatan. Sebelum dilakukan kegiatan, sebagian besar pengetahuan peserta dalam kategori kurang yaitu 21 orang (77,8%) dan setelah kegiatan didapatkan sebagian besar pengetahuan peserta dalam kategori baik yaitu 25 orang (92,6%). Mereka juga berhasil mengembangkan keterampilan dalam melakukan Sadari secara mandiri. Pengabdian masyarakat melalui sosialisasi, penyuluhan, dan pelatihan tentang Sadari efektif dalam meningkatkan kesadaran dan keterampilan remaja putri dalam deteksi dini kanker payudara. Langkah-langkah ini perlu diteruskan dan diperluas ke lingkungan sekolah dan komunitas lainnya guna melindungi kesehatan perempuan secara lebih luas.

Kata Kunci: Deteksi Dini, Kanker Payudara, Pengabdian Masyarakat, Remaja Putri, Sadari.

ABSTRACT

Breast cancer is a disease that threatens women's health, but early detection through the Self-Examination method can increase the chances of recovery. Young women at SMK Cendikia Husada Kotabumi are a group that is susceptible to breast cancer, but awareness of the importance of self-awareness is still low among them. This community service aims to increase the awareness and skills of Sadari in young women at SMK Cendikia Husada Kotabumi to support early detection of breast cancer. The community engagement approach was conducted through socialization, education, and training on the Sadari method. The activity was carried out collaboratively between the community engagement team and the school, involving 27 adolescent girls as participants.

The results of the activity showed a significant improvement in the level of knowledge and understanding of the adolescent girls regarding the importance of Sadari as an early detection method for breast cancer, as evidenced by the percentage results before and after the activity. Prior to the activity, the majority of the participants had a low level of knowledge, with 21 individuals (77.8%), while after the activity, the majority of the participants showed good knowledge, with 25 individuals (92.6%). They also successfully developed skills in performing Sadari independently. Community service through outreach, counseling, and training on Realization is effective in increasing awareness and skills of young women in early detection of breast cancer. These steps need to be continued and extended to other schools and communities to protect women's health more broadly.

Keywords: Breast Cancer, Community Service, Early Detection, Realize, Young Women

* **Corresponding Author:** Atika Kurnia Sari (email: atikakurnias86@gmail.com), Ridho Street No. 03, Bandar Kaagungan Raya, South Abung District, North Lampung Regency.

Received 22 June 2023; received in revised form 27 June 2023; accepted 7 July 2023; Available online 30 Juli 2023

LATAR BELAKANG

Kanker payudara merupakan salah satu masalah kesehatan serius yang mempengaruhi perempuan di seluruh dunia. Menurut World Health Organization kanker payudara merupakan jenis kanker yang paling umum di antara perempuan di seluruh dunia. Kanker payudara juga menjadi penyebab kematian tertinggi pada perempuan di berbagai negara.⁶ Menurut Dinas Kesehatan Republik Indonesia, Sadari (Pemeriksaan Payudara Sendiri) merupakan salah satu metode yang penting untuk deteksi dini kanker payudara. Dalam pedoman yang dikeluarkan oleh Dinas Kesehatan Republik Indonesia, pentingnya Sadari ditekankan sebagai langkah awal dalam mengenali perubahan pada payudara yang dapat menjadi tanda adanya kanker. Sadari dianggap efektif dalam meningkatkan kesadaran diri perempuan terhadap kesehatan payudara dan pentingnya deteksi dini. Oleh karena itu, Sadari perlu dikenalkan dan dipraktikkan oleh perempuan di semua usia.¹ Deteksi dini kanker payudara melalui metode Sadari (Periksa Payudara Sendiri) memiliki peran penting dalam meningkatkan peluang kesembuhan dan mengurangi angka kematian. Remaja putri di SMK Cendikia Husada Kotabumi menjadi kelompok yang rentan terhadap kanker payudara, namun kesadaran akan pentingnya Sadari masih rendah di kalangan mereka.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Harahap, Wahyuni, dan Sugiarto (2020), terdapat hubungan antara pengetahuan dan sikap terhadap pemeriksaan payudara sendiri pada mahasiswi di sebuah institut kesehatan di Jakarta. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswi yang memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang pemeriksaan payudara sendiri cenderung memiliki sikap yang lebih positif terhadap praktik tersebut. Penemuan ini menggarisbawahi pentingnya meningkatkan pengetahuan dan sikap terhadap pemeriksaan payudara sendiri dalam upaya deteksi dini kanker payudara.³ Dalam studi yang dilakukan oleh Gultekin, Durna, dan Aytac (2022), ditemukan bahwa edukasi mengenai kanker payudara berdampak positif pada pengetahuan dan kesadaran perempuan tentang penyakit ini. Edukasi mengenai kanker payudara dapat meningkatkan pengetahuan tentang gejala, faktor risiko, dan metode deteksi dini.² Hal ini penting karena deteksi dini kanker payudara memainkan peran krusial dalam meningkatkan peluang kesembuhan dan mengurangi angka kematian. Hal ini membuka peluang untuk melakukan pengabdian masyarakat guna meningkatkan kesadaran dan keterampilan Sadari pada remaja putri di SMK Cendikia Husada Kotabumi.

