

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit kanker payudara menjadi penyakit nomor dua dari semua jenis kanker dan paling sering dialami oleh wanita di dunia (Momenimovahed & Salehiniya, 2019; WHO, 2019a). Angka kejadian kanker payudara tiap tahunnya mengalami peningkatan khususnya pada negara berkembang (Kemenkes RI, 2018; Luzzati, Parenti, & Rughi, 2018; WHO, 2019a). Namun, tingkat kesadaran dan kewaspadaan kanker payudara pada wanita usia 15 hingga 50 tahun ke atas masih rendah (Katkuri & Gorantla, 2018; Mardela, Maneewat, & Sangchan, 2017; Sama *et al.*, 2017; Sayed *et al.*, 2019). Faktor penyebab tingkat kewaspadaan yang rendah meliputi kurangnya pengetahuan dan faktor risiko, pengetahuan mengenai tanda dan gejala awal, serta rendahnya deteksi dini kanker payudara (Agbokey *et al.*, 2019; Apriliyana, Agusyahbana, Mawarni, & Nugroho, 2017; Katkuri & Gorantla, 2018; Liu *et al.*, 2018; Mahajan *et al.*, 2019; Sama *et al.*, 2017; Sayed *et al.*, 2019; Singam & Wirakusuma, 2017).

Di Indonesia, pengetahuan tentang kanker payudara serta pencegahan dengan SADARI masih kurang khususnya daerah pedesaan (Singam & Wirakusuma, 2017; Solikhah, Promthet, & Hurst, 2019). Tidak hanya pada wanita dewasa, kurangnya kewaspadaan pada penyakit kanker payudara juga ditunjukkan pada remaja putri (Katkuri & Gorantla, 2018; Sugisaki *et al.*, 2014). Remaja merupakan fase penentu kesehatan di masa depan. Pada masa remaja terjadi perkembangan payudara dan pertumbuhan hormon-hormon (Niehoff, White, & Sandler, 2017). Gaya hidup tidak

sehat di masa remaja seperti makan makanan cepat saji (*fast food*), kurang serat, dan kurangnya aktivitas fisik dapat berisiko terjadi kanker payudara di masa yang akan datang (Akram, Iqbal, Daniyal, & Khan, 2017; Balekouzou *et al.*, 2017; Bertrand, Burian, Eliassen, Willett, & Tamimi, 2016; Fararouei *et al.*, 2019; Kim, Lee, Jung, & Kim, 2017; Lammert *et al.*, 2018; Pervaiz, Tosun, Besim, & Serakinci, 2018). Globalisasi, peningkatan kemajuan zaman, serta pengaruh budaya barat merupakan faktor-faktor yang mempengaruhi pola makan remaja dari sebelumnya yang tinggi serat menjadi *fast food* (Akseer, Al-Gashm, Mehta, Mokdad, & Bhutta, 2017; Godin, Chacón, Barnoya, & Leatherdale, 2017; Oktaviani, Saraswati, & Rahfiludin, 2012). Kemajuan teknologi berdampak pada penurunan aktivitas fisik. Remaja lebih banyak terlibat dalam kegiatan di depan layar seperti menonton TV dan di depan komputer, serta kegiatan yang memerlukan energi rendah dan kurang gerak misalnya membaca, duduk, dan bersantai. Gaya hidup tersebut disebut dengan gaya hidup kurang gerak atau sedentari *lifestyle* (Musaiger, Nabag, & Al-Mannai, 2016; Ssewanyana, Abubakar, van Baar, Mwangala, & Newton, 2018). Aktivitas sedentari meliputi aktivitas di depan layar (*Small Screen Recreation/SSR*), *education, travel, cultural*, dan *social* (Hardy, Booth, & Okely, 2007). Aktivitas di depan layar merupakan aktivitas sedentari yang paling sering dilakukan pada remaja saat ini (Kumala, Margawati, & Rahadiyanti, 2019).

