



PENGETAHUAN DENGAN PERILAKU SADARI PADA SISWI KELAS XII DI SMA NEGERI 2 TUBAN

Nabila Nur Cahyani¹, Yasin Wahyurianto², Teresia Retna Puspitadewi³, Binti Yunariyah⁴

Program Studi Keperawatan Tuban Program Diploma Tiga Poltekkes Kemenkes Surabaya

Email Korespondensi: nnabbilanurci@gmail.com

ABSTRAK

Kanker payudara adalah topik yang cukup peka di Indonesia. Sumber dari Laporan Akuntabilitas Kinerja Instansi Pemerintah (2024), sasaran yang diputuskan adalah 19,6% individu Indonesia menjalankan skrining kanker payudara, tetapi tingkat aktualnya hanya 13,7%. Demikian pula, PPTM (2024), setiap bulan wanita dapat melakukan pengecekan payudara melalui upaya SADARI (Periksa Payudara Sendiri), tepatnya tujuh hari setelah menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dengan perilaku SADARI pada siswi kelas XII di SMA Negeri 2 Tuban. Studi ini mengadopsi pendekatan potong lintang dengan analisis korelasi. Dari 183 siswi yang terdaftar, 126 dipilih berlandaskan kriteria inklusi dengan menggunakan teknik purposive sampling. Perilaku SADARI menjadi variabel terikat, sedangkan pengetahuan dianggap sebagai variabel bebas. Data diperoleh dari angket kuesioner dan ditinjau menggunakan uji peringkat spearman. Hasil penelitian diketahui hampir seluruh siswi memiliki pengetahuan kategori baik, dan sebagian besar menerapkan perilaku SADARI kategori cukup. Dari uji peringkat spearman dihasilkan nilai $p=0,248$, yang menunjukkan tidak ada korelasi yang signifikan antara pengetahuan dan perilaku SADARI pada siswa kelas XII di SMA Negeri 2 Tuban. Perilaku tidak hanya terpengaruh oleh pengetahuan. Berbagai aspek lain termasuk usia, latar belakang, asal informasi, pekerjaan, dan pengalaman juga berperan. Remaja sedang dalam proses belajar mencerna dan memahami informasi, sehingga penting untuk menyediakan pendidikan yang berkesinambungan. Dengan demikian, program pendidikan kesehatan perlu ditingkatkan supaya remaja tidak hanya mengetahui, tetapi juga sanggup melaksanakannya secara kondisional dan teratur.

Kata kunci: Pengetahuan, Perilaku SADARI, Siswi

ABSTRACT

Breast cancer is a sensitive topic in Indonesia. According to the Government Agency Performance Accountability Report (2024), the stated target is 19.6% of Indonesians to undergo breast cancer screening, but the actual rate is only 13.7%. Similarly, the 2024 Breast Self-Examination (PPTM) states that every woman can undergo breast cancer screening through early detection, including breast self-examination (BSE) every month, specifically seven days after menstruation. The purpose of this research was to assess the comprehension levels of senior high school students regarding Breast Self-Examination at SMA Negeri 2

Tuban and whether this understanding influences their practice. This study adopted a cross-sectional approach with correlation analysis. Of the 183 female students enrolled at the school, Using a specific set of standards for eligibility and a targeted selection strategy, a total of 126 individuals were chosen for the study. BSE behavior was the dependent variable, while knowledge was considered the independent variable. Information was gathered through surveys and examined utilizing the Spearman's correlation coefficient method. The data indicated that almost all female students had good knowledge, and most practiced BSE behavior adequately. The Spearman rank sum test yielded a p-value of 0.248, indicating no significant correlation between knowledge and BSE behavior in 12th-grade students at SMA Negeri 2 Tuban. Behavior is not solely influenced by knowledge. Various other factors, including age, background, source of information, occupation, and experience, also play a role. Adolescents are in the process of learning to digest and understand information, so providing appropriate and continuous education is crucial. Therefore, health education programs need to be improved so that adolescents not only have knowledge about BSE but are also able to perform it conventionally and regularly

Keywords: Knowledge, SADARI Behavior, Female Students

PENDAHULUAN

Kanker menjadi tantangan besar untuk kesejahteraan publik di seluruh penjuru bumi. Di antara semua tipe kanker, kanker payudara adalah yang amat kerap muncul dan alasan utama kematian pada kaum wanita. Meskipun kanker ini tidak menular secara langsung pada individu lain, dampaknya dirasakan oleh banyak individu di seluruh dunia. Kanker payudara timbul kala sel dalam jaringan payudara tumbuh tanpa kendali akibat perubahan dalam gen yang berdampak pada pertumbuhan dan perilaku sel.