Menurut data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, angka kejadian kanker payudara pada perempuan usia muda terus meningkat. Dalam penelitian oleh Yustina dan Handayani (2019), ditemukan bahwa pelatihan Sadari efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai kanker

payudara.⁷ Selain itu, kebijakan pemerintah juga mendukung upaya deteksi dini kanker payudara melalui Sadari, seperti yang diuraikan dalam Pedoman Deteksi Dini Kanker Payudara dengan Metode Sadari oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2017).⁴ Menurut National Cancer Institute (2018), risiko terkena kanker payudara dapat berbeda antara perempuan. Faktor-faktor seperti usia, riwayat keluarga, dan gaya hidup dapat memengaruhi risiko seseorang terkena kanker payudara. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan kesadaran tentang risiko kanker payudara dan pentingnya deteksi dini dalam populasi perempuan.⁵

Dalam konteks ini, pengabdian masyarakat di SMK Cendikia Husada Kotabumi menjadi relevan dan penting untuk meningkatkan kesadaran dan keterampilan Sadari pada remaja putri. Dengan melibatkan tim pengabdian masyarakat, melalui sosialisasi, penyuluhan, dan pelatihan, remaja putri dapat diberikan pemahaman yang memadai mengenai pentingnya melakukan Sadari secara rutin dan metode yang benar.

Melalui pengabdian masyarakat ini, diharapkan dapat tercipta perubahan positif dalam tingkat kesadaran dan keterampilan Sadari pada remaja putri di SMK Cendikia Husada Kotabumi. Hal ini akan membantu remaja putri dalam mengenali gejala-gejala awal kanker payudara dan mengambil tindakan cepat untuk mendapatkan perawatan yang diperlukan, sehingga dapat meningkatkan kesempatan penyembuhan dan mengurangi angka kematian akibat kanker payudara di masa depan.

Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pemahaman dan keterampilan remaja putri dalam melakukan Sadari sebagai metode deteksi dini kanker payudara. Dengan melibatkan remaja putri sebagai target utama, upaya ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan mereka tentang pentingnya Sadari dalam mendeteksi dini kanker payudara. Selain itu, tujuannya juga mencakup pengembangan keterampilan remaja putri dalam melakukan Sadari dengan benar dan mandiri.

METODE

Deskripsi Singkat Mitra

Mitra dalam pengabdian masyarakat ini adalah remaja putri yang bersekolah di SMK Cendikia Husada Kotabumi. Mereka adalah siswa-siswi di tingkat pendidikan menengah yang rentan terhadap kanker payudara dan perlu diberikan pemahaman mengenai pentingnya Sadari untuk deteksi dini.

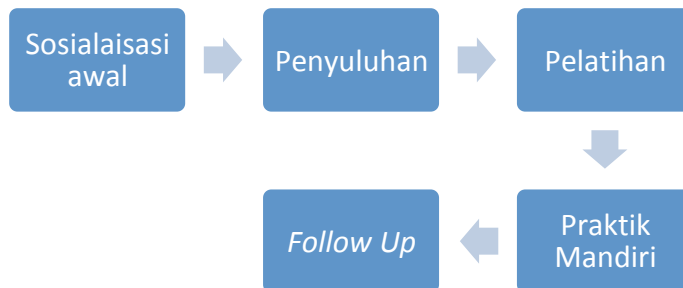
Lokasi Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat akan dilakukan di SMK Cendikia Husada Kotabumi, sebuah sekolah menengah kejuruan yang terletak di Kotabumi, Lampung.

