

Edukasi dan Pelatihan Teknik Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) pada Remaja Putri di SMAN 4 Kota Metro

M. Ridwan¹, Firda Fibrila², Herlina³, Septi Widiyanti⁴
Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang, Lampung
^{1*}ridwan@poltekkes-tjk.ac.id

Abstract

Breast cancer is characterized by the uncontrolled growth of abnormal cells in the breast, often originating in the milk-producing lobules. According to the Indonesian Ministry of Health (2024), breast cancer remains a major public health concern due to its high incidence and mortality rates. One contributing factor is the low level of awareness and knowledge regarding early detection. Breast self-examination (BSE) is a simple, low-cost, and practical method for early detection, particularly among young women. This community service program involved 97 female students from SMAN 4 Metro City. Educational interventions were delivered through lectures, discussions, and question-and-answer sessions, followed by practical training on BSE techniques using a phantom model for demonstration. Participants were then divided into seven groups consisting of 13–14 students for mentoring sessions. Each group practiced BSE under the guidance of seven facilitators, including lecturers and students from the Diploma III Midwifery Program in Metro. A checklist was used by facilitators to assess participants' knowledge and practical skills during the training. The results showed that the average pretest score was 5.88, while the average posttest score increased to 8.19, indicating an improvement of 2.31 points after the educational intervention. In conclusion, education and training on BSE techniques effectively improved the knowledge and practical skills of young women in performing early breast cancer detection independently.

Keywords: Education, Training, BSE, Young Women

Abstrak

Kanker payudara merupakan penyakit dimana sel-sel abnormal pada payudara tumbuh di luar kendali dan membentuk tumor dimulai di dalam lobulus penghasil susu di payudara. Berdasarkan data Kemenkes 2024, kasus baru kanker payudara di Indonesia mencapai 20 juta kasus dengan angka kematian 9,7 juta kasus. Penyebabnya karena rendahnya kesadaran dan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya deteksi dini. Salah satu upaya deteksi dini untuk menurunkan kejadian kanker payudara yang paling murah dan praktis terutama bagi remaja putri dengan melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). Sasaran kegiatan adalah remaja putri di SMAN 4 Kota Metro berjumlah 97 orang. Edukasi diberikan dalam bentuk ceramah, diskusi dan tanya jawab, serta dilakukan pelatihan teknik pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dengan mendemonstrasikan menggunakan panthom. Selanjutnya dilakukan pendampingan dimana peserta dibagi 7 kelompok sehingga tiap kelompok terdiri dari 13-14 orang. Setiap kelompok peserta mempragakan teknik SADARI yang didampingi oleh 7 orang fasilitator tim pengabmas yaitu dosen dan mahasiswa Diploma III Kebidanan Metro. Fasilitator menggunakan daftar tilik dalam melakukan pendampingan pada peserta sehingga diperoleh gambaran nyata pengetahuan dan keterampilan peserta dalam melakukan tiknik SADARI. Hasil edukasi dan pelatihan teknik SADARI diperoleh nilai rata-rata *pretest* sebesar 5,88 dan nilai rata-rata *posttest* sebesar 8,19. Hasil ini diperoleh adanya perbedaan nilai rata-rata antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi dan pelatihan SADARI sebesar 2,31. Dapat disimpulkan bahwa edukasi dan pelatihan teknik SADARI dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan remaja putri dalam deteksi dini untuk mencegah kanker payudara secara mandiri.

Kata kunci: Edukasi, Pelatihan, SADARI, Remaja Putri



1. Pendahuluan

Kanker payudara merupakan penyakit dimana sel-sel abnormal pada payudara tumbuh di luar kendali dan membentuk tumor dimulai di dalam saluran susu atau lobulus penghasil susu di payudara [1]. Kanker payudara merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi penyebab kematian tertinggi pada wanita di dunia. Data dari berbagai sumber menunjukkan bahwa insidensi kanker payudara terus meningkat setiap tahun. Data di Indonesia, kasus baru kanker payudara di Indonesia mencapai 20 juta kasus dengan angka kematian 9,7 juta kasus [2]. Di Provinsi Lampung kasus tumor benjolan pada payudara sebanyak 159 kasus tahun 2022 meningkat menjadi 278 di tahun 2023 [3]. Data di Kota Metro terdapat 4 (0,6%) kasus terdeteksi tumor benjolan pada payudara. Berdasarkan data Sadasin di Puskesmas Tejoagung terdapat 718 (44,3%) terdeteksi tumor/benjolan di payudara pada remaja putri [4].

