

Edukasi Sadari Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Siswi SMA Muhammadiyah 1 Surakarta

Breast Self-Examination Education To Improve Breast Cancer Early Detection Knowledge Among High School Students Muhammadiyah SI Surakarta

Romadhani Putri Wahyuningtyas¹, Nevia Zulfatunnisa^{2*}, Tria Puspita Sari³

^{1,2,3}DIII Kebidanan/Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhamadiyah PKU Surakarta

*Email: nevia.zulfa@umpku.ac.id

Abstrak

Kanker payudara merupakan salah satu penyakit tidak menular dengan angka kejadian tertinggi pada perempuan. Rendahnya kesadaran dan pengetahuan deteksi dini menyebabkan sebagian besar kasus ditemukan pada stadium lanjut. Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) merupakan metode deteksi dini yang mudah, murah, dan dapat dilakukan secara mandiri, sehingga penting dikenalkan sejak usia remaja. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswi SMA tentang SADARI melalui edukasi kesehatan reproduksi. Metode yang digunakan adalah one group pre-test dan post-test design dengan jumlah responden 20 siswi SMA. Intervensi dilakukan melalui ceramah interaktif, media audiovisual, leaflet, serta demonstrasi SADARI menggunakan phantom payudara. Instrumen penilaian berupa kuesioner pengetahuan berjumlah 10 item. Hasil menunjukkan adanya peningkatan rerata skor pengetahuan dari 56,5 pada pre-test menjadi 85,0 pada post-test. Edukasi SADARI terbukti efektif meningkatkan pengetahuan siswi SMA dan direkomendasikan sebagai program promotif preventif di lingkungan sekolah.

Kata kunci: SADARI, kanker payudara, remaja, siswi SMA, pengabdian masyarakat

Abstract

Breast cancer is one of the non-communicable diseases with the highest incidence among women. Low awareness and limited knowledge of early detection contribute to the majority of cases being diagnosed at an advanced stage. Breast Self-Examination (BSE) is a simple, low-cost, and self-performed early detection method; therefore, it is important to introduce it from adolescence. This community service activity aimed to improve high school female students' knowledge of BSE through reproductive health education. The method used was a one-group pre-test and post-test design involving 20 female high school students. The intervention consisted of interactive lectures, audiovisual media, leaflet distribution, and BSE demonstrations using a breast phantom. The assessment instrument was a 10-item knowledge questionnaire. The results showed an increase in the mean knowledge score from 56.5 in the pre-test to 85.0 in the post-test. BSE education was proven effective in improving students' knowledge and is recommended as a promotive and preventive program in the school setting.

Keywords: breast self-examination, breast cancer, adolescents, female high school students, community service

Pendahuluan

Kanker payudara merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan utama perempuan di dunia. Berdasarkan data *Global Cancer Observatory* (IARC, 2023), kanker payudara menempati peringkat pertama sebagai kanker dengan insidensi tertinggi pada perempuan secara

