



EDUKASI PEMERIKSAAN PAYUDARA SENDIRI (SADARI) SEBAGAI PENDETEKSIAN AWAL KANKER PAYUDARA BAGI KARYAWATI DAN MAHASISWI

Dwi Nugraheny^{*1}, Asih Pujiastuti², Esa Rengganis³, Yuliani Indrianingsih⁴,
Anton Setiawan H⁵, Redha Okta Silfina⁶

^{1,2,3,4,5}Fakultas Teknik Industri, Institut Teknologi Dirgantara Adisutjipto, Yogyakarta,
Indonesia

⁶Politeknik Kesehatan TNI AU Adisutjipto, Yogyakarta, Indonesia
Email: dwinugraheny@itda.ac.id., asihpuji@itda.ac.id

Corresponding author:

Dwi Nugraheny
Institut Teknologi Dirgantara Adisutjipto
Email: dwinugraheny@itda.ac.id

ABSTRAK

Sekarang ini kanker payudara banyak ditemukan pada perempuan yang berusia di bawah 50 tahun, hal ini bisa terjadi karena adanya perubahan gaya hidup, informasi pengetahuan yang kurang tentang merawat diri untuk mendukung kesehatan payudara serta membangun kebiasaan deteksi dini. Salah satu metode termudah yang dapat digunakan untuk mendeteksi gejala kanker payudara secara dini adalah SADARI yaitu Periksa Payudara Sendiri. Selama ini edukasi SADARI belum pernah diberikan di lingkungan kampus Institut Teknologi Dirgantara Adisutjipto sehingga kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi tentang kanker payudara kepada mahasiswa dan karyawan di Institut Teknologi Dirgantara Adisutjipto dengan metode SADARI. Metode edukasi SADARI ini disampaikan melalui konseling kesehatan oleh ahli medis yang berpengalaman luas tentang kanker payudara, serta sesi berbagi pengalaman dengan penyintas kanker payudara. Hasil dari kegiatan edukasi ini melalui pre-test dan post-test terjadi peningkatan pengetahuan peserta yang semula rata-rata 79.97% menjadi 84.89%. Adanya Edukasi SADARI kanker payudara pada Mahasiswa dan Karyawan di Institut Teknologi Dirgantara Adisutjipto diharapkan dapat meningkatkan kesadaran, membangun kebiasaan deteksi dini, dan membantu mencegah risiko di masa depan serta dapat meningkatkan peluang kesembuhan dan mengurangi tingkat keparahan penyakit.

Kata Kunci: Edukasi; kanker payudara; SADARI; periksa payudara sendiri; pendeteksi

ABSTRACT

At present, breast cancer is commonly found among women under 50 years old. This situation may occur due to lifestyle changes, limited knowledge about how to care for breast health, and the lack of early detection habits. One of the easiest methods to detect breast cancer symptoms early is SADARI, or Self-Breast Examination. So far, SADARI education has never been conducted at the Institut Teknologi Dirgantara Adisutjipto. Therefore, this community service activity aims to educate female students and staff at Institut Teknologi Dirgantara Adisutjipto about breast cancer using the SADARI method. This education was carried out through health counseling by medical experts experienced in breast cancer, as well as sharing sessions with breast cancer survivors. Based on the pre-test and post-test results, participants' knowledge improved from an average of 79.97% to 84.89%. Through this SADARI breast cancer education, it is expected that female students and staff at Institut Teknologi Dirgantara Adisutjipto will become more aware, develop early detection habits, and help prevent future risks, thereby improving recovery chances and reducing disease severity.

Keywords: Education; breast cancer; SADARI; breast self-examination; detection.