Salah satu faktor utama tingginya angka kematian akibat kanker payudara adalah rendahnya kesadaran dan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya deteksi dini. Banyak penderita baru mengetahui kondisinya saat kanker telah memasuki stadium lanjut, sehingga peluang kesembuhan menjadi lebih kecil. Metode deteksi dini yang sederhana dan efektif seperti pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) belum banyak dilakukan secara rutin karena kurangnya edukasi dan motivasi. Selain itu, faktor risiko seperti penggunaan obat hormonal, gaya hidup tidak sehat, dan faktor genetik juga berkontribusi terhadap peningkatan kejadian kanker payudara. Oleh karena itu, edukasi mengenai faktor risiko dan pencegahan sangat penting untuk mengurangi angka kejadian kanker payudara [2].

Pemeriksaan klinis payudara menggunakan mamografi dan SADARI adalah beberapa pilihan dalam *screening* awal untuk mendeteksi dini kanker payudara. SADARI merupakan pilihan teknik yang bisa dilakukan di rumah dan dilakukan sendiri oleh semua wanita termasuk remaja karena deteksi dini dapat mengurangi angka kematian akibat kanker payudara hingga 20% [5]. Pemeriksaan ini tergolong simpel, mudah, murah dan efektif untuk dilakukan dan memudahkan untuk meraba sendiri payudara secara fisik dan mengamati sendiri secara visual jika terjadi perubahan. Dengan SADARI memberikan kesempatan kepada wanita untuk meningkatkan kesempatan untuk bisa mendapatkan treatment lebih cepat dan meningkatkan kelangsungan hidup pada wanita [6].

Remaja putri merupakan kelompok usia yang penting untuk diberikan edukasi kesehatan reproduksi sejak dini. Pemberian edukasi mengenai SADARI pada remaja diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, serta keterampilan dalam melakukan pemeriksaan payudara sendiri. Selain itu, edukasi sejak usia remaja dapat membentuk kebiasaan positif dalam menjaga kesehatan reproduksi hingga dewasa.

Sekolah merupakan salah satu tempat yang strategis untuk memberikan edukasi kesehatan kepada remaja. Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi dan pelatihan teknik SADARI, diharapkan remaja putri dapat memahami pentingnya deteksi dini kanker payudara serta mampu mempraktikkan teknik pemeriksaan payudara sendiri dengan benar. Oleh karena itu, kegiatan edukasi dan pelatihan teknik Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) pada remaja putri di SMAN 4 Kota Metro perlu dilakukan sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja dalam menjaga kesehatan payudara.

Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan remaja putri di SMAN 4 Kota Metro dalam Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). Kegiatan pengabdian ini diharapkan dapat berkontribusi dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan remaja putri dalam melakukan deteksi dini kanker payudara dengan benar secara mandiri.

2. Metode Pengabdian Masyarakat

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di SMAN 4 Kota Metro dengan sasaran remaja putri sebagai peserta kegiatan. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah edukasi kesehatan dan pelatihan praktik teknik Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI).

2.1 Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan dilakukan beberapa kegiatan, antara lain:

- 1) Melakukan koordinasi dengan pihak sekolah terkait pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.
- 2) Menentukan waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan.
- 3) Menyiapkan materi edukasi mengenai kanker payudara dan teknik SADARI.
- 4) Menyiapkan media edukasi seperti leaflet, slide presentasi, serta alat bantu demonstrasi.
- 5) Menyusun instrumen evaluasi berupa kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah kegiatan

2.2 Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa metode, yaitu:

- 1) Penyuluhan/Edukasi: Penyampaian materi mengenai: Pengertian kanker payudara, Faktor risiko kanker payudara, Pentingnya deteksi dini kanker payudara, Pengertian dan manfaat SADARI, Waktu yang tepat melakukan SADARI
Materi disampaikan menggunakan metode ceramah dan diskusi interaktif dengan bantuan media presentasi.
- 2) Tahap Demonstrasi
Tim pelaksana memberikan demonstrasi teknik pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) yang benar, meliputi langkah-langkah pemeriksaan yang dapat dilakukan secara mandiri
- 3) Praktik Langsung
Peserta diberikan kesempatan untuk mempraktikkan teknik SADARI yang telah dijelaskan dengan bimbingan dari tim pelaksana agar peserta memahami langkah-langkah pemeriksaan dengan benar.
- 4) Sesi Tanya Jawab
Peserta diberikan kesempatan untuk bertanya mengenai materi yang telah disampaikan sehingga terjadi komunikasi dua arah dan meningkatkan pemahaman peserta.

2.3 Tahap Evaluasi

Evaluasi kegiatan dilakukan untuk mengetahui tingkat keberhasilan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

Evaluasi dilakukan dengan cara: Memberikan pre-test sebelum penyuluhan untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal peserta mengenai SADARI. Memberikan post-test setelah kegiatan edukasi dan pelatihan untuk mengetahui peningkatan pengetahuan peserta. Melakukan observasi terhadap kemampuan peserta dalam mempraktikkan teknik SADARI.

2.3.1 Indikator Keberhasilan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dikatakan berhasil apabila:

- 1) Peserta mengikuti kegiatan dengan aktif dari awal hingga akhir kegiatan.
- 2) Terjadi peningkatan pengetahuan peserta berdasarkan hasil pre-test dan post-test.
- 3) Peserta mampu memahami dan mempraktikkan teknik SADARI dengan benar.

3. Hasil dan Pembahasan

Sasaran kegiatan pengabdian sebanyak 97 orang remaja putri di SMAN 4 Kota Metro yang dilaksanakan bulan Oktober dan November 2025.

Sebelum penyampaian edukasi dan teknik SADARI, dilakukan *pretest* dan *posttest* setelah edukasi.

Tabel 1. Hasil *Pre* dan *Post Test* Edukasi tentang Kanker payudara dan teknik SADARI sebagai upaya deteksi dini kanker payudara

Nilai	Pre-test			Pos-test		
	Kategori	Jml	%	Kategori	Jml	%
8 – 10	Baik	12	12,4	Baik	79	81,4
5 – 7	Cukup	15	15,5	Cukup	13	13,4
1 – 4	Kurang	70	72,2	Kurang	5	5,2
Jumlah		97	100		97	100

Tabel 1 dari 97 remaja putri sebagai sasaran kegiatan pengabdian ini, menunjukkan sebelum dilakukan edukasi dan pelatihan (*pre test*), terbanyak 72,2% (70 orang) dengan kategori kurang (nilai 1-4) dan sebanyak 15,5% (15 orang) dengan kategori cukup (nilai 5-7) artinya masih banyak remaja putri yang belum memahami tentang kanker payudara dan teknik SADARI. Selanjutnya ketika edukasi dan pelatihan telah dilakukan (*post test*), terdapat sebanyak 81,4% (79 orang) dengan kategori Baik (nilai 8-10) dan sebanyak 13,4% (13 orang) dengan kategori cukup (nilai 5-7). Hasil ini menunjukkan ada peningkatan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah dilakukan edukasi mengenai kanker payudara dan pelatihan teknik SADARI. Hal ini dapat dilihat dari penambahan skor nilai dengan kategori baik sebesar 69,1%.

Tabel 2. Perbedaan rerata Nilai *Pre* dan *Post Test* tentang Edukasi dan teknik SADARI pada Remaja Putri

Hasil Pengukuran	N	Mean	<i>P-value</i>
Pretest	97	5,88	0,000
Posttest	97	8,19	

Tabel 2 menunjukkan dari 97 remaja putri yang menjadi sasaran kegiatan pengabdian diperoleh rata-rata *pretest* sebesar 5,88 dan hasil rata-rata *posttest* meningkat sebesar 8,19. Hal ini menunjukkan ada perbedaan nilai rata-rata antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi dan pelatihan SADARI.