global. World Health Organization (WHO, 2022) melaporkan bahwa lebih dari 2 juta kasus baru kanker payudara terdiagnosis setiap tahun, dengan angka kematian yang masih tinggi terutama di negara berkembang. Tingginya angka mortalitas tersebut sebagian besar disebabkan oleh keterlambatan diagnosis akibat rendahnya kesadaran dan minimnya praktik deteksi dini. Di Indonesia, kanker payudara juga menjadi jenis kanker dengan angka kejadian tertinggi pada perempuan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Tantangan utama dalam pengendalian kanker payudara bukan hanya pada aspek kuratif, tetapi juga pada upaya promotif dan preventif. Banyak kasus ditemukan pada stadium lanjut karena masyarakat belum memiliki kebiasaan melakukan deteksi dini secara rutin. Kondisi ini menunjukkan bahwa peningkatan literasi kesehatan reproduksi, khususnya terkait kanker payudara, masih menjadi kebutuhan mendesak. Deteksi dini kanker payudara dapat dilakukan melalui beberapa metode, seperti pemeriksaan klinis payudara dan mammografi. Namun, keterbatasan akses dan biaya sering menjadi hambatan, terutama pada kelompok masyarakat dengan sumber daya terbatas. Oleh karena itu, Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) menjadi alternatif metode deteksi dini yang sederhana, murah, dan dapat dilakukan secara mandiri (WHO, 2022). SADARI dianjurkan dilakukan setiap bulan setelah menstruasi untuk membantu perempuan mengenali perubahan abnormal pada payudara sejak dini. Meskipun demikian, praktik SADARI pada kelompok remaja masih rendah. Remaja putri umumnya belum memandang kanker payudara sebagai ancaman kesehatan yang relevan dengan usia mereka. Padahal, fase remaja merupakan periode penting dalam pembentukan pengetahuan, sikap, dan perilaku kesehatan jangka panjang (Notoatmodjo, 2021). Edukasi kesehatan yang diberikan pada fase ini berpotensi membentuk kebiasaan deteksi dini yang berkelanjutan hingga usia dewasa. Berbagai penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa edukasi kesehatan efektif meningkatkan pengetahuan remaja tentang SADARI. Rahmawati dan Putri (2022) melaporkan adanya peningkatan skor pengetahuan yang signifikan setelah intervensi edukasi menggunakan metode ceramah dan media visual. Susanti et al. (2023) juga menemukan bahwa kombinasi edukasi dan demonstrasi praktik langsung lebih efektif dibandingkan penyampaian materi secara teoritis saja. WHO (2022) merekomendasikan pendekatan berbasis sekolah sebagai strategi efektif dalam meningkatkan kesadaran deteksi dini kanker payudara pada kelompok usia muda. Namun demikian, sebagian besar penelitian terdahulu lebih berfokus pada aspek peningkatan pengetahuan secara kuantitatif tanpa mengintegrasikan pendekatan edukatif yang komprehensif dan partisipatif dalam konteks pengabdian masyarakat berbasis sekolah. Selain itu, implementasi edukasi SADARI yang dilengkapi dengan media audiovisual dan demonstrasi menggunakan *phantom* payudara di lingkungan SMA masih relatif terbatas, khususnya di wilayah Surakarta. Hal ini menunjukkan adanya celah (*gap*) antara rekomendasi kebijakan kesehatan dan praktik edukasi yang terstruktur di tingkat sekolah. Hasil analisis situasi di SMA Muhammadiyah 1 Surakarta menunjukkan bahwa materi kesehatan reproduksi yang diberikan kepada siswi masih bersifat umum dan belum secara spesifik membahas deteksi dini kanker payudara. Diskusi awal dengan pihak sekolah mengungkapkan bahwa sebagian besar siswi belum pernah mendapatkan edukasi formal mengenai SADARI, baik dari tenaga kesehatan maupun melalui program sekolah. Selain itu, belum tersedia media edukasi dan alat peraga yang mendukung pembelajaran praktis mengenai pemeriksaan payudara. Berdasarkan permasalahan tersebut, diperlukan intervensi edukatif yang tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga melibatkan partisipasi aktif peserta melalui demonstrasi dan penggunaan media pembelajaran yang menarik. Secara teoretis, teori promosi kesehatan menyatakan bahwa peningkatan pengetahuan merupakan faktor predisposisi utama dalam pembentukan sikap dan perilaku kesehatan (Notoatmodjo, 2021). Oleh karena itu, edukasi SADARI sejak usia remaja diharapkan dapat membentuk kesadaran dan kebiasaan deteksi dini secara berkelanjutan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswi SMA Muhammadiyah 1 Surakarta mengenai kanker payudara dan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) melalui pendekatan edukatif dan partisipatif. Kebaruan (*novelty*) dari kegiatan ini terletak pada integrasi metode ceramah interaktif, media audiovisual, leaflet edukatif, serta demonstrasi praktik menggunakan *phantom* payudara dalam satu rangkaian intervensi terstruktur berbasis sekolah. Pendekatan ini diharapkan tidak hanya meningkatkan pengetahuan secara kognitif, tetapi juga memperkuat kesiapan siswi untuk menerapkan SADARI secara mandiri sebagai bagian dari perilaku hidup sehat. Dengan demikian, kegiatan ini diharapkan dapat

