

PENDIDIKAN DAN PELATIHAN SADARI (PERIKSA PAYUDARA SENDIRI) SEBAGAI
UPAYA DETEKSI DINI KANKER PAYUDARA PADA SISWI SMP NEGERI 2 B
ANJAR AGUNG

Ayu Rofika¹, Dewi Rianasari^{2*}, Diah Aprilia Safitri³, Eniyati⁴, Robbayani⁵, Shela
Sedriyanda⁶, Hikmah Ifayanti⁷

¹⁻⁷Fakultas Kesehatan, Universitas AisyahPringsewu

Email Korespondensi: dewirianasari275@gmail.com

Disubmit: 19 Juli 2024

Diterima: 20 April 2026

Diterbitkan: 01 Mei 2026

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v9i5.16318>

ABSTRAK

Tumor payudara telah banyak di temukan pada usia muda, bahkan remaja putri usia 14 tahun, di mana tumor dapat berpotensi menjadi kanker bila tidak terdeteksi lebih awal. Kanker tertinggi di Indonesia pada perempuan adalah kanker payudara. Upaya deteksi dini kanker payudara dapat dilakukan dengan SADARI. Tujuan pengabdian ini adalah untuk memberikan Pendidikan dan pelatihan SADARI pada remaja putri agar dapat mendeteksi dini secara mandiri kanker payudara. Mitra pada kegiatan ini adalah Puskesmas Tulang Bawang 1, Kabupaten Tulang Bawang. Metode yang digunakan yaitu melalui sosialisasi dan edukasi SADARI serta langkah-langkah pemeriksaan SADARI. Hasil analisis deskriptif perhitungan kuantitatif terkait dengan edukasi dan langkah-langkah pemeriksaan SADARI, bisa ditarik kesimpulan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan dan ketrampilan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dan pelatihan.

Kata Kunci: Tumor Payudara, Pendidikan dan Pelatihan SADARI.

ABSTRACT

Breast tumors have been found at a young age, even 14-year-old girls, where tumors can potentially become cancerous if not detected early. The highest cancer rate in Indonesia among women is breast cancer. Early detection of breast cancer can be done with SADARI. The purpose of this service is to provide SADARI education and training to adolescent girls so that they can independently detect breast cancer early. The partner in this activity is Puskesmas Tulang Bawang 1, Tulang Bawang Regency. The method used is through socialization and education of SADARI and the steps of SADARI examination. The results of descriptive analysis of quantitative calculations related to education and SADARI examination steps, can be concluded that there is an increase in knowledge and skills before and after being given counseling and training.

Keywords: Breast Tumor, Education and Training on SADARI (Check your own breasts).

1. PENDAHULUAN

Kanker payudara merupakan jenis kanker umum yang terjadi pada wanita. Kanker payudara merupakan tumor (kanker) ganas yang bermula dari sel-sel payudara, untuk bisa memahami kanker payudara, sangatlah penting memahami beberapa dasar dari struktur atau bagian-bagian normal di payudara. Selain itu, perlu juga diketahui bahwa kebanyakan benjolan yang ada di payudara itu tidak berbahaya alias lunak, dan kemungkinan benjolan tersebut bukan kanker. Tumor payudara yang lunak adalah pertumbuhan yang tidak normal, Tapi tumor ini tidak menyebar ke luar payudara, dan juga tidak mengancam kehidupan. Namun, sebagian benjolan pada payudara yang lunak bisa meningkatkan resiko wanita terkena kanker payudara (Siregar & Nasution, 2021).