Salah satu faktor yang membuat kanker payudara ini sering terjadi adalah minimnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya deteksi dini. Sebuah laporan dari pemerintah pada tahun 2024 menyatakan bahwa hanya 19,6% populasi yang memenuhi target skrining kanker payudara, dan hanya 13,7% yang sebenarnya menjalani proses skrining tersebut. Mendeteksi kanker pada tahap awal dapat menyelamatkan nyawa, dengan tingkat kesembuhan mencapai antara 80 hingga 95%. Sayangnya, kebanyakan orang cenderung mencari bantuan medis hanya ketika kanker sudah berada di stadium lanjut. Di Indonesia, hal ini berakibat 80% peristiwa kanker payudara diidentifikasi dalam tahap lanjutan, yang membuat proses pengobatan menjadi jauh lebih sulit dan memengaruhi peluang kesembuhan pasien.

Sebuah survei yang dilaksanakan pada 24 September 2024 di SMAN 2 Tuban melibatkan 15 siswi, di mana 9 di antara mereka mengenal seputar SADARI, yakni metode dalam mengindikasikan kanker mammae. Namun, hanya 2 siswi dari 9 tersebut yang dapat menjabarkan langkah-langkahnya dengan tepat. Sementara itu, 6 siswi lainnya menunjukkan pemahaman yang kurang dan tidak bisa mempraktikannya. Selain itu, lembaga pendidikan tersebut belum pernah memberikan informasi kesehatan berkaitan dengan SADARI. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun ada sedikit pengetahuan di kalangan remaja, masih banyak yang belum sepenuhnya mengerti betapa pentingnya SADARI. Mengetahui informasi tidak membuat mereka akan melaksanakannya, apalagi jika mereka tidak memiliki ketertarikan untuk menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2020, diperkirakan ada kurang lebih 7,8 juta di dunia wanita yang mengalami kanker payudara, menjadikannya tipe kanker yang lazim di masyarakat (Rahmah & Safriana, 2024; WHO, 2023). Sumber dari Global Burden of Cancer (GLOBOCAN) juga mencatat bahwa terdapat 1.026.171 kasus baru kanker payudara di Asia, dengan frekuensi 141,97 kasus per 100.000 orang, yang menyebabkan 346.009 kematian (Wahyu Lestari dkk., 2024). Kasus ini di Indonesia merupakan kategori

kanker yang lazim terjadi, dengan 65.858 kasus baru tercatat, yaitu 148,11 kasus per 100.000 orang (yang mencakup 16,6% dari total kasus kanker) (Wahyu Lestari dkk., 2024). Di Jawa Timur, kanker payudara juga menjadi tipe kanker yang paling prevalen, dan jumlah kasusnya terus menunjukkan peningkatan setiap tahunnya (Rahmah & Safriana, 2024). Di Kabupaten Tuban, dilaporkan ada 102 individu yang mengalami benjolan atau tumor pada payudara, dengan 21 di antaranya dicurigai menderita kanker payudara (Jatim, 2023). Data dari RSUD Dr. R. Koesma Tuban mengungkapkan adanya 141 pasien kanker payudara pada tahun 2017 (Umrotul, 2017).

Asal-usul pasti kanker payudara masih belum terindikasi sepenuhnya, karena melibatkan berbagai komponen yang bersinergi. Beberapa faktor yang diketahui dapat menambah risiko termasuk: usia di atas 50 tahun, mempunyai anggota keluarga yang memiliki riwayat kanker payudara, berat badan berlebih, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, penggunaan pil kontrasepsi untuk jangka panjang, paparan radiasi, tidak mempunyai keturunan atau setelah usia 35 tahun baru mempunyai anak pertama, tidak menyusui, mengalami menopause setelah usia 50 tahun, dan memulai menstruasi sebelum usia 12 tahun.