PENDAHULUAN

Pada beberapa tahun terakhir, pasien kanker payudara banyak menyerang kalangan perempuan muda bahkan remaja (Sipayung, I. D., dkk., 2022; Putri, N. R., 2024). Jaman dulu, kanker payudara sering ditemukan pada perempuan yang berusia 50 atau 60 tahun, atau pada usia setelah menopause. Mayoritas kasus kanker payudara ditemukan pada perempuan yang lebih tua, terutama setelah usia 40 tahun (Ningrum, M. P., & Rahayu, R. S. R., 2021; Rambe, R. Y., dkk., 2025). Tetapi sekarang ini kanker payudara banyak ditemukan pada perempuan yang berusia di bawah 50 tahun, hal ini bisa terjadi karena adanya perubahan gaya hidup (Sari, I., dkk., 2023; Putri, N. R., 2024). Pendidikan atau edukasi tentang kanker payudara tidak hanya terbatas pada informasi medis, tetapi juga mencakup penguatan mental dan emosional bagi perempuan muda untuk menjaga kesehatan tubuh mereka secara keseluruhan (Gani, A., 2020). Dengan informasi yang tepat, mereka bisa lebih siap untuk merawat diri mereka dan mendukung kesehatan payudara di masa depan (Sari, I., dkk., 2023). Hal ini juga membantu mereka mengetahui kapan harus mencari bantuan medis jika ada perubahan yang mencurigakan.

Salah satu metode termudah yang dapat digunakan untuk mendeteksi gejala kanker payudara secara dini adalah SADARI (Periksa Payudara Sendiri) melalui cara survei, pemeriksaan, atau deteksi dini (Julaecha, J., 2021). Ini adalah cara yang dilakukan oleh wanita untuk memeriksa payudara mereka sendiri guna mendeteksi perubahan atau gejala yang mencurigakan yang mungkin menandakan adanya kanker payudara. SADARI penting dilakukan secara rutin, karena deteksi dini bisa meningkatkan peluang kesembuhan jika ditemukan adanya kelainan atau tanda-tanda kanker (Azhaar, F. A., dkk., 2021); (Dinana, I., 2025). Edukasi kanker payudara selama ini belum pernah diberikan pada mahasiswa dan karyawan di Insitut Teknologi Dirgantara Adisutjipto (ITD Adisutjipto), sehingga pada kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dilakukan edukasi menggunakan metode SADARI diantaranya untuk mengetahui dan mendeteksi gejala kanker payudara secara mandiri sedini mungkin, menjalani pola hidup sehat serta dapat mempraktekkan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) sebagai tahap awal untuk mendeteksi gejala kanker payudara.

Penerapan edukasi metode SADARI sebelumnya telah dijelaskan dalam beberapa penelitian, seperti penelitian yang dilakukan oleh Marfianti, E., 2021); Azhaar, F. A., dkk., 2021); Dinana, I., 2025) bahwa mengatasi kanker payudara sejak awal (stadium dini) diharapkan dapat mengurangi angka kematian dan meningkatkan angka harapan hidup. Pengetahuan kanker payudara dan SADARI masyarakat terutama ibu-ibu mayoritas masih rendah dan banyak yang belum tahu cara deteksi dini dengan SADARI (Gerungan, N., 2019); Agustin, I, dkk, 2021). Studi oleh (Hasibuan, H. R., & Simanullang, R. H., 2024; Yuliani, M., dkk., 2023) bahwa pemberian edukasi dengan pemaparan materi dan diskusi, pelatihan ketrampilan SADARI dengan manekin, pelatihan praktek mandiri terbimbing dengan manekin. Indikator keberhasilan dari kegiatan tersebut adalah remaja putri mampu dan dapat melakukan pemeriksaan SADARI diukur menggunakan pre-test dan post-test yang diberikan sebelum dan sesudah kegiatan edukasi.

Berdasarkan beberapa penelitian tersebut di atas, kegiatan pengetahuan atau edukasi Periksa Payudara Sendiri (SADARI) tidak menyertakan *sharing* pengalaman dari penderita (penyintas) kanker payudara. Sehingga kegiatan yang dilakukan pada pengabdian masyarakat ini bertujuan memberikan Edukasi Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) kanker payudara

pada Mahasiswi dan Karyawati di lingkungan Institut Teknologi Dirgantara Adisutjipto selain penyuluhan oleh pakar Kesehatan yang paham tentang kanker payudara juga menyertakan *sharing* pengalaman dari penderita (penyintas) kanker payudara. *Sharing* pengalaman menghadirkan 2 (dua) orang wanita (Dosen dan Karyawati ITD Adisutjipto) yang pernah mengalami kanker payudara stadium awal untuk menceritakan pengalaman mereka ketika divonis kanker payudara. Edukasi mengenai kanker payudara ini menjelaskan variasi gejala kanker payudara, perubahan bentuk atau ukuran payudara, atau perubahan pada kulit atau puting payudara, faktor yang bisa menjadi pemicu kanker payudara, pembelajaran tentang pola hidup sehat, seperti makan makanan bergizi, berolahraga secara teratur, menghindari faktor risiko tertentu seperti konsumsi alkohol atau merokok dan peran keluarga dan lingkungan.

