

GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN, STATUS GIZI DAN GAYA HIDUP REMAJA PUTRI TENTANG KANKER PAYUDARA

Marta Pastari¹, Sumitro Adi Putra², Lukman³

^{1,2,3}Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Palembang
(email penulis korespondensi : marta@poltekkespalembang.ac.id)

ABSTRACT

Background: Data in 2018, 40.480 women died from breast cancer. In Indonesia in 2017 there were 5.642 women with breast cancer, while in South Sumatra in 2018 there were 174 breast cancer patients. The morbidity and mortality rate due to cancer is still high because cancer is the third leading cause of death globally, which is 12.5% or as many as 7,000,000 deaths annually and more than 50% of cancer patients are in developing countries. The purpose of this study was to describe the level of knowledge, nutritional status, and lifestyle of young women about breast cancer at SMA Bina Warga Palembang. **Methods:** This research is a descriptive study through a random sampling approach. The independent variable (level of knowledge, nutritional status, and lifestyle) and the dependent variable (breast cancer) were collected simultaneously. The population in this study were all first grade students at SMA Bina Warga Palembang, with a random sampling technique, the sample size was 48 people. The data was collected using a questionnaire, then the data was analyzed univariately. **Result:** The results showed that students who had a good level of knowledge (58.3%) were more than students who had a low level of knowledge (41.7%). More students with good nutritional status (89.6%) than those with poor nutritional status (10.4%). Most of the female students also have a good lifestyle (100%). **conclusion :** From the results of the study, it can be concluded that the level of knowledge of the first graders of SMA Bina Warga Palembang about breast cancer is good.

Keywords: Knowledge Level, Nutritional Status, and Lifestyle About Breast Cancer

ABSTRAK

Latar Belakang: WHO tahun 2018 sebanyak 40.480 perempuan meninggal akibat kanker payudara. Di Indonesia tahun 2017 sebanyak 5.642 perempuan penderita kanker payudara, sedangkan di Sumatera Selatan tahun 2018 pasien kanker payudara mencapai 174 orang. Angka kesakitan dan kematian akibat penyakit kanker masih tinggi karena kanker merupakan penyebab kematian nomor tiga global, yakni 12,5% atau sebanyak 7.000.000 kematian setiap tahunnya dan lebih dari 50% pasien kanker ada di negara-negara berkembang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan, status gizi, dan gaya hidup remaja putri tentang kanker payudara di SMA Bina Warga Kota Palembang. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif melalui pendekatan *random sampling*. Variabel independen (tingkat pengetahuan, status gizi, dan gaya hidup) dan variabel dependen (kanker payudara) dikumpulkan secara bersamaan. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswi kelas I di SMA Bina Warga Kota Palembang, dengan teknik *random sampling* diperoleh besarnya sampel adalah 48 orang. Pengumpulan data menggunakan kuesioner, kemudian data dianalisis secara univariat. **Hasil:** penelitian menunjukkan bahwa siswi yang mempunyai tingkat pengetahuan baik (58,3%) lebih banyak dibandingkan siswi yang mempunyai tingkat pengetahuan kurang (41,7%). Siswi yang memiliki status gizi baik lebih banyak (89,6%) dibandingkan dengan status gizi tidak baik (10,4%). Siswi juga sebagian besar memiliki gaya hidup baik (100%). **Kesimpulan:** Dari hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat pengetahuan remaja putri kelas I SMA Bina Warga Kota Palembang tentang kanker payudara adalah baik.

Kata Kunci : Tingkat Pengetahuan, Status Gizi dan Gaya Hidup Tentang Kanker Payudara

PENDAHULUAN

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) setiap 11 menit ada satu penduduk dunia meninggal karena kanker dan setiap 3 menit ada satu penderita kanker baru. Di Indonesia angka kesakitan dan kematian akibat penyakit kanker masih tinggi karena kanker merupakan penyebab kematian nomor tiga global, yakni 12,5 % atau sebanyak 7.000.000 kematian setiap tahunnya dan lebih dari 50 % pasien kanker ada di negara-negara berkembang. Urutan penyakit kanker tertinggi di Indonesia adalah kanker payudara, diikuti oleh kanker leher rahim.^{12,13}

Penyebab terjadinya kanker payudara adalah kegemukan, merokok, minum alkohol, gizi yang kurang, jarang berolahraga, serta tidak menyusui. Gaya hidup remaja juga dapat meningkatkan terjadinya kanker payudara, misalnya pada remaja yang suka menggunakan bra secara ketat dan cukup lama mungkin bisa menaikkan resiko terkena kanker payudara sampai tiga kali lebih besar dibandingkan dengan merokok. Kanker payudara dapat dicegah dengan upaya deteksi dini secara pribadi yang dikenal dengan SADARI (periksa payudara sendiri), caranya dengan mengangkat salah satu tangan lalu tangan lainnya menekan-nekan sekitar payudara apakah terdapat benjolan atau tidak. Dengan dilakukannya SADARI, berharap agar para remaja putri bisa lebih mengenali gejala kanker payudara dan mencegahnya sedini mungkin.^{2,7,9}

