

Penerapan Terapi Spiritual Terhadap Kontrol Diri Untuk Mencegah Kekambuhan Pasien Penyalahgunaan NAPZA

Alyfia Sofyan Putri¹, Yanuar Fahrizal¹, Triyana²

¹Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

²Rumah Sakit Soerejo Magelang

ABSTRACT

Background of Study: Drug stands for narcotics, psychotropics, and addictive substances that contain dangerous substances. The rate of drug abuse today does not only occur in big cities, but has penetrated throughout Indonesia. One of the nursing interventions that can be done in people with drug addiction is spiritual therapy in the form of dhikr and also dhuha prayer. This study aims to see the effectiveness of the application of spiritual healing on self-control in drug abuse patients.

Methods: This research method uses a case report with pre-post experimental to one male respondent with drug abuse who is being rehabilitated at Soerojo Magelang Hospital. The research was carried out in the Baladewa room of Soerojo Hospital Magelang on 3-18 May, 2024

Results: The results of this study showed a change in the results of the AWARE score decreased from 68% (a sign of moderate recurrence) to 31% (a sign of low recurrence).

Conclusion: From these results, it can be concluded that there is a change in self-control through the application of spiritual therapy to drug abuse patients.

Keywords: Self Control; Spiritual Therapy; Drug Abuse

Korespondensi: Yanuar Fahrizal, Prodi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Yogyakarta, Jawa Tengah, Indonesia, 0817269551, yanuarfahrizal@umy.ac.id

PENDAHULUAN

NAPZA merupakan singkatan dari narkotika, psicotropika, dan zat adiktif yang berisi bahan berbahaya (Purbanto dan Hidayat, 2023). Lajunya penyalahgunaan NAPZA saat ini tidak hanya semata-mata terjadi di kota besar saja, namun telah merambah hingga pelosok belahan Republik Indonesia, dan penggunaannya berangkat dari jenjang ekonomi bawah menengah hingga derajat status sosial ekonomi atas (Dewi dan Arsila, 2022).

Menurut *United Nations Office on Drugs and Crime* (UNODC) penyalahgunaan NAPZA terus mengalami peningkatan dalam satu tahun terakhir. Prediksi banyaknya pengguna kian melaju dari 240 juta jiwa pada tahun 2011 kemudian menjadi 296 juta jiwa sampai dengan tahun 2021 (5,8% dari populasi manusia yang berusia dari 15-64 tahun). Peningkatan penggunaan NAPZA ini sebesar 23%, sebagian dikarenakan karena pertumbuhan populasi (UNODC, 2023). Bersumber pada hasil riset dari Badan Narkotika Nasional (BNN) prevalensi penyalahgunaan NAPZA ditahun 2019 menyentuh angka 1,80% dan di tahun 2019 1,95%, yang artinya mengalami kenaikan (Badan Narkotika Nasional, 2022).

Kekambuhan (*relapse*) merupakan tahap kembalinya individu untuk mengonsumsi kembali NAPZA dalam kurun waktu tertentu setelah diberikan pengobatan atau rehabilitasi. Beberapa faktor yang dapat memicu terjadinya *relapse* pada pecandu NAPZA dikelompokkan dalam dua kategori, yaitu faktor yang berasal dari dalam diri individu (internal) maupun dari lingkungan (eksternal). Faktor internal yang dapat membawa dampak terjadinya *relapse* diantaranya yaitu efikasi diri, motivasi, *craving*, *coping*, *emotional states*, dan *outcome expetancies*. Sedangkan faktor eksternal yang dapat membawa dampak terjadinya *relapse* yaitu adanya situasi sosial

yang menekan dan munculnya konflik interpersonal (Wulandari, dkk., 2020). Melihat bahwa beberapa faktor dapat mengakibatkan *relapse* terjadi, diperlukan kemampuan kontrol diri yang baik pada mantan pengguna NAPZA agar tidak mengalami kekambuhan kembali (Trilia dan Rusmini, 2019). Kontrol diri dapat diartikan sebagai kehendak individu untuk memperhitungkan berbagai resiko dalam berperilaku, juga berguna untuk membimbing individu kepada berbagai bentuk perilaku yang berkonsekuensi positif dalam hidupnya (Thalib, dkk., 2024).

