

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kanker payudara menjadi penyakit paling umum dikalangan orang dewasa. Angka kejadian kanker payudara di dunia rata-rata meningkat tiap tahun. Penyakit ini terjadi di sebagian besar negara (95%) dan merupakan penyebab utama kematian pada wanita ((WHO), 2023b). Pada tahun 2020, terdapat 2,3 juta wanita yang didiagnosis menderita kanker payudara dan 685.000 kematian secara global. Kanker payudara terjadi di setiap negara di dunia pada wanita pada usia berapa pun setelah masa pubertas ((WHO), 2023b).

Di Indonesia berdasarkan data Global Burden of Cancer Study (Globocan) jumlah kasus payudara pada tahun 2018 mencapai 58,256 kasus baru dan jumlah kematian mencapai 22,692 kasus ((GLOBOCAN), 2020). Pada tahun 2020, kanker payudara pada wanita semakin meningkat menempati urutan pertama dengan jumlah 65.858 kasus (30,8%) dari total 396.914 kasus baru kanker dengan jumlah kematian mencapai 22.430 kasus (*GLOBOCAN*), 2021).

Penyebab kanker payudara hingga kini belum diketahui secara pasti. Namun, Kementerian Kesehatan RI menyatakan terdapat faktor-faktor risiko yang mempengaruhi kanker payudara yaitu, jenis kelamin, merokok dan terpapar asap

rokok (perokok pasif), haid pertama pada usia dibawah 12 tahun, menopause (berhenti haid) setelah umur 50 tahun, wanita yang tidak menikah, wanita menikah tetapi belum memiliki anak, melahirkan anak pertama pada usia 35 tahun, tidak menyusui, pernah mengalami operasi pada payudara yang disebabkan oleh kelainan tumor jinak atau tumor ganas, riwayat keluarga ada yang menderita kanker payudara, obesitas dan pola makan yang buruk (tinggi lemak dan rendah serat, mengandung zat pengawet/pewarna) (Kemenkes, 2019).

Pola makan sangat erat kaitannya dengan kebiasaan makan seseorang (Sambo et al., 2020). Menurut Damaiyanti dalam Nasution et al., (2016) bahwa memiliki kebiasaan mengkonsumsi makanan yang baik akan memungkinkan untuk mencapai pola makan dan kondisi kesehatan yang baik. Sebaliknya, memiliki kebiasaan makan yang tidak baik akan membentuk pola makan yang buruk dan menyebabkan berbagai penyakit termasuk terkena penyakit kanker payudara (Socha & Sobiech, 2022).

Menurut Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 prevalensi kanker payudara di Indonesia mencapai 1.4 per 1000 penduduk, mengalami kenaikan pada tahun 2018 sebanyak 1.79 per 1000 penduduk. Riset ini juga menemukan, prevalensi tertinggi ada di Daerah Istimewa Yogyakarta sebanyak 4.86 per 1000 penduduk, disusul Provinsi Sumatera Barat 2.47 per 1000 penduduk, dan Provinsi Gorontalo 2.44 per 1000 penduduk (Riskesdas, 2018). Data Dinkes Sumatera Barat 2020 menunjukkan tiga kabupaten/kota dengan jumlah kasus risiko kanker payudara tertinggi yaitu, Kota Padang (94 kasus), Kabupaten Tanah Datar (84 kasus) dan Kabupaten Solok (39 kasus) (Profil Kesehatan Kota Padang, 2022).

Tingginya prevalensi kanker payudara perlu dicermati dengan tindakan pencegahan dan deteksi dini yang telah dilakukan oleh penyedia layanan kesehatan. Kasus kanker payudara yang ditemukan secara dini serta mendapat pengobatan yang cepat dan tepat akan memberikan kesembuhan dan harapan hidup lebih lama. Oleh karena itu, perlu dilakukan upaya pencegahan untuk meningkatkan kesadaran remaja dalam mengenali gejala dan faktor risiko penyakit kanker payudara sehingga dapat menentukan langkah-langkah pencegahan dan deteksi dini yang tepat (Nasution, 2018).