Langkah-Langkah Kegiatan

Berikut adalah langkah-langkah kegiatan yang akan dilakukan dalam pengabdian masyarakat ini:

Gambar 1. Langkah-langkah Kegiatan Pengabdian Masyarakat



1. Sosialisasi awal: Tim pengabdian masyarakat akan melakukan sosialisasi mengenai pentingnya Sadari kepada seluruh remaja putri di SMK Cendikia Husada Kotabumi melalui penyampaian materi secara lisan dan visual.
2. Penyuluhan: Dilakukan penyuluhan yang lebih mendalam mengenai metode Sadari, termasuk teknik, frekuensi, dan pentingnya deteksi dini. Penyuluhan akan disampaikan melalui presentasi, diskusi, dan tanya jawab interaktif.
3. Pelatihan: Remaja putri akan diberikan pelatihan langsung tentang bagaimana melakukan Sadari dengan benar. Ini meliputi pengenalan terhadap anatomi payudara, teknik palpasi yang tepat, dan pemahaman tentang apa yang harus dicari selama pemeriksaan.
4. Praktik mandiri: Setelah pelatihan, remaja putri akan diberikan kesempatan untuk berlatih melakukan Sadari secara mandiri dengan bimbingan tim pengabdian masyarakat. Mereka akan diberikan umpan balik dan arahan untuk memperbaiki teknik mereka.
5. *Follow-up*: Tim pengabdian masyarakat akan melakukan kunjungan follow-up untuk memastikan pemahaman dan keterampilan Sadari remaja putri telah meningkat. Mereka juga akan memberikan dukungan tambahan dan menjawab pertanyaan yang mungkin timbul.

Metode yang Digunakan

Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat untuk upaya peningkatan sadari dalam deteksi dini kanker payudara pada remaja putri di SMK Cendikia Husada Kotabumi dapat terdiri dari langkah-langkah berikut:

1. Sosialisasi awal: Tim pengabdian masyarakat melakukan sosialisasi mengenai pentingnya Sadari kepada remaja putri di SMK Cendikia Husada Kotabumi melalui penyampaian materi secara lisan dan visual.

2. Penyuluhan: Dilakukan penyuluhan yang lebih mendalam mengenai metode Sadari, termasuk teknik, frekuensi, dan pentingnya deteksi dini. Penyuluhan disampaikan melalui presentasi, diskusi, dan tanya jawab interaktif.
3. Pelatihan: Remaja putri diberikan pelatihan langsung tentang bagaimana melakukan Sadari dengan benar. Ini meliputi pengenalan terhadap anatomi payudara, teknik palpasi yang tepat, dan pemahaman tentang apa yang harus dicari selama pemeriksaan.
4. Praktik mandiri: Setelah pelatihan, remaja putri diberikan kesempatan untuk berlatih melakukan Sadari secara mandiri dengan bimbingan tim pengabdian masyarakat. Mereka diberikan umpan balik dan arahan untuk memperbaiki teknik mereka.
5. *Follow-up*: Tim pengabdian masyarakat melakukan kunjungan follow-up untuk memastikan pemahaman dan keterampilan Sadari remaja putri telah meningkat. Mereka memberikan dukungan tambahan dan menjawab pertanyaan yang mungkin timbul.

Instrumen

1. Kuesioner Pengetahuan: Kuesioner akan digunakan untuk mengukur pengetahuan awal dan pengetahuan yang diperoleh setelah sosialisasi, penyuluhan, dan pelatihan.
2. Observasi: Observasi akan dilakukan untuk memantau dan mengevaluasi keterampilan Sadari remaja putri selama pelatihan dan praktik mandiri.
3. Wawancara: Wawancara akan dilakukan untuk mendapatkan umpan balik dan evaluasi dari remaja putri mengenai kegiatan pengabdian masyarakat.