menjadi model program promotif-preventif yang dapat direplikasi dalam kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) maupun program pengabdian masyarakat di institusi pendidikan lainnya. Sasaran dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah siswi SMA kelas XI dengan rentang usia 16–17 tahun. Kelompok ini dipilih karena berada pada fase remaja akhir yang secara kognitif sudah mampu menerima dan memahami informasi kesehatan reproduksi secara lebih komprehensif. Selain itu, siswi SMA merupakan kelompok strategis untuk pembentukan perilaku kesehatan jangka panjang, termasuk kebiasaan melakukan deteksi dini kanker payudara. Target dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah meningkatnya pengetahuan siswi SMA mengenai kanker payudara dan SADARI setelah diberikan edukasi kesehatan. Secara khusus, tujuan kegiatan ini meliputi:

1. Meningkatkan pengetahuan siswi tentang pengertian kanker payudara dan faktor risikonya.
2. Meningkatkan pemahaman siswi mengenai pentingnya deteksi dini kanker payudara.
3. Meningkatkan pengetahuan siswi tentang pengertian, waktu yang tepat, dan langkah-langkah melakukan SADARI.
4. Menumbuhkan kesadaran siswi untuk melakukan SADARI secara rutin sebagai upaya pencegahan dini.

Pemecahan masalah dalam kegiatan ini dilakukan melalui pendekatan edukatif dan partisipatif. Edukasi kesehatan diberikan menggunakan metode ceramah interaktif untuk menyampaikan konsep dasar, dilengkapi dengan media audiovisual dan leaflet untuk memperkuat pemahaman. Selain itu, dilakukan demonstrasi SADARI menggunakan phantom payudara agar siswi dapat memahami langkah-langkah pemeriksaan secara praktis dan aplikatif.

Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 3 November 2023 bertempat di SMA Muhammadiyah 1 Surakarta dengan menggunakan pendekatan edukatif dengan desain one group pre-test dan post-test. Sasaran kegiatan adalah 20 siswi SMA Muhammadiyah 1 Surakarta kelas XI dengan rentang usia 16–17 tahun. Tahapan pelaksanaan meliputi persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Tahap persiapan dilakukan melalui koordinasi dengan pihak sekolah, penyusunan media edukasi, serta persiapan instrumen pre-test dan post-test. Tahap pelaksanaan diawali dengan pemberian pre-test untuk mengukur pengetahuan awal responden, dilanjutkan dengan edukasi kesehatan menggunakan metode ceramah interaktif, pemutaran video edukasi, pembagian leaflet, serta demonstrasi SADARI menggunakan phantom payudara. Tahap evaluasi dilakukan melalui post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner pengetahuan SADARI berjumlah 10 pertanyaan pilihan ganda. Skor dikonversi ke dalam skala 0–100. Data dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan nilai rerata pre-test dan post-test.

Hasil dan Pembahasan

Hasil

Pengetahuan siswi mengenai SADARI diukur menggunakan kuesioner berjumlah 10 pertanyaan dengan skor 0–100. Hasil penilaian dikategorikan menjadi tiga tingkat pengetahuan, yaitu rendah dengan skor < 60, cukup dengan skor 60–79, dan baik dengan skor skor ≥ 80 .