Globocan (2018), kejadian kasus baru kanker payudara pada wanita meningkat dari 1,7 juta di tahun 2012 menjadi 2,1 juta di tahun 2018. Di Indonesia kanker payudara yang sebelumnya menduduki nomor dua naik menjadi nomor satu prevalensinya pada wanita (WHO, 2019b). Dari Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI (2016), kejadian kanker payudara pada tahun 2012

sebesar 0,5%. Estimasi jumlah penderita kanker terbanyak di Jawa Timur dan Jawa Tengah. Prevalensi penderita kanker tertinggi di usia 55-64 tahun. Sementara itu, presentasi prevalensi penderita kanker pada perempuan sebesar 2,85% (n = 506.576) dibandingkan laki-laki sebesar 0,74% (n = 510.714) (Kemenkes RI, 2018). Dari angka-angka tersebut, kanker masih menjadi perhatian yang besar bagi nasional dan dunia. Data survei yang dilakukan oleh *Institute for Health Metrics and Evaluation* (2017), faktor risiko kematian terbanyak disebabkan oleh faktor gangguan metabolik, pekerjaan, perilaku, serta pola makan. Faktor perilaku dan pola makan memiliki peran penting terhadap timbulnya kanker (WHO, 2013). Kebiasaan mengonsumsi makanan berisiko yaitu makanan yang sangat manis, asin, tinggi lemak, dan kolesterol tinggi populer saat ini. Dari data Riskesdas (Kemenkes RI, 2018), usia yang sering mengonsumsi makanan berisiko pada rentang 10-19 tahun. Selain itu, dari pengukuran aktivitas fisik, di usia 10-19 tahun cenderung kurang melakukan aktivitas fisik (Kemenkes RI, 2018). Dari studi pendahuluan yang dilakukan pada 15 siswi di SMK N 5 Surabaya didapatkan 60% kurang mewaspadaai risiko kanker payudara (meliputi kurang pengetahuan terhadap penyakit, tanda dan gejala, faktor risiko, serta deteksi dini penyakit). Sebesar 33,3% siswi makan makanan cepat saji (*fast food*) ≥ 3 kali/minggu, 26,7% makan sayur dan buah ≤ 3 kali/minggu, serta 100% menghabiskan waktu di depan layar (gadget, TV, komputer) ≥ 5 jam/hari pada hari aktif sekolah.

Fase remaja merupakan fase dimulainya pertumbuhan dan perkembangan organ reproduksi primer maupun sekunder. Perkembangan primer meliputi terjadinya menstruasi serta peningkatan hormon-hormon reproduksi. Terlalu cepat mendapatkan menstruasi berhubungan dengan peningkatan risiko kanker payudara

di usia dewasa. Remaja yang telah mendapatkan menstruasi akan mengalami perkembangan seks sekunder meliputi pembesaran ukuran payudara. Pertumbuhan dan perkembangan organ reproduksi yang terlalu cepat menyebabkan terjadi peningkatan pembelahan sel dalam organ. Remaja merupakan fase dimana aktivitas proliferasi dari *terminal duct lobular unit* (TDLU) paling tinggi. Paparan agen karsinogenik pada fase tersebut dapat menjadi faktor risiko terjadi kanker payudara (Hiatt, Haslam, & Osuch, 2009). Kebiasaan konsumsi makanan seperti daging, kacang-kacangan, serta kurang sayur dan buah di usia remaja mempengaruhi peningkatan hormon estrogen (Balekouzou *et al.*, 2017; Farvid, Cho, Eliassen, Chen, & Willett, 2016; Kerr, Anderson, & Lippman, 2017; Kim *et al.*, 2017). Peningkatan hormon estrogen dapat menimbulkan penyimpangan pertumbuhan sel dan komponen jaringan di payudara (Hiatt *et al.*, 2009; Kim *et al.*, 2017). Pengaruh sedentari *lifestyle* dikaitkan dengan keseimbangan hormon estrogen. Aktivitas fisik dapat memperlambat *menarche*, memperlancar siklus menstruasi, serta menurunkan penumpukan estrogen di dalam tubuh. Dari studi kohort, remaja yang kurang melakukan aktivitas fisik mengalami *menarche* lebih cepat serta mengalami peningkatan risiko kanker payudara di usia dewasa (Berkey *et al.*, 2014; Niehoff *et al.*, 2017).