Tanda-tanda awal dari kanker payudara sering kali diabaikan oleh mereka yang terdiagnosis, sehingga banyak kasus baru terdeteksi ketika kondisi sudah dalam tahap lanjut. Yayasan Kanker Payudara Indonesia (YKPI) mengungkapkan bahwa kanker payudara kini tidak hanya menyerang wanita berusia lebih dari 35 tahun, tetapi juga sudah menjangkiti wanita yang lebih muda. Hal ini disebabkan oleh perubahan pola hidup, seperti peningkatan konsumsi makanan cepat saji, paparan radiasi elektromagnetik, serta kontak dengan zat berbahaya di lingkungan seperti karbon monoksida. Sekarang, remaja pun belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai resiko, gejala, dan langkah-langkah pencegahan untuk kanker payudara. Namun, melaksanakan pemeriksaan payudara sendiri secara teratur mulai dari usia muda dapat berkontribusi dalam menekan angka mortalitas dampak dari kanker payudara.

SADARI merupakan metode yang sederhana dan praktis untuk memeriksa tanda-tanda awal setiap bulan, sebaiknya antara hari ke-5 dan ke-10 setelah menstruasi dimulai, untuk membedakan gejala dari siklus menstruasi Anda (Rahmah & Safriana, 2024). Anda bisa melakukan pemeriksaan awal ini di banyak fasilitas kesehatan seperti puskesmas. Apabila Anda mendapati adanya benjolan atau perubahan yang mencolok pada payudara Anda, hal tersebut bisa jadi petunjuk bahwa Anda memiliki risiko terkena kanker payudara.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian menggunakan analisis korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah 183 siswi kelas XII SMA Negeri 2 Tuban pada tahun ajaran 2024/2025, dengan besar sampel 126 siswi yang diperoleh dari teknik *purposive sampling* sesuai kriteria inklusi. Variabel penelitian ini adalah pengetahuan sebagai variabel bebas, dan perilaku SADARI sebagai variabel terikat.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Siswi Kelas XII Berdasarkan Usia, Jurusan Peminatan, dan Kegiatan Ekstrakurikuler di SMA Negeri 2 Tuban pada Mei 2025

No.	Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	Usia		
	17 tahun	27	21%
	18 tahun	99	79%
Total		126	100%

2. Jurusan Peminatan		
Teknik	9	7%
Kesehatan	36	29%
Soshum	63	50%
Kedinasan	18	14%
Total	126	100%
3. Kelompok Ekstrakurikuler		
Pengetahuan	35	28%
Olahraga	58	46%
Seni	33	26%
Total	126	100%

Berdasarkan tabel 1, hampir seluruhnya (79%) siswi berusia 18 tahun. Pada karakteristik jurusan peminatan, setengahnya (50%) minat pada jurusan soshum. Pada karakteristik kelompok ekstrakurikuler, hampir setengahnya (46%) mengikuti ekstrakurikuler olahraga.

Tabel 2. Distribusi Pengetahuan SADARI Siswi Kelas XII di SMA Negeri 2 Tuban pada Mei 2025

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	123	98%
Cukup	3	2%
Kurang	0	0%
Total	126	100%

Berdasarkan tabel 2, hampir seluruh siswi (98%) memiliki pengetahuan SADARI kategori baik.

Tabel 3. Distribusi Perilaku SADARI Siswi Kelas XII di SMA Negeri 2 Tuban pada Mei 2025

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	14	11%
Cukup	84	67%
Kurang	28	22%
Total	126	100%

Berdasarkan tabel 3, sebagian besar (67%) siswi menerapkan perilaku SADARI yang cukup sebanyak 84 siswi.

Tabel 4. Tabulasi Silang Pengetahuan dengan Perilaku SADARI pada Siswi Kelas XII di SMA Negeri 2 Tuban pada Mei 2025

Perilaku	Pngetahuan SADARI						Total	
	Baik		Cukup		Kurang		f	%
F	%	F	%	F	%			
Baik	6	100%	0	0%	0	0%	6	100%
Cukup	69	95,8%	3	4,2%	0	0%	72	100%

Kurang	48	100%	0	0%	0	0%	48	100%
Total	123	97,6%	3	2,4%	0	0%	126	100%

Uji spearman rank signifikasi $p = 0,248$ N = 126

Berdasarkan tabel 4, hampir seluruhnya memiliki pengetahuan SADARI baik dengan perilaku SADARI cukup yaitu sebanyak 95,8% dan sebagian kecil memiliki pengetahuan SADARI cukup dengan perilaku SADARI yang cukup yaitu sebanyak 4,2%.