Tabel 1. Distribusi Tingkat Pengetahuan Siswi tentang SADARI Sebelum Edukasi (Pre-Test)

No	Kategori Pengetahuan	Rentang Nilai	n	(%)
1	Rendah	< 60	13	65%
2	Cukup	60–79	7	35%
3	Baik	≥ 80	0	0%
	Total		20	100
	Rata -rata Skor Pre Test		56,5	

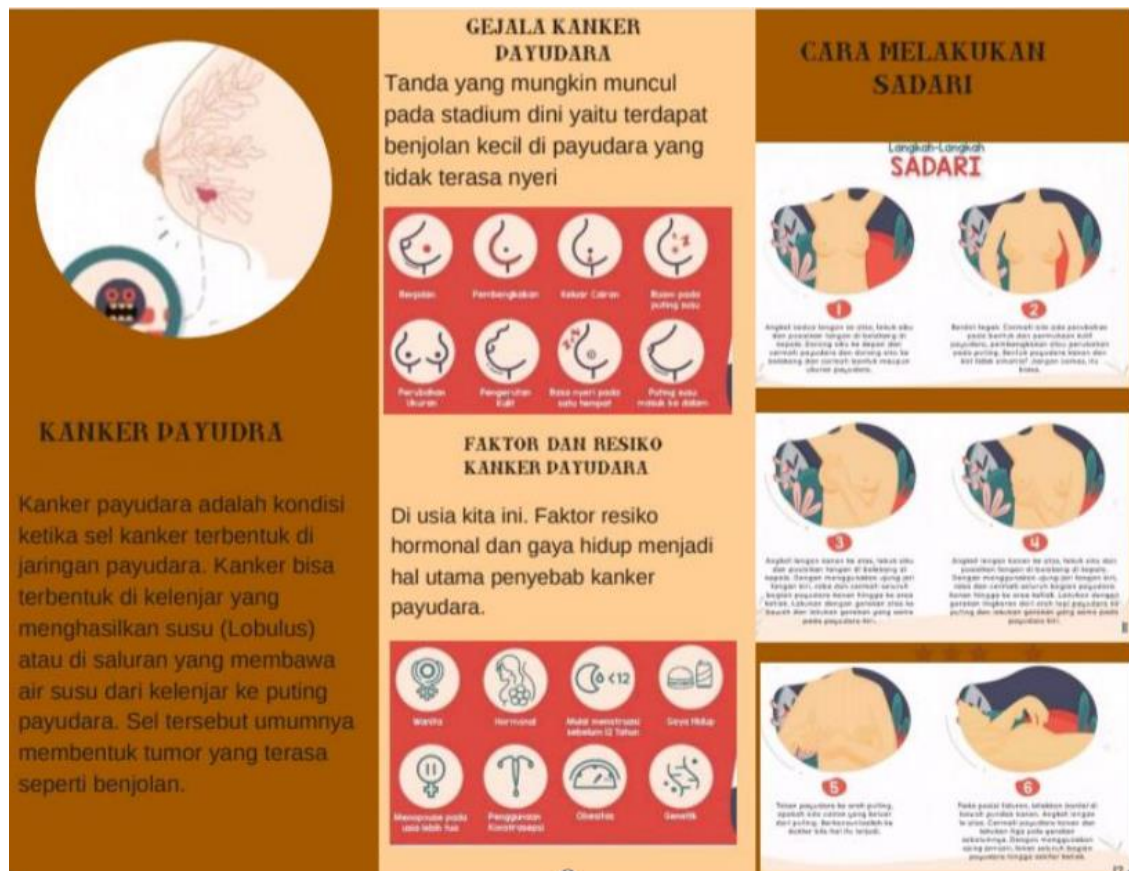
Tabel 2. Distribusi Tingkat Pengetahuan Siswi tentang SADARI Sesudah Edukasi (Post-Test)

No	Kategori Pengetahuan	Rentang Nilai	n	(%)
1	Rendah	< 60	0	0
2	Cukup	60–79	4	20%
3	Baik	≥ 80	16	80%
	Total		20	100
	Rata -rata Skor Pre Test		85	

Hasil menunjukkan bahwa sebelum edukasi, sebagian besar siswi berada pada kategori pengetahuan rendah (65,0%). Setelah diberikan edukasi SADARI, terjadi peningkatan yang signifikan, di mana sebagian besar siswi berada pada kategori pengetahuan baik (80,0%). Hal ini menunjukkan bahwa edukasi SADARI efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswi SMA.



