



Hidup Berkualitas Bebas Kanker Payudara Dengan Cerdik dan Sadari Pada Remaja Putri

Waifti Amalia, Senditya Indah Mayasari ✉, Nicky Danur Jayanti

STIKES Widyagama Husda Malang

Jl. Sudimoro No. 16 Malang & Jl. Taman Borobudur Indah 3A Malang, Jawa Timur, Indonesia

|senditya.mayasari@widyagamahusada.ac.id ✉ | DOI: <https://doi.org/10.37729/abdimas.v9i3.5701> |

Abstrak

Penderita kanker payudara telah banyak ditemukan pada usia muda bahkan tidak sedikit remaja putri usia empat belas tahun menderita tumor di payudaranya yang dapat berpotensi menjadi kanker apabila tidak terdeteksi sejak dini. Kemenkes RI telah melaksanakan program deteksi dini kanker payudara yang dikenal dengan metode SADARI (pemeriksaan payudara sendiri) yang mudah dilakukan oleh setiap wanita untuk mengetahui adanya benjolan atau kelainan payudara lainnya. Tujuan utama SADARI adalah menemukan kanker dalam stadium dini sehingga pengobatannya menjadi lebih baik. Tingginya angka kejadian kanker payudara disebabkan kurangnya kesadaran untuk melakukan deteksi dini payudara jika mengalami kelainan seperti benjolan. Program pemerintah sebagai upaya preventif adalah dengan promosi kesehatan melalui SADARI dan CERDIK. Penyuluhan pencegahan kanker payudara dengan SADARI dan CERDIK di kalangan remaja ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan menumbuhkan sikap yang positif dari para remaja mengenai pencegahan kanker payudara sejak dini sehingga dapat meningkatkan kesadaran remaja putri untuk melakukan SADARI secara teratur. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di SMKN 2 Malang pada siswi putri kelas 11. Metode pelaksanaan kegiatan dengan memberikan penyuluhan tentang kanker payudara dan demonstrasi SADARI. Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat didapatkan tingkat pengetahuan remaja putri tentang kanker payudara dan SADARI sebelum diberikan penyuluhan hanya 3 siswi (10,3%) yang memiliki tingkat pengetahuan baik dan setelah diberikan penyuluhan seluruh siswi (100%) memiliki pengetahuan baik. Hal ini terbukti bahwa metode penyuluhan dan demonstrasi sangat efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan perubahan perilaku seseorang.

Kata Kunci: Kanker payudara, Remaja putri, Sadari, Cerdik, Kesehatan remaja



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

1. Pendahuluan

SMK Negeri 2 Malang merupakan sebuah sekolah menengah kejuruan yang terletak di jalan Veteran 17, Ketawanggede, Lowokwaru, Kota Malang, Jawa Timur. SMK Negeri 2 Malang memiliki 6 (enam) konsentrasi keahlian yaitu: Pekerja Sosial, Usaha Layana Wisata, Perhotelan, Kuliner, Asisten Keperawatan & Caregiver, serta Teknik Komputer Jaringan. Program keahlian Asisten Keperawatan & Caregiver merupakan program keahlian terbaru yang menjawab kebutuhan tenaga asisten perawat di rumah sakit. Program Keahlian Asisten Keperawatan & Caregiver didirikan pada bulan Februari 2013. Meskipun masih berusia sangat muda, program keahlian Asisten Keperawatan & Caregiver mampu mencetak lulusan yang berkualitas sehingga menarik perhatian masyarakat untuk bergabung di Program Keahlian Asisten Keperawatan & Caregiver.

Sebagai calon pendamping (asisten) tenaga kesehatan, siswa/siswi diharapkan telah memiliki kemampuan dibidangnya sehingga setelah lulus siap kerja dan siap pakai. Modal pengetahuan saja tidak cukup namun juga diimbangi dengan modal *skill*. Salah satu *skill* yang harus dimiliki adalah asisten keperawatan mampu memberikan edukasi kesehatan. Edukasi kesehatan adalah proses mengupayakan individu dan masyarakat untuk meningkatkan kemampuan yang mempengaruhi kesehatan sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatannya (Safitri *et al.*, 2021). Selama masa remaja berlangsung proses perubahan tersebut berada dibawah kontrol hormon-hormon khusus. Hormon-hormon ini bertanggung jawab atas permulaan proses ovulasi atau menstruasi, juga pertumbuhan payudara (Aeni & Yuhandini, 2018). Berkenaan dengan hal tersebut, remaja putri harus lebih peka dan memperhatikan perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya, salah satunya yaitu dengan memperhatikan organ payudara dan kesehatannya, salah satunya mengetahui perubahan pada payudara maka semakin awal masalah kesehatan yang diketahui, contohnya tumor atau benjolan pada payudara yang berpotensi menjadi kanker payudara. Selain itu masa remaja ini adalah waktu yang tepat untuk memulai kebiasaan sehat seperti olahraga teratur dan menerapkan diet sehat (Lubis, 2017).