Kanker tertinggi di Indonesia pada perempuan adalah kanker payudara dan kanker leher Rahim Di Indonesia angka kejadian kanker payudara adalah 12/100.000 wanita. Di Indonesia, lebih dari 80% kasus ditemukan berada pada stadium yang lanjut, dimana upaya pengobatan sulit dilakukan. Oleh karena itu perlu pemahaman tentang upaya pencegahan serta diagnosis dini agar pelayanan pada penderita dapat dilakukan secara optimal (Antari & Yuliasuti, 2022). Upaya deteksi dini kanker payudara dapat dilakukan dengan SADARI. Pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) merupakan salah satu cara yang efisien dan efektif sebagai pendeteksi dini kanker payudara selain mamografi. Kegagalan penemuan secara dini kanker payudara dapat terjadi dikarenakan kurangnya pengetahuan atau informasi yang diperoleh masyarakat (Sakti et al., 2023).

Berdasarkan hal tersebut, pemberdayaan remaja perlu dilakukan agar remaja memiliki kemampuan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan secara mandiri . Dalam melakukan pemberdayaan masyarakat membutuhkan media promosi kesehatan, terdapat bermacam-macam media promosi salah satunya media cetak. Media cetak merupakan istilah yang sering di gunakan untuk media yang berasal dari barang yang dicetak seperti misalnya leflet. Leflet merupakan salah satu sumber belajar yang berisikan materi yang praktis, tampilannya menarik dan mudah dibawah kemanapun(Jatmika et al., 2019).

Melihat fenomena tersebut di atas, Kegiatan pengabdian Masyarakat ini diperlukan untuk membuka wawasan Siswi SMP Negeri 2 Banjar Agung tentang pentingnya melakukan deteksi dini terhadap kanker payudara melalui pemeriksaan SADARI. Kegiatan ini juga diharapkan dapat menambah pengetahuan Siswi SMP Negeri 2 Banjar Agung tentang pengertian SADARI, tujuan dilakukanya pemeriksaan SADARI, kapan waktu yang tepat dalam melakukan pemeriksaan SADARI, mengenali tanda-tanda kanker payudara serta risiko kanker payudara.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Berdasarkan data yang diperoleh dari wawancara dengan kepala sekolah, ditemukan masalah :

- a. Pengetahuan Siswi kelas IX SMP Negeri 2 Banjar Agung tentang deteksi dini kanker payudara rendah
- b. Siswi kelas IX SMP Negeri 2 Banjar Agung belum pernah mendapatkan edukasi sadari
- c. Belum ada media pendidikan sadari di SMP Negeri 2 Banjar Agung.

Berdasarkan permasalahan yang ditemukan, Tim pengusul berencana untuk melakukan pengabdian masyarakat melalui pendidikan dan pelatihan. Tim pengusul akan mentransfer ilmu dan teknologi kepada remaja putri SMP Negeri 2 Banjar Agung, untuk melakukan SADARI sebagai upaya deteksi dini terhadap kanker payudara.



Gambar 1. Lokasi Kegiatan

3. KAJIAN PUSTAKA

SADARI adalah pemeriksaan payudara sendiri untuk menemukan adanya benjolan abnormal pada payudara, SADARI ini tidak membutuhkan biaya dan memberikan manfaat pada wanita dalam meningkatkan pengetahuan dan kemampuan dalam melakukan SADARI (Rezi, 2021). Menurut (Fallis, 2013), SADARI adalah cara mudah untuk melakukan deteksi dini kanker payudara pada wanita setelah mengalami menstruasi, dengan melakukan SADARI akan meningkatkan kesadaran betapa pentingnya kewaspadaan akan adanya benjolan yang tidak normal pada payudara. Tujuan untuk mendeteksi ketidak normalan atau perubahan yang terjadi pada payudara. Indikasi utama SADARI adalah untuk mendeteksi terjadinya kanker payudara dengan mengamati payudara depan, sisi kiri, sisi kanan, apakah ada benjolan, perubahan warna kulit, puting bersisik dan pengeluaran cairan atau nanah dan darah. Kanker payudara merupakan jenis kanker dengan jumlah kasus terbanyak sekaligus penyebab kematian. Semakin bertambahnya usia, semakin besar pula resiko seorang perempuan terkena kanker. Sebagian penderita di deteksi stadium lanjut karena kanker tidak bergejala (Rezi, 2021). Adalah Setiap hari ke 7 sampai hari ke 10, dihitung mulai dari hari pertama haid/ menstruasi, Setiap bulan pada tanggal yang sama pada yang sudah menopause / tidak haid, Pemeriksaan dilakukan sekali dalam 1bulan.