Analisis korelasi spearman rank yang menguji hubungan antara pengetahuan dengan perilaku SADARI menghasilkan nilai p sebesar 0,248 yang lebih besar dari 0,05. Hal ini menunjukkan asumsi awal tidak terdukung, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada korelasi antara pengetahuan dengan perilaku SADARI pada siswi kelas XII di SMA Negeri 2 Tuban.

PEMBAHASAN

Pengetahuan SADARI Siswi Kelas XII di SMA Negeri 2 Tuban

Hasil penelitian menunjukkan hampir seluruh siswi memiliki pengetahuan tentang SADARI kategori baik. Istilah "pengetahuan" berasal dari kata "tahu", yang menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, mengacu pada pemahaman yang dicapai melalui pengamatan, identifikasi, dan pemahaman. Pengetahuan merupakan area esensial yang membentuk tindakan atau perilaku individu (perilaku yang dapat diamati). Sebagaimana dinyatakan oleh Notoatmodjo (2003) dan Suwanti & Aprilin (2017) dalam Syapitri dkk. (2021), perilaku yang berakar pada pengetahuan cenderung lebih permanen dibandingkan dengan perilaku yang tidak didasarkan pada pengetahuan.

Pada masa remaja, pengetahuan memegang peranan penting dan perlu dipertimbangkan karena remaja berada dalam fase aktif menyerap dan mencari informasi. Peningkatan perolehan informasi, terutama terkait deteksi dini kanker payudara, meningkatkan motivasi untuk eksplorasi dan pemahaman lebih lanjut tentang SADARI (Dwitania dkk., 2021). Berdasarkan karakteristik responden dalam penelitian ini, sebagian besar siswi (76,2%) yang berusia 18 tahun menunjukkan tingkat pengetahuan yang memuaskan. Hal ini menyiratkan bahwa usia juga berperan dalam membentuk tingkat pemahaman individu, sebagaimana dicatat oleh Wawan dan Dewi (2010), bahwa bertambahnya usia akan meningkatkan pengetahuan seiring dengan bertambahnya pengalaman, kematangan kognitif, dan kematangan emosional (Notoatmodjo, 2010).

Selain usia, pengetahuan dibentuk oleh variabel lain seperti pengalaman, pekerjaan, sumber informasi, minat, latar, dan konteks sosial budaya (Darsini dkk., 2019). Dalam studi ini, meskipun sebagian kecil partisipan mengumpulkan data terkait SADARI melalui media sosial, mayoritas tidak memperoleh pengetahuan secara langsung tentang SADARI. Meskipun demikian, mereka tetap terpapar informasi melalui platform digital seperti Google, Instagram, YouTube, TikTok, dan lainnya. Paparan terhadap berbagai sumber ini telah terbukti memperluas pemahaman mereka tentang pentingnya SADARI. Beragam sumber informasi yang berkelanjutan memainkan peran penting dalam memperkuat pengetahuan yang komprehensif. Oleh karena itu, penting untuk menginspirasi siswi yang memiliki pengetahuan luas untuk bertindak sebagai penyebar informasi kepada teman dan orang-orang di sekitar mereka. Mempertahankan paparan informasi yang berkelanjutan juga penting untuk meningkatkan pemahaman tentang SADARI lebih lanjut. Dengan demikian, semakin banyak individu berpengetahuan baik akan meningkatkan kesadaran dan penerapan praktik SADARI dalam kehidupan sehari-hari, terutama di lingkungan SMA Negeri 2 Tuban.