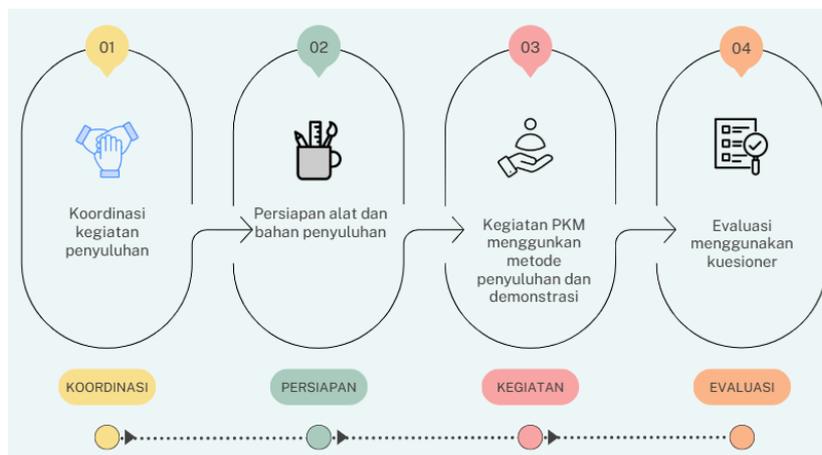
Kegiatan edukasi tentang pentingnya mengenali tanda dan gejala adanya kanker payudara pada remaja sangat penting dilakukan sejak dini. Sebab prevalensi kejadian kanker payudara terus meningkat. Pada tahun 2022, terdapat 2,3 juta wanita yang didiagnosis menderita kanker payudara dan 670.000 kematian secara global. Kanker payudara terjadi di setiap negara di dunia pada wanita pada usia berapa pun setelah masa pubertas, namun angka kejadiannya meningkat di kemudian hari (Noviani, Aris; Anggaraini, 2023). Di Indonesia, kasus kanker payudara sebanyak 3.404 kasus dan penderita tumor payudara sebanyak 18.150 kasus, dari 38 provinsi tertinggi di Jawa Tengah sebanyak 3.206 orang, kedua di Jawa Timur sebanyak 3.077 orang, dan ketiga di Yogyakarta sebanyak 1.985 orang dan di Provinsi Bengkulu sebanyak 44 orang penderita tumor payudara dan curiga kanker payudara sebanyak 13 orang (Kementerian Kesehatan, 2021). Di SMKN 2 Kota Malang khususnya pada remaja putri belum pernah diberikan penyuluhan seputar kanker payudara dan cara pemeriksaan payudara dengan SADARI. Dari 29 siswi yang terdapat di SMKN 2 Kota Malang hanya 2 siswi yang pernah melakukan pemeriksaan SADARI dan itupun hanya dilakukan sekali saja.

Kanker payudara masih menjadi penyakit nomor satu yang menyerang wanita. Disebutkan oleh dokter spesialis kanker Ronald A. Hukom, kanker payudara merupakan kanker paling umum ditemukan pada kalangan remaja dan dewasa muda. Kementerian Kesehatan (Kemenkes) menyatakan, angka kanker payudara di Indonesia mencapai 42,1 orang per 100 ribu penduduk. Rata-rata kematian akibat kanker ini mencapai 17 orang per 100 ribu penduduk (Luh *et al.*, 2020). Penderita kanker payudara telah banyak ditemukan pada usia muda bahkan tidak sedikit remaja putri usia empat belas tahun menderita tumor di payudaranya dimana tumor dapat berpotensi menjadi kanker bila tidak terdeteksi lebih awal. Kemenkes RI telah melaksanakan program deteksi dini kanker payudara yang dikenal dengan metode SADARI (pemeriksaan payudara sendiri) (Deska *et al.*, 2019). SADARI yaitu pemeriksaan yang mudah dilakukan oleh setiap wanita untuk mengetahui adanya benjolan atau kelainan payudara lainnya. Tujuan utama SADARI adalah menemukan kanker dalam stadium dini sehingga pengobatannya menjadi lebih baik (Abo Salem *et al.*, 2020).

