

# Penyuluhan Kesehatan Tentang Sadari Sebagai Upaya Promosi Kesehatan Pada Remaja Di Klinik Ismawati Desa Dalu 10 A Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara

<sup>1</sup>Saddiyah Rangkuti, <sup>2</sup>Nilu Hayati, <sup>3</sup>Niasty Lasmy Zaen, <sup>4</sup>Anita Damayanti Lubis, <sup>5</sup>Muslimah Pase

<sup>1,2,3,4,5</sup> Universitas Haji Sumatera Utara

Email: [saddiyahrangkuti76@gmail.com](mailto:saddiyahrangkuti76@gmail.com)

## ABSTRACT

This community service activity aims to increase young women's knowledge about BSE (Breast Self-Examination) and identify factors that influence BSE behavior. This study used a quantitative survey design with cross-sectional data collection through the distribution of questionnaires to adolescent girls at Ismawati Clinic, Dalu 10 A Village, Tanjung Morawa District, Deli Serdang Regency, North Sumatra. The study population was all adolescent girls, with statistical analysis including frequency distribution, chi-square, and logistic regression. The results showed that 84% of respondents did not do BSE. Variables that are significantly related to BSE behavior are attitudes, family history, media information, and family influence. The most dominant variable is mass media information with an OR value of 16,295, which means respondents who are exposed to media information have a 16 times greater chance of self-awareness than those who are not exposed to media information. Community service activities were carried out by students of the University of Hajj North Sumatra on May 21, 2024, with the initial stage explaining the definition, benefits, and procedures for conducting BSE, as well as the distribution of related leaflets. The results of the activity showed that participants responded positively and actively participated in discussions and questions and answers. The increasing incidence of breast cancer shows the importance of self-awareness, especially among adolescent girls, for early detection. It was concluded that health counseling through video media is effective in increasing knowledge about BSE, and it is recommended that schools use video media as teaching materials related to breast health and early detection of breast cancer. This activity was considered successful with a positive response from participants.

**Keywords:** BSE, Young Women, Breast Cancer, Health Counseling, Early Detection

Copyright © 2024 Marsipature Hutanabe.

All rights reserved is Licensed under a [Creative Commons Attribution- NonCommercial 4.0 International License \(CC BY-NC 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

## PENDAHULUAN

Penyakit kanker merupakan salah satu penyebab kematian utama di seluruh dunia. Salah satu penyakit kanker yang banyak terjadi pada wanita adalah kanker payudara yaitu tumor ganas yang tumbuh didalam jaringan payudara yang meliputi kelenjar susu, Saluran susu, Jaringan lemak, Maupun jaringan ikat pada payudara (Dessy et al, 2022).

SADARI adalah pengembangan kepedulian seorang perempuan terhadap kondisi payudaranya sendiri. SADARI sebaiknya dilakukan setiap kali selesai menstruasi (hari ke 10, terhitung mulai hari pertama haid). SADARI sendiri sebaiknya dilakukan pada perempuan sejak pertama kali mengalami menstruasi. Cakupan deteksi dini kanker payudara (SADARI) ditahun 2015 sebesar 2,45%, sedangkan target program sendiri adalah 50% selama 5 tahun deteksi dini (SADARI) telah dilakukan (Arfan, I., Alamsyah, D., & Utami, T, 2020). SADARI sendiri merupakan suatu kegiatan yang dilakukan untuk mendeteksi adanya pertumbuhan yang tidak normal pada area payudara, Misalnya terdapat benjolan, Adanya perdarahan,

*Penyuluhan Kesehatan Tentang Sadari Sebagai Upaya Promosi Kesehatan Pada Remaja Di Klinik Ismawati Desa Dalu 10 A Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara.*

*Saddiyah Rangkuti, et.al*

Abses atau cairan dari puting susu, Puting susu tertarik ke dalam, Dan kulit payudara menyerupai kulit jeruk (Rohani siregar 2022).

Deteksi Dini Kanker Payudara dapat dilakukan dengan SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri) dan SADANIS (Pemeriksaan Payudara Klinis). Menurut WHO satu-satunya cara yang efektif sampai saat ini dengan melakukan deteksi sedini mungkin yaitu dengan melakukan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). Tindakan SADARI sangatlah penting untuk diterapkan, karena telah dibuktikan bahwa hampir 85% kelainan pada payudara ditemukan pertama kali oleh penderita melalui penerapan SADARI yang benar (Sari, P.,2020).