Gambar 1. Kegiatan Edukasi



Gambar 2. Leaflet Materi

Pembahasan

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan adanya peningkatan rerata skor pengetahuan siswi mengenai Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) dari 56,5 pada pre-test menjadi 85,0 pada post-test. Perubahan ini menunjukkan keberhasilan intervensi edukasi dalam meningkatkan pemahaman siswi tentang deteksi dini kanker payudara. Peningkatan skor pengetahuan tersebut juga menunjukkan adanya perubahan kategori pengetahuan dari dominan rendah menjadi dominan baik. Temuan ini sejalan dengan penelitian Rahmawati dan Putri (2022) yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan reproduksi memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai SADARI. Peningkatan pengetahuan yang terjadi dalam kegiatan ini dapat dijelaskan melalui teori promosi kesehatan yang menyebutkan bahwa pengetahuan merupakan faktor predisposisi utama dalam pembentukan perilaku kesehatan. Individu yang memiliki pengetahuan yang memadai akan lebih mampu memahami risiko penyakit dan terdorong untuk melakukan tindakan preventif. Notoatmodjo (2021) menjelaskan bahwa perubahan perilaku kesehatan umumnya diawali oleh peningkatan pengetahuan yang kemudian diikuti pembentukan sikap positif dan praktik kesehatan yang berkelanjutan. Dengan demikian, peningkatan pengetahuan siswi dalam kegiatan ini dapat menjadi fondasi awal dalam membangun kebiasaan deteksi dini kanker payudara. Hasil pre-test menunjukkan bahwa sebagian besar siswi memiliki tingkat pengetahuan yang rendah mengenai SADARI. Kondisi ini mencerminkan masih terbatasnya akses informasi kesehatan reproduksi, khususnya terkait deteksi dini kanker payudara di lingkungan sekolah. Susanti et al. (2023) menyatakan bahwa rendahnya pengetahuan remaja tentang SADARI sering disebabkan oleh kurangnya integrasi materi deteksi dini kanker payudara dalam kurikulum pendidikan kesehatan. Selain itu, edukasi kesehatan reproduksi yang diberikan di sekolah

