



# Sanitas: Journal of Health, Medical, and Psychological Studies

Vol 1 No 3 April 2026, Hal 317-329

ISSN: 3123-4070 (Print) ISSN: 3123-3163 (Electronic)

Open Access: <https://scriptaintelektual.com/sanitas/index>

## Systematic Literature Review: Efektivitas Media Edukasi Praktik Sadari (Pemeriksaan Payudara Sendiri) Pada Remaja

Naila Ulya<sup>1\*</sup>, Friska Realita<sup>2</sup>

<sup>1-2</sup> Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Indonesia

email: [nailaulya1212@gmail.com](mailto:nailaulya1212@gmail.com)<sup>1</sup>, [friskarealita@unissula.ac.id](mailto:friskarealita@unissula.ac.id)<sup>2</sup>

### Article Info :

Received:

02-02-2026

Revised:

12-02-2026

Accepted:

18-02-2026

### Abstract

*Breast cancer is the second highest cancer case after lung cancer. In 2022, there was an increase of 2.31 million breast cancers worldwide. Meanwhile, in Indonesia, cancer cases rank first from the total cancer cases in Indonesia, which is 16.6% or 65,858 cases of breast cancer. Breast cancer which increases every year is due to delays in breast cancer diagnosis. Counseling or providing education about breast self-examination (BSE) in various ways will increase early detection of breast cancer. The purpose of this study was to determine the effectiveness of various educational media for BSE practices. The method used is the literature review method from several articles, 2 international articles indexed by Scopus and 8 national articles indexed by Sinta. Based on the 10 articles reviewed, the results showed that there are various educational media, both through electronic media and print media, that can increase the knowledge and skills of young women in doing BSE. It was concluded that audiovisuals, drama, power point, electronic media, videos, leaflets, booklets, demonstrations, Instagram, calendars, Android-based, and via zoom media had an effect on increasing BSE knowledge and skills.*

**Keywords:** Early Breast Cancer Detection, Breast Self-Examination Practice, Health Education Media, Adolescent Health Behavior, Preventive Health Promotion.

### Abstrak

Kanker payudara menjadi kasus kanker tertinggi kedua setelah kanker paru-paru. Pada tahun 2022 terjadi peningkatan sebanyak 2,31 juta kanker payudara di seluruh dunia. Sementara di Indonesia kasus kanker menempati urutan pertama dari total kasus kanker yang ada di Indonesia yaitu sebesar 16,6% atau 65.858 kasus kanker payudara. Kanker payudara yang meningkat setiap tahunnya ini dikarenakan keterlambatan dalam diagnosis kanker payudara. Penyuluhan atau pemberian edukasi tentang pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) dengan berbagai cara akan meningkatkan deteksi dini kanker payudara. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas berbagai macam media edukasi praktik SADARI. Metode yang digunakan yaitu metode *literature review* dari beberapa artikel, 2 artikel internasional yang terindeks *scopus* dan 8 artikel nasional yang terindeks *sinta*. Berdasarkan 10 artikel yang di *review*, didapatkan hasil bahwa terdapat berbagai macam media edukasi baik melalui media elektronik ataupun media cetak yang dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan remaja putri melakukan SADARI. Disimpulkan bahwa audiovisual, bermain drama, *power point*, media elektronik, video, leaflet, booklet, demonstrasi, instagram, kalender, berbasis android, dan melalui media zoom berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan SADARI.

**Kata kunci:** Deteksi Dini Kanker Payudara, Pemeriksaan Payudara Sendiri, Media Edukasi Kesehatan, Perilaku Kesehatan Remaja, Promosi Kesehatan Preventif.



©2022 Authors.. This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.  
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)

## PENDAHULUAN

Kanker payudara terus menempati posisi dominan dalam lanskap epidemiologi global sebagai kanker paling sering dialami perempuan, sekaligus menjadi indikator ketimpangan akses deteksi dini dan literasi kesehatan di berbagai negara. Data terbaru dari World Health Organization menunjukkan bahwa pada tahun 2020 terdapat sekitar 2,26 juta kasus kanker payudara di dunia, meningkat menjadi sekitar 2,31 juta kasus pada 2022, dengan kanker payudara berada pada kelompok penyebab kematian kanker tertinggi secara global (WHO, 2025). Di Indonesia, kanker payudara menyumbang sekitar 16,6% dari seluruh kasus kanker atau setara dengan 65.858 kasus, menjadikannya beban kesehatan masyarakat yang signifikan dalam sistem pelayanan kesehatan nasional (Kemenkes, 2021). Lonjakan angka kejadian ini tidak dapat dilepaskan dari interaksi kompleks faktor genetik, reproduktif, gaya hidup, obesitas, dan pola makan, yang secara kolektif memperbesar risiko transformasi seluler

patologis, sekaligus menegaskan bahwa pencegahan sekunder melalui deteksi dini menjadi strategi krusial dalam menurunkan morbiditas dan mortalitas (Kemenkes, 2024a; WHO, 2025).

Dalam pencegahan sekunder tersebut pemeriksaan payudara sendiri atau SADARI diposisikan sebagai intervensi berbasis perilaku yang murah, dapat diakses luas, dan memiliki potensi meningkatkan kesadaran tubuh sejak usia remaja. Pedoman nasional menekankan bahwa SADARI dapat mulai diperkenalkan sejak menarche dan dilakukan secara rutin setiap bulan pada hari ke-7 hingga ke-10 siklus menstruasi sebagai mekanisme deteksi perubahan dini seperti benjolan, nyeri, atau keluarnya cairan abnormal (Kemenkes, 2016; Kemenkes, 2024b). Penelitian intervensional menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan berbasis media digital sinkron seperti konferensi video mampu meningkatkan pengetahuan remaja putri secara signifikan selama masa pembatasan sosial, menandakan bahwa media edukasi memiliki daya jangkauan adaptif terhadap konteks krisis kesehatan (Herniyatun et al., 2021). Studi lain memperlihatkan bahwa media cetak sederhana seperti leaflet efektif meningkatkan keterampilan praktik SADARI pada remaja pesantren, mengindikasikan bahwa keberhasilan intervensi tidak hanya ditentukan oleh kecanggihan teknologi, tetapi oleh kesesuaian media dengan karakteristik audiens (Heryani et al., 2020).

Perkembangan berikutnya memperluas spektrum media edukasi ke arah pendekatan perilaku dan teknologi personal. Modifikasi perilaku melalui kalender pengingat SADARI terbukti memperkuat konsistensi praktik pemeriksaan mandiri, menyoroti pentingnya elemen penguatan kebiasaan dalam desain intervensi (Indargairi & Sintawati, 2024). Pengembangan aplikasi berbasis Android memperlihatkan peningkatan keterampilan teknis siswa dalam melakukan langkah SADARI secara benar, menunjukkan bahwa integrasi multimedia interaktif dapat menjembatani kesenjangan antara pengetahuan dan praktik (Iriyani & Larasati, 2023). Temuan-temuan ini juga memperlihatkan variasi efek intervensi yang dipengaruhi oleh konteks sosial, tingkat pendidikan, kecemasan kesehatan, serta dukungan keluarga faktor-faktor yang dalam studi sebelumnya dikaitkan dengan keterlambatan diagnosis dan rendahnya kepedulian terhadap deteksi dini kanker payudara (Kemenkes, 2024a; Herniyatun et al., 2021).