SADARI sangat penting dilakukakan bagi remaja karena pada wanita yang usianya lebih muda ketika terkena kanker payudara cenderung perkembangan kanker lebih agresif dibandingkan pada wanita yang usianya lebih tua, dapat menyebar secara cepat dan jarang menimbulkan gejala. Maka dari itu perlu untuk dilakukan deteksi dini kanker payudara dengan cara pemeriksaan payudara sendiri atau SADARI. Jika kanker dapat ditemukan secara dini atau dengan ukuran tumor masih kecil kurang dari 1 cm, dan ditangani dengan cepat dan tepat maka harapan untuk hidup hampir 100% (TOMATALA, N. S.2023).

Pada tahun 2020, 2,3 juta wanita didiagnosis menderita kanker payudara, dengan 685.000 kematian, secara global. Hingga akhir tahun 2020, ada 7,8 juta Wanita yang didiagnosis menderita kanker payudara dalam 5 tahun terakhir, menjadikannya kanker paling umum di dunia. Kanker payudara terjadi di setiap negara di dunia pada wanita pada usia berapa pun setelah pubertas tetapi dengan tingkat yang meningkat di kemudian hari (WHO, 2021).

Pada penelitian Anugerah (2022) salah satu penyebabnya karena penyakit ini tidak dapat disembuhkan jika ditemukan pada stadium lanjut. Padahal, jika dideteksi secara dini, penyakit ini sebetulnya bias diobati sampai sembuh. Penyebab pasti penyakit ini belum diketahui. Penyebab yang ada hanya merupakan dugaan-dugaan, biasa disebut sebagai faktor-faktor risiko terkena kanker payudara. Dengan mempertimbangkan hal itu, maka peneliti berharap promosi dan tindakan preventif dapat disosialisasikan oleh responden setelah mengetahui hasil penelitian ini. Meningkatnya kejadian kanker payudara disebabkan kurangnya keinginan melakukan deteksi secara dini. Upaya untuk mengajak masyarakat melakukan deteksi dini masih banyak berasal dari kelompok-kelompok yang peduli, umumnya lembaga swadaya masyarakat, lembaga penelitian atau perorangan (Syamsuryanita, 2020).

Angka kejadian penyakit kanker di indonesia (132.2/100.000 penduduk) berada pada urutan 8 di asia tenggara, Sedangkan di asia urutan ke 23. Angka kejadian tertinggi di Indonesia untuk laki adalah kanker paru yaitu sebesar 19,4 per 100.000 penduduk dengan rata - rata kematian 10,9 per 100.000 penduduk, Yang diikuti dengan kanker hati sebesar 12,4 per 100.000 penduduk dengan rata - rata kematian 7,6 per 100.000 penduduk. Sedangkan angka kejadian untuk perempuan tertinggi adalah kanker payudara yaitu sebesar 42,1 per 100.000 penduduk dengan rata - rata kematian 17 per 100.000 penduduk yang diikuti kanker leher rahim sebesar 23,4 per 100.000 penduduk dengan rata - rata kematian 13,9 per 100.000 penduduk (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019).

Kanker payudara menempati urutan pertama terkait jumlah kanker terbanyak di Indonesia serta menjadi salah satu penyumbang kematian pertama akibat kanker. Data Globocan tahun 2020, jumlah kasus baru kanker payudara mencapai 68.858 kasus (16,6%) dari total 396.914 kasus baru kanker di Indonesia. Sementara itu, untuk jumlah kematiannya mencapai lebih dari 22 ribu jiwa kasus, 70% dideteksi sudah di tahap lanjut, kalau terdeteksi di tahap awal mungkin kematiannya bisa di tanggulang, Padahal sekitar 43% kematian

*Penyuluhan Kesehatan Tentang Sadari Sebagai Upaya Promosi Kesehatan Pada Remaja Di Klinik Ismawati Desa Dalu 10 A Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara.*

*Saddiyah Rangkuti, et.al*

akibat kanker bisa dikalahkan manakala pasien rutin melakukan deteksi dini dan menghindari faktor risiko penyebab kanker. Selain angka kematian yang cukup tinggi, penanganan pasien kanker yang terlambat menyebabkan beban pembiayaan yang kian membengkak. Pada periode 2019-2020, pengobatan kanker telah menghabiskan pembiayaan BPJS kurang lebih 7,6 triliun rupiah (Kemenkes 2022).

