

HASIL PENGABDIAN MASYARAKAT
Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Palembang



BUKU PINTAR "REMAJA AKSI" (Antisipasi Kanker Payudara dengan **SADARI**)

Oleh :

Intan kumalasari

Ismar Agustini

Kerawali Jaya



**Buku Pintar Remaja Aksi (Antisipasi Kanker Payudara Dengan
SADARI)**

Ditulis oleh: Intan Kumalasari, Ismar Agustin, Herawati Jaya

ISBN: 978-623-93984-0-8

Desain Sampul : Chakra Brahmanda Lentera
Layout : Chakra Brahmanda Lentera

Diterbitkan oleh Penerbit **Chakra Brahmanda Lentera**

Lembaga Chakra Brahmanda Lentera
Perum Kwadungan Permai Blok A No. 45-46
Kecamatan Ngasem, Kabupaten Kediri.
Email: ceocandle@gmail.com

Cetakan Pertama, Juni 2020

Hak Cipta dilindungi Undang-undang. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apa pun, baik secara elektronik maupun mekanik, termasuk memfotokopi, merekam, atau dengan menggunakan sistem penyimpanan lainnya, tanpa izin tertulis dari Penerbit.

Dicetak di Republik Indonesia

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis Panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan kemampuan kepada penulis hingga "Buku Pintar Remaja AKSI " ini dapat terselesaikan pada waktunya.

Salawat dan salam semoga senantiasa tercurah kepada baginda nabi Muhammad SAW.

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini merupakan salah satu bagian dari Tri Dharma Perguruan Tinggi yang harus dilaksanakan oleh civitas akademika khususnya para dosen dengan melibatkan mahasiswa.

Salah satu kegiatan yang dilakukan adalah memberikan pendidikan/ penyuluhan kesehatan, termasuk di dalamnya adalah penyuluhan kesehatan tentang Perawatan Payudara, Tanda dan gejala Kanker payudara dan deteksi dini kanker payudara dengan SADARI bagi remaja usia sekolah Menengah Atas

Buku ini merupakan hasil dari Kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan pada bulan oktober 2019. Semoga kehadiran buku ini , dapat menambah wawasan pengetahuan serta merubah perilaku remaja tentang pentingnya melakukan pemeriksaan payudara secara berkala dengan teknik SADARI (pemeriksaan payudara Sendiri) sehingga Resiko terkena kanker payudara dapat di deteksi secara dini.

Palembang, Oktober 2019

Penulis

Daftar Isi

Kata Pengantar i

Daftar isi ii

Apa Itu Kanker Payudara ? 1

Apa Penyebab kanker Payudara ? 2

Siapa yang berisiko terkena? 3

Faktor Apa Yang berpengaruh ? 4

Seperti apa tanda gejalanya ? 5

Bagaimana cara mencegahnya ? 6

Deteksi Dini Kanker Payudara 9

Dimana tempat deteksi dini Kanker Payudara ?
10

Cara pemeriksaan **SADARI** 11

Bagaimana Langkahnya ? 12

Kondisi yang harus dicermati saat melakukan
SADARI 14

Cegah kanker dengan "**CERDIK**" dan
"WASPADA" 15

Mitos seputar Kanker Payudara 17

Daftar Pustaka 18