Walaupun literatur menunjukkan konsensus bahwa edukasi SADARI meningkatkan pengetahuan dan keterampilan, terdapat keterbatasan konseptual yang menonjol, yaitu fragmentasi bukti berdasarkan jenis media tanpa kerangka komparatif yang sistematis. Banyak studi berfokus pada evaluasi pra-pasca intervensi dalam populasi terbatas, sehingga generalisasi efektivitas antar media digital sinkron, cetak, pengingat perilaku, dan aplikasi masih bersifat parsial (Heryani et al., 2020; Indargairi & Sintawati, 2024). Inkonsistensi metodologis, seperti variasi instrumen pengukuran keterampilan, durasi tindak lanjut, dan definisi keberhasilan intervensi, memperumit interpretasi lintas studi. Dimensi psikososial seperti kecemasan terhadap diagnosis, persepsi kerentanan, dan dukungan sosial yang diketahui memengaruhi perilaku SADARI belum selalu diintegrasikan dalam desain evaluasi media edukasi, menciptakan celah antara efektivitas kognitif dan keberlanjutan perilaku (Kemenkes, 2024b; Iriyani & Larasati, 2023).

Keterbatasan tersebut memiliki implikasi langsung terhadap urgensi ilmiah dan praktis penelitian, mengingat keterlambatan deteksi dini masih menjadi kontributor utama meningkatnya kasus kanker payudara stadium lanjut. Tanpa sintesis komprehensif yang membandingkan dan memetakan efektivitas berbagai media edukasi, pengambil kebijakan dan praktisi kesehatan berisiko mengadopsi intervensi yang tidak optimal untuk populasi remaja yang heterogen. Kebutuhan akan pemetaan bukti yang terintegrasi menjadi semakin mendesak ketika promosi kesehatan harus menjangkau remaja di lingkungan sekolah, pesantren, maupun komunitas digital, masing-masing dengan karakteristik literasi dan akses teknologi yang berbeda. Posisi riset ini muncul pada titik temu antara epidemiologi kanker payudara, teori perubahan perilaku kesehatan, dan inovasi media edukasi, dengan fokus pada remaja sebagai kelompok strategis untuk pembentukan kebiasaan deteksi dini jangka panjang.

Penelitian ini diposisikan sebagai tinjauan literatur sistematis yang bertujuan menyatukan, membandingkan, dan mengevaluasi secara kritis bukti empiris mengenai efektivitas berbagai media edukasi SADARI pada remaja, dengan orientasi pada integrasi dimensi pengetahuan, keterampilan, dan keberlanjutan perilaku. Melalui pendekatan sintesis yang terstruktur, studi ini berupaya membangun kerangka konseptual yang menjelaskan bagaimana karakteristik media, konteks implementasi, dan faktor psikososial berinteraksi dalam memengaruhi praktik SADARI. Kontribusi yang ditargetkan mencakup penguatan dasar teoretis bagi desain intervensi edukasi kesehatan berbasis media serta

penyediaan peta bukti yang dapat memandu pengembangan strategi promosi kesehatan remaja yang lebih presisi, adaptif, dan berkelanjutan.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan **non-empiris** berupa *systematic literature review* untuk mengevaluasi efektivitas berbagai media edukasi dalam meningkatkan praktik pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) pada populasi remaja. Sumber data diperoleh dari basis data ilmiah *Google Scholar* dan *PubMed* dengan strategi pencarian terstruktur menggunakan kombinasi kata kunci berbahasa Indonesia dan Inggris: “edukasi”, “SADARI”, “praktik”, “remaja” serta “education”, “breast self-examination”, “practice”, “adolescence”. Artikel yang dipertimbangkan dibatasi pada publikasi tahun 2020–2025 untuk menangkap perkembangan intervensi edukasi terkini. Kriteria inklusi meliputi: (1) penelitian yang mengevaluasi media edukasi terkait SADARI, (2) populasi remaja, (3) artikel *peer-reviewed*, dan (4) tersedia teks lengkap. Kriteria eksklusi mencakup artikel opini, editorial, studi tanpa evaluasi hasil praktik atau pengetahuan SADARI, serta publikasi duplikat. Proses identifikasi awal dilakukan melalui penyaringan judul dan abstrak, diikuti penelaahan teks lengkap untuk memastikan kesesuaian dengan tujuan kajian, sehingga diperoleh total 10 artikel yang memenuhi kriteria, terdiri atas 8 artikel terindeks SINTA dari *Google Scholar* dan 2 artikel terindeks Scopus dari *PubMed*.

Penyaringan literatur dilakukan secara sistematis melalui tahapan identifikasi, seleksi, kelayakan, dan inklusi untuk meminimalkan bias seleksi dan memastikan transparansi proses. Setiap artikel dianalisis menggunakan kerangka ekstraksi data yang mencakup karakteristik studi, jenis media edukasi, desain intervensi, indikator hasil (pengetahuan dan keterampilan praktik SADARI), serta temuan utama. Analisis dilakukan dengan pendekatan sintesis naratif komparatif untuk mengidentifikasi pola efektivitas media, konsistensi hasil, dan faktor kontekstual yang memengaruhi keberhasilan intervensi. Validitas interpretasi dijaga melalui pembacaan berulang dan perbandingan lintas studi guna membangun tema-tema konseptual yang koheren. Karena penelitian ini menggunakan data sekunder yang telah dipublikasikan, tidak diperlukan persetujuan etik langsung terhadap partisipan; namun prinsip integritas akademik, transparansi sumber, dan pelaporan yang akurat tetap dipatuhi sesuai standar etika publikasi ilmiah.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Sintesis Penelitian Terdahulu Terkait Efektivitas Media Edukasi SADARI pada Remaja

Temuan yang dirangkum dalam Tabel 1 memperlihatkan bahwa keberagaman media edukasi SADARI merefleksikan respons ilmiah terhadap kebutuhan global untuk memperkuat deteksi dini kanker payudara sejak fase perkembangan remaja. Beban epidemiologis kanker payudara yang terus meningkat menempatkan edukasi berbasis perilaku sebagai strategi preventif yang tidak dapat dipisahkan dari agenda kesehatan masyarakat jangka panjang, sehingga efektivitas media harus dibaca sebagai bagian dari sistem pencegahan sekunder yang lebih luas (WHO, 2025). Kerangka risiko biologis dan gaya hidup menunjukkan bahwa intervensi pada usia muda berpotensi mengubah lintasan perilaku kesehatan melalui pembentukan skema kognitif yang stabil mengenai tubuh dan penyakit (American Cancer Society, 2022). Kebijakan nasional mengenai kanker payudara menegaskan bahwa praktik SADARI merupakan komponen integral promosi kesehatan reproduksi, sehingga media edukasi berfungsi sebagai mediator antara standar prosedural dan internalisasi perilaku (Kemenkes, 2024a). Interpretasi ini menempatkan variasi metode pada Tabel 1 sebagai eksperimen pedagogis yang diarahkan untuk mengoptimalkan jalur kognitif dan afektif dalam pembentukan kebiasaan deteksi dini.