Kasus kanker payudara 856 kasus/kejadian dari total jumlah penderita kanker di Sumatera Utara (Sumut). Penderita kanker akan diperkirakan setiap tahunnya meningkat hingga mencapai 23,6 juta kasus baru pada tahun 2030 (Amanda G, 2020). dan yang paling banyak adalah kanker payudara 393 orang, dan disusul kanker paru 313 orang sepanjang 2022. Hal ini, menandakan kanker payudara perlu mendapat perhatian khusus (Dasril H,2023).

Kanker payudara harus diwaspadai sejak dini dimana payudara dapat dicegah dengan perilaku hidup sehat, rutin melakukan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) dan Pemeriksaan Payudara Klinis (SADANIS) oleh tenaga kesehatan terlatih. Faktor lain yang mempengaruhi rendahnya tingkat deteksi dini kanker payudara yakni karena terbatasnya sumber daya manusia untuk melakukan pemeriksaan (Tzarina et al 2020). Sehingga sangat penting untuk perempuan dapat melakukan SADARI sebagai upaya deteksi dini.

Permasalahan yang dialami oleh mitra, yaitu: Dari hasil diskusi tim pengabdian dengan remaja wanita didapatkan beberapa permasalahan terkait pentingnya SADARI. Permasalahan itu Pemerintah Provinsi (Pemprov) Sumatera Utara mencatat ada 3.206 penderita kanker di Sumut diantaranya: Masyarakat terutama remaja masih kurang mau mencari tahu atau mengetahui informasi tentang pencegahan kanker payudara dan masih kurangnya program pemerintah dalam promosi pelaksanaan SADARI bagi remaja melalui Pendidikan Kesehatan secara dini tentang deteksi dini kanker payudara dan Para remaja hanya pernah mendengar sedikit saja bahkan ada yang tidak tahu tentang SADARI. Para remaja cenderung acuh terhadap bahaya kanker payudara sehingga tidak mendalami tentang pentingnya melakukan SADARI.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini bertujuan: Untuk mengedukasi melalui Penyuluhan kesehatan tentang pentingnya melakukan SADARI untuk mendeteksi dini adanya kanker payudara sebagai upaya promosi kesehatan pada para remaja di Klinik Ismawati Desa Dalu 10 A Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang Sumatera Utara. Hasil pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dan dapat membawa dampak perubahan baik dari pengetahuan dan perilaku Remaja melalui penyuluhan kesehatan tentang pentingnya melakukan SADARI sebagai upaya promosi kesehatan pada remaja di Klinik Ismawati Desa Dalu 10 A Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang Sumatera Utara. Manfaat kegiatan ini adalah agar para remaja tahu bagaimana cara melakukan deteksi dini kanker payudara melalui SADARI agar kanker dapat terdeteksi lebih dini dan dapat segera ditangani sebelum memasuki stadium lebih lanjut.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah survey kuantitatif, pengumpulan data dilakukan secara cross sectional dengan menyebarkan kuesioner. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Remaja Putri. Sampel. Analisis statistik yang digunakan adalah distribusi frekuensi, chi square dan regresi logistik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 84% responden memiliki perilaku untuk tidak melakukan SADARI. Variabel yang berhubungan signifikan adalah sikap, riwayat keluarga, informasi media, pengaruh keluarga. Variabel yang paling dominan adalah informasi media massa nilai OR 16,295 Artinya responden yang terpapar informasi

*Penyuluhan Kesehatan Tentang Sadari Sebagai Upaya Promosi Kesehatan Pada Remaja Di Klinik Ismawati Desa Dalu 10 A Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara.*

*Saddiyah Rangkuti, et.al*

media mempunyai peluang 16 kali untuk melakukan SADARI dibandingkan responden yang tidak terpapar informasi media. Disimpulkan bahwa perlu adanya upaya dari pihak sekolah untuk mengadakan penyuluhan dari petugas kesehatan tentang kesehatan reproduksi khususnya tentang SADARI, deteksi dini kanker payudara (siregar R,2022).

