

Pengaruh Alat Peraga BIDAR terhadap Pengetahuan dan Keterampilan SADARI pada Remaja Putri

Sri Wahyuni¹, Desi Rofita², St. Halimatusyaadiah³

^{1,2,3}Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Mataram

Abstrak

Latar Belakang: Bidar (Bra Trampil SADARI) merupakan alat peraga yang dirancang menyerupai payudara manusia untuk melatih pemeriksaan payudara sendiri (SADARI).

Tujuan: Menganalisis pengaruh penggunaan Bidar terhadap pengetahuan dan keterampilan SADARI pada remaja putri. **Metode:** Penelitian kuantitatif dengan desain quasi-experimental posttest only control group. Sampel sebanyak 30 remaja putri dipilih menggunakan purposive sampling, terdiri atas 15 responden kelompok Bidar dan 15 kelompok phantom payudara. Data dianalisis menggunakan uji Mann-Whitney. **Hasil:** Rerata pengetahuan kelompok intervensi lebih tinggi dibanding kelompok kontrol (89,71 vs 82,51), demikian pula keterampilan (90,00 vs 81,45). Uji Mann-Whitney menunjukkan perbedaan bermakna pada pengetahuan ($p=0,022$) dan keterampilan ($p=0,016$). **Kesimpulan:** Penggunaan Bidar lebih efektif dibandingkan phantom payudara dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan SADARI pada remaja putri, sehingga berpotensi menjadi media edukasi inovatif untuk mendukung deteksi dini kanker payudara.

Kata Kunci: BIDAR; SADARI; pengetahuan; keterampilan; remaja putri.

Abstract

Background: BIDAR (Bra Trampil SADARI) is an educational teaching aid designed to resemble the human breast for training breast self-examination (BSE) skills. **Objective:** This study aimed to analyze the effect of using BIDAR on knowledge and BSE skills among adolescent girls. **Methods:** This quantitative study employed a quasi-experimental design with a posttest-only control group. A total of 30 adolescent girls were selected using purposive sampling, consisting of 15 participants in the BIDAR intervention group and 15 participants in the breast phantom control group. Data were analyzed using the Mann-Whitney test. **Results:** The mean knowledge score in the intervention group was higher than that in the control group (89.71 vs. 82.51), as was the mean BSE skill score (90.00 vs. 81.45). The Mann-Whitney test showed statistically significant differences in knowledge ($p = 0.022$) and BSE skills ($p = 0.016$). **Conclusion:** The use of BIDAR was more effective than the breast phantom in improving knowledge and BSE skills among adolescent girls, indicating its potential as an innovative educational medium to support the early detection of breast cancer.

Keywords: BIDAR; Breast Self-Examination (BSE); knowledge; skills; adolescent girls.

Copyright (c) 2026 Sri Wahyuni, Desi Rofita, St. Halimatusyaadiah

□ Corresponding author : Desi Rofita

Email Address : desirofita21@gmail.com

Received 01 April 2026, Accepted 06 April 2026, Published 14 April 2026

PENDAHULUAN

Kanker merupakan sebuah penyakit tidak menular namun menjadi sebuah beban kesehatan untuk dunia, dan penyakit kanker ini merupakan sebuah penyakit yang menyebabkan kematian utama di dunia, salah satu penyakit kanker yang sering terjadi pada wanita adalah kanker payudara atau disebut tumor ganas yang tumbuh didalam jaringan payudara yang meliputi kelenjar susu, saluran susu, jaringan lemak maupun jaringan ikat pada payudara (Yunita, 2020).

Kanker merupakan beban kesehatan utama yang menyebabkan kematian secara global. Salah satu jenis kanker yang sering menyerang wanita adalah kanker payudara. WHO menyatakan bahwa pada tahun 2022 terdapat 2,3 juta wanita yang didiagnosis menderita kanker payudara dan 670.000 kematian secara global. Di Indonesia, kanker payudara menempati urutan kedua penyebab kematian akibat kanker, dengan 65.858 kasus baru pada tahun 2020. Keterbatasan pengetahuan menjadi salah satu penyebab tingginya angka kematian akibat kanker payudara, karena pasien seringkali baru mencari layanan medis pada stadium lanjut

Deteksi dini kanker payudara dapat dilakukan melalui pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). SADARI adalah metode yang mudah dan murah, sangat dianjurkan untuk dilakukan oleh remaja putri. Namun, studi pendahuluan di SMPN 19 Kota Mataram menunjukkan bahwa sebagian besar siswi (70%) belum pernah mendapatkan penyuluhan tentang SADARI. Keterbatasan pengetahuan ini menjadi salah satu penyebab tingginya angka kematian akibat kanker payudara, karena pasien seringkali baru mencari layanan medis pada stadium lanjut.

Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa edukasi menggunakan media pembelajaran dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan SADARI pada remaja putri. Media yang banyak digunakan antara lain leaflet, video edukasi, phantom payudara, dan demonstrasi langsung. Meskipun demikian, sebagian besar penelitian masih menggunakan media konvensional yang kurang memberikan pengalaman belajar secara realistis serta belum sepenuhnya mampu meningkatkan keterampilan praktik peserta. Oleh karena itu, diperlukan inovasi media edukasi yang lebih interaktif, mudah digunakan, dan mampu meningkatkan keterlibatan remaja dalam proses pembelajaran SADARI.

Kebaruan (novelty) penelitian ini terletak pada penggunaan BIDAR (Bra Terampil SADARI) sebagai media edukasi berbentuk bra dengan tekstur menyerupai payudara manusia yang memungkinkan peserta melakukan simulasi pemeriksaan secara langsung. Berbeda dengan phantom payudara yang umumnya digunakan sebagai media demonstrasi, BIDAR dirancang lebih praktis, mudah dibawa, dan memberikan pengalaman belajar yang lebih kontekstual. Penelitian ini juga membandingkan efektivitas BIDAR dengan phantom payudara dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan SADARI pada remaja putri, sehingga diharapkan dapat memberikan alternatif media edukasi yang lebih efektif dalam upaya deteksi dini kanker payudara.