Salah satu intervensi keperawatan yang dapat dilakukan pada orang dengan kecanduan NAPZA adalah terapi spiritual berupa dzikir dan juga salat dhuha. Dzikir merupakan cara seorang hambanya agar senantiasa mengingat Allah SWT dalam setiap waktu, takut dan berharap hanya kepadaNya, menanamkan bahwa diri manusia selalu berada di bawah kehendak Allah dalam segala hal dan urusannya. Dzikir dapat membantu seseorang dalam mewujudkan persepsi bahwa stressor apapun akan dapat dilalui dengan baik itu atas bantuan Allah SWT. Akibat yang timbul dari melaksanakan dzikir mampu mengendalikan perilaku seseorang dalam kehidupan sehari-seharinya karena selalu mengingat Allah dengan mengucapkan dzikir (Andrea dan Fahrizal, 2022). Salat sunnah atau yang disebut juga dengan shalat tatawwu' yaitu salat-salat di luar kelima salat fardhu yang diwajibkan untuk dikerjakan. Salat dhuha merupakan salat sunnah yang dilaksanakan pada waktu matahari sedang berangsur-angsur naik, dan berakhir saat terbenam matahari di waktu dhuhur. Salat merupakan perwujudan rasa bersyukur seorang hamba kepada Allah. Dari sini dapat disimpulkan bahwa salat merupakan media yang menjembatani seorang hamba untuk memohonan pertolongan dalam menyingkirkan segala bentuk masalah yang dihadapi manusia dalam perjalanan hidupnya. Pada saat salat seorang mukmim akan merasakan ketenangan dari dalam hatinya. Karena sesungguhnya ketika ia memulai salatnya dengan mengucap "Allahu Akbar" dia telah menyadari sepenuhnya bahwa Allah maha besar (Maqfiroh dan Lestari, 2021).

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa terapi spiritual berupa salat dan dzikir yang dilakukan selama 14 hari berturut-turut diperlukan untuk mengontrol diri pasien penyalahgunaan NAPZA. Berdasarkan peninjauan melalui wawancara yang telah dilakukan kepada perawat di RS Soerojo Magelang, menunjukkan bahwa penerapan terapi spiritual berupa salat dan dzikir terhadap kontrol diri pasien penyalahgunaan NAPZA belum dilakukan melalui tahapan yang terstruktur. Dalam hal ini, penelitian ini bertujuan untuk melihat adanya ekeftivitas penerapan terapi spiritual terhadap kontrol diri pada pasien penyalahgunaan NAPZA yang sedang menjalani rehabilitasi melalui tahapan atau langkah yang terstruktur.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan laporan kasus (*case report*) dengan *pre-post experimental* kepada satu responden laki-laki dengan penyalahgunaan NAPZA yang sedang direhabilitasi di RS Soerojo Magelang. Penelitian dilaksanakan di ruang Baladewa RS Soerojo Magelang pada tanggal 3-18 Mei 2024. Partisipan berjumlah satu pasien dengan diagnosa (F19.9) gangguan mental akibat penyalahgunaan narkoba yang berulang kali. Sebelum dilakukan intervensi, pasien diberikan lembar inform consent. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen Advance Warning of *Relapse* (AWARE) yang terdiri dari 28 pertanyaan (Kelly, dkk., 2011). Item-item tersebut diberi skor pada skala penilaian tipe Likert 1-7; sehingga 1 berarti tidak pernah dan 7 berarti selalu. Pemberian skor dibalik untuk lima item kuesioner: 8, 14, 20, 24, 26. Skor yang lebih tinggi menunjukkan prevalensi lebih banyak tanda-tanda peringatan kekambuhan sehingga lebih rendah pencegahan terhadap kekambuhan (Sahar dan Naqvi, 2021). Perhitungan hasil skor menggunakan rumus presentase respon yaitu (Asmah dan Setyowati, 2022):

$$\frac{\text{Jumlah skor yang didapatkan}}{\text{jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Kriteria hasil dari persentase respon yang didapatkan sebagai berikut (Arikunto, 2014):