Hasil analisis juga diperoleh *p=*value 0,000 artinya pemberian edukasi dan pelatihan SADARI mempunyai pengaruh untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan remaja putri dalam upaya deteksi dini kanker payudara. Selain itu, hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan sebesar 2,31 point. Hal ini karena pengetahuan merupakan faktor domain yang memengaruhi seseorang dalam mengambil keputusan dan membentuk tindakan seseorang. Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Lawrence Green yang dikutip Notoadmojo [7], pada faktor *predisposing* bahwa edukasi yang ditujukan untuk menggugah kesadaran, memberikan atau meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pemeliharaan dan peningkatan kesehatan baik bagi dirinya, keluarga dan masyarakat. lebih lanjut dijelaskan bahwa pengetahuan merupakan faktor domain yang sangat penting dalam pembentukan tindakan seseorang. Artinya tindakan yang didasari oleh

pengetahuan akan lebih langgeng daripada tindakan yang tidak disadari pengetahuan. Siedlecki et.al, [8] menegaskan bahwa pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh informasi yang diperoleh dan diartikan serta diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan dapat diperoleh dengan berbagai cara yaitu bisa dengan edukasi, pelatihan dan pemberdayaan kepada masyarakat. Hal ini juga dijelaskan oleh Conitha et al.,[9] bahwa pengetahuan dapat meningkatkan *health awareness* tiga kali lebih besar. Menurut Fibrila. F., Herlina., Ridwan. M.,[10], bahwa bila seseorang diberi pengetahuan dengan panduan media yang tepat maka, dapat menggugah minat dan memusatkan perhatian pada objek yang penting. Pada akhirnya dengan cepat memahami pengetahuan yang didapatnya.

Menurut Ningsih. A. Nadia Sulistia, et. Al [11], beberapa faktor yang meningkatkan resiko kanker payudara pada remaja putri yaitu bertambahnya usia, obesitas, penggunaan alkohol, riwayat kanker payudara dalam keluarga, riwayat terpapar radiasi, riwayat reproduksi (seperti usia menarhe dan usia kehamilan pertama), penggunaan tembakau dan terapi hormon.

Pendapat ini diperkuat juga menurut Paratiwi [12], beberapa faktor resiko yang menyebabkan seorang wanita dapat menderita kanker payudara diantaranya adalah usia, pernah menderita tumor payudara, riwayat keluarga yang menderita kanker payudara, faktor genetik dan hormonal, pernah menderita penyakit payudara non-kanker, menarche (menstruasi pertama), pemakaian pil KB atau terapi sulih estrogen, obesitas pasca menopause, pemakaian alkohol, bahan kimia, DES (*dietilstilbestrol*), penyinaran, faktor resiko lainnya. Intervensi terhadap faktor risiko kanker tidak hanya bertujuan untuk menurunkan kasus baru kanker, namun juga menurunkan kemungkinan penyakit lainnya yang disebabkan faktor risiko tersebut. Penelitian Masso-Calderón et al., [13] mengatakan pengendalian kanker payudara bisa dilakukan dengan memiliki beberapa faktor-faktor agar dapat melihat tingkat keinginan individu mengenai praktik pemeriksaan payudara sendiri. Faktor tersebut meliputi Faktor predisposisi yang meliputi faktor Pengetahuan, Sikap,

Nilai-Nilai Budaya, Persepsi, Karakteristik Individu (Umur, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan dan Pekerjaan). Faktor pendukung atau pendorong meliputi faktor Keterampilan, Sumber Daya (Dukungan Keluarga, Dukungan Teman dekat dan Dukungan sosial atau Tenaga Kesehatan), Lingkungan (Aksesibilitas, Fasilitas dan Informasi). Menurut S. Sumiyati, Dkk, [14] menegaskan bahwa selain pemeriksaan klinis payudara menggunakan mamografi, pemeriksaan payudara sensiri (SADARI) merupakan pilihan teknik yang bisa dilakukan di rumah dan dilakukan sendiri oleh semua wanita termasuk remaja putri karena deteksi dini

dapat mengurangi angka kematian akibat kanker payudara hingga 20% Beberapa penelitian memperkuat temuan kegiatan pengabdian ini seperti yang dilakukan oleh M.Ridwan., dkk [15], dalam penelitiannya pada remaja putri di wilayah Puskesmas Tejoagung Kota Metro, bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan perilaku SADARI.