BIDAR (Bra Terampil SADARI) adalah alat bantu khusus yang dirancang untuk melatih SADARI, dengan tekstur dan karakteristik yang menyerupai payudara manusia. Penggunaan alat peraga dalam demonstrasi terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan dan pengetahuan. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menguji efektivitas penggunaan alat peraga BIDAR sebagai media edukasi dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan SADARI pada remaja putri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penggunaan alat peraga bidar (bra trampil sadari) terhadap pengetahuan dan keterampilan sadari dalam mencegah kanker payudara pada remaja putri

METODOLOGI

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain quasi-experimental dengan rancangan one-group posttest control group design. Lokasi penelitian dilakukan di SMPN 19 Kota Mataram pada bulan Juni 2025, berdasarkan data dinas kesehatan Kota Mataram yang menunjukkan tingginya kasus kanker payudara dan rendahnya angka SADARI di wilayah tersebut. Populasi penelitian adalah seluruh remaja putri di SMPN 19 Kota Mataram. Sampel dipilih menggunakan teknik purposive sampling dengan total 30 responden. Sampel dibagi menjadi dua kelompok: kelompok intervensi (15 responden) yang menerima demonstrasi menggunakan alat peraga BIDAR, dan kelompok kontrol (15 responden) yang menerima demonstrasi menggunakan phantom payudara. Data dikumpulkan melalui kuesioner pengetahuan dan lembar observasi keterampilan. Data pengetahuan dikumpulkan setelah demonstrasi (posttest). Teknik pengolahan data meliputi editing, coding, dan tabulating. Analisis data menggunakan uji Mann-Whitney untuk membandingkan hasil antara kedua kelompok. Penelitian ini sudah melalui proses ijin etik oleh Poltekkes Kemenkes Mataram dengan nomor etik: DP.04.03/F.XL.26/364/2025

HASIL

A. Analisis Univariat

1. Identifikasi Karakteristik Responden

Responden dalam penelitian ini berjumlah 30 orang responden, 15 orang kelompok intervensi dan 15 kelompok kontrol. Data gambaran karakteristik responden pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (Umur, Usia Menarche, Riwayat penyakit kanker) Di SMPN 19 Kota Mataram Tahun 2025

Karakteristik	Kelompok			
	Intervensi		Kontrol	
	n	%	n	%
Umur				
1. Umur 14 tahun	14	93,3	15	100
2. Umur 15 tahun	1	6,7	0	0
3. Umur 16 tahun	0	0	0	0
Total	15	100	15	100
Usia Menarche				
1. < 11 tahun	0	0	0	0
2. 11-13 tahun	15	100	15	100
3. > 13 tahun	0	0	0	0
Total	15	100	15	100
Riwayat penyakit kanker				
1. Ya	0	0	0	0
2. Tidak	15	100	15	100
Total	15	100	15	100

Berdasarkan Tabel 4.1, karakteristik responden menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi sebagian besar responden berusia 14 tahun, yaitu sebanyak 14 orang (93,3%), sedangkan 1 orang (6,7%) berusia 15 tahun. Pada kelompok kontrol, seluruh responden berusia 14 tahun (100%).

Berdasarkan usia menarche, seluruh responden pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol mengalami menarche pada usia 11-13 tahun, masing-masing sebanyak 15 orang (100%). Tidak terdapat responden yang mengalami menarche pada usia kurang dari 11 tahun maupun lebih dari 13 tahun.

Berdasarkan riwayat penyakit kanker, seluruh responden pada kedua kelompok tidak memiliki riwayat penyakit kanker, yaitu masing-masing sebanyak 15 orang (100%). Dengan demikian, karakteristik responden pada kelompok intervensi dan

kelompok kontrol relatif homogen berdasarkan umur, usia menarche, dan riwayat penyakit kanker.

2. Identifikasi Pengetahuan Remaja Putri Setelah Diberikan Demonstrasi Menggunakan BIDAR (Bra Terampil SADARI) Dan Phantom Payudara.

Hasil penelitian ini dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang sama terdiri dari 16 pertanyaan. Dimana responden penelitian di bagi menjadi 2 kelompok. Kelompok pertama berjumlah 15 orang sebagai kelompok intervensi diberikan demonstrasi dengan BIDAR (Bra Terampil SADARI) dan pada kelompok kedua berjumlah 15 orang sebagai kelompok kontrol diberikan demonstrasi dengan Phantom payudara.

Tabel 4.2 Identifikasi pengetahuan remaja putri setelah diberikan demonstrasi menggunakan BIDAR (Bra Terampil SADARI) dan Phantom Payudara Di SMP 19 Kota Mataram Tahun 2025.

Pengetahuan SADARI	Kelompok (n=30)			
	Mean	SD	Nilai Min	Nilai Max
Kontrol	82,51	8,249	75	100
Intervensi	89,71	8,389	75	100

Berdasarkan Tabel 4.2, diketahui bahwa nilai rata-rata (mean) pengetahuan SADARI pada kelompok intervensi yang diberikan demonstrasi menggunakan **BIDAR (Bra Terampil SADARI)** adalah **89,71** dengan standar deviasi **8,389**, sedangkan pada kelompok kontrol yang menggunakan **phantom payudara** diperoleh nilai rata-rata **82,51** dengan standar deviasi **8,249**. Nilai minimum pada kedua kelompok adalah **75**, sedangkan nilai maksimum mencapai **100**. Hasil tersebut menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan SADARI pada kelompok intervensi lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol setelah diberikan demonstrasi.

3. Identifikasi keterampilan remaja putri setelah diberikan demonstrasi menggunakan BIDAR (Bra Terampil SADARI) dan Phantom Payudara.

Hasil penelitian ini dilakukan dengan menggunakan checklist yang sama terdiri dari 9 langkah - langkah. Dimana responden penelitian di bagi menjadi 2 kelompok. Kelompok pertama berjumlah 15 orang sebagai kelompok intervensi diberikan demonstrasi dengan BIDAR (Bra Terampil SADARI) dan pada kelompok kedua berjumlah 15 orang sebagai kelompok kontrol diberikan demonstrasi dengan Phantom payudara. Untuk lebih rinci hasil penelitian ini dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 4.3 Identifikasi keterampilan remaja putri setelah diberikan demonstrasi menggunakan BIDAR (Bra Terampil SADARI) dan Phantom Payudara Di SMP 19 Kota Mataram Tahun 2025.