**Tabel 1. Hasil Temuan Artikel Edukasi SADARI**

| Penulis dan Tahun         | Judul Penelitian                                                                                                                                         | Metode penelitian           | Hasil Penelitian                                                                                |
|---------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ogunmodede et al., (2024) | Promoting breast health among female adolescents: a comparative analysis of the effects of two didactic tools on knowledge and practice regarding breast | A quasi-experimental design | Edukasi pada kelompok modern menggunakan metode audiovisual lebih efektif daripada edukasi pada |

|                                                                     |                                                                                                                                             |                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                     | self-examination in Southwest Nigeria                                                                                                       |                                                                                            | kelompok tradisional yang menggunakan metode ceramah                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Nsaful et al., (2022)                                               | The impact of a breast cancer educational intervention in Ghanaian high schools                                                             | A pre- post-test quasi experimenta                                                         | Terdapat peningkatan setelah diberikan edukasi mengenai kanker payudara dan pemeriksaan payudara sendiri dengan metode siswi memainkan drama kemudian diberikan penjelasan oleh dokter menggunakan power point dan terakhir dibagikan brosur tentang kanker payudara dan pemeriksaan payudara sendiri. |
| Febriani, Risa Erfina Hardiati, Iis Sri. (2024)                     | Pengaruh Edukasi Pemeriksaan Payudara Sendiri Melalui Media Elektronik Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Remaja Smk Pelita Alam Bekasi | Quasi eksperimen dengan pretest-postest.                                                   | Terdapat pengaruh edukasi SADARI (pemeriksaan payudara sendiri) pada perempuan SMK umur 16-18 tahun melalui media elektronik dengan hasil nilai signifikansi= 0,000                                                                                                                                    |
| Herlinadiyaningsih, Herlinadiyaningsih Ayue, Heti Ira. (2022)       | Efektivitas Media Video SADARI Terhadap Praktik SADARI pada Remaja Putri di SMK PGRI Sampit                                                 | penelitian Quasi eksperimen dengan desain penelitian "Nonequivalent Control Group Design". | Terdapat pengaruh edukasi melalui video terhadap pengetahuan SADARI remaja putri SMK PGRI Sampit dengan nilai p-value=0,000.                                                                                                                                                                           |
| Heni Heryani, Jajuk Kusumawaty, Asep Gunawan, Dede Samrotul. (2020) | Efektivitas Leaflet Terhadap Peningkatan Keterampilan Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Pada Remaja Putri                       | Pre eksperimental menggunakan rancangan one grup pretest-posttest design.                  | Edukasi menggunakan leaflet dapat meningkatkan keterampilan SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri) karena disertai                                                                                                                                                                                      |

|                                                |                                                                                                                                                                 |                                                                           |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                |                                                                                                                                                                 |                                                                           |  | gambar dan langkah-langkah SADARI yang membantu memudahkan remaja putri melakukan SADARI.                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Boby Krisdianto, Natasyah, Hema Malini. (2023) | Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Booklet Dan Metode Demonstrasi Terhadap Pengetahuan Dan Kemampuan Remaja Putri Melakukan Praktik Sadari Di Daerah Pedesaan | Pre Experimental dengan pendekatan one group pretest-posttest.            |  | Adanya pengaruh edukasi menggunakan booklet atau buku kecil yang berisi informasi lengkap tentang SADARI dan metode demonstrasi yaitu dengan mempraktikan langkah-langkah SADARI pada phantom.                                                                                                                                                                                 |
| Aditya Klarista AW, et al., (2024)             | Pengaruh Instagram Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Remaja Dalam Melakukan Sadari                                                              | True Eksperimental dengan simple random sampling                          |  | Terdapat perbedaan pengaruh antara kelompok kontrol dan intervensi. Terdapat peningkatan pengetahuan dan keterampilan pada kelompok intervensi yang diberikan edukasi SADARI melalui media instagram, sementara pada kelompok kontrol yang mendapatkan edukasi melalui media selain instagram hanya mengalami sedikit peningkatan pengetahuan dan keterampilan tentang SADARI. |
| Tri Iriyani (2023)                             | Pengembangan Media Edukasi Sadari Berbasis Android Untuk Meningkatkan Keterampilan Pemeriksaan Payudara Sendiri Pada                                            | quasi-experimental design dengan rancangan pretest-posttest group design. |  | Terdapat pengaruh media edukasi berbasis android, leaflet, dan power point terhadap                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

|                                                                 |                                                                                                                                     |                                                                    |                                                                          |                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Indargairi dan Sintawati (2024)                                 | Siswi SMP Zaha Genggong                                                                                                             | Modifikasi Perilaku Payudara Sendiri Melalui Media Kalender Sadari | quasi eksperimen dengan pretest-posttest control group design.           | keterampilan SADARI siswi. Terdapat pengaruh penggunaan kalender SADARI terhadap frekuensi melakukan SADARI pada remaja. |
|                                                                 |                                                                                                                                     |                                                                    |                                                                          |                                                                                                                          |
| Herniyatun, Aninditya Anandari Novitasari, Eka Novyriana (2021) | Efektivitas Pendidikan Kesehatan Sadari Melalui Zoom Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Pada Masa Pandemi Di Desa Kedungjati |                                                                    | quasi eksperimen dengan pre-test and post-test with control grup design. | Terdapat pengaruh edukasi SADARI melalui media zoom terhadap tingkat pengetahuan remaja putri tentang SADARI.            |

Standarisasi langkah SADARI menyediakan kerangka evaluatif yang memungkinkan penilaian efektivitas media berdasarkan kemampuan remaja mentransformasikan pengetahuan menjadi keterampilan prosedural. Pedoman operasional SADARI memfasilitasi pembelajaran yang terstruktur, sehingga setiap intervensi dapat diukur melalui konsistensi praktik terhadap standar klinis yang telah ditetapkan (Kemenkes, 2016). Variabel psikososial seperti persepsi kerentanan, norma sosial, dan dukungan keluarga memediasi penerapan keterampilan tersebut, menunjukkan bahwa media edukasi bekerja melalui mekanisme kognitif sekaligus afektif (Maulidia, 2022). Bukti keterlambatan diagnosis yang berkaitan dengan rendahnya literasi kesehatan memperkuat kebutuhan desain media yang mampu mengurangi hambatan emosional dan miskonsepsi (Pelima, 2021). Variasi pendekatan dalam Tabel 1 dapat dipahami sebagai upaya diferensiasi strategi pembelajaran untuk menjangkau determinan perilaku yang heterogen.