Tingginya angka kejadian kanker payudara disebabkan kurangnya kesadaran untuk melakukan deteksi dini payudara jika mengalami kelainan seperti benjolan. Selain itu kurangnya kemauan untuk mencari dan menggali informasi tentang pencegahan kanker payudara. Program pemerintah sebagai upaya preventif adalah dengan promosi kesehatan melalui SADARI dan CERDIK (Dwitania *et al.*, 2021). Sejak dini dikenalkan maka akan semakin baik sebagai upaya pencegahan kejadian tumor atau kanker payudara. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja melalui pendidikan kesehatan secara dini tentang deteksi dini kanker payudara (Malingkas *et al.*, 2023). Penyuluhan pencegahan kanker payudara dengan SADARI dan CERDIK di kalangan remaja ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan menumbuhkan sikap yang positif dari para remaja mengenai pencegahan kanker payudara sejak dini sehingga dapat meningkatkan kesadaran remaja putri untuk melakukan SADARI secara teratur (Noviani & Anggaraini, 2023). Remaja putri diharapkan bisa mendapatkan manfaat dari kegiatan pengabdian masyarakat, mereka dapat mengetahui lebih awal informasi tentang bahaya kanker payudara, sehingga nantinya mereka akan lebih mawas diri lebih dini guna mencegah peningkatan kejadian kanker payudara (Noviani & Anggaraini, 2023).

2. Metode

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di SMKN 2 Malang dilaksanakan pada hari Senin, 26 Agustus 2024. Sasaran kegiatan ini adalah remaja putri kelas 11 dengan jumlah 29 siswi. Metode pelaksanaan kegiatan tertuang dalam diagram alur seperti Gambar 1. Langkah awal kegiatan pengabdian ini dengan melakukan koordinasi dengan Kepala Sekolah dan Guru BK tentang jadwal pelaksanaan kegiatan serta materi penyuluhan yang akan diberikan. Telah disepakati kegiatan dilaksanakan pada Senin, 26 Agustus 2024 jam 09.00 sampai selesai. Kegiatan ini dilaksanakan di laboratorium SMKN 2 Kota Malang. Setelah koordinasi dilakukan, tim pengabdian melakukan persiapan alat dan bahan yang akan digunakan untuk pemeriksaan SADARI, persiapan materi penyuluhan yang akan disampaikan serta dosen yang akan memberikan penyuluhan. Alat dan bahan yang dipersiapkan antara lain: leaflet SADARI, lembar balik kesehatan reproduksi pada remaja, poster pencegahan kanker payudara, poster SADARI kenali kanker payudara sejak dini dan poster tips hidup sehat, kaca ukuran 80x35cm, banner tips hidup sehat, dan backdrop SADARI.



Gambar 1. Alur Kegiatan Pengabdian

Metode kegiatan ini berupa penyuluhan tentang kanker payudara dan upaya pencegahan melalui SADARI dengan CERDIK. Setelah dilakukan penyuluhan berikutnya dilakukan demonstrasi pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dengan 7 langkah. Media penyuluhan menggunakan lembar balik dan leaflet. Tim pengabdian terdiri dari Waifti Amalia sebagai pemberi materi penyuluhan tentang kanker serviks, Nicky Danur Jayanti sebagai pemberi demonstrasi SADARI dan Senditya Indah Mayasari sebagai sie dokumentasi dan perlengkapan.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan penyuluhan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) remaja putri di SMKN 2 Kota Malang dilakukan dengan beberapa tahap yaitu pra kegiatan, pelaksanaan kegiatan, dan kegiatan evaluasi.

3.1. Persiapan Pra Kegiatan

Tim pengabdian melakukan persiapan sebelum kegiatan dimulai dengan mempersiapkan ruangan penyuluhan, alat dan bahan. Guna pelaksanaan kegiatan dilakukan koordinasi awal dengan pihak sekolah guna mengetahui kebutuhan awal dan beberapa kendala yang terjadi pada siswi di SMK Negeri 2 Malang sebagaimana disajikan pada [Gambar 2](#). Selain itu, guna mempersiapkan kegiatan tim pengabdian kepada masyarakat melakukan persiapan penataan tempat dan presensi kehadiran kepada peserta seperti disajikan pada [Gambar 3](#).