Melalui edukasi SADARI ini diharapkan Mahasiswi dan Karyawati ITD Adisutjipto dapat meningkatkan kesadaran membangun kebiasaan deteksi dini, dan membantu mencegah risiko di masa depan serta membantu mengurangi ketakutan berlebihan dan membangun pemahaman yang lebih rasional.

METODE PELAKSANAAN

Peserta edukasi SADARI kanker payudara ini ditujukan pada Mahasiswi dan Karyawati ITD Adisutjipto. Peserta ditujukan pada Mahasiswi dan Karyawati karena selama ini di ITD Adisutjipto belum pernah ada penyuluhan edukasi SADARI kanker payudara. Kegiatan edukasi ini di hadiri Mahasiswi dan Karyawati sebanyak 75 orang. Lokasi kegiatan edukasi SADARI dilaksanakan di Gedung Husein Sastranegara, ITD Adisutjipto, pukul 08.00 WIB sampai dengan 11.30 WIB. Adapun tahapan dalam melaksanakan pengabdian masyarakat ini dituliskan pada Gambar 1.



Gambar 1. Tahapan Kegiatan Pengabdian Masyarakat “Edukasi SADARI”

Perencanaan Kegiatan: Melakukan koordinasi tim antara pelaksana, peserta dan pembicara. Setelah koordinasi tersepakati, maka dilakukan pembuatan surat ijin dan surat tugas untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian. Kemudian dilakukan penyusunan proposal

guna terlaksananya pengabdian edukasi SADARI sesuai jadwal, lokasi, dana dan tema yang disepakati bersama.

Pelaksanaan Kegiatan: Melakukan observasi awal dan identifikasi masalah untuk memastikan pemahaman awal tentang SADARI pada objek yaitu Mahasiswi dan Karyawan ITD Adisutjipto. Pemahaman awal dengan cara melakukan pre-test pada peserta yaitu Mahasiswi dan Karyawan ITD Adisutjipto untuk mengetahui pemahaman edukasi tentang SADARI. Setelah itu dilakukan penyuluhan tentang SADARI oleh pakar Kesehatan (dr. Asri Priyani Muryatingsih, MPH) dan sharing pengalaman dari 2 (dua) orang penderita (penyintas) kanker payudara.

Dokumentasi Kegiatan dan Laporan: Melakukan dokumentasi dan pembuatan laporan pengabdian tentang edukasi SADARI pada Mahasiswi dan Karyawan ITD Adisutjipto serta mengevaluasi kegiatan yang telah berjalan apakah telah sesuai rencana dan tujuan.

Melalui edukasi SADARI ini diharapkan para peserta yaitu Mahasiswi dan Karyawan ITD Adisutjipto dapat meningkatkan kesadaran membangun kebiasaan deteksi dini dalam mencegah risiko terjadi adanya kanker payudara di masa depan serta membantu mengurangi ketakutan berlebihan dan membangun pemahaman yang lebih rasional.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dilakukan observasi awal dan identifikasi masalah untuk memastikan pemahaman awal tentang SADARI pada objek yaitu Mahasiswi dan Karyawan ITD Adisutjipto dalam bentuk pre-test. Adapun hasil pre-test disajikan pada Tabel 1.

Setelah pre-test, kemudian dilakukan penyuluhan Edukasi oleh pakar kesehatan yang paham tentang kanker payudara oleh yaitu dr. Asri Priyani Muryatingsih., MPH (Gambar 2). Dalam penyuluhan tersebut diantaranya dijelaskan mengenai seluk beluk kanker payudara dari gejala hingga proses penyembuhan serta bagaimana cara mendeteksi gejala kanker payudara secara mandiri.