Keterampilan SADARI	Kelompok (n=30)			
	Mean	SD	Nilai Min	Nilai Max
Kontrol	81,45	8,816	72	100
Intervensi	90,00	9,162	72	100

Berdasarkan Tabel 4.3, diketahui bahwa nilai rata-rata (mean) keterampilan SADARI pada kelompok intervensi yang diberikan demonstrasi menggunakan BIDAR (Bra Terampil SADARI) adalah 90,00 dengan standar deviasi 9,162, sedangkan pada kelompok kontrol yang menggunakan phantom payudara memiliki nilai rata-rata 81,45 dengan standar deviasi 8,816. Nilai minimum pada kedua

kelompok adalah 72, sedangkan nilai maksimum mencapai 100. Data tersebut menunjukkan bahwa rata-rata keterampilan SADARI pada kelompok intervensi lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol setelah diberikan demonstrasi menggunakan media yang berbeda.

B. Analisis Bivariat

1. Menganalisis Pengaruh Demostrasi BIDAR (Bra Terampil Sadari) Dan Phantom Payudara Terhadap Pengetahuan Remaja Putri.

Tabel 4.4 Menganalisis pengaruh demostrasi BIDAR (Bra Terampil Sadari) dan Phantom Payudara terhadap pengetahuan remaja putri Di SMP 19 Kota Mataram Tahun 2025.

Variabel Pengetahuan	Mean	SD	Min	Max	<i>P value</i>
Kontrol	82,51	8,249	75	100	0,02
Intervensi	89,71	8,389	75	100	

Berdasarkan Tabel 4.4, rata-rata (mean) pengetahuan pada kelompok intervensi yang diberikan demonstrasi menggunakan BIDAR (Bra Terampil SADARI) sebesar $89,71 \pm 8,389$, sedangkan pada kelompok kontrol yang menggunakan phantom payudara sebesar $82,51 \pm 8,249$. Nilai pengetahuan pada kedua kelompok berada pada rentang 75–100. Hasil uji Mann-Whitney menunjukkan nilai $p = 0,02$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan pengetahuan yang bermakna antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah diberikan demonstrasi. Dengan demikian, penggunaan alat peraga BIDAR memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan SADARI pada remaja putri.

2. Menganalisis Pengaruh Demostrasi BIDAR (Bra Terampil Sadari) Dan Phantom Payudara Terhadap Keterampilan Remaja Putri.

Tabel 4.4 Identifikasi keterampilan remaja putri setelah diberikan demostrasi menggunakan BIDAR (Bra Terampil SADARI) dan Phantom Payudara Di SMP 19 Kota Mataram Tahun 2025.

Variabel Keterampilan	Mean	SD	Min	Max	<i>P value</i>
Kontrol	81,45	8,816	72	100	0,01
Intervensi	90,00	9,162	72	100	

Berdasarkan Tabel 4.5, rata-rata (mean) keterampilan SADARI pada kelompok intervensi yang diberikan demonstrasi menggunakan BIDAR (Bra Terampil SADARI) sebesar $90,00 \pm 9,162$, lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol yang menggunakan phantom payudara, yaitu $81,45 \pm 8,816$. Nilai keterampilan pada kedua kelompok berada pada rentang 72–100. Hasil uji Mann-Whitney menunjukkan nilai $p = 0,01$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan keterampilan yang bermakna antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah diberikan demonstrasi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa penggunaan alat peraga BIDAR berpengaruh signifikan terhadap peningkatan keterampilan SADARI pada remaja putri.

PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa umur responden pada kelompok intervensi sebagian besar pada kategori umur 14 tahun sebagian besar yaitu 14 orang (93,3%) , dan kelompok kontrol umur 14 sebagian besar yaitu 15 orang (100%).

Usia menggambarkan kematangan fisik, psikis dan sosial yang mempengaruhi proses belajar mengajar. Ini berarti bahwa usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi penangkapan informasi yang pada akhirnya berpengaruh pada peningkatan pengetahuan seseorang, termasuk mengenai cara deteksi dini kanker payudara (Wahyuni et al., 2025).

Remaja merupakan kelompok usia 10-19 tahun yang merupakan masa peralihan dari anak-anak ke dewasa. Pada masa remaja, wanita akan mengalami perkembangan fisik seperti pertumbuhan payudara, pembesaran pinggul, menstruasi dan perkembangan fisik lainnya yang menjadi menarik untuk di pelajari. Dalam usia responden 10 - 19 tahun merupakan usia reproduktif yang optimal, untuk dilakukan pemeriksaan SADARI. (Maya et al., 2025).

Niluh & Endar (2020) menyebutkan semakin bertambah usia seseorang maka tingkat pengetahuan yang dimiliki semakin baik, informasi yang didapat juga lebih bijaksana. (Karimah et al., 2022). Berdasarkan hasil penelitian Desti Widya Astuti (2021) tentang hubungan usia dan pengetahuan siswa terhadap SADARI didapatkan hasil analisis bivariat dengan uji statistic menggunakan chi square didapatkan p value = 0,002 ($p \leq 0,005$ yang berarti terdapat hubungan usia siswa terhadap pemeriksaan SADARI. (Astuti, 2021)

Sejalan dengan (Lestari, 2020) yang menyatakan salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang adalah umur. Usia menggambarkan kematangan fisik, psikis dan sosial yang mempengaruhi proses belajar mengajar. Ini berarti bahwa usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi penangkapan informasi .yang pada akhirnya berpengaruh pada peningkatan pengetahuan seseorang, termasuk pengetahuan tentang SADARI. (Lestari, 2020).

Menurut Diah (2017) Media tiruan seperti alat peraga efektif untuk anak usai remaja yang berfungsi sebagai media pembelajaran yang efektif, dengan adanya media yang menarik akan mampu mempengaruhi keberhasilan penyuluhan pada saat proses transfer pengetahuan.hal ini menjadikan alat peraga Bidar sebagai media yang tepat untuk menyampaikan informasi mengenai SADARI.

