

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan dari hasil studi literatur didapatkan kesimpulan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan SADARI terhadap peningkatan perilaku deteksi dini kanker payudara. Metode yang dapat digunakan dalam pendidikan kesehatan SADARI, yaitu metode ceramah, demonstrasi dan audiovisual. Penggunaan metode ceramah, demonstrasi dan audiovisual dalam pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktik dalam melakukan pemeriksaan payudara sendiri. Media yang dapat digunakan dalam penyampaian pendidikan kesehatan, diantaranya leaflet, manekin payudara, poster, *hand out* materi dan pamflet.

#### **B. Saran**

Melihat tingginya angka kejadian dan kematian kanker payudara yang ada di Indonesia, maka SADARI penting dilakukan sebagai langkah awal dalam deteksi dini kanker payudara. Tetapi, SADARI dianggap masih belum efektif karena masih banyak wanita yang belum mengetahui bagaimana cara melakukannya. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan mengenai SADARI sangat tepat diberikan semenjak wanita mencapai usia reproduksi. Melakukan SADARI secara rutin setiap satu bulan sekali dapat mengurangi risiko kanker payudara jika ditangani sedini mungkin.