Berikut enam langkah SADARI untuk deteksi kanker payudara secara mandiri: (Rosyad, Y. S., dkk., 2021). 1) Berdiri tegak. lalu cermati bila ada perubahan pada bentuk dan permukaan kulit payudara, pembengkakan dan/atau perubahan pada puting. 2) Kemudian, angkat kedua lengan ke atas, tekuk siku, dan posisikan tangan di belakang kepala. Dorong siku ke depan dan cermati payudara. Selanjutnya, dorong siku ke belakang dan cermati bentuk maupun ukuran payudara. 3) Posisikan kedua tangan pada pinggang, lalu condongkan bahu ke depan sehingga payudara menggantung. Dorong kedua siku ke depan, lalu kencangkan (kontraksikan) otot dada. 4) Angkat lengan kiri ke atas, dan tekuk siku sehingga tangan kiri memegang bagian atas punggung. Kemudian, dengan menggunakan ujung jari tangan kanan, raba dan tekan area payudara, serta cermati seluruh bagian payudara kiri hingga ke area ketiak. Lakukan gerakan atas-bawah, gerakan lingkaran, dan gerakan lurus dari arah tepi payudara ke puting, dan sebaliknya. Ulangi gerakan yang sama pada payudara kanan. 5) Cubit kedua puting. Cermati bila ada cairan yang keluar dari puting. Segera konsultasi ke dokter bila hal itu terjadi. 6) Pada posisi tiduran dapat meletakkan bantal di bawah pundak kanan. Lalu, angkat lengan ke atas dan cermati payudara kanan. Lakukan tiga pola gerakan seperti sebelumnya, dan dengan menggunakan ujung jari-jari, tekan-tekan seluruh bagian payudara hingga ke sekitar ketiak.



Gambar 2. Edukasi SADARI Kanker Payudara oleh Pakar Kesehatan

Setelah itu dilanjutkan *sharing* pengalaman dari 2 (dua) orang penderita (penyintas) yaitu Dosen dan Karyawati ITD Adisutjipto yang pernah mengalami kanker payudara stadium awal untuk menceritakan pengalaman mereka ketika divonis kanker payudara (Gambar 3, a dan b). Sekilas penjelasan singkat tentang penjelasan *sharing* pengalaman dari 2 (dua) wanita tersebut “ketika diketahui terdapat keanehan ketika meraba bagian tubuh disekitar payudara seperti benjolan yang tidak wajar sebaiknya segera diperiksa ke dokter agar segera didiagnosis sejak dini sehingga semakin tinggi peluang sembuhnya.”



(a)



(b)

Gambar 3. Sharing Pengalaman (a) dan (b) oleh Penderita Kanker Payudara Stadium Awal

Setelah edukasi SADARI oleh pakar kesehatan dan *sharing* pengalaman oleh penderita kanker payudara stadium awal, kemudian dilakukan sesi tanya jawab peserta kepada pakar kesehatan dan juga kepada penderita kanker payudara. Pada sesi ini para peserta sangat antusias menanyakan pengalaman yang telah dialami penderita kanker payudara stadium awal tersebut. Selanjutnya dilakukan post-test kepada para peserta untuk mengetahui pengetahuan edukasi SADARI yang telah disampaikan. Adapun hasil post-test dijelaskan pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Pre-Test dan Post-Test Peserta Edukasi Pemahaman tentang Periksa Payudara Sendiri (SADARI) Kanker Payudara