Karakteristik Remaja, yang kedua berdasarkan usia menarche diperoleh Usia Menarche kelompok intervensi dan kontrol sebagian besar pada umur 11 - 13 tahun sebanyak 15 orang (100%). Menarche atau menstruasi pertama yang dialami oleh seorang wanita memberikan pertanda bahwa wanita tersebut telah memasuki masa pubertas dan terjadi perubahan pada fungsi alat reproduksi. Apabila menarche terjadi lebih awal akan menjadi masalah kesehatan dan juga masalah sosial yang dapat meningkatkan angka morbiditas serta mortalitas.(Laila Ni'matus et al., 2024)

Berdasarkan penelitian Dwi saputri (2024). Hasil Uji statistic ChiSquare didapatkan p-value = 0,000 artinya antara Usia menarche dengan pemeriksaan SADARI ada hubungan yang bermakna, sehingga hipotesis yang menyatakan ada hubungan usia menarche dengan pemeriksaan SADARI terbukti secara statistic.(Saputri & Fransiska, 2024).

Sejalan dengan Hasil penelitian Rona (2019) tentang hubungan usia menarche (haid pertama) dengan pengetahuan menghadapi haid pada siswi mts negeri kauman ponorogo dari 90 responden didapatkan nilai p-value = 0,000 artinya ada hubungan bermakna antara usia menarche dengan pemeriksaan payudara sendiri.(Oktobriariani,

2024) Karakteristik Remaja, yang ketiga berdasarkan riwayat penyakit kanker kelompok intervensi dan kelompok kontrol sebagian besar berada pada kategori tidak memiliki riwayat kanker sebagian besar 30 orang (100%). Responden tanpa riwayat kanker di keluarganya dapat menyebabkan responden berfikir penyakit kanker tidak memiliki potensi yang besar untuk menyerang diri mereka sehingga mereka tidak perlu melakukan SADARI (Durriyyah et al., 2023).

Berdasarkan hasil penelitian Aisyah Devy Durriyah (2023). Hasil dari uji bivariat menyatakan bahwa tidak adanya hubungan antara riwayat kanker payudara pada keluarga terhadap peningkatan pengetahuan pemeriksaan SADARI, ditandai dengan nilai signifikan sebesar 0,144 ($p > 0,05$). (Durriyyah et al., 2023). Sejalan dengan hasil penelitian (Khairunnissa et al., 2018) yaitu tidak adanya hubungan riwayat kanker payudara pada keluarga terhadap pengetahuan remaja tentang SADARI.

2. Identifikasi Pengetahuan Remaja Putri Setelah Diberikan Alat Peraga Menggunakan BIDAR (Bra Terampil SADARI) Dan Phantom Payudara

Berdasarkan hasil posttest pada kelompok intervensi dengan menggunakan BIDAR (Bra Terampil SADARI). Responden memiliki nilai Mean (89.71%). 78 Dari hasil kuesioner tingkat pengetahuan responden pada kelompok intervensi setelah diberikan demonstrasi dengan menggunakan BIDAR dari 16 pertanyaan didapatkan skor terendah dari pertanyaan item kuesioner nomor 5 dengan pertanyaan besar payudara yang sama merupakan tanda dari kanker payudara.

Menurut (Herman, dkk 2020) berpendapat bahwa pengetahuan adalah hasil dari tahu, yang akan terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu, seperti melihat, mendengar, mencium, merasa, dan juga meraba. (Latifah, 2021). Namun sebagian besar pengetahuan itu sendiri diperoleh melalui mata dan telinga. Jadi, dengan kata lain dari hasil mendengar dan juga melihat. (Agus Cahyono et al., 2019).

Menurut (Notoadmojo, 2019) Peningkatan pengetahuan ini adalah hasil dari proses pemahaman, pembelajaran dan pengindraan responden terhadap alat peraga yang digunakan, yang dimana alat peraga ini menempel pada tubuh responden sehingga memberikan kesan seperti menggunakan Bra pada umumnya, sehingga memberikan pengalaman belajar yang lebih interaktif. (Tampubolon et al., 2023).

Menurut (Notoadmojo, 2010) pengetahuan sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Faktor – faktor yang mempengaruhi suatu pengetahuan antara lain : pendidikan, pekerjaan, umur, social kebudayaan, lingkungan, pengalaman dan 79 informasi. (Tampubolon et al., 2023).

Berdasarkan hasil penelitian Meidina Fajrin (2020), hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya perbedaan rata-rata pengetahuan setelah dilakukan pendidikan kesehatan menggunakan alat peraga dengan nilai p-value sebesar 0,002. Dimana alat peraga lebih mempengaruhi pengetahuan SADARI dengan rerata sebesar 48,31%. Terdapat peningkatan yang signifikan pada pengetahuan ibu – ibu PKK tentang SADARI setelah dilakukan pendidikan kesehatan. Hal ini membuktikan bahwa pemberian penyuluhan tentang SADARI menggunakan alat peraga terbukti meningkatkan pengetahuan remaja tentang SADARI (Rahayu et al., 2025).

Menurut (Notoadmojo, 2019) Peningkatan pengetahuan ini adalah hasil dari proses pemahaman, pembelajaran dan pengindraan responden terhadap alat peraga yang digunakan, yang dimana alat peraga ini menempel pada tubuh responden sehingga memberikan kesan seperti menggunakan Bra pada umumnya, sehingga memberikan pengalaman belajar yang lebih interaktif (Tampubolon et al., 2023). Hal ini menunjukkan bahwa alat peraga BIDAR dapat meningkatkan pengetahuan SADARI.

Pada kelompok kontrol tingkat pengetahuan setelah diberikan demonstrasi Phantom payudara memiliki nilai Mean (82,51%). Pengetahuan responden setelah diberikan demonstrasi dengan Phantom payudara dari 16 pertanyaan didapatkan score terendah yakni 80 pertanyaan nomor 7, pertanyaan ini dimana responden masih belum mengerti mengenai pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) mudah dilakukan pada saat payudara dalam keadaan basah. Hal ini menunjukkan bahwa kelompok kontrol menggunakan phantom payudara memiliki pengetahuan yang baik.

Pengetahuan yang baik sangat dibutuhkan oleh siswi melakukan praktik SADARI. Penyuluhan dilakukan dengan menggunakan alat peraga phantom. Alat peraga akan sangat membantu di dalam melakukan penyuluhan agar pesan - pesan kesehatan dapat disampaikan lebih jelas dan sasaran dapat menerima pesan tersebut dengan jelas dan tepat pula. (Tampubolon et al., 2023).