Data komparatif pada Tabel 1 menunjukkan bahwa intervensi audiovisual menghasilkan peningkatan pengetahuan dan praktik SADARI yang lebih konsisten dibanding metode ceramah tradisional. Keunggulan ini dapat dijelaskan melalui teori pemrosesan informasi ganda, di mana integrasi rangsangan visual dan auditori memperkuat retensi memori serta mempermudah translasi konsep menjadi tindakan (Ogunmodede, 2024). Paket audiovisual dasar terbukti mengurangi beban kognitif dengan menyediakan representasi visual langkah-langkah SADARI yang dapat diinternalisasi secara berulang (Devia Rahayu, 2020). Perspektif promosi kesehatan menilai media audiovisual sebagai alat yang efektif dalam menjembatani kesenjangan literasi melalui simbol dan demonstrasi konkret (Emilia & Prabandari, 2018). Konsistensi temuan ini menegaskan bahwa efektivitas media visual terletak pada kemampuannya menyelaraskan pemahaman konseptual dengan performa praktik.

Intervensi berbasis drama, ceramah, dan materi cetak dalam Tabel 1 menunjukkan bahwa pembelajaran sosial berperan penting dalam membangun makna kesehatan pada remaja. Simulasi sosial melalui drama memungkinkan peserta mengamati dan meniru perilaku yang dimodelkan, sesuai dengan teori pembelajaran sosial yang menekankan peran observasi dalam perubahan perilaku (Nsaful, 2022). Pendekatan edukasi kanker pada perempuan menggarisbawahi pentingnya narasi dan demonstrasi sebagai sarana mengurangi jarak psikologis terhadap penyakit (Rasjidi Imam, 2010). Rendahnya tingkat pengetahuan awal remaja tentang SADARI memperlihatkan bahwa intervensi multimodal berfungsi sebagai korektor miskonsepsi dan penguat kesiapan bertindak (Sihite, 2019). Kombinasi metode ini menunjukkan bahwa efektivitas edukasi bertumpu pada integrasi pengalaman kognitif dan sosial.

Media elektronik berbasis distribusi digital memperlihatkan efektivitas signifikan dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap karena menawarkan aksesibilitas tinggi dan peluang pengulangan materi. Edukasi melalui platform elektronik memungkinkan peserta mengakses informasi secara fleksibel, memperkuat pembelajaran melalui eksposur berulang yang mendukung konsolidasi memori

(Febriani & Hardiati, 2024). Intervensi sinkron melalui konferensi video meningkatkan keterlibatan kognitif melalui komunikasi dua arah yang memfasilitasi klarifikasi konsep (Herniyatun, 2021). Peningkatan pengetahuan pasca edukasi menunjukkan bahwa struktur penyampaian yang sistematis membentuk skema kognitif yang lebih stabil mengenai kesehatan payudara (Nisa, 2021). Tabel 1 mengindikasikan bahwa lingkungan belajar digital dapat berfungsi sebagai ruang adaptif untuk internalisasi perilaku SADARI.

Media visual-interaktif seperti video, aplikasi Android, dan media sosial memperluas dimensi pembelajaran dengan memanfaatkan karakteristik generasi digital yang terbiasa dengan stimulasi multimodal. Video edukasi memungkinkan observasi berulang yang mendukung pembelajaran imitasi dan penguatan keterampilan motorik (Herlinadiyaningsih & Ayue, 2022). Aplikasi berbasis Android menyediakan navigasi langkah demi langkah yang mendukung pembelajaran mandiri serta refleksi praktik (Iriyani & Larasati, 2023). Media sosial seperti Instagram berperan sebagai kanal diseminasi yang menggabungkan visual singkat dan interaksi sosial untuk meningkatkan relevansi pesan kesehatan (Angelia, 2024). Temuan ini memperlihatkan bahwa media digital interaktif berkontribusi pada pembentukan rasa kepemilikan terhadap perilaku kesehatan.

Media cetak dan demonstrasi tetap menunjukkan relevansi sebagai strategi pembelajaran taktil yang memperkuat memori prosedural melalui representasi visual statis dan praktik langsung. Leaflet dengan ilustrasi langkah SADARI menyediakan panduan yang dapat dirujuk ulang sehingga mendukung konsolidasi keterampilan (Heryani, 2020). Booklet yang dikombinasikan dengan demonstrasi menggunakan model memperluas pengalaman belajar menjadi kinestetik, meningkatkan kepercayaan diri dalam praktik (Krisdianto, 2023). Kalender sebagai media pengingat berfungsi sebagai stimulus lingkungan yang memperkuat konsistensi perilaku melalui pengulangan temporal (Indargairi & Sintawati, 2024). Data pada Tabel 1 menegaskan bahwa media cetak efektif ketika dirancang sebagai penguat kebiasaan, bukan sekadar penyampai informasi.

Integrasi temuan empiris dengan kerangka kebijakan menunjukkan bahwa edukasi SADARI merupakan bagian strategis dari continuum pencegahan kanker payudara. Program skrining nasional memposisikan edukasi sebagai fondasi literasi kesehatan populasi, sehingga efektivitas media memiliki implikasi sistemik terhadap kesiapan deteksi dini (Kemenkes, 2021). Penekanan normatif mengenai pentingnya SADARI memperkuat legitimasi perilaku preventif dalam kehidupan sehari-hari (Kemenkes, 2024b). Model penyuluhan berbasis komunitas yang melibatkan demonstrasi langsung menunjukkan bahwa partisipasi aktif meningkatkan retensi dan komitmen perilaku (Risprawati, 2021). Tabel 1 mencerminkan spektrum intervensi yang dapat diadaptasi sesuai konteks layanan kesehatan dan pendidikan.

Keseluruhan temuan menunjukkan bahwa efektivitas media edukasi SADARI beroperasi melalui mekanisme perubahan perilaku yang melibatkan faktor predisposisi, penguat, dan pemungkin. Model promosi kesehatan menjelaskan bahwa media berfungsi sebagai katalis yang menghubungkan informasi dengan kesiapan bertindak melalui interaksi faktor individu dan lingkungan (Emilia & Prabandari, 2018). Persepsi risiko dan norma sosial memediasi penerimaan pesan kesehatan, sehingga keselarasan antara media dan konteks psikososial menjadi kunci keberhasilan intervensi (Maulidia, 2022). Sintesis lintas studi memperlihatkan bahwa media yang efektif adalah yang mampu mengintegrasikan klaritas informasi, relevansi emosional, dan kemudahan praktik. Analisis ini mengarahkan fokus pada desain intervensi yang responsif terhadap determinan perilaku remaja.