Salah satu upaya pencegahan kanker payudara yaitu dengan pencegahan primer. Pencegahan primer adalah langkah yang dilakukan untuk menghindari diri dari setiap faktor risiko yang dapat menimbulkan kanker payudara (Ariani, 2015). Di Indonesia, pencegahan kanker payudara belum terkenal dikarenakan selain ketidaktahuan, ketidakpedulian dan ketidakmampuan finansial, banyak masyarakat takut menghadapi kenyataan mendapat diagnosa kanker payudara (Rahmi et al., 2020). Salah satu faktor penyebab keterlambatan pencegahan kanker payudara yaitu tingkat pengetahuan masyarakat yang masih rendah (Marfianti, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian Farlina et al., (2023) pada remaja putri SMP dan SMA di wilayah Hantap Tondo menunjukkan bahwa responden yang memiliki tingkat pengetahuan kurang baik tentang deteksi dini kanker payudara yaitu 78,2% responden dan sebanyak 47,3% responden bersikap negatif tentang deteksi dini kanker payudara. Hal ini dikarenakan responden belum mendapat informasi kesehatan tentang deteksi dini, dan sebagian responden yang telah

mendapat informasi mengemukakan apabila melakukan deteksi dini takut jika terdapat benjolan. Hal ini dibuktikan dalam penelitian yang dilakukan oleh Rahmi et al., (2020) didapatkan bahwa ada pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan remaja putri tentang kanker payudara di wilayah kerja Puskesmas Kuta Alam.

Remaja (*adolensence*), sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik (Hurlock,1992 dalam (Ahyani, 2018)). Hal senada diungkapkan oleh Santrock (2003) bahwa *adolescene* didefinisikan sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif dan sosial-emosional. Menurut peraturan menteri kesehatan nomor 25, remaja adalah kelompok usia 10 tahun sampai 18 tahun. Masa remaja adalah fase kehidupan antara masa kanak-kanak dan dewasa, dari usia 10 hingga 19 tahun ((WHO), 2023a).

Masa remaja merupakan fase terpenting dalam kehidupan. Fase remaja ditandai dengan proses tumbuh kembang seperti perubahan fisik, hormonal, psikologis, emosi dan juga sosial (Saragih et al., 2022). Pada penelitian Winarsih ditemukan remaja sering makan seadanya tanpa mengetahui kebutuhan akan zat gizi terhadap kesehatan. Hal ini juga didapatkan oleh Sumartini & Ningrum, (2022) bahwa remaja paling dominan memiliki kebiasaan makan yang kurang baik seperti kurang makan buah dan sayur, lebih suka makan camilan dibuktikan dengan data yang diperoleh yaitu 83,01% responden.

Kebiasaan makan yang buruk berkaitan erat dengan faktor risiko kejadian kanker. Kebiasaan makan ialah seseorang atau suatu kebiasaan individu dalam keluarga maupun dimasyarakat yang mempunyai cara makan dalam bentuk jenis makan, jumlah makan dan frekuensi makan meliputi : karbohidrat, lauk hewani, lauk nabati, sayur, dan buah yang dikonsumsi setiap hari. Kebiasaan makan merupakan ekspresi setiap individu atau kelompok dalam memilih makanan dan hal ini akan membentuk pola perilaku sehari-hari dalam mengonsumsi makanan (Ferinawati, 2018).

Kelompok usia remaja yakni rentang usia 13-18 tahun, memiliki kecenderungan mengonsumsi gula, garam, dan lemak lebih banyak dari kelompok umur lainnya, yaitu mengonsumsi gula berlebih sebanyak 53,1%, mengonsumsi garam berlebih sebanyak 26,2% dan mengonsumsi lemak berlebih sebanyak 40,7% (Zubaidah, 2020). Akibat yang paling fatal dari asupan gula, garam dan lemak berlebih adalah penumpukan radikal bebas pada tubuh. Radikal bebas itulah yang dapat mengakibatkan kerusakan pada Deoxyribo Nucleic Acid (DNA) dan mutasi gen serta pertumbuhan dan perkembangan sel yang tidak wajar, sehingga muncul penyakit salah satunya kanker payudara (Masri et al., 2022). Remaja sebagai bagian dari masyarakat modern saat ini cenderung lebih memilih makanan siap saji dan makanan dalam kemasan karena lebih praktis, mudah dibawa, dan mudah dikonsumsi (Widiawati & Ema, 2020).

Pola konsumsi tersebut perlu diwaspadai karena makanan kemasan memiliki kandungan sodium, gula, asam lemak jenuh, asam lemak trans maupun pengawet yang cukup tinggi (Palupi et.al, 2017). Berdasarkan data tingkat

provinsi, sekitar 29% penduduk di Sumatera Barat mengkonsumsi gula, garam, dan lemak lebih dari rekomendasi. Angka tertinggi konsumsi gula, garam, dan lemak berlebih ada pada kelompok umur remaja 12-18 tahun yaitu sekitar 34,3%-36,0% (Atmarita et al, 2017).