Berdasarkan hasil penelitian Sari Mutiara (2019) menunjukkan bahwa terjadi perubahan nilai rata-rata pengetahuan sebelum pretest dengan sesudah posttest diberikan penyuluhan dengan alat peraga phantom yaitu 8,14 menjadi 10,11 dengan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) maka disimpulkan bahwa ada perbedaan pengetahuan siswi sebelum dan sesudah mendapatkan penyuluhan tentang SADARI terhadap peningkatan pengetahuan menggunakan alat peraga phantom payudara. (Rahayu et al., 2025)

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Diah Lestari (2017) dengan judul "Efektivitas penyuluhan pemeriksaan payudara sendiri dengan media video dan phantom terhadap praktik SADARI, sehingga dapat disimpulkan bahwa media yang lebih efektif dalam penyuluhan kesehatan adalah penyuluhan dengan menggunakan media phantom yang dipraktikkan secara langsung. (Lestari Dwi Astuti, 2017).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh wiwin (2018) yang menunjukkan bahwa Penyuluhan kesehatan dengan metode KIE terhadap pengetahuan remaja putri dalam pemeriksaan SADARI. Hal ini membuktikan bahwa pemberian penyuluhan tentang SADARI menggunakan alat peraga phantom terbukti meningkatkan pengetahuan remaja tentang SADARI. (Agus Cahyono et al., 2019).

Dalam hal ini tingkat pengetahuan dapat dipengaruhi oleh beberapa factor yakni tingkat intensitas perhatian responden pada informasi atau suasana pada saat demonstrasi berlangsung dan dapat dipengaruhi pula dalam penyampaian materi dengan bahasa sederhana yang mudah dimengerti responden (Fitriani 2021) . Hal ini menunjukkan bahwa alat peraga Phantom payudara dapat meningkatkan pengetahuan SADARI.

3. Identifikasi Keterampilan Remaja Putri Setelah Diberikan Alat Peraga Menggunakan BIDAR (Bra Terampil SADARI) Dan Phantom Payudara

Hasil checklist keterampilan posttest pada kelompok intervensi dengan menggunakan BIDAR (Bra Terampil SADARI) Responden memiliki nilai Mean (89.71%). sedangkan hasil ceklist keterampilan posttest pada kelompok kontrol dengan menggunakan phantom payudara memiliki nilai mean (82,51%).

Dari hasil checklist keterampilan responden pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan phantom payudara setelah diberikan intervensi. Dari 9 langkah didapatkan score terendah baik pada kelompok intervensi dan kontrol yakni pada langkah nomor 5 dimana langkah nomor 5 yaitu melihat perubahan bentuk payudara dengan berbaring yaitu dimulai dari payudara kanan, lalu berbaring menghadap ke kiri dengan membengkokkan kedua lutut anda, selanjutnya letakan bantal, lalu gunakan tangan kiri anda untuk memeriksa payudara kanan, dan gunakan telapak jari - jari anda untuk memeriksa sembarang benjolan atau penebalan. Langkah ini mempunyai score terendah dikarenakan responden melakukan gerakan tetapi tidak berurutan.

Peningkatan keterampilan SADARI sesudah diberikan pendidikan kesehatan didukung dengan Media alat peraga yang digunakan. Melalui media ini maka responden dapat melihat langsung dan mempraktikkan langkah – langkah yang di sampaikan pendidikan kesehatan dengan cara yang lebih dapat dimengerti oleh responden (Agus Cahyono et al., 2019).

Hal ini sejalan dengan penelitian (Dahlina Gusti, 2018) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh menggunakan bantuan alat peraga terhadap peningkatan keterampilan remaja putri tentang pemeriksaan payudara sendiri. Salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan proses penyuluhan yaitu alat peraga yang memadai. Alat peraga dapat meningkatkan Keterampilan melakukan SADARI didasari pada media yang digunakan untuk melakukan praktik SADARI (fitriani 2021).

Menurut (Sukarsih,2019) Phantom payudara yaitu suatu alat yang digunakan sebagai media pembelajaran, semakin banyak panca indra yang digunakan dan media pembelajaran yang digunakan semakin mendekati bentuk asli akan semakin baik hasilnya dalam meningkatkan keterampilan. Phantom payudara dapat meningkatkan keterampilan remaja tentang pemeriksaan SADARI di karenakan phantom payudara menyerupai bentuk aslinya.

Berdasarkan asumsi peneliti Keterbatasan dengan phantom payudara adalah saat memperagakan dengan phantom payudara yaitu hanya bisa diletakan tidak bisa digunakan langsung pada tubuh, sehingga alat dapat berpindah posisi atau tidak dapat menetap, oleh karena itu dapat mengakibatkan responden merasa kurang nyaman dalam memperagakan SADARI tidak seperti menggunakan BIDAR yang digunakan langsung pada tubuh responden dan bisa menetap. Sehingga hal ini menunjukan bahwa alat peraga BIDAR dan Phantom payudara dapat meningkatkan keterampilan tentang SADARI. Namun, nilai mean kelompok BIDAR lebih tinggi di bandingkan nilai mean pada kelompok Phantom payudara.

4. Menganalisis Pengaruh Alat Peraga BIDAR (Bra Terampil Sadari) Dan Phantom Payudara Terhadap Pengetahuan Remaja Putri

Hasil Uji Mann-Whitney diperoleh angka signifikan ($p=0.022$) sehingga dapat maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini berarti ada pengaruh demonstrasi BIDAR terhadap pengetahuan. Pegukuran akhir perbandingan Mean Rank pengetahuan kelompok BIDAR 19.13 sedangkan pengetahuan kelompok Phantom Payudara 11.87 dengan selisih median 7.26. Maka kesimpulannya kelompok BIDAR mempunyai pengetahuan yang baik dibandingkan kelompok Phantom payudara di karenakan kelompok BIDAR digunakan oleh responden secara langsung atau menempel pada tubuh responden seperti menggunakan Bra sehari - hari sehingga mudah merangsang pemahaman responden.

