

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Keperawatan Unsoed berada pada rentang usia 19-23 tahun. Mayoritas partisipan adalah angkatan 2023 sebanyak 99 partisipan, dengan riwayat kanker payudara dalam keluarga sebanyak 18 partisipan. Tingkat kecemasan sebagian besar berada pada kategori sedang dan berat, sementara perilaku pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) mayoritas berada pada kategori cukup. Hasil uji *Gamma* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara tingkat kecemasan dengan perilaku SADARI ($p = 0,124$) dengan $r = +0,314$ menandakan hubungan lemah dengan arah positif, yang mengindikasikan bahwa kecemasan tidak menjadi faktor penentu dalam pelaksanaan SADARI pada mahasiswa keperawatan. Namun, arah hubungan menunjukkan kecenderungan positif, di mana semakin tinggi kecemasan semakin baik perilaku SADARI.

B. Saran

1. Bagi Partisipan

Diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan konsistensi dalam melakukan SADARI sebagai langkah deteksi dini. Mahasiswa juga diharapkan dapat mengelola kecemasan secara lebih adaptif dan menjadikan pengetahuan yang dimiliki sebagai dasar untuk menerapkan perilaku kesehatan

2. Bagi Keilmuan

Dapat meningkatkan kegiatan edukasi mengenai deteksi dini kanker payudara, serta memberikan pelatihan praktik SADARI secara berkala sehingga mahasiswa memiliki keterampilan dan keyakinan yang lebih baik dalam melakukan SADARI.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji faktor-faktor yang dapat memengaruhi perilaku SADARI, seperti tingkat pengetahuan, *self-efficacy*, dan dukungan sosial, serta menganalisis keterkaitannya dengan tingkat kecemasan dalam pelaksanaan SADARI.