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada Selasa, 21 Mei 2024 dari pukul 14.00 sampai dengan 16.00 yang sarasanya adalah Remaja wanita Diklinik Ismawati Desa Dalu 10 A Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang Sumatera Utara. Pengabdian Masyarakat ini dilakukan oleh mahasiswa Universitas Haji Sumatera Utara yang keparannya tentang kebidanan. Tahap awal pengabdian masyarakat ini tim pelaksan menjelaskan defenisi, manfaat dan tata cara melakukan SADARI. Kemudian setelah itu 1 orang tim pelaksana bertanggung jawab untuk absensi, 1 orang bertanggung jawab untuk dokumentasi dan 1 orang bertugas menyebarkan leaflet tentang SADARI.

Angka kejadian kanker payudara dari tahun ke tahun semakin meningkat. Hal ini salah satunya dikarenakan masih rendahnya pengetahuan remaja putri mengenai SADARI sehingga 70% banyak yang datang dalam keadaan stadium lanjut (III dan IV) dan 80% masyarakat tidak mengerti pentingnya SADARI. Oleh karena itu, SADARI perlu dipahami dan diketahui oleh remaja putri sehingga dapat diterapkan secara rutin untuk mendeteksi dini masalah kesehatan payudara. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui efektifitas penyuluhan kesehatan SADARI dengan media video terhadap pengetahuan remaja putri di SMK Muhamamdiyah Cawas Klaten.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan desain Pre Experimental Design. Penelitian dilaksanakan mulai bulan Agustus 2019 dengan sampel sebanyak 69 siswi yang diambil secara total sampling. Variabel bebas adalah penyuluhan kesehatan SADARI dengan media video dan variabel terikat adalah pengetahuan tentang SADARI. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Teknik analisis data menggunakan wilcoxon signed rank test.

Hasil penelitian diketahui sebelum penyuluhan kesehatan dengan media video pengetahuan remaja putri mayoritas cukup sebanyak 47,8% dan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan dengan media video pengetahuan remaja putri mayoritas baik sebanyak 58%. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa signifikansi  $0,000 < 0,05$  sehingga terdapat perbedaan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah penyuluhan kesehatan tentang SADARI melalui media video.

Kesimpulan penelitian ini adalah pemberian penyuluhan kesehatan tentang SADARI melalui media video efektif meningkatkan pengetahuan remaja putri. Saran untuk SMK Muhammadiyah Cawas Klaten hendaknya dapat menggunakan media video sebagai bahan ajar terkait kesehatan payudara dan deteksi dini kanker payudara untuk meningkatkan pengetahuan anak usia produktif (heryani dkk,2020). Kegiatan tersebut dinilai dengan sukses karena materi yang telah disampaikan dapat direspon positif dan peserta juga memberikan sikap baik. Respon positif juga diberikan dengan ikut berpartisipasi dalam diskusi dan tanya jawab terkait dengan sadari.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Tahap awal kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah melakukan kontrak kepada peserta penyuluhan yaitu remaja baik kontrak waktu dan kesediaan para peserta. Persiapan awal lain adalah menyiapkan rauangan dan bahan yang akan di di gunakan penyaji saat melakukan penyuluhan seperti poster dan Pembuatan leaflet untuk materi yang mudah

*Penyuluhan Kesehatan Tentang Sadari Sebagai Upaya Promosi Kesehatan Pada Remaja Di Klinik Ismawati Desa Dalu 10 A Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara.*

*Saddiyah Rangkuti, et.al*

dimengerti. Tahap Pelaksanaan Pada tahap pelaksanaan pengabdian masyarakat ini wajib peserta mengisi lembar persetujuan responden dan daftar hadir, mengisi kuesioner yang telah di siapkan oleh tim PKM dan menyebarkan leaflet agar mudah di pahami. Remaja hadir di Klinik Ismawati Desa Dalu 10 Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang Sumatera Utara sebanyak 5 orang. Mahasiswa Universitas Haji Sumatera Utara yang melakukan pengabdian masyarakat berbagi tugas dimana 1 orang melakukan pengabsenan 1 orang menyebarkan leaflet, 1 orang melakukan dokumentasi kegiatan pengabdian masyarakat ini. Agar kegiatan pengabdian masyarakat Penyuluhan Kesehatan Tentang Pentingnya SADARI sebagai Upaya Promosi Kesehatan Pada remaja wanita Di Klinik Ismawati Desa Dalu 10 A Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang Sumatera Utara berjalan dengan baik. Pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan sesuai jadwal dari pukul 14.00 sampai 16.00 wib dimana saat menjelaskan materi diselingi dengan tanya jawab. Dilakukan awal dan akhir penyampaian materi pada para peserta apakah dapat mengetahui tentang materi yang disampaikan dan peserta mampu menjelaskan kembali materi yang disampaikan oleh tim pengabdian masyarakat.