Materi Kegiatan

Materi kegiatan akan meliputi presentasi visual, brosur, poster, dan materi cetak lainnya yang berisi informasi tentang pentingnya Sadari, teknik melakukan Sadari, dan gejala-gejala yang perlu diperhatikan.

Evaluasi Kegiatan

Evaluasi kegiatan akan dilakukan melalui analisis kuesioner pengetahuan awal dan pengetahuan yang diperoleh, observasi keterampilan Sadari, dan wawancara dengan remaja putri. Data ini akan digunakan untuk mengukur efektivitas kegiatan pengabdian masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan Sadari pada remaja putri di SMK Cendikia Husada Kotabumi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian ini dilaksanakan pada bulan Februari 2023 bertempat di SMK Cedikia Husada Lampung Utara. Peserta pengabdian masyarakat dalam upaya peningkatan sadari untuk deteksi dini kanker payudara ditujukan untuk remaja putri dengan jumlah yang hadir 27 orang dengan rentang usia 16-18 tahun.

Sedangkan tim penyuluh kesehatan terdiri dari 1 dosen beserta mahasiswa dari Akademi Kebidanan AN Nur Husada Lampung Utara. Berdasarkan pengamatan kami selaku pelaksana dari kegiatan tersebut ntusias peserta cukup tinggi untuk mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat, hal itu terbukti dari jumlah peserta sesuai dengan jumlah undangan dari wali kelas selaku team yang membantu proses penyelenggaraan kegiatan pengabdian ini. Pada sesi diskusi, peserta juga aktif bertanya tentang materi yang belum dimengerti.

Peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini digambarkan pada tabel di bawah ini:

Tabel 1. Identifikasi Peserta berdasarkan umur, kelas dan jenis kelamin

Kategori Umur	Frekuensi	Persentase
16 Tahun	11	40,8%
17 Tahun	10	37%
18 Tahun	6	22,2%
Total	27	100%
Kategori Kelas	Frekuensi	Persentase
XI IPA	15	55,6%
XII IPA	11	44,4%
Total	27	100%
Kategori Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-Laki	8	29,6%
Perempuan	19	70,4%
Total	27	100%

Langkah-langkah yang Dilakukan dan Dokumentasi Kegiatan:

1. Sosialisasi Awal: Tim pengabdian masyarakat melakukan sosialisasi mengenai pentingnya Sadari kepada remaja putri di SMK Cendikia Husada Kotabumi. Mereka menjelaskan konsep Sadari, faktor risiko kanker payudara, dan pentingnya deteksi dini. Dokumentasi kegiatan ini mencakup foto-foto sesi sosialisasi dan rekaman audio atau video.
2. Penyuluhan: Dilakukan penyuluhan mendalam mengenai metode Sadari. Tim pengabdian masyarakat menyampaikan presentasi yang menjelaskan teknik palpasi, langkah-langkah pemeriksaan, dan cara mengenali perubahan pada payudara. Dokumentasi kegiatan ini meliputi materi presentasi yang digunakan dan dokumentasi foto atau video selama penyuluhan.
3. Pelatihan: Remaja putri diberikan pelatihan langsung tentang bagaimana melakukan Sadari dengan benar. Mereka diberikan panduan praktis mengenai pengenalan anatomi payudara, teknik palpasi, dan identifikasi gejala yang mencurigakan. Dokumentasi kegiatan ini mencakup rekaman foto atau video saat sesi pelatihan.
4. Praktik Mandiri: Setelah pelatihan, remaja putri diberikan kesempatan untuk berlatih melakukan Sadari secara mandiri dengan bimbingan tim pengabdian masyarakat. Mereka diberikan umpan balik dan arahan untuk memperbaiki

teknik mereka. Dokumentasi kegiatan ini mencakup foto atau video saat sesi praktik mandiri dan catatan umpan balik yang diberikan kepada peserta.