Hasil analisis juga diperoleh $OR=3,716$ artinya remaja putri yang memiliki pengetahuan kurang tentang SADARI berpeluang 3,7 kali tidak melakukan perilaku SADARI dibanding dengan remaja putri yang memiliki pengetahuan baik tentang SADARI. Hal yang hampir sama yang dilakukan oleh Saputri, MS. Dwi & Fransiska, Precelia [16], dalam penelitiannya pada Siswi Kelas XI di SMK Pelita Insani Kota Prabumulih, ditemukan ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan pemeriksaan SADARI. Penelitian Triyanti, Dempri [17], pada Mahasiswi Fakultas Non Kesehatan di Universitas Palembang juga menemukan hal yang sama bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan pemeriksaan SADARI.

Oleh karena itu diperlukan upaya edukasi secara kontinue pada remaja putri untuk melakukan pemeriksaan payudara sendiri, dimana semakin baik pengetahuan remaja putri, maka akan berdampak pada tindakan/perilakunya untuk mau melakukan pemeriksaan payudara secara mandiri sekaligus sebagai bentuk upaya/tindakan deteksi dini pada kanker payudara.

Berikut disajikan gambar 1 sampai gambar 5, dokumentasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat (pengabmas) di SMAN 4 Kota Metro.



Gambar 1. Edukasi Kanker Payudara



Gambar 2. Edukasi dan Pelatihan Teknik SADARI



Gambar 4. Demonstrasi Teknik SADARI



Gambar 5. Kegiatan Pengabmas di SMAN 4 Kota Metro

4. Kesimpulan

Pemberian edukasi/penyuluhan dan pendampingan secara terus menerus dan efektif dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan remaja putri sebagai upaya deteksi dini kanker payudara.

Ucapan Terimakasih

Terimakasih kepada Direktur Poltekkes Tanjungkarang, KUPT dan Bidan Koordinator Puskesmas Tejoagung, Kepala Sekolah SMAN4 Kota Metro, serta Tim pengabmas dan semua pihak yang telah membantu terlaksananya kegiatan pengabdian ini.