Perilaku SADARI Siswi Kelas XII di SMA Negeri 2 Tuban

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar siswi memiliki perilaku SADARI kategori cukup. Perilaku seseorang dapat dipandang sebagai reaksi mereka terhadap apa yang terjadi di sekitar mereka. Hal-hal di lingkungan sekitar menyebabkan orang bertindak dengan cara tertentu, yang dapat diamati, dicatat, dan diperiksa oleh individu tersebut dan sekitarnya. Sudut pandang perilaku menunjukkan bahwa baik atau buruknya perilaku, semuanya berasal dari apa yang kita pelajari. Perilaku yang tidak benar berasal dari mempelajari sesuatu dengan cara yang salah, tetapi dapat diperbaiki dengan jenis pengajaran yang tepat (Asri & Suharni, 2021).

Melihat karakteristik siswi dalam penelitian ini, hampir setengah siswi (34,9%) yang belum mempelajari tentang SADARI tetap menunjukkan perilaku yang cukup. Hal ini menunjukkan bahwa bahkan tanpa diajarkan secara langsung, beberapa siswi tetap dapat mengembangkan kebiasaan yang cukup baik, kemungkinan karena mereka telah belajar secara tidak langsung atau faktor dari lingkungan disekitar mereka. Sejalan dengan yang dikemukakan Lawrence Green (1991), disebutkan dalam Shinta & Djafar (2019), bahwa apa yang kita lakukan sebenarnya dipengaruhi oleh apa yang kita ketahui. Jika seseorang mengetahui banyak hal, mereka cenderung menerapkan tindakan yang baik pula. Hal ini juga didukung oleh teori Rogers (2010) tentang bagaimana orang mengadopsi perilaku baru, yang menyatakan bahwa sebelum seseorang mulai melakukan sesuatu yang baru, mereka melewati lima langkah yakni mengetahuinya, tertarik, memikirkannya, mencobanya, dan kemudian menjadikannya kebiasaan.

Survei tersebut juga menunjukkan bahwa siswi kelas XII tidak selalu melakukan SADARI dengan cara yang benar. Misalnya, ketika mereka melihat payudara mereka di cermin, kebanyakan dari mereka tidak mengangkat lengan mereka lurus ke atas. Ini berarti bahwa meskipun mereka tampak melakukan SADARI dengan cukup baik, mereka masih melakukan kesalahan dalam cara melakukannya. Alasan utamanya kemungkinan besar adalah karena mereka tidak memiliki cukup informasi atau tidak sepenuhnya memahami cara melakukan SADARI. Seperti yang dijelaskan sebelumnya, apa yang dilakukan individu sangat dipengaruhi oleh seberapa banyak hal yang mereka ketahui. Jika seseorang belajar melakukan sesuatu dengan cara yang benar dan didasarkan pada pengetahuan, kesadaran, dan sikap yang baik, maka individu tersebut akan terus melakukannya. Namun, jika seseorang tidak benar-benar memahami sesuatu dan merasa kurang puas, mereka hanya akan melakukannya dalam waktu singkat dan tidak rutin. Hal ini menunjukkan bahwa alasan mengapa siswi perempuan mungkin tidak menjalankan SADARI sebaik yang seharusnya adalah karena mereka tidak memiliki cukup informasi yang tepat dan belum sepenuhnya membentuk sikap yang tepat.

Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku SADARI pada Siswi Kelas XII di SMA Negeri 2 Tuban

Berdasarkan hasil penelitian, hampir seluruh siswi memiliki pengetahuan SADARI baik dengan perilaku SADARI cukup, dan sebagian kecil memiliki pengetahuan SADARI cukup dengan perilaku SADARI yang cukup. Analisis korelasi spearman rank yang menguji hubungan antara pengetahuan dengan perilaku SADARI menghasilkan nilai p sebesar 0,248 yang lebih besar dari 0,05. Hal ini menunjukkan asumsi awal tidak terdukung, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada korelasi antara pengetahuan dengan perilaku SADARI pada siswi kelas XII di SMA Negeri 2 Tuban.