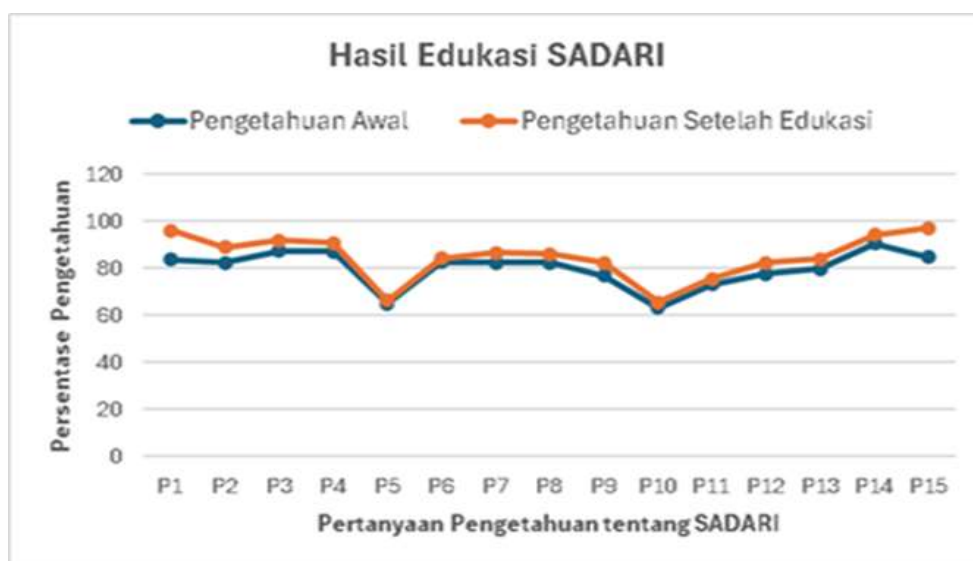
No	Hasil (%)		Keterangan
	Pre-Test	Post-Test	
1.	83,75%	96,25%	sangat setuju bahwa sangat penting untuk mengetahui dan memahami SADARI
2.	82,5%	89,06%	sangat setuju bahwa tidak perlu takut dan cemas saat melakukan SADARI.
3.	87,5%	91,88%	sangat setuju bahwa memeriksa payudara sendiri dilakukan dengan cara yang benar.
4.	87,19%	90,94%	tidak setuju jika pemeriksaan SADARI kurang bermanfaat.
5.	65%	66,25%	setuju jika setiap orang sebenarnya takut untuk melakukan praktek SADARI.
6.	82,83%	84,38%	sangat setuju jika praktek SADARI perlu dilakukan rutin sebulan sekali
7.	82,5%	86,56%	tidak setuju bahwa praktek SADARI hanya perlu dilakukan oleh wanita tua.
8.	82,5%	86,25%	tidak setuju bahwa praktek SADARI hanya dilakukan saat remaja saja.

9.	76,86%	82,5%	tidak setuju bahwa praktek SADARI hanya perlu dilakukan oleh wanita tua.
10.	63,13%	65,63%	tidak setuju bahwa praktek SADARI hanya perlu dilakukan oleh wanita tua.
11.	73,13%	75,63%	setuju jika praktek SADARI sangat perlu dilakukan oleh pria.
12.	77,82%	82,5%	tidak setuju jika praktek SADARI sulit dilakukan.
13.	79,69%	84,06%	tidak setuju jika ada benjolan pada ketiak adalah hal yang biasa
14.	90,63%	94,36%	sangat setuju jika ada kelainan pada payudara maka harus cepat diperiksa.
15.	84,69%	97,19%	sangat setuju menjaga pola makan sangat diperlukan agar terhindar dari Kanker Payudara.

Sumber: Laporan Pengabdian-Oktober 2025

Pada Tabel 1 hasil pre-test dan post-test peserta edukasi tentang pemahaman Periksa Payudara bahwa Sendiri (SADARI) kanker payudara, terjadi peningkatan pengetahuan peserta yang semula rata-rata 79.97% menjadi 84.89%. Adapun grafik persentase (Gambar 4) urut tertinggi akan pemahaman Periksa Payudara Sendiri (SADARI) kanker payudara dari para peserta terletak pada pertanyaan P15, P1 dan P14: a) P15 = “sangat setuju menjaga pola makan sangat diperlukan agar terhindar dari Kanker Payudara”, b) P1 = “sangat setuju bahwa sangat penting untuk mengetahui dan memahami SADARI”, c) P14 = “sangat setuju jika ada kelainan pada payudara maka harus cepat diperiksa”.

Hasil tersebut menyatakan terdapat tiga pokok yang sangat perlu diperhatikan oleh peserta tentang pemahaman Periksa Payudara bahwa Sendiri (SADARI) kanker payudara sehingga para peserta sangat menyadari untuk menjaga pola makan, mengetahui dan memahami Periksa Payudara Sendiri (SADARI) serta jika ditemukan kelainan pada payudara maka harus cepat diperiksa.