Kebiasaan makan pada remaja dipengaruhi oleh lingkungan, teman sebaya, harga makanan, ajaran orangtua, ketersediaan pangan, pemilihan makanan, keyakinan, kepercayaan diri dan budaya, media massa, body image, kehidupan sosial, serta kegiatan di luar rumah (Mega Insani, 2019). Berdasarkan penelitian Shetty et al., (2021) di India menunjukkan bahwa kebiasaan makan seperti konsumsi makanan berlemak, kurangnya kontrol pola makan, konsumsi daging merah memiliki hubungan yang signifikan dengan terjadinya kanker payudara.

Penelitian oleh Socha tahun 2022, kebiasaan makan yang buruk seperti seringnya konsumsi makanan manis, jeroan, lemak hewani, kentang, tingginya asupan lemak total dan rendahnya konsumsi pangan terdapat hubungan positif yang signifikan dengan risiko kanker payudara (Socha & Sobiech, 2022). Dewi & Sri Rahayu, (2024) menyatakan terdapat hubungan signifikan antara kebiasaan makan yang buruk dengan kejadian kanker payudara. Hal ini dibuktikan dalam penelitian Dewi di MAN 1 Kota Padang mendapatkan hasil bahwa dari 173 responden, lebih dari separuh (57,8%) responden memilih konsumsi *fast food* atau makanan siap saji (A. Dewi et al., 2023)

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi remaja dalam hal mengonsumsi makanan cepat saji di antaranya : pengetahuan, pengaruh teman sebaya, tempat nyaman untuk berkumpul, cepat dan praktis, rasa yang enak, uang saku, harga yang murah dan brand makanan cepat saji (Kemenkes RI, 2023). Meningkatkan kebiasaan makan remaja menjadi lebih baik merupakan target penting dan berpotensi memperbaiki kebiasaan makan dan gaya hidup sekaligus mengurangi kejadian penyakit tidak menular (Hamulka et al., 2018). Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan remaja dalam pencegahan kanker payudara adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan (Sumarni et al., 2023).

Pendidikan kesehatan adalah upaya untuk mendidik, memberikan informasi, pengetahuan, keterampilan untuk meningkatkan kualitas kesehatan, baik di tingkat individu, kelompok, maupun masyarakat dengan harapan masyarakat menjadi masyarakat yang peduli dan melek dengan kesehatan lingkungan, kesehatan fisik dan kesehatan sosial (Induniasih & Hendarsih, 2018). Pendidikan kesehatan dapat diberikan melalui pendidikan formal maupun non formal. Di lingkungan sekolah pendidikan kesehatan dapat dimasukkan dalam mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan atau mata pelajaran lainnya yang relevan. Pendidikan non formal bisa dilakukan dengan berbagai cara salah satunya dengan memanfaatkan media sosial (Martina Pakpahan, Deborah Siregar, Andi Susilawaty, Tasnim et al., 2021).

Media sosial adalah kumpulan perangkat lunak yang memungkinkan individu maupun komunitas untuk berkumpul, berbagi dan berkomunikasi.

Semakin berkembangnya teknologi, pendidikan kesehatan dapat dilakukan dengan memanfaatkan media sosial. Media sosial berfungsi sebagai wadah dalam menyampaikan informasi kesehatan dan dapat menjangkau sasaran lebih luas yang tidak dibatasi oleh waktu ataupun jarak (Nasrullah, 2018).

Berdasarkan hasil survei terbaru Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), jumlah pengguna internet Indonesia mencapai 215 juta. Dari sisi usia, kelompok umur 13-18 tahun menjadi yang paling hobi berselancar di dunia maya. Kemudian disusul oleh kelompok umur 19-24 tahun yang perbedaannya cukup tipis. Lalu disusul kelompok umur 35-54 tahun. Menurut survei yang dilakukan oleh APJII, 98,63 % responden yang disurvei menggunakan aplikasi *Whatsapp* untuk bertukar pesan, diikuti oleh *Facebook Messenger* 46% dan *Telegram* 12,1%. ((APJII), 2023).