Tabel 1. Kriteria Persentase Skor Respons

Presentasi Skor (%)	Kriteria
76-100	Tinggi
56-75,9	Sedang
0-55,9	Rendah

HASIL PENELITIAN

Pasien adalah Tn. F berumur 35 tahun yang bertempat tinggal di Temanggung, beragama Islam dan bekerja sebagai wiraswasta. Pasien terdiagnosa gangguan mental akibat penyalahgunaan narkoba yang berulang kali (F.19.9). Saat dilakukan pengkajian awal, pasien mengatakan masuk karena putusan pengadilan yaitu setahun di rutan Temanggung dan enam bulan di ruang rehabilitasi Soerojo Hospital. Pasien mulai mengenal dan juga memakai narkoba pada saat SMA tahun 2006 jenis lexotan dan juga alkohol dikarenakan merasa penasaran karena ditawarkan oleh temannya, Kemudian pada saat tamat SMA tahun 2007-2023 pasien mengatakan mulai mencoba shabu, ganja, dan alprazolam, kemudian pasien mengkonsumsi narkoba lagi karena usahanya hancur. Pasien mengatakan bahwa dirinya sangat terpukul atas usahanya yang hancur, kemudian mencari pekerjaan sampingan sebagai supir yang kemudian dipertemukan lagi dengan teman-teman lamanya dan kembali ditawarkan untuk mengonsumsi kembali NAPZA. Pasien mengatakan dengan mengonsumsi NAPZA pikirannya menjadi lebih tenang. Pemeriksaan tanda-tanda vital didapatkan : TD 126/74 mmHg, N: 89x/Menit, S : 36,8 C, RR : 22x/ Menit, BB : 64,1 Kg, TB : 165 Cm.

Masalah psikososial yang sebelumnya dialami pasien adalah terlibat perkelahian dengan temannya pada saat di rutan. Pasien juga mengatakan bahwa ibunya sudah meninggal dunia sejak dia masih duduk di sekolah dasar. Kemudian ayahnya menikah kembali, dan sejak saat itu hubungannya dengan ibu tirinya tidak baik dan sering terjadi kesalahpahaman. Pasien mengatakan ibu tirinya sering kali menjelek-jelekan dirinya didepan ayahnya. Dari segi sosial budaya pasien mengatakan selalu mengikuti kegiatan di masyarakat seperti ronda, kerja bakti, dan juga rapat rutin RT. Dari segi spiritual pasien mengatakan bahwa sebelum masuk rutan dan rehabilitasi dirinya jarang menjalankan salat lima waktu. Namun pada saat di rehabilitasi dirinya sudah mulai memperbaiki salatnya lima waktu. Interaksi saat pengkajian pasien cukup kooperatif. Selama dirawat di RS Soerojo, kebutuhan sehari-hari Tn. F dilakukan secara mandiri. Tn. F berharap agar cepat pulang dan kembali berkumpul dengan anak istrinya. Selama menjalani rehabilitasi pasien mendapatkan terapi medis Tiamin (B1) 100 mg 2x1 tablet, Clozapine 25 mg 1x1 tablet, Divalproex Sodium 25 mg 1x1 tablet, dan Clobazam 10 mg 2x1 tablet.

Tabel 1. Peringatan Kekambuhan Pasien Sebelum Intervensi

Relapse (kekambuhan)	Skor AWARE
Pre-Test Pertanda Sedang	68%

Berdasarkan Tabel 1 sebelum dilakukan intervensi, pasien mengatakan dirinya masih sering terlambat untuk melakukan salat lima waktu, belum melaksanakan salat dhuha dan juga belum menyempatkan untuk berdzikir. Pasien diminta untuk mengisi kuesioner kekambuhan pada

hari pertama di minggu pertama dan didapatkan hasil 68% yang artinya pertanda peringatan kekambuhan masuk dalam kriteria sedang.

Relapse (kekambuhan)	Skor AWARE
<i>Middle Test</i> Pertanda Sedang	45%

Berdasarkan Tabel 2 setelah diberikan intervensi berupa salat dhuha dan dzikir selama tujuh hari. Kemudian pasien diminta untuk mengisi kuesioner dan didapatkan hasil 45% yang artinya pertanda peringatan kekambuhan masuk dalam kriteria sedang.