Langkah-Langkah pemeriksaan SADARI :

- a. Menanggalkan pakaian dan juga bra yang digunakan sehingga bertelanjang dada.
- b. Berdiri tepat di depan cermin dengan penerangan yang baik
- c. Posisi tangan lurus di samping badan perhatikan kesimetrisan kedua payudara, perhatikan adanyapengeluaran cairan tidak normal dari putting susu, kript, dimpling, dan kulit mengelupas
- d. Berdiri tepat di depan cermin, angkat tangan ke atas dan dan melipat tangan di belakang kepala dan menekan kearahdepan. Perhatikan setiap perubahan payudara
- e. Berdiri tegak di depan cermin dengan kedua tangan disamping kanan dan kiri

- f. Posisi kedua tangan masih di samping kanan dan kiri, tekantangan dengan kuat pada pinggang sedikit membungkuk kearah cermin sambil menarik bahu dan siku kearah depan, dan perhatikan perubahan payudara
- g. Angkat tangan kiri anda, gunakan 3 atau 4 jari tangan kanan untuk meraba payudara kiri dengan kuat dengan hati-hati dan menyeluruh
- h. Tetap dengan tangan kiri diatas dan mulai meraba dengan 3 atau 4 jari tangan kanan, telusuri payudara kiri, gerakan tangan secara memutar (membentuk lingkaran kecil) disekitar payudara, mulai dari tepi luar payudara lalu bergerak kearah dalam sampai ke puting susu. Lakukan secara perlahan, dan pastikan untuk melakukannya pada seluruh payudara
- i. Tetap dengan tangan kiri diatas memeriksa payudara dari atas kebawah gunakan tangan kanan untuk memijat ketiak dari atas kebawah dan memijat seluruh bagian payudara. Rasakan adanya benjolan atau massa yang tidak lazim dibawah kulit
- j. Dengan perlahan remas puting susu dan perhatikan terhadap adanya cairan tidak normal dari puting susu (nanah/darah). Jika anda mengeluarkan cairan tidak normal dari puting susu selama sebulan, terjadi ketika anda sedang atau tidak melakukan SADARI segera hubungi dokter.
- k. Lakukan hal yang sama terhadap payudara kanan dengan cara mengangkat tangan kanan dan memerikdanya dengan tangan kiri. Amati perubahan pada payudara.

4. METODE

Metode pelaksanaan pada program pengabdian masyarakat ini merupakan sebuah rangkaian tahapan yang disusun secara sistematis yang diawali dengan tahap persiapan, diantaranya : observasi tempat pelaksanaan kegiatan, penawaran proposal kegiatan, konsultasi dengan bidan desa, menentukan permasalahan, menentukan topik dan metode penyuluhan, persiapan surat menyurat, alat dan bahan yang diperlukan. Kegiatan ini dilaksanakan setelah semua perizinan dan persiapan sarana dan prasarana sudah siap. Kegiatan ini telah diusahakan untuk dibuat menarik, agar para siswi SMP Negeri 2 Banjar Agung tertarik untuk mengikuti kegiatan dengan seksama. Metode yang digunakan berupa penyuluhan dan praktik tentang cara deteksi dini kanker payudara melalui SADARI. Kegiatan ini ditulis berdasarkan rincian waktu yang telah dilaksanakan sesuai dengan rundown dan rencana yang telah ditentukan.