Daftar Rujukan

- [1] Rolita Efriani, (2024). *Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)*. Penerbit NEM, ISBN: 9786231154347, 6231154343:7-8
- [2] Indriati (2025). *Call For Paper Informasi Kesehatan Nasional Pencegahan, Tatalaksana dan Registrasi Kanker Payudara*. <https://lms.kemkes.go.id/courses/38b962c5-5d5b-4df6-80fd-fe1965cc5c1d>
- [3] Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, (2023). *Profil Kesehatan Provinsi Lampung Tahun 2023*. A. Djunaedi, E. Rusli. Dinas Kesehatan Provinsi Lampung
- [4] Dinas Kesehatan Kota Metro, (2023). *Profil Kesehatan Kota Metro*. E. Andrianti, Daniel, A. Amraini, A. Wulandhani, A. D Laksana. Dinas Kesehatan Kota Metro
- [5] S. Sumiyati, A. Widiastuti, P. Hastuti, S. P. Winarso, and H. Kurniasih, (2023). "Media booklet improve the attitude and practice of breast self-examination as early detection of breast cancer in female students," *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, vol. 8, no. 2, pp. 417–422, 2023, doi: 10.30604/jika.v8i2.1942. <https://aisyah.journalpress.id/index.php/jika/article/view/8256>
- [6] Erbil, N., & Bolukbas, N. (2014). *Health beliefs and breast selfexamination among female university nursing students in Turkey*. *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention*, 15(16), 6525–6529. <https://doi.org/10.7314/APJCP.2014.15.16.6525>
- [7] Notoatmodjo Soekidjo. (2014). *Promosi Kesehatan*. Rineka Cipta.
- [8] Siedlecki, Sandra L., Mary Beth Modic, Esther Bernhofer, Jeanne Sorrell, Patricia Strumble, and Irene Kato. (2014). "Original Article Exploring How Bedside Nurses Care for Patients with Chronic Pain : A Grounded Theory Study." *Pain Management Nursing* 15(3):565–73. doi:10.1016/j.pmn.2012.12.007. National Library of Medicine (BIH). <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23466194/>
- [9] Conitha, E. Y., Dachi, R. A., Sitorus, M.E. J., Nababan, D., & Tarigan, F. (2023). *Hubungan Promosi Kesehatan, Mental Healthdengan Mental Health Awarenesspada Remaja Oleh Orang Tua*. *Jurnal Endurance : Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 8(3), 758-767.
- [10] Fibrila. F., Herlina., Ridwan. M., (2024). *PEMANFAATAN MEDIA DIGITALISASI KELAS REPRODUKSI DALAM RANGKA EDUKASI PERSIAPAN PRAKONSEPI BAGI REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 4 KOTA METRO*. *Jurnal Peran Malahayati: Pengabdian Kepada Masyarakat*. Vol.6, No.2, November 2024. P:ISSN 2685-547X, E:ISSN 2684-8899, Hal 226-237. <https://ejournalmalahayati.ac.id/article/view/18024>.
- [11] Ningsih. A. Nadia Sulistia, et. al (2021). *Faktor Resiko Kejadian Kanker Payudara Pada Pasien Ca Mammar di RS. Ibnu Sina Makassar pada Tahun 2018*. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran Vol.1 No.3* (Desember, 2021): E-ISSN: 2808-9146. <https://fmj.fk.umi.ac.id/index.php/fmj/article/view/62>.
- [12] Paratiwi, A., (2021). *Faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian kanker payudara wanita di RSUD Dr. Achmad Mochtar Bukittinggi*. *J. Kesehat. Masy. Mulawarman JKMM* 3, 93–104. <https://doi.org/10.30872/jkmm.v3i2.6488>.
- [13] Masso-Calderón, A. M., Meneses-Echávez, J. F., Correa-Bautista, J. E., Tovar-Cifuentes, A., Alba-Ramírez, P. A., & Charry-Ángel, C. E. (2018). *Effects of an Educational Intervention on Breast Self-Examination, Breast Cancer Prevention-Related Knowledge, and Healthy Lifestyles in*

- Scholars from a Low-Income Area in Bogota, Colombia.* Journal of Cancer Education, 33(3), 673–679. <https://doi.org/10.1007/s13187-0161133-z>
- [14] S. Sumiyati, A. Widiastuti, P. Hastuti, S. P. Winarso, and H. Kumiasih, (2023). “*Media booklet improve the attitude and practice of breast self-examination as early detection of breast cancer in female students,*” Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan, vol. 8, no. 2, pp. 417–422, 2023, doi: 10.30604/jika.v8i2.1942. <https://aisyah.journalpress.id/index.php/jika/article/view/8256>
- [15] M.Ridwan, Firda. F., Herlina (2026). Analysis Of Factors Relating To Breast Self Examination Behavior In Adolescent Women In Metro Cities. Jurnal Kebidanan Malahayati (JKM), Vol.12 No.2 (2026) Februari 2026. P.ISSN 2476-8944 E.ISSN 2579-762X Hal 71-80. <https://ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/kebidanan/article/view/24979/pdf>
- [16] Saputri, MS. Dwi & Fransiska, Precelia (2024), *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) pada Siswi Kelas XI di SMK Pelita Insani Kota Prabumulih.* Jurnal Kesehatan dan Pembangunan STIKes Mitra Adiguna. <https://e-jurnal.stikesmitraadiguna.ac.id/index.php/jkp/article/view/343/239>
- [17] Triyanti, Dempri (2024). *Faktor yang Berhubungan Dengan Perilaku SADARI pada Mahasiswi Fakultas Non Kesehatan di Universitas Palembang.* Jurnal Ilmiah Kebidanan e-ISSN 2774-4671 Vol 4 Nomor 1 Tahun 2024.