Gambar 4. Graphik Persentase Pemahaman “Edukasi SADARI”

Adanya kegiatan Edukasi SADARI Kanker Payudara pada Mahasiswi dan Karyawati di ITD Adisutjipto memberi pengetahuan yaitu para peserta kegiatan mulai memahami bahwa

kanker payudara tidak hanya dapat menyerang para wanita dewasa tetapi juga bisa menyerang remaja putri (Sari, I. G., Saputri, M. E., & Lubis, R., 2022; Dinana, I., 2025). Peserta mampu menjelaskan gejala awal kanker payudara. Peserta mampu menjelaskan cara mencegah kanker payudara atau keparahan penyakit ini, yaitu dengan: a) Pemeriksaan rutin dan deteksi dini (Kartika Adyani, dkk., 2022). b) Menjalani pola hidup sehat (Novitarum, L., dkk., 2023). Peserta mampu menjelaskan dan mempraktekkan pemeriksanaan payudara sendiri (SADARI) sebagai tahap awal atau preventif untuk mendeteksi gejala kanker payudara (Kartika Adyani, dkk., 2022). Dapat dikatakan bahwa jika terdapat gejala awal kanker payudara ditemukan, semakin bagus prognosa penyakit serta hasil pengobatannya, sehingga semakin besar pula kemungkinan penderita dapat disembuhkan (D. Rahayu & Yunarsih, 2021).

KESIMPULAN

Adanya Edukasi SADARI kanker payudara pada Mahasiswi dan Karyawan di ITD Adisutjipto bahwa menambah pengetahuan akan perlunya menjaga pola makan, dapat meningkatkan kesadaran, membangun kebiasaan deteksi dini, dan membantu mencegah risiko di masa depan serta dapat meningkatkan peluang kesembuhan dan mengurangi tingkat keparahan penyakit.

UCAPAN TERIMAKASIH

Dihaturkan terima kasih kepada dr. Asri Priyani Muryatingsih, MPH yang telah memberikan penyuluhan edukasi SADARI Kanker Payudara. Terima kasih kepada Ibu Riani Nurdin (Dosen ITD Adisutjipto) dan Ibu Mega (Karyawan ITD Adisutjipto) yang telah sharing pengalaman sebagai pasien kanker payudara serta terima kasih teman-teman tim pelaksana kegiatan pengabdian Fakultas Teknik Industri ITD Adisutjipto.

DAFTAR RUJUKAN

- Azhaar, F. A., Imallah, R. N., & Ardani, S. K. (2021). Pengaruh Deteksi Dini Terhadap Tingkat Keberhasilan Penanganan Kanker Payudara:1-13.
<http://digilib.unisayogya.ac.id/id/eprint/6160>
- Agustin, I., Kumalasari, I., & Jaya, H. (2021). Pelatihan Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Pada Siswi Sma Bina Lestari Kecamatan Gandus Sebagai Upaya Pencegahan Kanker Payudara. Abdi Dosen: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat, 5(1), 72-82.
<https://doi.org/10.32832/abdidos.v5i1.825>
- Dinana, I. (2025). Pengaruh Health Education Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Terhadap Praktik Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Remaja Putri (Di Kelas X Menejemen Perkantoran SMK PGRI 1 Jombang) (Doctoral dissertation, ITSkes Insan Cendekia Medika Jombang), 1-119. <http://repository.itskesicme.ac.id/id/eprint/7815>
- Gani, A. (2020). *Pendidikan Kesehatan Program Pencegahan Kanker Payudara (terhadap pengetahuan, sikap, dan tindakan remaja)*. Penerbit Adab.
- Gerungan, N. (2019). HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN PERILAKU PERIKSA PAYUDARA SENDIRI (SADARI) PADA MAHASISWI FAKULTAS KEPERAWATAN UNKLAB. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 3(2), 152 - 159.
<https://doi.org/10.35974/jsk.v3i2.749>