Sintesis data pada Tabel 1 menyediakan dasar konseptual untuk pengembangan model edukasi SADARI yang adaptif dan berbasis bukti. Tren global kanker payudara menuntut strategi edukasi yang mampu menjangkau remaja secara sistematis dan berkelanjutan sebagai investasi kesehatan jangka panjang (WHO, 2025). Bukti epidemiologis memperlihatkan bahwa peningkatan literasi kesehatan sejak remaja berpotensi menurunkan keterlambatan deteksi melalui pembentukan kebiasaan preventif (American Cancer Society, 2022). Evaluasi media perlu mengintegrasikan indikator kognitif, afektif, dan perilaku untuk menangkap dampak intervensi secara komprehensif. Pendekatan ini membuka ruang bagi desain intervensi hibrid yang menggabungkan kekuatan media digital, cetak, dan partisipatif dalam pembelajaran SADARI.

### **Efektivitas Media Edukasi terhadap Peningkatan Pengetahuan SADARI pada Remaja**

Sintesis literatur menunjukkan bahwa media edukasi berbasis visual dan digital secara konsisten meningkatkan pengetahuan remaja mengenai praktik SADARI melalui mekanisme penguatan memori

dan pemrosesan kognitif multimodal. Bukti konseptual dari promosi kesehatan menegaskan bahwa paparan informasi yang terstruktur memfasilitasi pembentukan skema perilaku preventif yang lebih stabil pada kelompok usia remaja. Temuan lintas studi memperlihatkan peningkatan skor pengetahuan setelah intervensi edukasi, yang menandakan efektivitas pendekatan komunikasi kesehatan berbasis media. Kerangka teori perilaku kesehatan menjelaskan bahwa peningkatan pengetahuan merupakan prasyarat penting untuk perubahan sikap dan niat perilaku preventif. Interpretasi ini selaras dengan laporan empiris sebelumnya yang menekankan bahwa edukasi SADARI berperan sebagai strategi deteksi dini yang relevan secara epidemiologis (American Cancer Society, 2022; WHO, 2025).

Analisis komparatif berbagai media edukasi memperlihatkan bahwa platform audiovisual dan media sosial memiliki daya jangkauan kognitif yang lebih tinggi dibandingkan media cetak tradisional. Studi-studi yang dianalisis menunjukkan bahwa interaksi visual meningkatkan retensi informasi melalui aktivasi jalur pembelajaran observasional. Model promosi kesehatan menyatakan bahwa pengulangan pesan dan representasi simbolik memperkuat internalisasi informasi kesehatan pada remaja. Literatur juga menekankan bahwa konteks digital memfasilitasi keterlibatan aktif yang mempercepat pemahaman konsep SADARI. Penafsiran ini didukung oleh temuan intervensi berbasis media elektronik yang menunjukkan peningkatan signifikan pada indikator pengetahuan (Emilia & Prabandari, 2018; Febriani & Hardiati, 2024; Angelia et al., 2024).

Evaluasi literatur menyoroti bahwa edukasi berbasis video dan demonstrasi memperkuat pemahaman prosedural melalui mekanisme imitasi dan pembelajaran sosial. Remaja menunjukkan respons kognitif yang lebih baik ketika materi disampaikan secara konkret dan berurutan. Kerangka teori pembelajaran sosial menjelaskan bahwa visualisasi tindakan meningkatkan kemampuan representasi mental terhadap prosedur SADARI. Studi intervensi memperlihatkan bahwa kombinasi narasi dan demonstrasi menghasilkan peningkatan pemahaman konseptual yang konsisten. Interpretasi analitis ini menegaskan pentingnya desain media edukasi yang adaptif terhadap karakteristik perkembangan remaja (Herlinadiyaningsih & Ayue, 2022; Devia Rahayu et al., 2020).

Literatur menunjukkan bahwa edukasi daring selama periode pembelajaran jarak jauh tetap mempertahankan efektivitas transfer pengetahuan kesehatan reproduksi. Mekanisme sinkronisasi visual dan audio pada platform virtual mendukung kontinuitas pembelajaran kesehatan. Kerangka konseptual promosi kesehatan menekankan bahwa aksesibilitas informasi merupakan determinan utama peningkatan literasi kesehatan. Studi yang dianalisis memperlihatkan bahwa pendekatan daring tidak menurunkan kualitas pemahaman materi SADARI. Penafsiran ini mengindikasikan bahwa integrasi teknologi pendidikan dapat menjadi strategi berkelanjutan dalam edukasi kesehatan remaja (Herniyatun et al., 2021; Nsaful et al., 2022).

Sintesis temuan lintas penelitian memperlihatkan pola peningkatan pengetahuan yang relatif konsisten pada berbagai bentuk media edukasi. Variasi efektivitas dipengaruhi oleh intensitas paparan, desain pesan, dan keterlibatan peserta. Kerangka analisis perilaku kesehatan menjelaskan bahwa kombinasi kognisi dan pengalaman belajar meningkatkan kesiapan individu untuk bertindak. Representasi kuantitatif ringkasan temuan disajikan pada Tabel 1 sebagai dasar interpretasi komparatif. Data tersebut menunjukkan tren peningkatan skor pengetahuan yang mendukung validitas konseptual intervensi edukasi (Kemenkes, 2024a; Kemenkes, 2024b).

**Tabel 2. Ringkasan Efektivitas Media Edukasi terhadap Pengetahuan SADARI**

| <b>Jenis Media</b>   | <b>Arah Perubahan Pengetahuan Konsistensi Temuan</b> |        |
|----------------------|------------------------------------------------------|--------|
| Video/Audiovisual    | Meningkat signifikan                                 | Tinggi |
| Media sosial/digital | Meningkat moderat–tinggi                             | Tinggi |
| Leaflet/booklet      | Meningkat moderat                                    | Sedang |
| Aplikasi Android     | Meningkat signifikan                                 | Tinggi |

Interpretasi terhadap data pada Tabel 1 menunjukkan bahwa media audiovisual dan digital memiliki konsistensi efek yang lebih kuat dibanding media cetak. Kerangka teori kognitif menjelaskan bahwa integrasi stimulus visual memperkuat encoding informasi kesehatan. Literatur juga menegaskan bahwa keterlibatan aktif meningkatkan daya ingat jangka panjang. Temuan ini memperkuat argumen



bahwa desain media edukasi harus mempertimbangkan karakteristik neurokognitif remaja. Analisis ini sejalan dengan hasil penelitian intervensi berbasis aplikasi dan booklet yang menunjukkan peningkatan pemahaman prosedural (Iriyani & Larasati, 2023; Krisdianto et al., 2023).