Dari data organisasi kesehatan dunia (WHO) tahun 2016 lebih dari 1,2 juta perempuan terdiagnosis kanker payudara, tahun 2006 sebanyak 50%, tahun 2017 sebanyak 14%, serta tahun 2018 sebanyak 40.480 perempuan meninggal akibat kanker payudara. Sedangkan pada tahun 2017 di negara Amerika Serikat terdapat 40.140 perempuan menderita kanker payudara, di negara Australia terdapat 2.594 penderita, kemudian di Inggris terdapat 11.990 perempuan meninggal dunia akibat kanker payudara. Berdasarkan data Globacan IARC (*international agency for researsch on cancer*) tahun 2015, di Indonesia ada 1.280 perempuan yang terdiagnosa kanker payudara, tahun 2016 sebanyak 4.956 perempuan, serta tahun 2017 sebanyak 5.642 perempuan penderita kanker payudara. Sedangkan di Sumatera Selatan pada tahun 2017 terdapat 69 pasien akibat kanker payudara dan tahun 2018 pasien kanker payudara mencapai 174 orang. Dan data di SMA Bina Warga Kota Palembang terdapat 28 siswi yang tidak mengetahui tentang kanker payudara.¹² Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan gambaran tingkat pengetahuan, status gizi, dan gaya hidup remaja putri tentang kanker payudara di SMA Bina Warga Kota Palembang.

METODE

Penelitian ini bersifat deskriptif dengan pendekatan *cross sectional* untuk memperoleh gambaran tingkat pengetahuan, status gizi dan gaya hidup remaja putri tentang kanker payudara, karena penelitian ini hanya melihat gambaran umum saja, artinya penelitian ini tidak akan melihat kemaknaan hubungan antara variabel yang diteliti. Sampel diambil dengan teknik *random sampling* yaitu pengambilan sampel secara acak sederhana dimana setiap anggota atau unit dari populasi mempunyai kesempatan yang sama untuk diseleksi sebagai sampel. Dimana jumlah sampel yang diambil untuk kelas $X_1 = 16$ orang, kelas $X_2 = 16$ orang, kelas $X_3 = 16$ orang. Analisis data yang dilakukan hanya analisis univariat, untuk mengetahui gambaran distribusi frekuensi tingkat pengetahuan, status gizi dan gaya hidup remaja putri tentang kanker payudara pada siswi SMA Bina Warga Kota Palembang. Analisa data ini menggunakan program SPSS versi 14.00 (Hidayat, Alimul, 2017)

HASIL

Pengetahuan, Status Gizi dan Gaya Hidup Remaja

Analisis hasil penelitian pada Remaja di Sekolah menengah atas Bina Warga Kota Palembang didapatkan hasil pengetahuan, Status gizi dan Gaya hidup sebagai berikut:

Table 1. Distribusi Responden berdasarkan Pengetahuan, Status Gizi, Gaya Hidup

Variabel	Jumlah	Persentase (%)
Pengetahuan		
Baik	28	58,3
Kurang Baik	20	41,7
Status Gizi		
Baik	43	89,6
Tidak Baik	5	10,4
Gaya Hidup		
Baik	48	100
Tidak Baik	0	0

Hasil penelitian di atas menunjukkan sebagai besar responden berpengetahuan baik (58,3%), memiliki status gizi baik (89,6%) dan memiliki gaya hidup baik (100%).

PEMBAHASAN

Pengetahuan

Hasil penelitian yang dilakukan di SMA Bina Warga Kota Palembang menunjukkan bahwa 28 orang siswi (58,3 %) yang memiliki tingkat pengetahuan baik, yang berarti bahwa tingkat pengetahuan siswi tersebut tentang Kanker Payudara tinggi.

Hal ini sesuai dengan pernyataan Abdullah Nurhayati, dkk (2013) bahwa pengetahuan sangat penting dengan melihat berbagai kemajuan pengetahuan dan informasi tentang kanker payudara, serta meningkatkan pemahaman remaja secara lebih mendalam akan penyakit kanker dan menyakinkan kaum remaja khususnya perempuan akan pentingnya pendeteksian dini dan pengobatan dini sebagai cara cerdas untuk menanggulangi atau mencegah penyakit kanker payudara.

Status Gizi

Hasil penelitian yang dilakukan di SMA Bina Warga Kota Palembang menunjukkan bahwa 43 orang siswi (89,6%) memiliki status gizi baik, berarti bahwa siswi tidak beresiko mengalami kanker payudara.

Hal ini sesuai dengan pernyataan Irawan Erna, dkk (2017) mengatakan bahwa menjaga kesehatan dan menghindari makanan yang berkadar lemak tinggi sangat penting, serta mengkonsumsi buah dan sayuran segar, sangat berguna untuk mengurangi resiko terjadinya kanker.