Whatsapp memiliki berbagai macam fitur yang dapat digunakan untuk bertukar informasi dalam bentuk dokumen, video, foto, lokasi dan voice notes (*Whatsapp.com*) sehingga *whatsapp* juga dapat digunakan sebagai sarana dalam menyampaikan informasi terkait kebiasaan makan remaja untuk mencegah kanker payudara. Berdasarkan penelitian Widayani et al., (2023), adanya pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media *whatsapp* terhadap pengetahuan dan sikap remaja SMA terhadap pola makan. Meningkatkan pengetahuan remaja terkait pola makan yang baik untuk menghindari kanker payudara sedini mungkin dapat membawa pengaruh baik bagi remaja hingga menjadi wanita dewasa nanti (Lestari et al., 2019).

Kota Padang sebagai ibukota provinsi yang memiliki jumlah penduduk usia 10-24 tahun terbanyak dibandingkan kota-kota lain di Sumatera Barat. Lebih dari 20% jumlah penduduk usia 10-24 tahun pada tahun 2022 di Provinsi Sumatera Barat berada di Kota Padang. Hal ini membuat Kota Padang menjadi yang paling rentan terjadinya risiko kanker payudara ((BPS), 2022).

Pada saat melakukan studi pendahuluan pada tanggal 07 November 2023 di SMPN 30 Kota Padang memiliki jumlah siswi 400 orang. Peneliti melakukan wawancara dengan pihak sekolah dan didapatkan hasil bahwa SMP ini sudah 4 tahun tidak mendapatkan pendidikan kesehatan tentang pencegahan kanker payudara dari layanan kesehatan. Selain itu, peneliti melakukan wawancara pada 15 orang siswi, didapatkan bahwa 13 dari 15 orang siswi pernah mendengar kata kanker payudara tapi tidak mengetahui apa itu kanker payudara.

13 dari 15 tidak mengetahui faktor risiko terjadinya kanker payudara seperti jenis kelamin, usia menarche dan pola makan. 13 dari 15 orang siswi tidak mengetahui gejala kanker payudara seperti benjolan pada payudara dan adanya cairan yang keluar dari puting. 9 dari 15 orang siswi memiliki sikap yang buruk terhadap kanker payudara seperti kurang suka berolahraga rutin dan semua siswi terkait perilaku tentang kanker payudara masih sangat rendah karena gaya hidup yang tidak sehat seperti sering mengonsumsi makanan cepat saji dan menyukai minuman bersoda. Rata rata makanan favorit siswi yaitu KFC, mie, bakso dan kentang goreng, untuk minuman favorit yaitu minuman fanta, coca cola dan teh es. Dari 15 orang siswi juga diketahui seluruhnya mengakses media sosial *whatsapp* setiap hari.

Berdasarkan fenomena tersebut, sangat penting untuk dilakukan edukasi terhadap remaja dengan harapan dapat mengubah kebiasaan makan remaja menjadi lebih baik dalam upaya pencegahan kanker payudara. Maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai efektivitas metode chat group dan leaflet melalui media whatsapp terhadap kebiasaan makan remaja dalam upaya pencegahan kanker payudara di SMPN 30 Kota Padang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada efektivitas metode chat group dan leaflet melalui media whatsapp terhadap kebiasaan makan remaja dalam upaya pencegahan kanker payudara di SMPN 30 Kota Padang”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan dari dilaksanakannya penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas metode chat group dan leaflet melalui media whatsapp terhadap kebiasaan makan remaja dalam upaya pencegahan kanker payudara di SMPN 30 Kota Padang.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi kebiasaan makan remaja putri dalam upaya pencegahan kanker payudara sebelum dan sesudah diberikan intervensi menggunakan media *Whatsapp* pada kelompok intervensi

- b. Diketahui distribusi frekuensi kebiasaan makan remaja putri dalam upaya pencegahan kanker payudara sebelum dan sesudah diberikan intervensi pada kelompok kontrol
- c. Diketahui pengaruh edukasi kebiasaan makan remaja putri dengan media *whatsapp* terkait dalam upaya pencegahan kanker payudara.
- d. Diketahui perbedaan antara metode chat group dan leaflet melalui media *whatsapp* terhadap kebiasaan makan remaja dalam upaya pencegahan kanker payudara.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi untuk pencegahan kanker payudara yang dapat dilakukan oleh pihak sekolah melalui promosi kesehatan menggunakan media sosial.

2. Bagi Instansi Kesehatan

Informasi dari penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai informasi penting dalam perencanaan program promosi kesehatan, terutama promosi kesehatan terkait kebiasaan makan remaja dalam upaya pencegahan kanker payudara.

3. Bagi Instansi Pendidikan

Informasi dari penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai informasi penting dalam perencanaan promosi kesehatan terkait kebiasaan makan remaja dalam upaya pencegahan kanker payudara.