- Hasibuan, H. R., & Simanullang, R. H. (2024). Pengaruh Edukasi Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu-Ibu PKK Tentang Sadari Di Desa Sei Buluh Kecamatan Teluk Mengkudu Kab. Serdang Bedagai. *Indonesian Trust Nursing Journal*, 2(3), 50-56.
https://www.researchgate.net/publication/396475232_Pengaruh_Edukasi_Terhadap_Tingkat_Pengetahuan_Ibu-Ibu_PKK_Tentang_Sadari
- Julaecha, J. (2021). Pendidikan Kesehatan tentang Deteksi Dini Kanker Payudara melalui Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 3(2), 115-119. DOI: <https://doi.org/10.36565/jak.v3i2.162>
- Kartika Adyani, Friska Realita, & Anisa Alya Maulidina. (2022). SADARI Sebagai Skrining Kanker Payudara : Literature Review: BSE as Breast Cancer Screening: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(10), 1219-1227.
<https://doi.org/10.56338/mppki.v5i10.2638>
- Marfianti, E. (2021). Peningkatan Pengetahuan Kanker Payudara dan Ketrampilan Periksa Payudara Sendiri (SADARI) untuk Deteksi Dini Kanker Payudara di Semutan Jatimulyo Dlingo. *Jurnal Abdimas Madani Dan Lestari (JAMALI)*, 25-31.
<https://doi.org/10.20885/jamali.vol3.iss1.art4>
- Ningrum, M. P., & Rahayu, R. S. R. (2021). Determinan Kejadian Kanker Payudara pada Wanita Usia Subur (15-49 Tahun). *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 1(3), 362-370.
- Novitarum, L., Siregar, M. F. G., Siregar, F. A., & Lubis, N. L. (2023). *Bebas kanker Payudara: Kenali dan Hindari Sejak Dini*. Deepublish. P.5-8
- Putri, N. R., Megasari, A. L., & Yunanda, E. (2024). Kelas Edukasi Sadari: Upaya untuk Meningkatkan Pengetahuan Wanita Usia Subur tentang Kanker Payudara. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat: Peduli Masyarakat*, 4(2), 65-72.
<https://doi.org/10.37287/psnpkm.v4i2.4584>
- Rahayu D. & Yunarsi, "Peer Support Groups dalam Peningkatan Perilaku Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)", *Indonesia. J. Heal. Sci.*, vol. 5, no. 2, pp. 92-98, 2021. DOI: <https://doi.org/10.24269/ijhs.v5i2.3789>
- Rosyad, Y. S., Rochmawati, L., & Prabawati, S. (2021). Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari). *Cv. Eureka Media Aksara. Yogyakarta: Zahir Publishing*. P.17-23
- Rambe, R. Y., Harahap, F. Y., Bihar, S., & Panggabean, Y. C. (2025). Gambaran Penderita Kanker Payudara Di Bawah Usia 40 Tahun di RSHAM Tahun 2020-2023. *SCRIPTA SCORE Scientific Medical Journal*, 7(1), 36-41. <https://doi.org/10.32734/scripta.v7i1.20789>
- Sipayung, I. D., Lumbanraja, S., Fitria, A., Silaen, M., & Sibero, J. T. (2022). Analisa Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kanker Payudara (Ca Mammae) di RSUD dr Pirngadi Medan Tahun 2020. *Journal Of Healthcare Technology and Medicine*, 8(1), 468-476.
<https://jurnal.uui.ac.id/index.php/IJTM/article/view/2031/0>
- 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.
<https://doi.org/10.35473/ijce.v5i1.2312>
- Sari, I. G., Saputri, M. E., & Lubis, R. (2022). FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU SADARI PADA REMAJA PUTRI DI SMK PANDUTAMA BOGOR TAHUN 2021.



Jurnal Penelitian Keperawatan Kontemporer, 2(1), 98–106.

<https://doi.org/10.59894/jpkk.v2i1.298>

Yuliani, M., Yusita, I., Stellata, A. G., Winengsih, E., & Valiani, C. (2023). Pemberian Pendidikan Kesehatan Dalam Upaya Peningkatan Pengetahuan Terhadap Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Wanita Usia Subur (WUS). Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia Maju, 4(02), 37-42. DOI: <https://doi.org/10.33221/jpmim.v4i02.2406>