Tindakan seseorang secara signifikan dipengaruhi oleh pemahaman mereka tentang berbagai subjek. Orang yang memiliki pemahaman yang kuat tentang suatu subjek lebih cenderung bertindak dengan tepat, sedangkan mereka yang memiliki pengetahuan terbatas cenderung menunjukkan perilaku yang tidak sesuai (Notoatmodjo, 2010). Hasil ini mungkin berasal dari kurangnya kesadaran pribadi siswi tentang pentingnya menjaga kesehatan payudara mereka. Akibatnya, bahkan dengan pengetahuan yang cukup, penerapan perilaku

SADARI mereka belum sepenuhnya terwujud. Pengamatan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wantini dan Indrayani (2017), yang juga menunjukkan tidak adanya hubungan substansial antara pengetahuan dan perilaku SADARI. Hal ini menyiratkan bahwa sekadar memperoleh informasi tidak menjamin perkembangan praktik kesehatan yang baik. Dalam beberapa kasus, individu hanya diberi informasi tentang SADARI tetapi belum menerapkannya dalam tindakan nyata.

Menurut Notoatmodjo (2010), pengetahuan yang memuaskan tidak serta merta menghasilkan perilaku yang tepat kecuali diperkuat oleh faktor-faktor pendukung lainnya, seperti sumber daya, infrastruktur, dan motivasi intrinsik. Lebih lanjut, aspek-aspek lain seperti usia, pendidikan, dan pengalaman juga memengaruhi perilaku kesehatan individu. Dalam penelitian ini, siswi dalam masa remaja, yang umumnya masih memiliki akses terbatas terhadap informasi yang menyeluruh dan terperinci. Selama tahap perkembangan ini, remaja umumnya masih membutuhkan bantuan dan dorongan dari lingkungan dan sistem pendidikan mereka untuk mengembangkan praktik kesehatan yang konsisten.

Berdasarkan hasil penelitian, disimpulkan tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dan perilaku SADARI pada siswi kelas XII di SMA Negeri 2 Tuban. Meskipun tingkat pengetahuan siswi tentang SADARI tergolong baik, penerapan perilaku SADARI mereka masih berada dalam rentang cukup karena kurangnya informasi atau pemahaman yang komprehensif tentang prosedur SADARI. Selain itu, perilaku akan berkelanjutan jika dikembangkan melalui proses pembelajaran yang tepat dan berlandaskan pengetahuan, kesadaran, dan sikap yang konstruktif. Namun, jika perilaku tidak didasarkan pada pemahaman yang kuat, bahkan diasosiasikan dengan sikap negatif atau acuh tak acuh, perilaku tersebut akan berumur pendek dan tidak dapat diprediksi. Kurangnya pemahaman yang mendalam tentang SADARI pada siswi yang memiliki pengetahuan baik menimbulkan perilaku SADARI yang cukup. Oleh karena itu, siswi yang berpengetahuan cukup pun tidak menutup kemungkinan untuk memiliki perilaku yang kurang. Oleh karena itu, penting untuk secara konsisten memberikan informasi berkelanjutan tentang pentingnya pemeriksaan payudara sendiri.

KESIMPULAN

1. Hampir seluruh siswi berusia 18 tahun, setengahnya siswi memiliki minat pada jurusan soshum, dan hampir setengahnya mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga.
2. Hampir seluruh siswi memiliki pengetahuan SADARI yang baik.
3. Sebagian besar siswi memiliki perilaku SADARI yang cukup.
4. Tidak ada hubungan antara pengetahuan SADARI dengan perilaku SADARI pada siswi kelas XII di SMA Negeri 2 Tuban.

SARAN

1. Siswi dapat lebih aktif memanfaatkan kegiatan ekstrakurikuler, terutama olahraga, sebagai media edukasi kesehatan reproduksi, termasuk kampanye pentingnya SADARI.
2. Lembaga pendidikan atau pakar kesehatan dapat secara berkelanjutan mendukung dan meningkatkan pembelajaran tentang SADAR dengan memasukkannya ke dalam kegiatan rutin atau mengintegrasikannya ke dalam kurikulum.
3. Siswi dapat meningkatkan motivasi dan kesadaran siswi dalam mempraktikkan SADARI secara rutin melalui pendekatan yang lebih praktis dan menarik, seperti simulasi, video interaktif, atau pengalaman langsung dari penyintas.
4. Lembaga atau penyedia layanan kesehatan memiliki kesempatan untuk memberikan instruksi komprehensif tidak hanya memberikan pemahaman, tetapi juga menekankan