Alat peraga adalah suatu alat yang dapat diserap oleh mata dan telinga dengan tujuan membantu guru agar proses belajar mengajar siswa lebih efektif dan efisien (Sudjana, 2020 :59). Alat peraga merupakan salah satu komponen penentu efektivitas belajar. Alat peraga mengubah materi ajar yang abstrak menjadi kongkrit dan realistik. Penyediaan perangkat alat peraga merupakan bagian dari pemenuhan kebutuhan siswa belajar, sesuai dengan tipe siswa belajar dan diberikan secara langsung oleh pendidik (peneliti) tentang pemeriksaan SADARI. (Rahayu et al., 2025)

Penggunaan alat bantu atau alat peraga dimaksudkan untuk mengerahkan indra sebanyak mungkin pada suatu objek sehingga memudahkan pemahaman (Lestراسي et al., 2019). Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakuka oleh Aril & Yilridin (2017) menyatakan bahwa ada peningkatan tingkat pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan. Hasil penelitian ini sesuai dengan (Maya prastiwinigrum et al., 2025), terkait pengaruh edukasi remaja putri terhadap tingkat pengetahuan periksa payudara sendiri (SADARI) di SMA N 60 Jakarta tahun 2024, yang didapatkan hasil uji paired wise

comparison menunjukkan terdapat perbedaan yang bermakna pada skor pengetahuan kelompok phantom post test I dengan post test II dengan nilai p-value 0,035. Penggunaan media alat peraga phantom lebih efektif dalam pemberian Edukasi pengetahuan SADARI. (Maya prastiwinigrum et al., 2025)

Hal ini sejalan dengan penelitian (Eva Purwaty, 2022) menunjukkan bahwa terdapat 32 responden (96.9%) yang mengalami peningkatan pengetahuan sesudah diberikan penyuluhan menggunakan media demonstrasi dan hasil uji wilcoxon didapatkan nilai p-value sebesar $0.0001 < 0.05$ yang berarti ada perbedaan pengetahuan remaja putri tentang SADARI sebelum dan sesudah. (Purwati, 2023).

Penelitian ini menunjukan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan Bidar memiliki pengaruh lebih terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang SADARI, di bandingkan menggunakan Phantom payudara di karenakan menggunakan BIDAR bisa menempel pada tubuh responden dan tidak bisa di geser sehingga menetap pada tubuh responden. Sedangkan menggunakan phantom payudara tidak bisa menempel pada tubuh responden. Penelitian ini menyimpulkan bahwa kedua media penyuluhan terbukti berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan responden, dan media demostrasi menggunakan Bidar terbukti lebih besar efeknya terhadap peningkatan pengetahuan.

5. Analisis pengaruh Alat Peraga BIDAR (Bra Terampil Sadari) dan Phantom Payudara terhadap keterampilan remaja putri

Hasil Uji Mann-Whitney diperoleh angka signifikan ($p=0.016$) sehingga dapat maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini berarti ada pengaruh demostrasi BIDAR terhadap Keterampilan. Pengukuran akhir perbandingan hasil mean rank menunjukan bahwa alat peraga menggunakan BIDAR lebih efektif daripada menggunakan Phantom payudara, terlihat nilai Mean Rank pada kelompok BIDAR sebesar (19.30%) dan pada kelompok Phantom Payudara (11.70%) dengan selisih nilai (7.60%) Maka kesimpulannya kelompok BIDAR Mempunyai keterampilan yang baik dibandingkan dengan kelompok phantom payudara.

Keterampilan merupakan suatu kemampuan untuk menterjemahkan pengetahuan kedalam praktik sehingga tercapai tujuan yang diinginkan (Amirullah dan Budiyo, 2014). (Astari et al., 2022). Sedangkan menurut (fitri, 2020) berhasilnya suatu penyuluhan tergantung pada media dan alat peraga yang digunakan dalam penyuluhan. Menurut (Notoatmojo, 2014) pemilihan dan penggunaan alat bantu media merupakan salah satu komponen yang penting dilakukan pada saat penelitian. Tujuannya agar membantu penggunaan indra sebanyak banyaknya. (Rahayu et al., 2025)

Alat peraga mempermudah dalam penyampaian materi untuk memperagakan sesuatu yang ingin disampaikan dan menyerupai bentuk aslinya. (Agus Cahyono et al., 2019). Alat peraga BIDAR menyerupai bentuk aslinya sehingga membuktikan media BIDAR dapat meningkatkan keterampilan SADARI.

Pandangan Edgar Dale mengenai pengaruh cara belajar terhadap kemampuan mengingat dan hasil belajar. Diuraikan bahwa jika individu belajar pada apa yang dibaca maka pengaruhnya terhadap ingatan hanya sebesar 10%. Jika dia belajar pada apa yang didengarnya maka ingatannya akan meningkat menjadi 20%. Strategi membaca dan mendengar keduanya menghasilkan kemampuan mendefinisikan, membuat list, menggambarkan, dan menjelaskan. Jika individu belajar pada apa yang dilihat, seperti melihat gambar atau video, cara itu mempengaruhi kemampuan mengingat menjadi 30%. Jika apa yang dilihatnya itu disertai suara yang dapat didengar maka akan meningkat menjadi 50%. Strategi melihat dan mendengar dapat diimplementasikan dengan mengikuti exebisi atau melihat pertunjukan akan mendorong kemampuan mendemostrasikan, mendesain, menciptakan atau menilai Jika yang dipelajari itu

diucapkan dan ditulis maka akan mempengaruhi peningkatan ingatan hingga 70%. Strategi yang bisa dikembangkan dalam workshop atau mengikuti pembelajaran dengan desain kolaborasi. Sedangkan jika apa yang dipelajari itu diperaktekan atau dilakukan maka ingatan akan naik 90%. Strategi yang tepat untuk memfasilitasi kemampuan nyata. Seperti halnya dengan mempraktekan keterampilan SADARI menggunakan alat peraga BIDAR.

Di dalam teori Edgar Dale setiap pengalaman belajar diuraikan salah satunya sebagai berikut yaitu: Pengalaman tiruan adalah pengalaman yang diperoleh melalui benda atau kejadian yang di manipulasi agar mendekati keadaan yang sebenarnya.

Hasil dalam penelitian ini serupa dengan penelitian (Rahayu et al., 2025), terkait pengaruh penggunaan alat peraga ROMA “rompi mamae” terhadap keterampilan sadari dalam mencegah kanker payudara pada kader kesehatan, menunjukkan hasil uji mann whitney nilai Asymp. Sig. (2-tiled) atau P value $0.000 < 0.05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada hasil nilai post test keterampilan tentang SADARI pada kader antara penggunaan alat peraga ROMA dan alat peraga payudara.