Gambar 2. Koordinasi Awal Kegiatan Dengan Pihak SMK Negeri 2 Malang



Gambar 3. Persiapan Tempat Kegiatan, Pembagian Leaflet, dan Presensi

3.2. Penyuluhan Tentang Kanker Payudara dan SADARI Dengan CERDIK

Kegiatan penyuluhan tentang kanker payudara dan SADARI dengan CERDIK disampaikan oleh narasumber Waifiti Amalia. Materi yang disampaikan diantaranya tentang kanker payudara, penyebab kanker payudara, siapa yang rentang terkena, bagaimana upaya pencegahan dengan SADARI, langkah-langkah SADARI, waktu yang tepat melakukan SADARI. Berdasarkan hasil pendataan awal pada saat siswi melakukan presensi, dari 29 siswi hanya 3 siswi yang sudah pernah melakukan SADARI namun tidak dilakukan dengan rutin dan siswanya sebanyak 26 siswi belum pernah melakukan SADARI. Salah satu deteksi dini kanker payudara adalah melalui pemeriksaan sendiri (SADARI/ periksa payudara sendiri). SADARI merupakan metode pemeriksaan sederhana dan paling mudah yang dapat dilakukan dengan menggunakan jari-jari tangan. SADARI dilakukan di depan cermin dengan cara inspeksi untuk melihat perubahan bentuk payudara dan palpasi melalui perabaan untuk mendeteksi adanya massa. SADARI ini dilakukan antara hari ke 7 - 10 yang dihitung sejak hari ke-1 mulai haid (Dwitania *et al.*, 2021b).

Pengetahuan atau kognitif merupakan dominan yang sangat penting untuk terbentuknya perilaku (tindakan) individu atau masyarakat. Pengetahuan itu sendiri sebagian besar diperoleh dari pendengaran dan penglihatan (Asti & Asriati, 2024). Pengetahuan yang kurang karena minimnya informasi yang diperoleh, dalam hal ini informasi tentang kanker payudara, tanda dan gejala dari kanker payudara, dan cara melakukan pemeriksaan untuk mendeteksi secara dini adanya kanker payudara, menyebabkan seseorang enggan untuk melakukan tindakan SADARI (Inke Malahayati, 2017). Paparan informasi inipun tidak dapat dilakukan hanya satu kali saja tanpa adanya tindak lanjut, karena semakin sering seseorang terpapar suatu informasi maka orang tersebut akan semakin meningkat pemahamannya. Meningkatnya pengetahuan akan mengakibatkan orang tersebut akan meningkat kemampuannya dalam menentukan sikap ke arah yang lebih positif (Sahdi *et al.*, 2023).

Tim pengabdian memberikan materi tentang bagaimana remaja saat ini bisa hidup sehat ditengah kondisi yang serba instan mulai dari makanan hingga pola aktivitas remaja yang kurang berolahraga melalui program pemerintah yaitu CERDIK (Gambar 4). CERDIK adalah salah satu program pemerintah melalui Kemenkes yang merupakan akronim atau singkatan dari Cek kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet seimbang, Istirahat yang cukup, dan Kelola stress. Program CERDIK dapat mencegah penyakit tidak menular, seperti diabetes, kanker, gagal ginjal kronis, jantung koroner, dan penyakit tidak menular lainnya (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Adapun hasil penelitian Riskesdas (2015) menyebutkan bahwa Faktor resiko penyakit tidak menular (PTM) meliputi merokok, konsumsi minuman beralkohol, pola makan yang tidak sehat, kurang aktivitas fisik, obesitas, stres, hipertensi, hiperglikemi, hiperkolesterol, serta menindaklanjuti secara dini faktor resiko yang ditemukan melalui konseling kesehatan dan segera merujuk ke fasilitas pelayanan kesehatan dasar (Suwanti & Darsini, 2022).



Gambar 4. Pemberian Materi CERDIK

Selama kegiatan penyuluhan SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri), siswa putri tampak antusias dan tertarik dengan materi yang disampaikan (**Gambar 5**). Kegiatan berlangsung sekitar 60 menit. Pada sesi tanya jawab terdapat 7 pertanyaan yaitu:

Pertanyaan ke-1 : *“apakah jika terdapat benjolan itu pasti kanker dan berbahaya?”*, jawaban tim pengabdian *“Tidak semua benjolan berarti kanker atau berbahaya. Banyak faktor yang menentukan apakah suatu benjolan adalah tanda dari kondisi serius”*.