Kajian literatur menekankan bahwa peningkatan pengetahuan tidak terlepas dari faktor predisposisi dan penguatan lingkungan belajar. Model PRECEDE-PROCEED menjelaskan bahwa edukasi berfungsi sebagai faktor penguat perubahan perilaku preventif. Studi-studi yang dianalisis menunjukkan bahwa dukungan lingkungan sekolah memperkuat retensi informasi. Integrasi edukasi kesehatan dalam kurikulum meningkatkan kontinuitas pembelajaran SADARI. Penafsiran ini menegaskan hubungan antara konteks sosial dan efektivitas intervensi edukasi (Emilia & Prabandari, 2018; Maulidia et al., 2022).

Literatur juga menunjukkan bahwa persepsi risiko kanker payudara memoderasi efektivitas transfer pengetahuan. Remaja yang memiliki kesadaran risiko lebih tinggi menunjukkan keterlibatan belajar yang lebih aktif. Teori persepsi kesehatan menjelaskan bahwa ancaman yang dipahami meningkatkan motivasi kognitif. Studi epidemiologis mengaitkan literasi deteksi dini dengan penurunan keterlambatan diagnosis. Interpretasi ini memperkuat pentingnya integrasi edukasi risiko dalam materi SADARI (Pelima, 2021; Kemenkes, 2021).

Analisis konseptual memperlihatkan bahwa keberlanjutan edukasi menentukan stabilitas pengetahuan jangka panjang. Pengulangan pesan kesehatan meningkatkan konsolidasi memori dan pembentukan kebiasaan kognitif. Studi literatur menunjukkan bahwa intervensi berkelanjutan menghasilkan retensi informasi yang lebih tinggi. Kerangka teori pembelajaran menekankan pentingnya reinforcement dalam perubahan perilaku kesehatan. Penafsiran ini mendukung pendekatan edukasi berkelanjutan dalam program deteksi dini (Risprawati, 2021; Nisa, 2021).

Sintesis keseluruhan temuan menegaskan bahwa media edukasi SADARI berperan signifikan dalam meningkatkan literasi kesehatan remaja. Integrasi teori perilaku, pembelajaran sosial, dan promosi kesehatan menjelaskan mekanisme peningkatan pengetahuan secara komprehensif. Literatur menunjukkan konsistensi efek intervensi pada berbagai konteks pendidikan. Interpretasi analitis mengindikasikan bahwa strategi edukasi berbasis media harus dirancang adaptif dan berkelanjutan. Kesimpulan konseptual ini memperkuat posisi edukasi SADARI sebagai komponen penting dalam promosi kesehatan remaja (Sihite et al., 2019; Rasjidi, 2010).

### **Sintesis Analitik Efektivitas Media Edukasi SADARI dalam Pembentukan Perilaku Deteksi Dini Remaja**

Analisis sintesis literatur menunjukkan bahwa efektivitas media edukasi SADARI pada remaja tidak hanya bergantung pada penyampaian informasi, melainkan pada kemampuan media membangun representasi kognitif yang memfasilitasi transisi dari pengetahuan menuju praktik perilaku preventif. Kerangka promosi kesehatan menjelaskan bahwa perubahan perilaku terjadi ketika pesan kesehatan mampu menurunkan hambatan persepsi dan meningkatkan persepsi kerentanan, sebuah mekanisme yang secara konsisten ditemukan dalam studi edukasi SADARI berbasis demonstrasi dan materi visual terstruktur (Emilia & Prabandari, 2018; Maulidia et al., 2022). Literatur juga mengindikasikan bahwa media yang memungkinkan simulasi mental prosedur pemeriksaan mempercepat internalisasi langkah-langkah SADARI sehingga meningkatkan kesiapan praktik aktual pada remaja (Rasjidi, 2010; Kemenkes, 2016). Temuan internasional memperkuat bahwa pembelajaran berbasis pengalaman visual meningkatkan retensi memori prosedural dibandingkan pendekatan tekstual semata (WHO, 2025; American Cancer Society, 2022). Sintesis ini memperlihatkan bahwa efektivitas edukasi tidak dapat direduksi menjadi peningkatan skor pengetahuan, melainkan harus dinilai sebagai transformasi kapasitas perilaku preventif yang berkelanjutan.

Kajian terhadap intervensi audiovisual menunjukkan bahwa integrasi elemen visual dinamis, demonstrasi langkah, dan penguatan pesan meningkatkan pemahaman prosedural yang berdampak langsung pada kualitas praktik SADARI. Studi berbasis video dan paket audiovisual memperlihatkan peningkatan signifikan dalam akurasi langkah pemeriksaan, yang menunjukkan bahwa pembelajaran multimodal memperkaya jalur pemrosesan informasi remaja (Devia Rahayu et al., 2020; Herlinadiyaningsih & Ayue, 2022). Pendekatan digital sinkron seperti edukasi melalui platform konferensi daring juga terbukti mempertahankan efektivitas transfer pengetahuan meskipun dilakukan dalam konteks pembelajaran jarak jauh (Herniyatun et al., 2021). Literatur Ghana dan Nigeria menunjukkan pola serupa, di mana intervensi visual interaktif mempercepat adopsi praktik deteksi dini

dibanding metode ceramah konvensional (Nsaful et al., 2022; Ogunmodede et al., 2024). Konsistensi lintas konteks budaya ini mengindikasikan bahwa desain media yang memaksimalkan keterlibatan sensorik berperan sebagai katalis pembentukan perilaku kesehatan.

Media cetak tetap menunjukkan relevansi strategis ketika dirancang untuk mendukung pembelajaran bertahap dan penguatan memori jangka panjang. Leaflet, booklet, dan kalender edukasi berfungsi sebagai pengingat visual berulang yang memperkuat pembiasaan perilaku SADARI, terutama di lingkungan dengan akses digital terbatas (Heryani et al., 2020; Indargairi & Sintawati, 2024). Penelitian di wilayah pedesaan menunjukkan bahwa kombinasi booklet dan demonstrasi meningkatkan kemampuan praktik secara signifikan karena menyediakan referensi visual yang dapat diulang secara mandiri (Krisdianto et al., 2023). Mekanisme pengulangan ini penting dalam teori pembelajaran perilaku karena memperkuat asosiasi stimulus-respon hingga terbentuk kebiasaan (Emilia & Prabandari, 2018). Sintesis literatur menegaskan bahwa efektivitas media cetak tidak terletak pada kompleksitas desain, tetapi pada konsistensi paparan informasi yang mendorong internalisasi prosedur.

Platform media sosial dan aplikasi berbasis Android memperluas dimensi edukasi SADARI melalui aksesibilitas tinggi dan interaktivitas personal. Intervensi berbasis Instagram dan aplikasi mobile menunjukkan peningkatan simultan pada pengetahuan dan keterampilan praktik karena memanfaatkan kedekatan teknologi dengan kehidupan remaja (Angelia et al., 2024; Iriyani & Larasati, 2023). Media digital memungkinkan penguatan pesan melalui pengulangan algoritmik dan visualisasi prosedural yang adaptif terhadap gaya belajar pengguna. Studi sekolah menengah menunjukkan bahwa paparan digital berulang mempercepat pembentukan niat perilaku yang kemudian terwujud dalam praktik aktual (Febriani & Hardiati, 2024; Nisa, 2021). Literatur menegaskan bahwa integrasi teknologi bukan sekadar inovasi media, melainkan strategi rekontekstualisasi edukasi kesehatan ke dalam ekosistem komunikasi remaja.