Sedangkan hasil penelitian Nurhikmah, W (2018), penderita kanker terkait dengan pola makan yang tidak baik, pola diet ala barat, terlalu banyak mengkonsumsi lemak serta tidak menjalani pola hidup sehat maka bisa membentuk kanker tersebut dan ahli nutrisi juga menyarankan untuk mengurangi konsumsi ikan, ayam, dan makanan dari gandum, menjauhkan alkohol serta menekankan agar mengkonsumsi buah-buahan, sayur, kacang-kacangan terutama kedelai. Yang perlu diperhatikan adalah menjaga dan meningkatkan sistem kekebalan tubuh, zat gizi selalu dibawa oleh darah untuk disuplai ke seluruh tubuh.⁷

Gaya Hidup

Hasil penelitian yang dilakukan di SMA Bina Warga Kota Palembang menunjukkan bahwa siswi yang memiliki gaya hidup baik, yaitu 48 orang (100%), berarti gaya hidup siswi tersebut sudah dapat mencegah terjadinya kanker payudara.

Hal ini sesuai penelitian dari Angrainy R (2017) mengatakan bahwa kesadaran untuk melakukan perilaku hidup sehat sangat berguna untuk mengurangi resiko terjadinya kanker dan mengatur gaya hidup di usia muda menentukan kehidupan di masa mendatang. Penyebab kanker

payudara juga bisa dikarenakan dari faktor gen (keturunan), mengkonsumsi alkohol, serta kurangnya berolahraga.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisa data, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Siswi yang memiliki tingkat pengetahuan baik berjumlah 28 orang (58.3%) dan siswi yang memiliki tingkat pengetahuan kurang 20 orang (41.7%).
2. Siswi yang memiliki status gizi baik berjumlah 43 orang (89.6%) dan siswi yang memiliki status gizi tidak baik 5 orang (10.4%).
3. Semua siswi yang memiliki gaya hidup baik berjumlah 48 orang (100%).

Saran

Dengan penelitian ini diharapkan siswi dapat lebih mengetahui informasi tentang kesehatan terutama tentang kanker payudara, serta dapat melakukan SADARI untuk mencegah/mendeteksi terjadinya kanker payudara.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya peneliti sampaikan kepada Direktur, Kepala Pusat Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (P2M), Ketua Jurusan Keperawatan beserta seluruh civitas akademika Poltekkes Kemenkes Palembang yang telah mensupport peneliti untuk melakukan penelitian dan kepada Kepala Sekolah SMA Bina Warga Kota Palembang yang telah memberikan izin untuk kegiatan penelitian ini, juga segenap guru-guru maupun siswi-siswi SMA Bina Warga Kota Palembang yang telah bersedia menjadi reponden penelitian.

KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis menyatakan bahwa tidak ada konflik kepentingan'.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah Nurhayati, dkk. 2013. Hubungan Pengetahuan Tentang Kanker Payudara dengan Cara Periksa Payudara Sendiri Pada Mahasiswi Semester IV Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi. *Ejournal Keperawatan (e-Kp)*, 1(1):1-7, <https://doi.org/10.35790/jkp.v1i1.2223>.
- Angrainy, R. 2017. Hubungan Pengetahuan, Sikap Tentang Sadari Dalam Mendeteksi Dini Kanker Payudara Pada Remaja. *Jurnal Endurance*, 2(2): 232-238, <https://doi.org/10.22216/jen.v2i2.1766>Sari,
- Anggorowati. 2013. Faktor Resiko Kanker Payudara Wanita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (KEMAS)*, 8(2): 121-126, <https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/kemas/article/view/2635/2702>
- Mahwita, dkk. 2012. Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Motivasi Pasien Kanker Payudara Dalam Menjalani Kemoterapi di Ruang Cendrawasih I RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau. *Jurnal Ners Indonesia*, 2(2): 158-166, <http://dx.doi.org/10.31258/jni.2.2.158-166>.
- Husni, M, dkk. 2015. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup Pasien Kanker Payudara di Instalasi Rawat Inap Bedah RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang Tahun 2012. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya (JKS)*, 2(2): 77-83, https://ejournal.unsri.ac.id/index.php/jk_sriwijaya/article/view/2334/0.

- Hidayat, Alimul. 2017. Metode Penelitian Kebidanan & Teknik Analisis Data. Surabaya: Salemba
- Irawan Erna, dkk. 2017. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup Penderita Kanker Payudara. *Jurnal Keperawatan BSI*, 5(2):121-129, <https://doi.org/10.31311/v5i2.2635>.
- Notoatmodjo. 2015. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo. 2017. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurhikmah, W. 2018. Hubungan Mekanisme Koping dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Kanker Payudara. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 1(1): 38-47, <https://doi.org/10.32584/jikj.v1i1.35>.
- Purwoastuti, Endang. 2018. Kanker Payudara, Pencegahan, dan Deteksi Dini. Yogyakarta: Kanisus.
- Sinaga C.F & Ardayani, Tri. 2016. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Deteksi Dini Kanker Payudara Melalui Periksa Payudara Sendiri di SMA Pasundan 8 Bandung Tahun 2016. *Kartika: Jurnal Ilmiah Farmasi*, 4(1): 16-19, <http://dx.doi.org/10.26874/kjif.v4i1.52>
- Wibisono, Nancy. 2019. Melawan Kanker Payudara. Jakarta: Restu Agung.