Pertanyaan ke-2 : *“Apakah SADARI bisa dilakukan pada saat masih menggunakan baju?”*, jawaban tim pengabdian *“SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri) sebaiknya dilakukan tanpa menggunakan baju atau bra. Hal ini karena pemeriksaan SADARI bertujuan untuk merasakan, melihat, dan mendeteksi adanya perubahan pada payudara secara lebih akurat”*.

Pertanyaan ke-3 : *“Mengapa terkadang payudara ukuran / besarnya tidak sama?”*, jawaban tim pengabdian *“Sebagian besar kasus perbedaan ukuran payudara adalah normal dan tidak perlu dikhawatirkan. Namun, jika merasa ada perubahan mendadak atau gejala lain yang tidak biasa, periksakan diri ke dokter untuk memastikan”*.

Pertanyaan ke-4 : *“Kapan pertumbuhan payudara berhenti?”*, jawaban tim pengabdian *“Pertumbuhan payudara biasanya berhenti setelah masa pubertas selesai, tetapi waktunya dapat bervariasi untuk setiap individu”*.

Pertanyaan ke-5 : *“Mengapa SADARI harus dilakukan setiap 1 bulan sekali?”*, jawaban tim pengabdian *“SADARI (Periksa Payudara Sendiri) dilakukan setiap 1 bulan sekali untuk mendeteksi perubahan atau tanda-tanda awal kanker payudara secara dini”*.

Pertanyaan ke-6 : *“Apakah SADARI bisa dilakukan pada saat mandi dan bolehkah menggunakan oil saat melakukan perabaan?”*, jawaban tim pengabdian *“SADARI bisa dilakukan saat mandi, dan bahkan banyak ahli menyarankan melakukannya saat mandi karena kondisi kulit yang basah atau licin membuat perabaan lebih mudah dan efektif”*.

Pertanyaan ke-7 : *“Apakah kanker payudara dapat disembuhkan?”*, jawaban tim pengabdian *“Kanker payudara dapat disembuhkan, terutama jika terdeteksi sejak dini dan mendapatkan pengobatan yang tepat. Tingkat keberhasilan pengobatan bergantung pada beberapa faktor, seperti stadium kanker, jenis kanker payudara, serta kondisi kesehatan pasien secara keseluruhan.”*

Pada akhir kegiatan, tim pengabdian memberikan pertanyaan tentang gejala dan tanda kanker payudara, serta urutan dan praktik 7 Langkah SADARI. Siswa putri yang dapat menjawab dan mempraktikkan 7 Langkah SADARI, diberikan *reward*.



Gambar 5. Sesi Tanya Jawab

3.3. Demonstrasi SADARI

Setelah penyuluhan tentang kanker payudara dan SADARI selesai dilanjutkan dengan demonstrasi pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) yang dipandu oleh Nicky Danur Jayanti dengan disertai demonstrasi kemudian diikuti oleh peserta kegiatan. Pemeriksaan SADARI dapat dilakukan saat dikamar mandi, sambil bercermin dan saat berbaring. Pemeriksaan SADARI dikamar mandi dilakukan dengan mengobservasi adanya kelainan pada ukuran, tekstur, serta bentuk payudara. Pemeriksaan pada saat mandi dapat dilakukan dengan cara meraba seluruh areanya dari atas hingga kebawah, menggunakan tiga jari utama, yaitu telunjuk, tengah, dan jari manis dengan gerakan melingkar mulai dari luar dekat ketiak hingga bagian dalam (Aeni & Yuhandini, 2018). Pemeriksaan SADARI dapat dilakukan seminggu sebelum siklus menstruasi atau seminggu setelah siklus menstruasi. Kegiatan demonstrasi SADARI dapat disajikan pada Gambar 6.