Perbandingan lintas media memperlihatkan bahwa efektivitas tertinggi dicapai ketika intervensi menggabungkan demonstrasi visual, penguatan tertulis, dan akses digital berkelanjutan. Analisis komparatif menunjukkan bahwa media tunggal meningkatkan pengetahuan, sedangkan kombinasi media mempercepat konversi menjadi praktik konsisten (Pelima, 2021; Sihite et al., 2019). Perspektif promosi kesehatan menilai integrasi media sebagai strategi penguatan berlapis yang menurunkan resistensi perilaku dan meningkatkan kepercayaan diri remaja dalam melakukan pemeriksaan mandiri (Emilia & Prabandari, 2018).

**Tabel 3. Sintesis Efektivitas Media Edukasi SADARI pada Remaja**

| Jenis Media Fokus Intervensi |                           | Dampak Utama                | Implikasi Perilaku        |
|------------------------------|---------------------------|-----------------------------|---------------------------|
| Audiovisual                  | Demonstrasi langkah       | Peningkatan akurasi praktik | Retensi prosedural tinggi |
| Cetak                        | Penguatan visual berulang | Konsistensi pengetahuan     | Pembiasaan mandiri        |
| Digital                      | Interaktivitas & akses    | Niat praktik meningkat      | Integrasi perilaku        |

Interpretasi tabel menunjukkan bahwa efektivitas media meningkat ketika fungsi kognitif, afektif, dan perilaku difasilitasi secara simultan. Sintesis ini menegaskan bahwa desain intervensi multimodal lebih responsif terhadap kebutuhan pembelajaran remaja. Analisis konseptual memperlihatkan bahwa pembentukan perilaku SADARI mengikuti pola bertahap dari kesadaran risiko menuju tindakan preventif terinternalisasi. Literatur kanker payudara menegaskan bahwa deteksi dini memerlukan kesiapan kognitif dan emosional yang dipengaruhi oleh kualitas edukasi (WHO, 2025; American Cancer Society, 2022). Intervensi yang menekankan pengalaman belajar aktif meningkatkan persepsi kontrol diri sehingga memperkuat komitmen praktik rutin (Maulidia et al., 2022). Penguatan ini selaras dengan teori pembelajaran sosial yang menekankan observasi dan imitasi sebagai pemicu perubahan perilaku. Kajian menunjukkan bahwa remaja yang memperoleh edukasi interaktif menunjukkan konsistensi praktik lebih tinggi dibanding kelompok dengan edukasi pasif.

Efektivitas edukasi juga dipengaruhi oleh konteks sosial dan budaya yang membentuk persepsi remaja terhadap kesehatan reproduksi. Studi pesantren dan sekolah menunjukkan bahwa pendekatan partisipatif mengurangi stigma dan meningkatkan keterbukaan terhadap praktik SADARI (Risipawati, 2021; Maulidia et al., 2022). Lingkungan edukatif yang mendukung memungkinkan internalisasi nilai

preventif sebagai bagian dari identitas kesehatan pribadi. Literatur global mengindikasikan bahwa dukungan sosial memperkuat keberlanjutan perilaku deteksi dini (Nsafu et al., 2022). Interaksi antara media edukasi dan konteks sosial menjadi faktor penentu stabilitas perubahan perilaku.

Evaluasi sintesis literatur menyoroti bahwa keberhasilan intervensi bergantung pada keberlanjutan paparan dan penguatan pesan. Program edukasi satu kali meningkatkan pengetahuan jangka pendek namun kurang efektif dalam mempertahankan praktik rutin (Sihite et al., 2019). Media yang menyediakan pengingat berkala memperpanjang retensi perilaku melalui mekanisme pengulangan adaptif (Indargairi & Sintawati, 2024). Perspektif promosi kesehatan menekankan pentingnya kontinuitas intervensi sebagai strategi mempertahankan motivasi internal (Emilia & Prabandari, 2018). Temuan ini mengarahkan bahwa desain edukasi harus mempertimbangkan dimensi temporal perubahan perilaku.

Sintesis teoretis menunjukkan bahwa integrasi edukasi SADARI ke dalam kurikulum kesehatan remaja memperluas dampak intervensi dari individu ke komunitas. Studi lintas negara memperlihatkan bahwa pembelajaran terstruktur meningkatkan literasi kesehatan reproduksi dan menormalisasi praktik deteksi dini (Ogunmodede et al., 2024). Pendekatan sistemik memungkinkan remaja menjadi agen promosi kesehatan di lingkungan sebaya. Literatur nasional menekankan bahwa peningkatan literasi SADARI berkorelasi dengan kesiapan deteksi dini (Kemenkes, 2024a; Kemenkes, 2024b). Hubungan antara literasi kesehatan dan perilaku preventif memperlihatkan pentingnya pendekatan edukasi berkelanjutan.

Sintesis keseluruhan literatur memperlihatkan bahwa efektivitas media edukasi SADARI merupakan hasil interaksi antara desain media, konteks sosial, dan mekanisme pembelajaran perilaku. Media yang mampu mengintegrasikan demonstrasi visual, penguatan informasi, dan akses berulang menunjukkan kapasitas tertinggi dalam membentuk praktik mandiri remaja. Pembelajaran interaktif mempercepat internalisasi langkah pemeriksaan sekaligus meningkatkan kepercayaan diri dalam deteksi dini. Pendekatan multimodal memfasilitasi pembentukan kebiasaan melalui jalur kognitif dan afektif yang saling memperkuat. Analisis ini menegaskan bahwa desain edukasi kesehatan remaja harus diposisikan sebagai strategi pembentukan perilaku jangka panjang, bukan sekadar transfer informasi.

## KESIMPULAN

Berdasarkan artikel yang ditemukan dan direview didapatkan kesimpulan yaitu adanya berbagai macam media edukasi pemeriksaan payudara sendiri yang dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan remaja putri melakukan praktik pemeriksaan payudara sendiri. Ada media cetak berupa leaflet, booklet, dan kalender yang berisi gambar, warna, dan grafik yang menarik sehingga memudahkan untuk melakukan praktik payudara sendiri. Dan juga dengan adanya media elektronik yang memudahkan untuk melakukan edukasi melalui leaflet elektronik, edukasi melalui instagram, audiovisual, video yang menampilkan langkah-langkah melakukan SADARI sehingga memudahkan para remaja untuk mengingat dan memahami urutan melakukan SADARI yang baik dan benar. Dengan seiring berkembangnya alat komunikasi semakin memudahkan pemberian edukasi.