- a. Kegiatan dimulai pukul 9.00-12.00 WIB
- b. Pukul 09.00-09.05 kegiatan dibuka oleh Master Ceremony
- c. Pukul 09.05 - 09.20 dilaksanakan pretest tentang pengetahuan mereka terkait KEK dan manfaat daun kelor. Soal pretest ini berisi 5 butir pertanyaan dimana setiap butirnya memberikan pilihan a-d Peserta terlihat serius mengerjakannya dan mengerjakan sesuai kemampuan mereka.
- d. Setelah selesai melaksanakan pretest, pada pukul 09.20-10.45 acara dilanjut dengan penyuluhan tentang SADARI.
- e. Pukul 10.45 -11.00 acara dilanjut dengan praktik tentang cara deteksi dini kanker payudara melalui SADARI
- f. Pukul 11.00-11.15 yaitu diskusi tentang pengetahuan peserta terkait SADARI dan Langkah-langkah dalam melaqkukan SADARI. Dalam diskusi ini

fasilitator berdiskusi dengan peserta sambil bertanya. Hasil diskusi menunjukkan bahwa peserta dapat menjawab pertanyaan terkait pengertian sadari dan cara melakukan SASARI. Secara umum pengetahuan mereka tentang SADARI dan langkah-langkah dalam mempraktekannya sudah baik.

- g. Pukul 11.15-11.30 yaitu review materi yang sudah dijelaskan. Proses review dijelaskan dengan bahasa yang lebih sederhana. Selain itu, untuk peserta yang berani menjawab ketika ditanya oleh narasumber diberi hadiah.
- h. Pukul 11.30 - 11.45 acara dilanjutkan dengan posttest. Soal posttest sama dengan soal pretest sebelumnya, peserta terlihat serius mengerjakan posttest yang diberikan.
- i. Dan akhirnya kegiatan pengabdian masyarakat ini resmi ditutup pukul 12.00 WIB. Sebelum semua bubar dan beranjak dari tempat, kegiatan diakhiri dengan sesi foto bersama dengan peserta.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Pengabdian masyarakat yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Tulang Bawang 1 bertempat di SMP Negeri 2 Banjar Agung dan kegiatan dilakukan di Aula SMP Negeri 2 Banjar Agung pada hari jum'at, tanggal 05 Januari 2024. Pelaksanaan pengabdian dilakukan di Aula SMP Negeri 2 Banjar Agung untuk menjaga kenyamanan dan privasi responden. Jumlah remaja yang mengikuti kelas Pendidikan dan pelatihan deteksi dini kanker payudara melalui SADARI sejumlah 30 orang dengan rentang usia antara 14 -16 tahun. Kegiatan ini di adakan pada Tanggal 05 Januari 2024 di Aula SMP Negeri 2 Banjar Agung ,Jumlah peserta dalam kegiatan ini adalah 30 siswi kelas IX.



Gambar 2. kegiatan PKM

Tabel 1. Peningkatan Pengetahuan Siswi Tentang Deteksi Dini Kader Payudara Melalui SADARI Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Sosialisasi

Soal	Nilai pengetahuan Sebelum dilakukan sosialisasi (Pre test)	Nilai pengetahuan Setelah dilakukan sosialisasi (Post test)
No. 1	93%	100%
No. 2	23%	73%
No. 3	30%	73%
No. 4	27%	97%
No. 5	10%	50%

Pada soal nomor 1 pertanyaan tentang Arti SADARI sebelum dilakukan kegiatan sosialisasi 93% peserta mengetahui, namun setelah dilakukan sosialisasi ada peningkatan pengetahuan menjadi 100%. Pada soal nomor 2 pertanyaan tentang tujuan dari pemeriksaan SADARI sebelum dilakukan kegiatan sosialisasi 23% peserta tidak mengetahui, setelah dilakukan sosialisasi ada peningkatan pengetahuan menjadi 73%. Pada soal nomor 3 pertanyaan tentang waktu yang tepat untuk melakukan pemeriksaan SADARI sebanyak 30% setelah dilakukan sosialisasi ada peningkatan pengetahuan menjadi 73%. Pada soal nomor 4 pertanyaan tentang ciri-ciri kanker payudara sebelum dilakukan kegiatan sosialisasi 27 % peserta tidak mengetahui, setelah dilakukan sosialisasi ada peningkatan pengetahuan menjadi 97%. Pada soal nomor 5 pertanyaan tentang faktor risiko kanker payudara sebelum dilakukan kegiatan sosialisasi 10 % peserta tidak mengetahui, setelah dilakukan sosialisasi ada peningkatan pengetahuan menjadi 50%.