umumnya masih bersifat umum dan belum menyentuh aspek deteksi dini secara spesifik. Rendahnya pengetahuan awal responden juga dipengaruhi oleh faktor persepsi risiko yang masih rendah pada kelompok remaja. Sebagian besar remaja menganggap kanker payudara sebagai penyakit yang hanya terjadi pada perempuan usia dewasa. WHO (2022) menegaskan bahwa rendahnya persepsi risiko merupakan salah satu faktor yang menyebabkan individu tidak melakukan deteksi dini secara mandiri. Oleh karena itu, pemberian edukasi sejak usia remaja sangat penting untuk meningkatkan kesadaran dan membangun kewaspadaan terhadap kesehatan payudara. Setelah dilakukan intervensi edukasi, terjadi peningkatan pengetahuan yang cukup signifikan pada sebagian besar responden. Keberhasilan ini tidak terlepas dari metode edukasi yang digunakan, yaitu ceramah interaktif yang memungkinkan terjadinya komunikasi dua arah antara edukator dan peserta. Metode ceramah interaktif terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman karena memberikan kesempatan bagi peserta untuk bertanya dan berdiskusi secara langsung. Fitriani (2020) menyatakan bahwa metode edukasi yang bersifat partisipatif mampu meningkatkan keterlibatan peserta dalam proses pembelajaran sehingga meningkatkan efektivitas penyampaian pesan kesehatan. Selain ceramah interaktif, penggunaan media audiovisual dalam kegiatan ini turut berperan dalam meningkatkan pemahaman peserta. Media audiovisual mampu menyajikan informasi secara visual dan auditori sehingga mempermudah peserta dalam memahami materi yang disampaikan. WHO (2022) menjelaskan bahwa penggunaan media visual dalam edukasi kesehatan dapat meningkatkan retensi informasi karena melibatkan lebih banyak indera dalam proses pembelajaran. Hal ini sangat relevan pada kelompok remaja yang cenderung lebih mudah menerima informasi melalui media visual. Penggunaan leaflet sebagai media pendukung juga berkontribusi dalam memperkuat pemahaman peserta. Leaflet berfungsi sebagai media pengingat yang dapat dipelajari kembali secara mandiri setelah kegiatan edukasi selesai. Menurut Fitriani (2020), media cetak sederhana seperti leaflet memiliki keunggulan dalam mempertahankan informasi jangka pendek dan membantu proses internalisasi pengetahuan. Keberadaan leaflet memungkinkan siswi untuk mengulang kembali langkah-langkah SADARI secara mandiri di rumah. Demonstrasi SADARI menggunakan *phantom* payudara merupakan salah satu komponen penting dalam kegiatan ini. Demonstrasi memberikan pengalaman belajar yang lebih konkret dan aplikatif karena peserta dapat melihat secara langsung teknik pemeriksaan yang benar. Susanti et al. (2023) menyatakan bahwa edukasi yang disertai praktik langsung terbukti lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman dan kesiapan individu dalam menerapkan perilaku kesehatan dibandingkan edukasi teoritis saja. Pendekatan praktik langsung juga membantu mengurangi kesalahan dalam teknik pemeriksaan payudara. Kombinasi berbagai metode edukasi dalam kegiatan ini menunjukkan bahwa pendekatan multisensori memiliki efektivitas yang lebih tinggi dalam meningkatkan pengetahuan. WHO (2022) menyatakan bahwa pembelajaran yang melibatkan lebih dari satu metode penyampaian informasi dapat meningkatkan daya serap dan retensi pengetahuan peserta. Pendekatan ini sangat sesuai diterapkan pada kelompok remaja yang memiliki gaya belajar yang beragam. Hasil kegiatan ini juga menunjukkan bahwa sekolah merupakan lingkungan yang strategis dalam pelaksanaan promosi kesehatan remaja. Lingkungan sekolah memungkinkan penyampaian informasi kesehatan secara terstruktur, sistematis, dan berkelanjutan. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023) menegaskan bahwa integrasi program kesehatan reproduksi dalam kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) dapat meningkatkan literasi kesehatan remaja secara signifikan. Dari perspektif kesehatan masyarakat, edukasi SADARI sejak usia remaja merupakan bentuk intervensi preventif yang memiliki dampak jangka panjang dalam pengendalian kanker payudara. WHO (2023) menekankan bahwa deteksi dini merupakan salah satu strategi utama dalam menurunkan angka mortalitas akibat kanker payudara. Individu yang memiliki kesadaran deteksi dini cenderung lebih cepat mencari pertolongan medis ketika menemukan kelainan pada payudara. Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan edukasi juga berpotensi menumbuhkan sikap positif terhadap perilaku deteksi dini kanker payudara. Notoatmodjo (2021) menjelaskan bahwa perubahan sikap merupakan tahapan penting sebelum terbentuknya perilaku kesehatan. Remaja yang memiliki sikap positif terhadap SADARI cenderung lebih termotivasi untuk melakukan pemeriksaan payudara secara rutin. Meskipun hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan yang baik, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Evaluasi kegiatan hanya berfokus pada aspek pengetahuan dan belum menilai perubahan sikap serta praktik SADARI secara