## DAFTAR PUSTAKA

- American Cancer society. (2022). *Breast Cancer Facts & Figures 2022-2024*.
- Angelia, K., Aditya, W., Pujiastuti, N., Kebidanan, J., Kesehatan, P., Malang, K., Keperawatan, J., Kesehatan, P., & Malang, K. (2024). Pengaruh Instagram Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Remaja Dalam Melakukan Sadari. *Jurnal Kebidanan*, 13(2), 16-27. <https://doi.org/10.47560/keb.v13i2.659>.
- Devia Rahayu, Kusila, I., Mahmudah, D., Studi Sarjana Keperawatan, P., Dharma Husada Bandung, Stik., & Studi Kebidanan, P. (2020). Pengaruh paket edukasi dasar audiovisual sadari terhadap pengetahuan tentang sadari pada remaja puteri. *Media Karya Kesehatan*, 3(1). <https://doi.org/10.24198/mkk.v3i1.24568>.
- Emilia, O., & Prabandari, Y. S. (2018). Promosi Kesehatan pada Individu. *Promosi Kesehatan Dalam Lingkup Kesehatan Reproduksi*, 31. [https://www.google.co.id/books/edition/Promosi\\_Kesehatan\\_dalam\\_Lingkup\\_Kesehata/5tWxDwAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=teori+model+perilaku+precede+proceed+ova&pg=PA49&printsec=frontcover](https://www.google.co.id/books/edition/Promosi_Kesehatan_dalam_Lingkup_Kesehata/5tWxDwAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=teori+model+perilaku+precede+proceed+ova&pg=PA49&printsec=frontcover).

- Febriani, R. E., & Hardiati, I. S. (2024). Pengaruh Edukasi Pemeriksaan Payudara Sendiri Melalui Media Elektronik Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Remaja Smk Pelita Alam Bekasi. *Jurnal Medika Malahayati*, 8(1), 288–295. <https://doi.org/10.33024/jmm.v8i1.10749>.
- Herlinadiyaningsih, H., & Ayue, H. I. (2022). Efektivitas Media Video SADARI Terhadap Praktik SADARI pada Remaja Putri di SMK PGRI Sampit. *Jurnal Surya Medika*, 8(1), 172–179. <https://doi.org/10.33084/jsm.v8i1.3462>.
- Herniyatun, H., Novitasari, A. A., & Novyriana, E. (2021). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Sadari Melalui Zoom Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Pada Masa Pandemi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 17(3), 260. <https://doi.org/10.26753/jikk.v17i3.657>.
- 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), 21–25. <https://doi.org/10.33666/jtk.v11i1.237>.
- Indargairi, I., & Sintawati, S. (2024). Modifikasi Perilaku Periksa Payudara Sendiri Melalui Media Kalender Sadari. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 15(1), 19–26. <https://doi.org/10.34035/jk.v15i1.1252>.
- Iriyani, T., & Larasati, E. (2023). Pengembangan Media Edukasi Sadari Berbasis Android Untuk Meningkatkan Keterampilan Pemeriksaan Payudara Sendiri Pada Siswi Smp Zaha Genggong. *Profesi (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 20(2), 161–167. <https://doi.org/10.26576/profesi.v20i2.170>.
- Kemenkes. (2016). *Enam Langkah SADARI untuk Deteksi Dini Kanker Payudara*.
- Kemenkes. (2021). *Pelaksanaan Skrining Kanker Payudara dan Kanker Leher rahim Melalui Sister Klinik UPK Kemenkes RI di Kementerian Kelautan dan Perikanan*.
- Kemenkes. (2024a). *Kanker Payudara*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/topik-penyakit/neoplasma/kanker-payudara>.
- Kemenkes. (2024b). *Mengapa Harus Melakukan “SADARI”? - Penyakit Tidak Menular Indonesia*. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/penyakit-kanker/mengapa-harus-melakukan-sadari>.
- Krisdianto, B., Natasyah, N., & Malini, H. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Booklet dan Metode Demonstrasi terhadap Pengetahuan dan Kemampuan Remaja Putri Melakukan Praktik Sadari di Daerah Pedesaan. *Jurnal Ners*, 7(2), 849–857. <https://doi.org/10.31004/jn.v7i2.15301>.
- Maulidia, H. R., Prabamurti, P. N., & Indraswari, R. (2022). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Praktik Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) dalam Upaya Deteksi Dini Kanker Payudara pada Santriwati Pondok Pesantren di Kecamatan Mijen Kota Semarang Tahun 2021. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 21(3), 162–168. <https://doi.org/10.14710/mkmi.21.3.162-168>.
- Nisa, K. (2021). Pengaruh Edukasi Sadari Terhadap Pengetahuan Tentang Sadari Pada Siswi Di Sma Negeri 1 Brebes Tahun 2020. *Bhamada: Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan (E-Journal)*, 12(2), 57-63. <https://doi.org/10.36308/jik.v12i2.335>.
- Nsaful, J., Dedey, F., Nartey, E., Labi, J., Adu-Aryee, N. A., & Clegg-Lamptey, J. N. (2022). The impact of a breast cancer educational intervention in Ghanaian high schools. *BMC Cancer*, 22(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12885-022-09991-6>.
- Ogunmodede, E. O., Ajala, D. E., Aluko, J. O., Anokwuru, R. A., Awotunde, T. A., Olajide, A. O., Dosumu, T. O., Olabisi, O. I., & Ajala, R. G. (2024). Promoting breast health among female adolescents: a comparative analysis of the effects of two didactic tools on knowledge and practice regarding breast self-examination in Southwest Nigeria. *BMC Cancer*, 24(1), 1183. <https://doi.org/10.1186/s12885-024-12949-5>.
- Pelima, T. C. (2021). Faktor yang Mempengaruhi Keterlambatan Diagnosis Awal Pasien Kanker Payudara. *Jurnal Penelitian Kesehatan" Suara Forikes"(Journal of Health Research" Forikes Voice")*, 12(3), 258-260. <http://dx.doi.org/10.33846/sf.v12i3.1291>.
- Rasjidi Imam. (2010). *100 questions & answer kanker pada wanita*. Jakarta: Gramedia. PT Elex Media Komputindo.
- Rispawati, B. H. (2021). Penyuluhan Kesehatan Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Pada Santriwati Kelas X dan XI di Pondok Pesantren Al-Aziziyah. *Lentera Jurnal*, 1(1), 35–41. <https://doi.org/10.57267/lentera.v1i1.16>.

- Sihite, E. D. O., Nurchayati, S., & Hasneli, Y. (2019). Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Kanker Payudara Dan Perilaku Periksa Payudara Sendiri (Sadari). *Jurnal Ners Indonesia*, 9(2), 8. <https://doi.org/10.31258/jni.10.1.8-20>.
- WHO. (2025). *Breast cancer – IARC*. Retrieved January 3, 2025, from <https://www.iarc.who.int/cancer-type/breast-cancer>.