Tabel 2. Peningkatan Keterampilan Siswi Dalam Melakukan SADARI

NO	KEGIATAN	NILAI	
		Sebelum pelatihan	Setelah pelatihan
1	Menyiapkan alat - Cermin - Penerangan - Bantal tipis/lipatan handuk	2	2
2	Mencuci tangan	2	2
3	Menanggalkan pakaian dan juga bra yang digunakan sehingga bertelanjang dada	0	2
4	Berdiri tepat di depan cermin dengan penerangan yang baik	0	2
5	Posisi tangan lurus di samping badan perhatikan kesimertisan kedua payudara, perhatikan adanya pengeluaran cairan	0	2

	tidak normal dari puting susu, kriptot, dimpling, dan kulit mengelupas.		
6	Berdiri tepat di depan cermin, angkat tangan keatas dan dan melipat tangan di belakang kepala dan menekan kearah depan. Perhatikan setiap perubahan payudara	0	2
7	Berdiri tegak di depan cermin dengan kedua tangan disamping kanan dan kiri	0	2
8	Posisi kedua tangan masih di samping kanan dan kiri, tekan tangan dengan kuat pada pinggang sedikit membungkuk kearah cermin sambil menarik bahu dan siku kearah depan, dan perhatikan perubahan payudara.	0	2
9	Angkat tangan kiri anda, gunakan 3 atau 4 jaritangan kanan untuk meraba payudara kiri dengan kuat dengan hati-hati dan menyeluruh.	0	2
1 0	Tetap dengan tangan kiri diatas dan mulai meraba dengan 3 atau 4 jari tangan kanan, telusuri payudara kiri, gerakan tangan secara memutar (membentuk lingkaran kecil) disekitar payudara, mulai dari tepi luar payudara lalu bergerak kearah dalam sampai ke puting susu. Lakukan secara perlahan, dan pastikan untuk melakukannya pada seluruh payudara.	0	2
1 1	Tetap dengan tangan kiri diatas memeriksa payudara dari atas kebawah gunakan tangan kanan untuk memijat ketiak dari atas kebawah dan memijat seluruh bagian payudara. Rasakan adanya benjolan atau massa yang tidak lazim dibawah kulit.	0	2
1 2	Dengan perlahan remas puting susu dan perhatikan terhadap adanya cairan tidak normal dari puting susu (nanah/darah). Jika anda mengeluarkan cairan tidak normal dari puting susu selama sebulan, terjadi ketika anda sedang atau tidak melakukan SADARI segera hubungi dokter	0	2
1 3	Lakukan hal yang sama terhadap payudara kanandengan cara mengangkat tangan kanan dan memerikdanya dengan tangan kiri. Amatiperubahan pada payudara.	0	2

1	Langkah 5 sampai 8 harus diulangi	0	2
4	dengan posisi berbaring. Berbaringlah mendatar terlentang dengan lengan kiri dibawah kepala anda dan sebuah bantal atau handuk yang dilipat di bawah bahu kiri anda (posisi ini mendatarkan payudara anda dan memudahkan untuk memeliksanya). Gunakan gerakan sirkuler yang sama seperti yang diuraikan diatas. Ulangi pada payudara kanan anda.		
1	Cuci tangan dan bereskan alat yang	0	2
5	telah dipakai		