Gambar 1. Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat

Tim pengusul PKM mengadakan kemitraan dengan Klinik Ismawati dan melaksanakan Penyuluhan Kesehatan Tentang Pentingnya melakukan SADARI Sebagai Upaya Promosi Kesehatan Pada remaja Di Klinik Ismawati Desa Dalu 10A Kecamatan Tnjung Morawa Kabupaten Deli Serdang Sumatera Utara dalam kegiatan ini adalah:

- a. Memberikan persetujuan kerjasama kegiatan dengan tim PKM.

*Penyuluhan Kesehatan Tentang Sadari Sebagai Upaya Promosi Kesehatan Pada Remaja Di Klinik Ismawati Desa Dalu 10 A Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara.*

**Saddiyah Rangkuti, et.al**

- b. Memberikan informasi yang diperlukan terkait kegiatan PKM, misalnya Jumlah peserta
- c. Mengatur waktu di antara jadwal kegiatan untuk menyelenggarakan kegiatan PKM.
- d. Mensosialisasikan kegiatan penyuluhan Kesehatan Tentang Pentingnya melakukan SADARI Sebagai Upaya Promosi Kesehatan Pada remaja Di Klinik Ismawati Desa Dlu 10A Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang Sumatera Utara.
- e. Menyiapkan daftar hadir peserta.
- f. Membantu mengorganisir peserta PKM selama kegiatan PKM agar berlangsung lancar dan tertib.

Kegiatan Pengabdian ini resmi dibuka pada tanggal 13 Januari 2024 oleh Mahasiswi Universitas Haji Sumatera Utara. Setelah pembukaan, dilakukan kegiatan perkenalan dan pendekatan antara pelaksana dengan peserta kegiatan. Respon dari peserta kegiatan sangat baik dan aktif bertanya. Kemudian dilakukan evaluasi Penyuluhan Kesehatan Tentang pentingnya melakukan SADARI Sebagai Upaya Promosi Kesehatan Pada Remaja wanita di Klinik Ismawati Desa Dalu 10A Kecamatan Tnjung Morawa Kabupaten Deli Serdang Sumatera Utara. Masih ada remaja yang belum melakukan kegiatan pemeriksaan sadari, tidak mengetahui manfaat penting dari melakukan sadari, masih banyak remaja yang tidak menghadiri penyuluhan dikarenakan tidak adanya waktu dan Dari beberapa remaja yang ikut penyuluhan hanya beberapa yang antusias dalam mengikuti penyuluhan.

### KESIMPULAN

Pemeriksaan payudara sendiri dapat dimulai sejak wanita mengalami masa pubertas. hal ini sangat perlu dilakukan untuk mengetahui sedini mungkin kelainan dan benjolan yang abnormal pada payudara, sehingga penanganan lebih cepat dan tepat. Upaya remaja putri untuk mencegah terjadinya kanker payudara di pengaruhi oleh pengetahuan remaja putri terhadap pemeriksaan payudara sendiri. Pengetahuan tanda dan gejala yang dimaksud pada kanker payudara yaitu: adanya munculnya benjolan dipayudara yang mengalami pertumbuhan yang cepat dengan atau tanpa rasa sakit, payudara yang tidak simetris, keluarnya nipel discharge, adanya retraksi puting susu dan krusta, adanya kelainan kulit, lesung pipit" orange, adanya ulserasi, terjadinya benjolan diketiak dan edema lengan. Kadang disertai dengan nyeri tulang femur dan tulang belakang, bahkan bisa menimbulkan sesak nafas. SADARI sangat penting dilakukakan bagi remaja karena pada wanita yang usianya lebih muda ketika terkena kanker payudara cenderung perkembangan kanker lebih agresif dibandingkan pada wanita yang usianya lebih tua, dapat menyebar secara cepat dan jarang menimbulkan gejala. Bagi klinik atau Puskesmas diharapkan agar terus mengencangkan program sadari dan melakukan intervensi kepada remaja dalam mencegah adanya kanker payudara. Pemanfaatan kecanggihan teknologi dalam meningkatkan intervensi edukasi kepada remaja seperti menyebarluaskan dan membuat forum komunikasi, edukasi, dan informasi pencegahan kanker payudara dalam media sosial dan website serta blog untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang sadari. Pemanfaatan posyandu remaja dan pembentukan kader dalam mencegah kanker payudara untuk lebih menekankan tentang sadari. Klinik atau Puskesmas juga diharapkan dapat memberdayakan remaja terutama anak sekolah untuk membentuk pola asuh pemberian makan dengan tujuan membentuk pola hidup dan pengetahuan remaja lebih baik. Dalam menjalankan program-program tersebut, klinik atau puskesmas diharapkan untuk bermitra dengan pemerintah dan organisasiorganisasi masyarakat agar seluruh lapisan masyarakat dapat sikap yang baik untuk mencegah dan menekan angka kejadian kanker payudara. Bagi Pemerintah Bagi pemerintah diharapkan membentuk dan melakukan program pencegahan kanker payudara