Wulandari et al. (2021) melakukan studi di sebuah sekolah menengah di Indonesia untuk meningkatkan keterampilan pemeriksaan payudara sendiri (BSE) pada remaja putri. Tim pengabdian masyarakat mengimplementasikan serangkaian kegiatan yang meliputi sosialisasi awal, edukasi, pelatihan, dan praktik mandiri. Kegiatan-kegiatan ini melibatkan penyampaian informasi tentang BSE, penjelasan teknik palpasi, dan panduan praktis mengenai anatomi payudara serta mengenali gejala yang mencurigakan. Melalui dokumentasi berupa foto dan rekaman audio atau video, kegiatan-kegiatan tersebut terdokumentasi dengan baik untuk evaluasi dan penelitian di masa depan.¹⁰

Gambar 2. Kegiatan Penyuluhan



Evaluasi Tindakan:

1. Evaluasi Hasil: Dilakukan evaluasi untuk mengukur pengetahuan dan keterampilan Sadari remaja putri sebelum dan sesudah kegiatan pengabdian masyarakat. Hal ini dilakukan melalui kuesioner pengetahuan dan observasi keterampilan Sadari sebelum dan sesudah kegiatan. Data evaluasi hasil tersebut dianalisis untuk melihat peningkatan pengetahuan dan keterampilan yang dicapai setelah kegiatan. Sebelum dilakukan kegiatan, sebagian besar pengetahuan peserta dalam kategori kurang yaitu 21 orang (77,8%) dan setelah kegiatan didapatkan sebagian besar pengetahuan peserta dalam kategori baik yaitu 25 orang (92,6%). Penelitian yang dilakukan oleh Rianti et al. (2020) menggunakan metode evaluasi serupa, dengan menggunakan kuesioner pengetahuan dan observasi keterampilan Sadari sebelum dan setelah program.⁸ Hal ini menunjukkan efektivitas kegiatan dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang Sadari sebagai metode deteksi dini kanker payudara.

2. Evaluasi Respon: Tim pengabdian masyarakat melakukan wawancara dengan remaja putri untuk mendapatkan umpan balik mengenai kegiatan pengabdian masyarakat. Mereka mengevaluasi respon peserta terhadap sosialisasi, penyuluhan, pelatihan, dan praktik mandiri. Evaluasi ini membantu tim untuk menilai efektivitas kegiatan dan mendapatkan masukan untuk perbaikan di masa mendatang. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Rahayu et al. (2019), tim pengabdian masyarakat melakukan wawancara dengan remaja putri sebagai bagian dari evaluasi respon. Wawancara ini bertujuan untuk mendapatkan insight tentang bagaimana peserta merespons sosialisasi, penyuluhan, pelatihan, dan praktik mandiri yang disampaikan dalam kegiatan. Evaluasi respon tersebut membantu tim dalam mengevaluasi efektivitas kegiatan dan mendapatkan masukan yang berharga untuk perbaikan di masa mendatang. Melalui pengumpulan umpan balik langsung dari peserta, tim dapat memahami perspektif mereka dan melakukan penyesuaian yang diperlukan agar kegiatan pengabdian masyarakat dapat memberikan dampak yang lebih positif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan remaja putri terkait Sadari dan deteksi dini kanker payudara.⁹

Gambar 3. Kegiatan Evaluasi



Kendala yang Dihadapi dan Saran Solusi:

Selama kegiatan pengabdian masyarakat, beberapa kendala dapat muncul, antara lain:

1. Keterbatasan waktu: Waktu yang terbatas dapat menjadi kendala dalam menyampaikan materi secara mendalam. Solusinya adalah mengoptimalkan waktu yang ada dengan menyampaikan informasi yang paling penting dan memberikan materi yang terstruktur dengan jelas.
2. Minat peserta yang bervariasi: Tidak semua peserta memiliki minat yang sama terhadap topik kanker payudara dan Sadari. Solusinya adalah menciptakan suasana interaktif dan menarik selama kegiatan untuk menarik minat peserta.

Penggunaan multimedia, pertanyaan interaktif, dan contoh kasus nyata dapat meningkatkan keterlibatan peserta.

3. Tantangan komunikasi: Terkadang peserta mungkin menghadapi kesulitan dalam memahami materi yang disampaikan. Solusinya adalah menggunakan bahasa yang mudah dipahami dan menggambarkan konsep dengan menggunakan contoh dan ilustrasi yang konkret.