Sejalan dengan penelitian (Apnisari, 2018), diketahui bahwa hasil selisih nilai keterampilan SADARI kelompok kontrol dan eksperimen rata-rata 1,5 dan 4,7. Setelah di uji menggunakan Uji Mann Whitney nilai signifikan p-value $0,000 (<0,05)$ maka H_0 ditolak yang artinya ada pengaruh yang signifikan terhadap tingkat keterampilan yang diberikan penyuluhan dengan media Alat peraga dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan penyuluhan (Apnisari & Asnindari, 2019).

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian (Pradini 2018) tentang pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat keterampilan melakukan SADARI pada wanita usia produktif di pengkol kulon progo, Setelah intervensi keterampilan sebanyak 24 responden (82,8%) tingkat keterampilan tinggi, 4 responden (13,8 %) sedang dan 1 responden (3,4%) rendah/ dengan hasil uji p $0,000 < 0,005$. Sehingga ada pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media alat peraga terhadap tingkat pengetahuan dan keterampilan tentang SADARI pada wanita usia produktif di Pengkol.

SIMPULAN

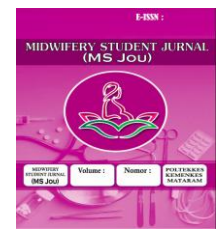
Penggunaan alat peraga BIDAR (Bra Terampil SADARI) berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan SADARI pada remaja putri di SMPN 19 Kota Mataram. Kelompok yang menggunakan BIDAR memiliki rata-rata pengetahuan (89,71) dan keterampilan (90,00) lebih tinggi dibandingkan kelompok yang menggunakan phantom payudara, masing-masing sebesar 82,51 dan 81,45. Hasil uji Mann-Whitney menunjukkan perbedaan yang bermakna pada pengetahuan ($p=0,022$) dan keterampilan ($p=0,016$). Dengan demikian, BIDAR efektif sebagai media edukasi untuk meningkatkan kemampuan SADARI dan mendukung upaya deteksi dini kanker payudara pada remaja putri.

UCAPAN TERIMA KASIH

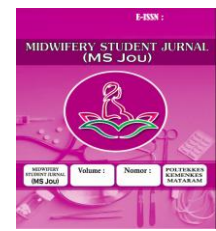
Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Poltekkes Kemenkes Mataram, SMPN 19 Kota Mataram, dan seluruh dosen pembimbing yang telah membantu dalam pelaksanaan dan penyusunan laporan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, K. & J. (2022). Metodologi Penelitian Kuantitatif. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Agus Cahyono, E., Studi Ilmu Keperawatan, P., Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang, S., Korespondensi, A., Veteran Mancar, J., Peterongan, K., Jombang, K., & Timur, J. (2019). Pengetahuan ; Artikel Review. In Jurnal Keperawatan (Vol. 12, Issue 1).
- Al Ghazy, F. H. (2019). Hubungan Kesejahteraan spiritual dengan depresi pada kanker payudara di rsup dr.m. dijamin. In Osteoarthritis and Cartilage, 28(2), UNIVERSITAS ANDALAS.
- Apnisari, S. J. (2018). Pengaruh Penyuluhan Sadari Dengan Metode Demonstrasi Terhadap Keterampilan Sadari Pada Wanita Usia Subur Di Dusun Ngabean Bantul Yogyakarta. <https://digilib.unisayogya.ac.id/4527/1/NASKAH%20PUBLIKASI%20SINTA%20JULIA%20APNISARI.pdf>
- Apnisari, S. J., & Asnindari, L. N. (2019). Pengaruh Penyuluhan Sadari Dengan Metode Demonstrasi Terhadap Keterampilan Sadari Pada Wanita Usia Subur Di Dusun Ngabean Bantul Yogyakarta. <https://digilib.unisayogya.ac.id/4527/>
- April. (2021). Poltekkes Kemenkes Yogyakarta 9. Jurnal Kesehatan, 6(6), 9–33.
- Astari, T. I., Tri, R. D., & Ahmad, T. Y. (2022). Keterampilan Guru dalam Pengelolaan Kelas. Finger: Journal of Elementary School, 2. <https://jsr.unha.ac.id/index.php/Finger>
- Astuti, D. W. (2021). Hubungan Usia Dan Pengetahuan Siswa Terhadap Deteksi Dini Kanker Payudara. Babul Ilmi_Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan, 13(2), 121–129. <https://jurnal.stikes aisyyah-palembang.ac.id/index.php/Kep/article/view/>
- Dinas Kesehatan Provinsi NTB. (2022). profil dinas kesehatan provinsi NTB. Retrieved April 20,2022,from <https://dinkes.ntbprov.g.id>.
- Durriyyah, A. D., Gayatri, R. W., Tama, T. D., & Wardani, H. E. (2023). Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Riwayat Kanker Payudara Keluarga terhadap Perilaku SADARI pada Wanita Usia 20-29 Tahun di Puskesmas Kendalsari. Sport Science and Health, <https://doi.org/10.17977/um062v5i12023p35-44>
- Fitriah, N. (2022). Edukasi Deteksi Dini Kanker Payudara pada Remaja Putri. Jurnal Kesehatan Perempuan, 4(1), 55–63.
- Galesha. (2022). Sadari Untuk Deteksi Dini Kanker Payudara.
- Hapsari. (2019). Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Modul Kesehatan Reproduksi Remaja. Wineka Media.
- Heryani. (2019). Efektivitas Leaflet Terhadap Peningkatan Keterampilan Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) Pada Remaja Putri. Jurnal Ilmu Teknologi Kesehatan STIKES Widya Husada, 11(1), 22.
- Karimah, A., Wijayanti, & Pratiwi, E. N. (2022). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Tentang Pemeriksaan. Universitas Kusuma Husada Surakarta.
- Khairunnissa, A., Wahyuningsih, S., & Irsyad, N. S. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Pemeriksaan Payudara Sendiri Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Tahun 2017. Jurnal Profesi Medika |, 11(2).
- Laila Ni'matus, S., Noer, S., Dewi, L., & Prasastia, C. (2024). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kesiapan Menarche Pada Remaja Putri Kelas Iv Dan V Di Mi Al Mas'udy Kabupaten Mojokerto. <https://repository.ubs-ppni.ac.id/handle/123456789/2588>
- Latifah, A. P. (2021). Pengaruh Video Edukasi Terhadap Pengetahuan Anak Sekolah Dasar Tentang Kekerasan Seksual Di Sdn Kota Bengkulu Tahun 2021 [Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu <https://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/854/1/SKRIPSI%20AULIA%20PUTRI%20LATIFAH%202021.pdf>].