*Penyuluhan Kesehatan Tentang Sadari Sebagai Upaya Promosi Kesehatan Pada Remaja Di Klinik Ismawati Desa Dalu 10 A Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara.*

*Saddiyah Rangkuti, et.al*

remaja untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang sadari dan pola asuh pemberian edukasi tentang sadari. Pemerintah diharapkan juga dapat turun langsung untuk menangani kasus kanker payudara serta bermitra dengan organisasi-organisasi masyarakat dan klinik agar target dalam menekan dan mencegah kanker payudara kepada seluruh remaja terpenuhi. Pemerintah diharapkan juga memprioritaskan kejadian kanker payudara dalam membentuk generasi bangsa yang lebih baik. Pemerintah dapat menggunakan kecanggihan teknologi dalam mencegah kanker payudara seperti pemasangan iklan, pemanfaatan internet, misalnya menciptakan forum cegah kanker payudara, edukasi melalui 55 media sosial, website untuk sadari dan aplikasi terobosan lainnya, menciptakan anggaran dan rencana pencegahan kanker payudara, ikut turut serta dalam memberdayakan masyarakat, menciptakan program terbarukan dan inovasi dalam mencegah kejadian kanker payudara, dan lain sebagainya. Bagi Masyarakat khususnya remaja sebaiknya mulai menjaga pola makan dan gaya hidup yang lebih baik, serta mencari sumber informasi terkait sadari. Informasi-informasi tentang sadari dan gaya hidup sehat sangat mudah diperoleh dengan memanfaatkan kecanggihan teknologi seperti internet, e-book, pemanfaatan media sosial sebagai wadah sharing dalam mencegah kejadian kanker payudara. Dukungan-dukungan dari berbagai pihak terutama keluarga sangat dibutuhkan dalam mencegah kanker payudara dalam meningkatkan pengetahuan dan pola asuh pemberian makan. Dengan banyaknya dukungan serta fasilitas yang mendukung diharapkan dapat menekan dan mencegah angka kematian.

#### REFERENSI

- Amanda, G. (2020, February 5). 2019, tercatat 856 orang terkena kanker payudara. *Republika Online*. <https://news.republika.co.id/berita/q58i7y423/2019-tercatat-856-orang-terkena-kanker-payudara>
- Arfan, I., Alamsyah, D., & Utami, T. N. (2020). Gambaran pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) Pesantren Putri. *JUMANTIK: Jurnal Mahasiswa Dan Peneliti Kesehatan*, 7(2), 16–25. <https://doi.org/10.29406/jjum.v7i2.2736>
- Dasril, H. (2023, December 4). Sepanjang 2022, Tercatat 3.206 Penderita Kanker di Sumut. *VIVA*. <https://medan.viva.co.id/sumut/4048-sepanjang-2022-tercatat-3206-penderita-kanker-di-sumut?page=1>
- Dessy Mardianti, et al. (n.d). 1-9. (2022)
- Heryani, H., Kusumawaty, J., Gunawan, A., & Samrotul, D. (2020). Efektivitas Leaflet terhadap Peningkatan Keterampilan tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Ar-Risalah Kabupaten Ciamis. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 11(1).
- Julaecha, J. (2021). Pendidikan Kesehatan tentang Deteksi Dini Kanker Payudara melalui Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 3(2), 115-119.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Hari Kanker Sedunia 2019 - Sehat Negeriku. In biro komunikasi dan pelayanan masyarakat, kementerian kesehatan Ri.
- Kerschbaum, E., & Nüssler, V. (2019). Cancer Prevention With Nutrition And Lifestyle. *Visceral Medicine*, 35(4), 204–209. <https://doi.org/10.1159/000501776>
- Krisdianto, B. F., Mailani, F., Fatmadona, R., & Malini, H. (2023). Kewaspadaan Terhadap Kanker Pada Perempuan keturunan Pasien Kanker Payudara. *NERS Jurnal Keperawatan*, 19(1), 46