Relapse (kekambuhan)	Skor AWARE
<i>Post-Test</i> Pertanda Sedang	31%

Berdasarkan Tabel 3 setelah diberikan intervensi berupa salat dhuha dan dzikir selama 14 hari. Kemudian pasien diminta untuk mengisi kuesioner dan didapatkan hasil 31% yang artinya pertanda peringatan kekambuhan masuk dalam kriteria rendah.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengkajian pada pasien Tn. F Pada kasus ini, salah satu faktor kekambuhan yang terjadi pada Tn. F sehingga kembali memakai NAPZA disebabkan oleh faktor eksternal yaitu ekonomi (kehilangan pekerjaan). Pernyataan ini sejalan dengan penelitian dari Pertama, dkk (2019), bahwa kehilangan pekerjaan pada mantan pengguna narkoba di Rehabilitasi Sosial Berbasis Masyarakat, didapatkan hasil yaitu 14,3% mempengaruhi kejadian *relapse*. Kehilangan pekerjaan berhubungan dengan tingkat stres atau tekanan yang dirasakan seseorang, oleh karena itu kehilangan pekerjaan menjadi salah satu faktor seseorang kembali mengalami fase kekambuhan. Kemudian penelitian dari Naimah, dkk (2019), bahwa berkumpul kembali dengan teman yang menyalahgunakan NAPZA menjadi faktor teman yang terbanyak yaitu 60% (15 responden). Mantan penyalahguna dengan mudah menerima tantangan teman mereka untuk mencoba NAPZA kembali, Hal ini karena teman adalah bagian dari lingkungan yang dapat mempengaruhi perilaku. Mantan penyalahguna dapat tergoda ketika didesak dan juga ditawarkan secara cuma-cuma oleh teman untuk menyalahgunakan NAPZA kembali. Didapatkan juga hasil pengkajian Tn. F yang mengatakan bahwa dirinya sudah menggunakan NAPZA pada saat duduk di bangku Sekolah Menengah Atas dikarenakan ditawarkan oleh teman dan juga merasa penasaran. Ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Muhia, (2021), bahwa dari 64 responden di sekolah menengah umum, sebanyak 36 responden (56,3%) mengatakan pengaruh teman sebaya sangat berperan terhadap penyalahgunaan NAPZA. Selain itu ciri khas remaja yang mempunyai rasa penasaran dan ingin tahu yang tinggi dapat mendorong remaja untuk menyalahgunakan NAPZA yang awalnya coba-coba hingga menjadi ketergantungan apalagi bila mereka sudah mendapatkan suatu kenikmatan melalui NAPZA (Sharma, 2018).

Berdasarkan hasil pengkajian dan pengisian kuesioner Advance Warning Of *Relapse* (AWARE) pada pasien Tn. F menunjukkan bahwa terdapat perubahan skor awal AWARE sampai dengan hari ke 14. Kuesioner AWARE adalah kuesioner yang dapat diisi oleh subjek. Semakin tinggi skor, semakin banyak tanda-tanda peringatan kambuh yang dilaporkan oleh klien. Kisaran skor adalah dari 28 (skor serendah mungkin) hingga 196 (skor setinggi mungkin) (Sandhu dkk.,

2019) Hasil AWARE hari pertama (*pre-test*) dalam penelitian ini didapatkan skor AWARE 68%, hari ke tujuh (*middle-test*) 45%, dan hari ke 14 (*post-test*) 31%. Sejalan dengan penelitian dari Sharma (2018), bahwa penelitian yang dilakukan pada pria berusia 16-60 tahun yang memiliki riwayat ketergantungan NAPZA minimal 2 tahun. Didapatkan hasil menunjukkan yang penurunan signifikan terhadap AWARE sebanyak 74% pada subjek kelompok eksperimen dari *relapse* menggunakan intervensi bio-psiko-sosial.

Penelitian ini menggunakan terapi spiritual berupa salat dan dzikir terhadap kontrol diri penyalahgunaan NAPZA. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hadi (2019), bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dalam bentuk pelaksanaan shalat dan dzikir terhadap kontrol diri klien penyalahgunaan NAPZA dengan nilai p value < 0,001 yang lebih kecil dari nilai α 0.05, Hal ini memperlihatkan bahwa perlakuan berupa terapi spiritual dalam bentuk shalat disertai dzikir dapat meningkatkan kontrol diri klien penyalahgunaan NAPZA. Kontrol diri pemakai NAPZA tentu saja memiliki peran penting dalam mengurangi resiko kambuh. Seseorang yang mempunyai kontrol diri tentu memiliki pengendalian penuh atas perilakunya. Mereka dapat secara mujarab untuk meminimalisir faktor-faktor yang mengarah ke kambuh. Kontrol diri yang kuat dapat meningkatkan kemampuan individu untuk mencegah kambuh.