Pelaksanaan tindakan SADARI yang kurang mendapatkan perhatian dari masyarakat terutama perempuan turut dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu faktor predisposisi (umur, pekerjaan, tingkat pendidikan, pengetahuan dan sikap), faktor penguat (dukungan yang diberikan oleh keluarga ataupun tokoh masyarakat, serta faktor pemungkin (fasilitas, aksesibilitas dan keterpaparan informasi). Seseorang yang berperilaku baru melalui tahapan-tahapan kesadaran, tertarik, menilai, mencoba, dan mengadopsi perilaku tersebut sesuai dengan pengetahuan, kesadaran dan sikapnya (Hapsari, 2018). Praktek SADARI diharapkan mampu menjadi rutinitas remaja putri setiap bulan. Demonstrasi SADARI yang telah dilakukan diharapkan mampu meningkatkan keterampilan remaja putri siswi SMKN 2 untuk melakukan SADARI. Seperti diungkapkan oleh (Hidayati, Salawati, & Istiana, 2012) menemukan pengaruh pengetahuan sebelum dan setelah diberikan penyuluhan, ceramah dan demonstrasi terhadap keterampilan SADARI. Demonstrasi SADARI dan penyuluhan ini diharapkan menambah pengetahuan dan keterampilan remaja putri (Lubis, 2017a).



Gambar 6. Pemeriksaan SADARI di Depan Cermin

3.4. Tahap Evaluasi

Melalui program pendidikan kesehatan yang berkelanjutan tentang SADARI maka upaya terkait kanker payudara dan deteksi dini dapat meningkatkan kesadaran juga dikatakan bahwa dengan SADARI maka kematian dini akibat kanker payudara dapat dicegah dengan diagnosis dini kanker payudara dengan terdiagnosis tepat waktu (Akram, Iqbal, Daniyal, & Khan 2017). Evaluasi kegiatan penyuluhan kesehatan tentang SADARI dengan CERDIK dilakukan dengan memberikan kuesioner *pre-test* dan *post-test* dengan hasil ditunjukkan pada Tabel 1.

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Siswi Tentang Kanker Payudara dan SADARI Sebelum dan Sesudah Diberi Penyuluhan

Penyuluhan/ Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
	N	%	N	%
Baik	3	10,3	29	100
Cukup	12	41,4	0	0
Kurang	14	48,3	0	0
Jumlah	29	100	29	100

Berdasarkan **Tabel 1** tingkat pengetahuan remaja putri tentang kanker payudara dan SADARI sebelum diberikan penyuluhan hanya 3 siswi (10,3%) yang memiliki tingkat pengetahuan baik dan setelah diberikan penyuluhan seluruh siswi (100%) memiliki pengetahuan baik. Hal ini terbukti bahwa metode penyuluhan dan demonstrasi sangat efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan perubahan perilaku seseorang (*Dwitania et al., 2021a*). Menurut Champion melalui pendidikan kesehatan efektif dalam membentuk perilaku dan ketika seorang wanita rentan terhadap kanker payudara (kerentanan yang dirasakan) dan sadar akan ancaman penyakit pada kesehatan (keparahan yang dirasakan) dan juga mengetahui manfaat metode skrining (diketahui manfaat) daripada hambatannya (hambatan yang dirasakan), dia kemungkinan besar akan mengikuti metode skrining (*Abo Salem et al., 2020*). Pada akhir kegiatan, tim pengabdian memberikan media penyuluhan berupa poster, lembar balik, leaflet dan standing banner kepada Guru BK yang sekaligus sebagai pengurus UKS sekolah sebagai alat bantu dalam memberikan edukasi kepada peserta kegiatan (**Gambar 7**).



Gambar 7. Pemberian Media Penyuluhan Kesehatan Kepada Guru BK

4. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan oleh tim pengabdian dapat menjadikan solusi bagi remaja putri di SMKN 2 Malang dalam upaya untuk meningkatkan kesehatan bagi remaja putri terutama dalam upaya pencegahan dan deteksi dini kanker payudara dengan SADARI. Tingkat pengetahuan remaja putri tentang kanker payudara dan SADARI sebelum diberikan penyuluhan hanya 3 siswi (10,3%) yang memiliki tingkat pengetahuan baik dan setelah diberikan penyuluhan seluruh siswi (100%) memiliki pengetahuan baik. Hal ini terbukti bahwa metode penyuluhan dan demonstrasi sangat efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan perubahan perilaku seseorang

Acknowledgement

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini memperoleh pendanaan STIKES Widyagama Husada dengan skema hibah internal kegiatan PKM bagi dosen. Tim pengabdian mengucapkan terima kasih kepada pihak SMK Negeri 2 Malang yang telah mendukung kegiatan ini hingga dapat terlaksana dengan baik.