langsung. Padahal, peningkatan pengetahuan belum tentu diikuti perubahan perilaku. Menurut Notoatmodjo (2021), perubahan perilaku kesehatan memerlukan proses yang berkelanjutan dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk dukungan lingkungan dan motivasi individu. Keterbatasan lainnya adalah jumlah responden yang relatif kecil serta pelaksanaan kegiatan yang hanya dilakukan pada satu sekolah. Hal ini menyebabkan hasil kegiatan belum dapat digeneralisasikan secara luas. Namun demikian, temuan ini tetap memberikan gambaran bahwa edukasi SADARI berbasis sekolah memiliki potensi besar untuk dikembangkan dan direplikasi di sekolah lain dengan karakteristik yang serupa (Rahmawati dan Putri, 2022). Secara keseluruhan, hasil kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa edukasi SADARI merupakan intervensi promotif dan preventif yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan deteksi dini kanker payudara pada remaja putri. Pendekatan edukatif yang mengintegrasikan ceramah interaktif, media audiovisual, leaflet, dan demonstrasi praktik mampu memberikan pengalaman belajar yang komprehensif. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi model pengembangan program promosi kesehatan reproduksi remaja yang berkelanjutan di lingkungan sekolah (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023; WHO, 2022).

Simpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) pada siswi SMA Muhammadiyah 1 Surakarta telah berhasil meningkatkan pengetahuan peserta mengenai deteksi dini kanker payudara. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan yang signifikan, ditandai dengan pergeseran kategori pengetahuan dari dominan rendah dan cukup pada pre-test menjadi dominan baik pada post-test. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan secara terstruktur dan interaktif efektif dalam meningkatkan pemahaman siswi tentang SADARI. Metode edukasi yang digunakan, meliputi ceramah interaktif, pemanfaatan media audiovisual, leaflet, serta demonstrasi SADARI menggunakan phantom payudara, terbukti mampu membantu peserta memahami materi secara lebih komprehensif dan aplikatif. Edukasi SADARI sejak usia remaja merupakan langkah promotif dan preventif yang penting dalam upaya menumbuhkan kesadaran serta membentuk perilaku deteksi dini kanker payudara secara berkelanjutan. Berdasarkan hasil kegiatan ini, edukasi SADARI direkomendasikan untuk diintegrasikan ke dalam program promosi kesehatan di sekolah, khususnya melalui kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). Kegiatan pengabdian selanjutnya disarankan untuk memperluas cakupan sasaran serta mengevaluasi aspek sikap dan praktik SADARI guna menilai dampak jangka panjang terhadap perilaku kesehatan remaja putri.

Ucapan Terima Kasih

Terima Kasih Kepada Program Studi Diploma Tiga Universitas Muhammadiyah PKU Surakarta yang telah mendukung pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini.

Daftar Pustaka

- Fitriani, H. 2020. *Pendidikan Kesehatan*. Pustaka Baru Press.
- Global Cancer Observatory (IARC). 2023. *Breast Cancer Statistics 2023*. International Agency for Research on Cancer. <https://gco.iarc.fr>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2023. *Pedoman Deteksi Dini Kanker Payudara dan Kanker Serviks*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kurniawan, A. 2021. *Metodologi Pengabdian Masyarakat*. Alfabeta.
- Notoatmodjo, S. 2021. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Rahmawati, D., dan Putri, A. 2022. Pengaruh edukasi SADARI terhadap pengetahuan remaja putri. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*. 13(2): 85–92.
- Susanti, R., Handayani, S., dan Lestari, D. 2023. Breast self-examination education among adolescents. *International Journal of Nursing and Health Sciences*. 7(1): 45–52.
- World Health Organization. 2022. *Breast Cancer: Early Diagnosis and Screening*. WHO. <https://www.who.int>

World Health Organization. (2023). *Cancer Prevention and Control: Early Detection*. WHO.
<https://www.who.int>