Berdasarkan hasil pengkajian pada pasien Tn. F Pada kasus ini, salah satu faktor kekambuhan yang terjadi pada Tn. F sehingga kembali memakai NAPZA disebabkan oleh faktor eksternal yaitu ekonomi (kehilangan pekerjaan). Pernyataan ini sejalan dengan penelitian dari Pertama, dkk (2019), bahwa kehilangan pekerjaan pada mantan pengguna narkoba di Rehabilitasi Sosial Berbasis Masyarakat, didapatkan hasil yaitu 14,3% mempengaruhi kejadian *relapse*. Kehilangan pekerjaan berhubungan dengan tingkat stres atau tekanan yang dirasakan seseorang, oleh karena itu kehilangan pekerjaan menjadi salah satu faktor seseorang kembali mengalami fase kekambuhan. Kemudian penelitian dari Naimah, dkk (2019), bahwa berkumpul kembali dengan teman yang menyalahgunakan NAPZA menjadi faktor teman yang terbanyak yaitu 60% (15 responden). Mantan penyalahguna dengan mudah menerima tantangan teman mereka untuk mencoba NAPZA kembali, Hal ini karena teman adalah bagian dari lingkungan yang dapat mempengaruhi perilaku. Mantan penyalahguna dapat tergoda ketika didesak dan juga ditawarkan secara cuma-cuma oleh teman untuk menyalahgunakan NAPZA kembali. Didapatkan juga hasil pengkajian Tn. F yang mengatakan bahwa dirinya sudah menggunakan NAPZA pada saat duduk di bangku Sekolah Menengah Atas dikarenakan ditawarkan oleh teman dan juga merasa penasaran. Ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Muhia, (2021), bahwa dari 64 responden di sekolah menengah umum, sebanyak 36 responden (56,3%) mengatakan pengaruh teman sebaya sangat berperan terhadap penyalahgunaan NAPZA. Selain itu ciri khas remaja yang mempunyai rasa penasaran dan ingin tahu yang tinggi dapat mendorong remaja untuk menyalahgunakan NAPZA yang awalnya coba-coba hingga menjadi ketergantungan apalagi bila mereka sudah mendapatkan suatu kenikmatan melalui NAPZA (Sharma, 2018).

Berdasarkan hasil pengkajian dan pengisian kuesioner Advance Warning Of *Relapse* (AWARE) pada pasien Tn. F menunjukkan bahwa terdapat perubahan skor awal AWARE sampai dengan hari ke 14. Kuesioner AWARE adalah kuesioner yang dapat diisi oleh subjek. Semakin tinggi skor, semakin banyak tanda-tanda peringatan kambuh yang dilaporkan oleh klien. Kisaran skor adalah dari 28 (skor serendah mungkin) hingga 196 (skor setinggi mungkin) (Sandhu dkk., 2019). Hasil AWARE hari pertama (*pre-test*) dalam penelitian ini didapatkan skor AWARE 68%, hari ke tujuh (*middle-test*) 45%, dan hari ke 14 (*post-test*) 31%. Sejalan dengan penelitian dari Sharma (2018), bahwa penelitian yang dilakukan pada pria berusia 16-60 tahun yang memiliki riwayat ketergantungan NAPZA minimal 2 tahun. Didapatkan hasil menunjukkan yang penurunan

signifikan terhadap AWARE sebanyak 74% pada subjek kelompok eksperimen dari *relapse* menggunakan intervensi bio-psiko-sosial.

Penelitian ini menggunakan terapi spiritual berupa salat dhuha dan dzikir terhadap kontrol diri penyalahgunaan NAPZA. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hadi (2019), bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dalam bentuk pelaksanaan shalat dan dzikir terhadap kontrol diri klien penyalahgunaan NAPZA dengan nilai *p-value* < 0,001 yang lebih kecil dari nilai α 0.05, Hal ini memperlihatkan bahwa perlakuan berupa terapi spiritual dalam bentuk shalat disertai dzikir dapat meningkatkan kontrol diri klien penyalahgunaan NAPZA. Kontrol diri pemakai NAPZA tentu saja memiliki peran penting dalam mengurangi resiko kambuh. Seseorang yang mempunyai kontrol diri tentu memiliki pengendalian penuh atas perilakunya. Mereka dapat secara mujarab untuk meminimalisir faktor-faktor yang mengarah ke kambuh. Kontrol diri yang kuat dapat meningkatkan kemampuan individu untuk mencegah kambuh.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dari penerapan terapi spiritual terhadap peningkatan kontrol diri untuk mencegah kekambuhan pada pasien penyalahgunaan NAPZA menggunakan terapi spiritual, didapatkan perubahan hasil skor AWARE menurun dari 68% (pertanda kekambuhan sedang) menjadi 31% (pertanda kekambuhan rendah). Dari hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa adanya perubahan kontrol diri melalui penerapan terapi spiritual pada pasien penyalahgunaan NAPZA.