Dengan mengatasi kendala-kendala tersebut, kegiatan pengabdian masyarakat dapat lebih efektif dan memberikan dampak yang signifikan dalam meningkatkan sadari pada remaja putri di SMK Cendikia Husada Kotabumi.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan sadari pada remaja putri di SMK Cendikia Husada Kotabumi. Para peserta mampu memahami pentingnya deteksi dini kanker payudara dan mampu melakukan pemeriksaan sadari dengan benar.

Saran

1. Melakukan kegiatan secara berkelanjutan: Dalam upaya meningkatkan sadari, perlu dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat secara berkelanjutan untuk memperkuat pengetahuan dan keterampilan remaja putri. Kegiatan dapat diulang secara berkala untuk memastikan pemahaman yang berkelanjutan.
2. Melibatkan orangtua dan keluarga: Mengajak orangtua dan keluarga untuk mendukung remaja putri dalam melakukan sadari dapat memberikan dukungan emosional dan pengawasan yang lebih baik. Orangtua dan keluarga juga perlu mendapatkan pemahaman yang cukup mengenai pentingnya deteksi dini kanker payudara.
3. Menggunakan media dan teknologi yang tepat: Menggunakan media sosial, aplikasi mobile, atau platform online yang relevan dapat menjadi sarana yang efektif untuk menyebarkan informasi tentang sadari dan mengingatkan remaja putri untuk melakukan pemeriksaan secara rutin.
4. Melibatkan ahli kesehatan: Mengundang ahli kesehatan seperti dokter atau perawat untuk memberikan penyuluhan dan pelatihan dapat memberikan kepercayaan diri dan informasi yang lebih komprehensif kepada remaja putri.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada SMK Cendikia Husada Kotabumi, para siswa dan siswi, serta tim pengajar yang telah memberikan izin, kerjasama, dan dukungan penuh selama kegiatan pengabdian masyarakat ini. Kontribusi dan partisipasi aktif dari semua pihak tersebut sangat berharga dalam upaya meningkatkan sadari dan kesadaran remaja putri

mengenai deteksi dini kanker payudara. Tanpa kerjasama dan dukungan mereka, kegiatan ini tidak akan terlaksana dengan sukses.

DAFTAR PUSTAKA

1. Dinas Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Pedoman Sadari (Pemeriksaan Payudara Sendiri). Diakses pada tanggal 2023 dari <https://www.kemkes.go.id/resources/download/pedoman/Pedoman-SADARI.pdf>
2. Gultekin, M., Durna, Z., & Aytac, H. (2022). Effects of Breast Cancer Education on the Knowledge and Awareness of Women. *Journal of Cancer Education*, 37(1), 78-85.
3. Harahap, R., Wahyuni, D. K., & Sugiarto, H. (2020). Relationship Between Knowledge and Attitudes of Breast Self-Examination in Female Students at a Health Institute in Jakarta. *Enfermería Clínica*, 30, 187-190.
4. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). Pedoman Deteksi Dini Kanker Payudara dengan Metode Sadari.
5. National Cancer Institute. (2018). Breast Cancer Risk in American Women. Diakses pada tanggal 21 Juni 2023 dari <https://www.cancer.gov/types/breast/risk-fact-sheet>
6. World Health Organization (WHO). (2021). Breast Cancer. Diakses pada tanggal 21 Juni 2023 dari https://www.who.int/health-topics/breast-cancer#tab=tab_1
7. Yustina, E., & Handayani, R. (2019). Efektivitas Pelatihan Sadari dalam Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Mengenai Kanker Payudara. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 7(1), 45-51.
8. Rianti, A., Permatasari, F. H., & Wulandari, S. (2020). The Effectiveness of Breast Self-Examination (BSE) Education on Knowledge and Attitude Among Female High School Students. *Journal of Public Health Research and Community Health Development*, 4(3), 241-250.
9. Rahayu, Y., Saraswati, R., & Raharjo, A. (2019). Effectiveness of Community Service Program in Improving Knowledge and Attitude of Teenage Girls in Jakarta. *Journal of Education and Learning*, 13(4), 542-549.
10. Wulandari, A., Pratiwi, A. A., & Handayani, L. (2021). Pengaruh Edukasi terhadap Pengetahuan dan Sikap Pemeriksaan Payudara Sendiri (BSE) pada Remaja Putri di Indonesia. *Jurnal Ilmu Keperawatan Holistik*, 9(1), 34-42.