Keterampilan Mitra dalam melakukan pijat bayi balita sebelum diberikan pelatihan nilai 0, setelah mengikuti pelatihan dapat ditarik kesimpulan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan dan ketrampilan.

b. Pembahasan

Kegiatan ini merupakan ajang transfer pengetahuan ilmiah ke ranah masyarakat. Penerapan transfer ilmu pengetahuan dilakukan dengan cara yang sederhana namun mudah dan penting dipahami oleh siswi SMP Negeri 2 Banjar Agung sehingga tujuan kegiatan ini dapat tercapai semaksimal mungkin. Transfer ilmu pengetahuan yang dilakukan dalam kegiatan ini melalui pendidikan kesehatan, tanya jawab serta mempraktikkan langkah-langkah pemeriksaan deteksi dini kanker payudara melalui SADARI sehingga dengan adanya informasi baru dapat meningkatkan pengetahuan siswi, dan siswi lebih mawas diri terhadap perubahan yang terjadi pada tubuhnya.

Hasil pengabdian kepada masyarakat tentang pendidikan dan pelatihan SADARI di SMP Negeri 2 Banjar Agung sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sakti et al., 2023) yang menyatakan bahwa Hasil yang diperoleh terjadi peningkatan pengetahuan sebanyak 50% dari sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan dan praktikum. Tingkat pengetahuan pre-test memiliki pengetahuan baik sejumlah 35% dan kurang sejumlah 65% sedangkan tingkat pengetahuan post-test memiliki tingkat pengetahuan baik sejumlah 85% dan kurang sejumlah 15%. Hal ini membuktikan bahwa dengan memberikan penyuluhan dan demonstrasi dapat meningkatkan pengetahuan siswi.

Luaran yang dicapai selanjutnya adalah adanya peningkatan pengetahuan dan ketrampilan siswi SMP Negeri 2 Banjar Agung. Luaran lainnya yang bermanfaat adalah tersusunnya draft manuskrip untuk publikasi program ini.

6. KESIMPULAN

Berdasarkan Hasil analisis deskriptif perhitungan kuantitatif terkait dengan dampak pemberdayaan melalui pendidikan dan pelatihan tentang SADARI di SMP Negeri 2 Banjar Agung bisa ditarik kesimpulan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan sosialisasi dan pelatihan. Ucapan terimakasih kepada PKM TUBA 1 yang telah memberikan