Upaya penanggulangan kanker payudara diperlukan pencegahan dan promosi kesehatan yang tepat. Pemerintah telah mencanangkan gerakan pola hidup sehat dengan CERDIK (cek kesehatan secara teratur, enyahkan asap rokok, rajin aktivitas fisik, diet sehat dengan kalori seimbang, istirahat cukup, kelola stres), deteksi dini kanker payudara sendiri (SADARI) dan deteksi dini kanker payudara secara klinis (SADANIS) (Kemenkes RI, 2016a). WHO sendiri telah membentuk *Global Action*

Plan untuk mengurangi dan mencegah terjadinya penyakit *Non-Communicable Diseases* dengan pola hidup sehat dan melakukan aktivitas fisik sesuai rekomendasi (WHO, 2010, 2013). Namun, penanggulangan kanker payudara belum ada pada remaja putri (usia 15-18 tahun). Padahal faktor risiko kanker payudara paling signifikan berada pada rentang usia tersebut (Berkey *et al.*, 2014). Pemerintah telah membuat kebijakan terkait deteksi dini kanker payudara dengan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). Akan tetapi, kebijakan tersebut hanya berfokus pada wanita usia 20 tahun ke atas. Pemerintah belum memiliki kebijakan seperti program penyuluhan kesehatan atau konseling kesehatan reproduksi wanita pada remaja.

Perilaku pola hidup sehat perlu dipromosikan dalam kehidupan sehari-hari untuk mencapai terciptanya kualitas hidup yang lebih baik lagi di masyarakat. Teori Lawrence W. Green (1980), perilaku seseorang dapat dipengaruhi oleh faktor predisposisi, faktor pemungkin, dan faktor penguat (Glanz, Rimer, & Viswanath, 2008). Faktor predisposisi meliputi usia, tempat tinggal, pendidikan, pengetahuan, dan pengalaman seseorang. Faktor pemungkin adalah faktor yang mungkin akan memicu perilaku seseorang seperti keterpaparan terhadap sumber informasi. Faktor penguat yaitu faktor yang mendorong seseorang untuk berperilaku secara terus-menerus misalnya karena dorongan dari teman sebaya atau kebiasaan dari orang tua. Peningkatan kewaspadaan mengenai kanker payudara diperlukan bagi remaja. Dengan mengetahui tingkat kewaspadaan terhadap risiko kanker payudara dapat menjadi bahan gambaran bagi pemerintah untuk mencanangkan kebijakan terkait pemberian informasi kesehatan pada remaja putri serta pemeriksaan kesehatan bagi remaja putri di UKS. Adanya kesadaran dan kewaspadaan dapat mempengaruhi perilaku hidup sehat dengan konsumsi makanan yang tidak berisiko kanker

payudara dan meningkatkan aktivitas fisik sehingga remaja akan terhindar dari kanker payudara di masa yang akan datang.

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan konsumsi makanan dan sedentari *lifestyle* dengan tingkat kewaspadaan terhadap risiko kanker payudara pada remaja putri di SMK N 5 Surabaya.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara konsumsi makanan dan sedentari *lifestyle* dengan tingkat kewaspadaan risiko kanker payudara pada remaja putri?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Menganalisis hubungan antara konsumsi makanan dan sedentari *lifestyle* dengan tingkat kewaspadaan risiko kanker payudara pada remaja putri.

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi kebiasaan konsumsi makanan pada remaja putri.
2. Mengidentifikasi sedentari *lifestyle* pada remaja putri.
3. Mengidentifikasi tingkat kewaspadaan terhadap risiko kanker payudara pada remaja putri.
4. Menganalisis hubungan konsumsi makanan dengan tingkat kewaspadaan terhadap risiko kanker payudara pada remaja putri.
5. Menganalisis hubungan sedentari *lifestyle* dengan tingkat kewaspadaan terhadap risiko kanker payudara pada remaja putri.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat teoritis

Memberikan referensi atau sebagai salah satu sumber rujukan tingkat kewaspadaan terhadap penyakit kanker payudara khususnya pada rentang usia remaja.

1.4.2 Manfaat praktis

1. Untuk remaja putri

Mengetahui kewaspadaan (meliputi pengetahuan, persepsi, dan praktik deteksi dini) terhadap risiko kanker payudara sehingga dapat mengubah perilaku menjadi lebih sehat dan terhindar dari kanker payudara di masa yang akan datang

2. Untuk institusi sekolah

Memberikan gambaran mengenai pola konsumsi makanan, sedentari *lifestyle*, dan tingkat kewaspadaan terhadap risiko kanker payudara serta masukan dan informasi dalam pembuatan kebijakan atau program untuk meningkatkan perilaku kesehatan.

3. Untuk profesi kesehatan

Sebagai pengembangan penelitian selanjutnya terkait upaya pencegahan atau intervensi preventif kanker payudara sehingga mengurangi morbiditas dan mortalitas akibat kanker payudara.

4. Untuk peneliti

Menambah wawasan mengenai perilaku kesehatan dan tingkat kewaspadaan remaja putri terhadap risiko kanker payudara.