- Lestari Dwi Astuti, D. (2017). Efektivitas Penyuluhan Pemeriksaan Payudara Sendiri Dengan Media Video Dan Phantom Terhadap Praktik Sadari Pada Siswi Smp N 1 Nanggulan 1. [chrome extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://digilib.unisayogya.ac.id/2678/1/naskah%20publikasi.pdf](chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://digilib.unisayogya.ac.id/2678/1/naskah%20publikasi.pdf)
- Lestari, S. (2020). Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Sikap Pencegahan Kanker Serviks Pada Wanita Usia Subur [Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta]. [chrome extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://digilib.unisayogya.ac.id/5888/1/Sriyana%20Lestari_1810104021_D4%20Kebidanan_Naskah%20Publikasi%20-%20sriyana%20lestari.pdf](chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://digilib.unisayogya.ac.id/5888/1/Sriyana%20Lestari_1810104021_D4%20Kebidanan_Naskah%20Publikasi%20-%20sriyana%20lestari.pdf)
- Maya, O., Serna, L., Handayani, F., Making, M. A., Pujiyanti, R., Hamu, A. H., Profesi, P. P., Jurusan, N., Kupang, K., & Kupang, K. (2025). Pengaruh Media Video Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Di Kabupaten Kupang Provinsi Nusa Tenggara Timur. Cetak) Journal of Innovation Research and Knowledge, 5(1).
- Maya prastiwinigrum, D., Robiatul Adawiyah, A., & Apandi, S. (2025). Pengaruh Edukasi Remaja Putri Terhadap Tingkat Pengetahuan Periksa Payudara Sendiri (SADARI) di SMA N 60 Jakarta Tahun 2024. In Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS) e-ISSN (Vol. 9, Issue 1). <http://ejournal.urindo.ac.id/index.php/jukmas> Notoadmodjo. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. Rineka Cipta.
- Nurasmii. (2020). Manfaat Omega 3 Terhadap Nutrisi janin: Studi Pendahuluan Pengetahuan ibu hamil. *abdul(ed)*.
- Nurhayati. (2020). Panduan Cuci Tangan Pakai Sabun. Kesehatan Lingkungan, 1–34.
- Nursalam. (2016). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Selemba Medika.
- Nursalam. (2018). Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Pedoman Skripsi, Tesis Dan Instrumen Penelitian Keperawatan. Edisi 2. Salemba Medika.
- Oktobriani, R. R. (2024). Hubungan Usia Menarche (Haid Pertama) Dengan Sikap Menghadapi Haid Pada Siswi Mts Negeri Kauman Ponorogo. *Jidan : Jurnal Ilmiah Bidan*, 3.No1, 1–6. <https://www.journal.stikespid.ac.id/index.php/jspid/article/view/16>
- Olfah, Y., Mendri, N.K., Badiah, A. (2013). Kanker Payudara Dan Sadari. Nuha Medika.
- Piranti, V. (2021). Pengaruh Promosi Kesehatan Menggunakan Media Vidio Animasi Terhadap Pengetahuan Dalam Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 2 Kota Bengkulu. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951, 10–27.
- Purwati, E. (2023). Perbedaan Hasil Penyuluhan Kesehatan Menggunakan Metode Audiovisual dan Demonstrasi Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Sadari di SMPN 3 Pagedongan Banjarnegara. *Proceedings Series on Health & Medical Sciences*, 4, 1–9. <https://doi.org/10.30595/pshms.v4i.545>
- Rahayu, D. D., Cory'ah, F. A. N., & Pratiwi, I. G. (2025). Pengaruh Penggunaan Alat Peraga ROMA "Rompil Mamae" Terhadap Keterampilan Sadari dalam Mencegah Kanker Payudara pada Kader Kesehatan. *INDONESIAN HEALTH ISSUE*, 4.No.1, <https://doi.org/https://doi.org/10.47134/inhis.v4i1.83> 1–14.
- Risma. (2021). faktor - faktor yang berhubungan dengan perilaku pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) pada mahasiswa kebidanan poltekkes tanjung karang, bandar lampung.
- Saputri, D., & Fransiska, P. (2024). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Pada Siswi Kelas Xi Di Smk Pelita Insani Kota Prabumulih. *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, 14(2), 12–20. <https://ejurnal.stikesmitraadiguna.ac.id/index.php/jkp/article/download/343/239>
- Selly Oktavia, & Wijayanti, T. (2021). Gambaran Tingkat Pengetahuan Wanita Usia Subur Tentang (SADARI). *Jurnal Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur*, 1(69), 5–24.



- Sudarsa, I. W. (2020). Perawatan Komprehensif Paliatif. Airlangga Universitas Press.
- Tampubolon, E. W., Hasibuan, A. S., & Hidayah, A. (2023). Pengaruh Penyuluhan Dengan Menggunakan Leaflet Terhadap Pengetahuan Orang Tua Tentang Ispa Pada Balita Di Puskesmas Sadabuan. <https://repository.unar.ac.id/jspui/handle/123456789/5543>
- Tania. (2019). Kanker Payudara. The Global Cancer Observatory-All Cancers.International, 3(1), 230-237
- Wahyuni, S., Mutiara Putri, I., Diniyah Program Studi Kebidanan Program Sarjana Dan Pendidikan Profesi Bidan, K., Ilmu Kesehatan, F., & Yogyakarta, A. (2025). Pengaruh penyuluhan dengan media video terhadap pengetahuan SADARI pada remaja putri di Pondok Pesantren Al-Miftah Kulon Progo Yogyakarta. Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat, 3, 22 2025.<https://proceeding.unisayogya.ac.id/index.php/proseminaslppm/article/view/1096>
- Wijayanti. (2020). Efekifitas Penyuluhan Kesehatan Sadari Dengan Media Video terhadap pengetahuan Pada Remaja Putri Di SMK Muhammadiyah Cawas Klaten. Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat Berkala, 2(1), 49.
- Yunita. (2020). Determinan Kejadian Kanker Payudara Pada Wanita di RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau. Jurnal Sains Dan Kesehatan, 10(2), 174-179.