betapa pentingnya menumbuhkan pandangan positif, motivasi, dan pembentukan perilaku sehat yang berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Asri, D. N., & Suharni. (2021). MODIFIKASI PERILAKU TEORI DAN PENERAPANNYA. UNIPMA Press.
- Bawono, Y. (2023). Perkembangan anak & remaja (Issue September).
- Dewi, G. A. T., & Hendrati, L. Y. (2015). Analisis risiko kanker payudara berdasar riwayat pemakaian kontrasepsi hormonal dan usia. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 3(1), 12–23.
- Dewi, N. L. G. N., Satriani, N. L. A., & Noriani, N. K. (2021). Skripsi Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku SADARI (Periksa Payudara Sendiri) sebagai deteksi dini terhadap kanker payudara pada remaja putri. In Institut Teknologi dan Kesehatan Bali.
- Jatim, D. (2023). Profil Kesehatan Jatim 2022. 112.
- Mawikere, S. J. M., Sihotang, J., & Koamesah, S. M. . (2021). Hubungan Antara Pengetahuan Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Dengan Perilaku Sadari Pada Mahasiswi Preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. *Cendana Medical Journal (CMJ)*, 9(1), 58–63. <https://doi.org/10.35508/cmj.v9i1.4936>
- Ni Luh Gede Puspita Yanti, Ni Putu Wiwik Oktaviani, Nurul Faidah, I Made Sudarma Adiputra, N. K. M. (2021). EDUKASI “PEMERIKSAAN PAYUDARA SENDIRI (SADARI)” PADA REMAJA SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN DINI KANKER PAYUDARA. *JAI : Jurnal Abdimas ITEKES Bali*, 1(2), 125–136.
- Nurfazriah, I., Anggraeni, D. Y., Irianti, S., Kesehatan, F. I., & Serang, U. F. (2024). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang SADARI dengan Perilaku SADARI Siswi Kelas XII SMKN 1 Cikukur. *Inovasi Kesehatan Global*, 1(3), 340–349. <https://doi.org/https://doi.org/10.62383/ikg.v1i3.734>
- Permata, E., Manurung, E., Lebuan, A., & Rasmada, S. (2024). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Perilaku Sadari Dalam Mendeteksi Kanker Payudara Pada Remaja Putri Di Tangerang Elisabeth. *Gudang Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2, 352–355. <https://doi.org/https://doi.org/10.59435/gjik.v2i2.881>
- Priskila Astiani, Takesi Arisandy, N. P. (2024). HUBUNGAN AKSES INFORMASI DAN PENGETAHUAN DENGAN PERILAKU SADARI DALAM UPAYA PENCEGAHAN KANKER PAYUDARA PADA SISWI KELAS XII MIPA DI SMA NEGERI 3 PALANGKA RAYAovasi Kesehatan Adaptif. *Jurnal Inovasi Kesehatan Adaptif*, 6, 90–102.
- PPTM, D. (2024). LAKIP 2023. Kementerian Kesehatan RI.
- Rahmah, F., & Safriana, R. E. (2024). Pemberian Edukasi Mengenai Pemeriksaan Payudara Sendiri Terhadap Perilaku Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Wanita Usia Subur *IJMT : Jurnal Kebidanan* | 101 *IJMT : Jurnal Kebidanan* | 102. *Indonesian Journal of Midwifery*, 3(2), 101–108.
- Rezi, E. (2021). HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG KANKER PAYUDARA DENGAN PEMERIKSAAN PAYUDARA SENDIRI (SADARI) DI SMA NEGERI 12 PADANG. *Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences)*, 10, 1–7.
- Triwahyuni, L., & Astuti, D. P. (2024). Hubungan antara Pengetahuan dan Penggunaan Media Berbasis Internet dengan Kesadaran Melakukan Sadari di SMAN 1 Cariu (The Relationship between Knowledge and Use of Internet-Based Media with Awareness of Doing Bse at SMAN 1 Cariu). *Public Health Journal*, 15(1), 7–10. <https://doi.org/10.51888/phj.v15i1.239>



Wahyu Lestari, P., Atika Sari, S. H., Risa Dewi, N., & Keperawatan Dharma Wacana Metro, A. (2024). Implementation of Health Education To Adolescent Knowledge About Breast Cancer Early Detection Using the Breast Self-Examination (Bse) Method in the Work Area of Purwosari Health Center North Metro District. *Jurnal Cendikia Muda*, 4(3), 433–439.