kesempatan kepada Mahasiswa untuk memberikan penyuluhan pendidikan dan pelatihan. Saran tim pengabdian bagi mitra Memperbanyak lagi penyuluhan maupun pelatihan yang terkait dengan permasalahan remaja dengan menggunakan metode penyuluhan dan media penyuluhan yang menarik karena sifat dari remaja yang memiliki rasa ingin tahu yang tinggi sehingga harus difasilitasi dengan informasi yang benar agar tidak keliru dalam pemahamannya.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Antari, G. Y., & Yuliastuti, L. P. S. (2022). Penyuluhan Kanker Payudara Dan Pelatihan Pemeriksaan Payudara Sendiri. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(3), 536-542. <https://doi.org/10.33860/Pjpm.V3i3.1016>
- Amila, A., Sinuraya, E., & Gulo, A. R. B. (2020). Edukasi Sadari (Pemeriksaan Payudara Sendiri) Untuk Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Siswi Sma Medan. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 1(2), 29-40.
- Asmalinda, W., Jasmi, J., Setiawati, D., Khatimah, K., & Sapada, E. (2022). Deteksi Dini Kanker Payudara Menggunakan Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari). *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (Abdikemas)*, 4(1 Juni), 10-17.
- Darwati, L., Nikmah, K., & Aziz, M. N. A. (2021). Sosialisasi Sadari (Pemeriksaan Payudara Sendiri) Sebagai Upaya Awal Pencegahan Ca Mamae. *Journal Of Community Engagement In Health*, 4(2), 325-331.
- Fallis, A. . (2013). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswi Tentang Sadari Sebagai Deteksi Dini Kanker Payudara Di Sma Negeri 1 Manado. *Journal Of Chemical Information And Modeling*, 53(9), 1689-1699.
- Lubis, U. L. (2017). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Dengan Perilaku Sadari. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1), 81-86.
- Jatmika, S. E. D., Maulana, M., Kuntoro, & Martini, S. (2019). Buku Ajar Pengembangan Media Promosi Kesehatan. In *K-Media*. http://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/852/1/6_Perencanaan_Media_Promosi_Kesehatan_1.Pdf
- Jaya, F. T., & Rusman, A. D. P. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Sebagai Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 1 Parepare. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 3(1), 9-22.
- Julaecha, J. (2021). Pendidikan Kesehatan Tentang Deteksi Dini Kanker Payudara Melalui Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari). *Jurnal Abdimas Kesehatan (Jak)*, 3(2), 115-119.
- Khayati, N., Rejeki, S., Machmudah, M., Pawestri, P., Armiyati, Y., & Sianturi, R. (2021). Upaya Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Remaja Untuk Deteksi Dini Kanker Payudara Melalui Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari). *Saluta: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 25.
- Kusumawaty, J., Noviaty, E., Sukmawati, I., Srinayanti, Y., & Rahayu, Y. (2021). Efektivitas Edukasi Sadari (Pemeriksaan Payudara Sendiri) Untuk Deteksi Dini Kanker Payudara. *Abdimas: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 496-501.

- Lestari, P., & Wulansari, W. (2019). Pentingnya Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Sebagai Upaya Deteksi Dini Kanker Payudara. *Indonesian Journal Of Community Empowerment (Ijce)*, 1(2).
- Marfianti, E. (2021). Peningkatan Pengetahuan Kanker Payudara Dan Keterampilan Periksa Payudara Sendiri (Sadari) Untuk Deteksi Dini Kanker Payudara Di Semutan Jatimulyo Dlingo. *Jurnal Abdimas Madani Dan Lestari (Jamali)*, 25-31.
- Parmin, P., Saifah, A., & Samadani, M. S. (2024). Pengaruh Pelaksanaan Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Dalam Upaya Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Siswa Di Kota Palu. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 10(2), 239-247.
- Pulungan, R. M., & Hardy, F. R. (2020). Edukasi "Sadari"(Periksa Payudara Sendiri) Untuk Deteksi Dini Kanker Payudara Di Kelurahan Cipayung Kota Depok. *Diseminasi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 47-52.
- Rezi, E. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kanker Payudara Dengan Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Di Sma Negeri 12 Padang. *Al-Insyirah Midwifery: Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal Of Midwifery Sciences)*, 10(1), 1-7. <https://doi.org/10.35328/Kebidanan.V10i1.1064>
- Sakti, P. M., Muliani, M., & Admasari, Y. (2023). Siap Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Remaja Putri Melalui Kelas Pendidikan Dan Pelatihan Sadari. *Jmm (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(2), 1534. <https://doi.org/10.31764/Jmm.V7i2.13771>
- Sari, I., Septiana, M., & Sapitri, A. (2023). Peningkatan Perilaku Sadari (Periksa Payudara Sendiri) Pada Perempuan Terhadap Upaya Deteksi Dini Kanker Payudara. *Indonesian Journal Of Community Empowerment (Ijce)*, 5(1), 40-44.
- Siregar, R. W., & Nasution, S. H. (2021). Jurnal Kebidanan Matorkis. *Jurnal Kebidanan Matorkis*, 2, 57-64.
- Taqiyah, Y., & Jama, F. (2020). Pelatihan Sadari (Pemeriksaan Payudara Sendiri) Sebagai Upaya Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Siswi Smk Kesehatan Baznas. *Indonesian Journal Of Community Dedication*, 2(1), 17-21.