DAFTAR PUSTAKA

- Andi Nurul Amalia, Arni Rizqiani Rusyidi and Nukman (2021) 'Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) di SMAN 8 Sidrap', *Window of Public Health Journal*, 2(4), pp. 699–706. Available at: <https://doi.org/10.33096/woph.v2i4.222> .
- Berek, P.A.L. et al. (2019) 'Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri Di SMA Negeri 1 Atambua', *Jurnal Kebidanan*, 8(1), pp. 16–23. Available at: <https://doi.org/10.35890/jkdh.v8i1.110> .
- Dinkes Sleman (2021) Narasi Profil Kesehatan 2023 Final Cetak.
- Wulandari, Friska, and Suci Musvita Ayu. "Hubungan tingkat pengetahuan dan sikap dengan perilaku pemeriksaan payudara sendiri (sadari) mahasiswi.Prosiding Seminar Nasional IKAKESMADA "Peran Tenaga Kesehatan Dalam Pelaksanaan SDGs. 2017.
- Heriyanti, E., Arisdiani, T. and Yuni, P. (2018) 'Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Motivasi Dengan Tindakan Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Pada Remaja Putri', *Jurnal Harian Regional*, 6(3).
- Kemendes (2022) Bersama OASE Perkuat Gerakan Sadari Dan Sadanis. Palembang.
- Kurniawati, T., Setiyowati, W. and Puspitasari, A. (2021) 'Hubungan Tingkat Pengetahuan Sadari Dengan Praktik Sadari Pada Remaja Putri di Desa Sinar Agung Kecamatan Way Tenong Kabupaten Lampung Barat', *Midwifery Care Journal*, 2(3), pp. 97–102. Available at: <https://doi.org/10.31983/micajo.v2i3.7494>.
- Lina Oktavia and Wachyu Amelia (2024) 'Hubungan Pengetahuan dan Sikap tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) dalam Mendeteksi Dini Kanker Payudara', *Lentera Perawat*, 5(1), pp. 39–43. Available at: <https://doi.org/10.52235/lp.v5i1.291> .
- Lutvialisa, N. (2019) Gambaran Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Suami Wanita Usia Subur Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri di Puskesmas Sanden Kabupaten Bantul 2019. Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta.
- Maisyaroh, L. and Handayani, S. (2019) 'Pengaruh Health Education Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) Terhadap Pengetahuan dan Motivasi Melakukan Sadari Pada Remaja Putri Kelas X di MAN 1 Sleman Yogyakarta', *JKSI*, 10(2).

- Mardiana, A. and Kurniasari, L. (2021) 'Hubungan Pengetahuan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) dengan Kejadian Kanker Payudara di Kalimantan Timur', *Borneo Student Research*, 2(2).
- Notoatmodjo, S. (2012) *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurrohmah, I.S. and Yati, D. (2019) 'Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) Dengan Perilaku Sadari Sebagai Upaya Deteksi Dini Kanker Payudara', *Jurnal Kesehatan Saemakers Perdana*, 2(1).
- Putri, Y.R., Rustina, Y., and Afyanti, Y. (2022) 'Konsep Analisis Adaptasi Psikologis Pada Fase Awal Kanker Payudara', *Jurnal Endurance*, 7(1). Available at: <https://doi.org/10.22216/jen.v7i1.839>.
- Sari, I. G., Saputri, M. E., dan Lubis, R. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Sadari Pada Remaja Putri di SMK Pandutama Bogor Tahun 2021. *Jurnal Penelitian Keperawatan Kontemporer*, 2(1), 98–106. <https://doi.org/10.59894/jpkk.v2i1.298>
- Tae, Meliana Maria, and Fitria Melina. "Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Sadari Dengan Kepatuhan Melakukan Sadari Pada Mahasiswa Diii Kebidanan Di Stikes Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu* 11.2 (2020): 154-165.
- Wardani, Nuniek Setyo, Jihan Ronaa, and Tri Mustikowati. "Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Sadari Pada Remaja Putri di SMK Kesehatan Mulia Karya Husada Jakarta. *Journal of Nursing and Midwifery Sciences* 2.2 (2023).