*Penyuluhan Kesehatan Tentang Sadari Sebagai Upaya Promosi Kesehatan Pada Remaja Di Klinik Ismawati Desa Dalu 10 A Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara.*

*Saddiyah Rangkuti, et.al*

- 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.
- Mariyati, M., Hanum, F., & Afni, N. (2022). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja dengan Perilaku Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). *Journal Assyifa*, 11(1), 30-35.
- Marlinda, Y. (2019). Hubungan dukungan keluarga dengan perawatan diri (self care activity) pada pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas ii denpasar barat. Skripsi. Denpasar: ITEKES Bali.
- Muhidin U. ( 2022 ). faktor yang berhubungan dengan upaya pencegahan kanker payudara dengan metode sadari pada siswi smkn 5 enrekang. Makasar : universitas hasanuddin
- Nasus, E., Tulak, G. T., & Bangu. (2021). Tingkat Kecemasan Petugas Kesehatan Menjalani Rapid Test Mendeteksi Dini Covid 19. *Jurnal Endurance*, 6(1), 94-102.
- Rohani Siregar1. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Data Global Cancer Observatory dari. 6(1), 35- 42.
- Sarina, S., Thaha, R. M., & Nasir, S. (2020). Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Sadari Sebagai Deteksi Dini Kanker Payudara pada Mahasiswi FKM Unhas. *Hasanuddin Journal of Public Health*, Diperoleh 1 desember 2021 di <https://journal.unhas.ac.id/>
- Sari, P., Sayuti, S., Ridwan, M., Rekiaddin, L. O., & Anisa, A. (2020). Hubungan antar Pengetahuan dan Dukungan Tenaga Kesehatan dengan Perilaku Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) pada Wanita Pasangan Usia Subur (PUS). *Perilaku Dan Promosi Kesehatan*, 2(2), 31. <https://doi.org/10.47034/ppk.v2i2.4132>
- Siregar, R. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Pada Remaja Putri Kelas X. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 6(1), 35-42
- Sitinjak, L., Rohana, I. G. A. P. D., Mediana, S. (2019). Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri di SMA Taman Madya 1 Jakarta Pusat. *Journal Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya*, 5(2), 38-41
- Swestivioka, I., Maulida, I., & Rahmanindar, N. (2019). Perbandingan Metode Audio dan Audio Visual terhadap Pengetahuan tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) pada Remaja Putri. *SEAJOM: The Southeast Asia Journal of Midwifery*, 5(2), 55-58. <https://doi.org/10.36749/seajom.v5i2.68>
- Syamsuryanita. (2020). Faktor Yang Mempengaruhi Wanita Menopause Dengan Kejadian kanker Payudara Dirsud Syekh Yusuf GowA. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, Hal 270-276 Volume 15 Nomor 3 eISSN : 2302-2531.
- tomatala, n. s. (2023). pengaruh pendidikan kesehatan tentang pemeriksaan payudara sendiri (sadari) terhadap pengetahuan siswi kelas xii di sma 4 maluku tengah (doctoral dissertation, fakultas kesehatan, universitas kristen indonesia maluku).
- Tzarina, A., Purnamasari, P., & Sulistiadi, W. (2020). Meningkatkan deteksi dini kanker payudara di negara negara berpendapatan menengah ke bawah : systematic review. *AN-NUR: Jurnal Kajian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 53-63
- WHO. (2021, March 26). Breast Cancer. World Health Organization
- Witdiawati, W., Rahayuwati, L., & Purnama, D. (2019). Pendidikan Kesehatan Deteksi Dini Kanker Payudara sebagai Upaya Promosi Kesehatan Wanita Pasangan Usia Subur. *Media Karya Kesehatan*, 2(2).