Daftar Pustaka

- Abo Salem, M., Al Shazly, H., Ibrahim, R., Kasemy, Z., & Abd El-Roaf, S. (2020). Knowledge, attitude, and practice of breast self-examination among women attending primary health care facility, Menoufia Governorate, Egypt. *Menoufia Medical Journal*, 33(1), 44. https://doi.org/10.4103/MMJ.MMJ_557_15
- Aeni, N., & Yuhandini, D. S. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Dan Metode Demonstrasi Terhadap Pengetahuan SADARI. *Care : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 6(2), 162. <https://doi.org/10.33366/CR.V6I2.929>
- Asti, H. T. J., & Asriati, A. (2024). SADARI (Periksa Payudara Sendiri) : Pengetahuan dan Perilaku Remaja kota dan Desa di Provinsi Papua. *Jurnal Ilmiah Global Education*, 5(1), 508–515. <https://doi.org/10.55681/JIGE.V5I1.2461>
- Deska, R., Ningsih, D. A., & Luviana, L. (2019). Hubungan Pengetahuan Tentang Kanker Payudara Dengan Perilaku Sadari (Periksa Payudara Sendiri). *Jurnal Kesehatan Panca Bhakti Lampung*, 7(2), 106. <https://doi.org/10.47218/JKPBL.V7I2.72>
- Dwitania, E. F., Azizah, N., & Rosyidah, R. (2021b). The Practice of Breast Self-Examination (SADARI) in Adolescent Based on Knowledge. *Jurnal Kebidanan Midwiferia*, 7(2), 39–46. <https://doi.org/10.21070/MIDWIFERIA.V7I2.1330>
- Hapsari, F. (2018). Pengaruh Penyuluhan Kanker Payudara terhadap Minat Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) pada Remaja SMAN 1 Jatinom. *Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*, 0231, 57–66.
- Inke Malahayati, R. N. S. (2017). Penyuluhan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) Dan Pemeriksaan Status Gizi Pada Remaja Putri di SMA Negeri 2 Pematangsiantar. *Ilmu Kesehatan (JIK)*, 1(1), 1–5.
- Kementerian Kesehatan, RI. (2021). *Laporan Kinerja Tahun 2020*.
- Lubis, U. L. (2017b). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) dengan Perilaku Sadari. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1), 81–86. <https://doi.org/10.30604/JIKA.V2I1.36>
- Luh, N., Puspita, G., Putu, N., Oktaviani, W., Faidah, N., Made, I., Adiputra, S., & Muliawati, N. K. (2020). Remaja Sebagai Upaya Pencegahan Dini Kanker Payudara (Education “ Best Self-Examination (Bse)” In Teenager As An Effort For Early Breast Cancer Prevention) Program Studi. *JAI : Jurnal Abdimas ITEKES Bali Institut Teknologi Dan Kesehatan (ITEKES) Bali*, 1(2), 125–136.
- Malingkas, Nadia Lady Carolina; Rompas, S. S. J. K. (2023). Hubungan Pengetahuan Kanker Payudara Dengan Perilaku Sadari Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Manado Nadia Lady Carolina *Malingkas*. 11(1), 46–55.
- Noviani, Aris; Anggaraini, Y. (2023). Peningkatan Edukasi Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) Pada Remaja Putri. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 5(2), 6–12.

- Safitri, S. D., Rosini, R., & Wicaksono, H. (2021). Pengaruh Edukasi Kesehatan Menggunakan Media Poster Digital Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pada Mahasiswi Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). *Bibliotech: Jurnal Ilmu Perpustakaan Dan Informasi*, 6(1), 43–56.
- Sahdi, A., Muin, R., Tinggi Ilmu Kesehatan Nani Hasanuddin, S., Perintis Kemerdekaan VIII, J., & Makassar, K. (2023). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Sadari Dengan Media Video Terhadap Pengetahuan Pada Remaja Putri. *JIMPK : Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 3(2). <https://doi.org/10.35892/JIMPK.V3I2.1244>
- Suwanti, I., & Darsini. (2022). Sosialisasi Perilaku Cerdik Dalam Pengendalian Penyakit Tidak Menular (Ptm) Pada Masyarakat. *Jurnal Masyarakat Mandiri Dan Berdaya*, 1(3), 11–19. <https://e-journal.lppmdianhusada.ac.id/index.php/mbm>.