



## Penyuluhan Tentang Selayang Pandang Kanker Pada Masyarakat Gampong Cut Peutano

Edy Cahyadi<sup>\*1</sup>

<sup>1</sup>Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama, Aceh Besar, 23374, Indonesia.

\*Email korespondensi: [edicahyadi\\_fk@abulyatama.ac.id](mailto:edicahyadi_fk@abulyatama.ac.id)<sup>1</sup>

Diterima: 18 Agustus 2021; Disetujui 27 Agustus 2021; Dipublikasi 13 September 2021

**Abstract:** *Cancer is one of the leading causes of death in the world, with an increasing incidence rate. This outreach aims to increase public understanding of cancer, particularly breast cancer, and its prevention through early detection and lifestyle changes. This activity was conducted in Gampong Cot Peutano, Kuta Baro District, Aceh Besar, in the form of lectures and interactive discussions. The results of the counseling show an increase in public understanding of risk factors, early symptoms, and cancer prevention measures. Active participation of the community, especially women, in the question-and-answer sessions indicates an increase in awareness of the importance of early detection. Therefore, similar outreach needs to be conducted continuously to raise public awareness and reduce cancer incidence rates.*

**Keywords:** *Cancer, Counseling, Prevention.*

**Abstrak:** Kanker merupakan salah satu penyebab utama kematian di dunia, dengan angka kejadian yang terus meningkat. Penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai kanker, khususnya kanker payudara, serta cara pencegahannya melalui deteksi dini dan perubahan gaya hidup sehat. Kegiatan ini dilaksanakan di Gampong Cot Peutano, Kecamatan Kuta Baro, Aceh Besar, dalam bentuk ceramah dan diskusi interaktif. Hasil penyuluhan menunjukkan peningkatan pemahaman masyarakat tentang faktor risiko, gejala awal, serta langkah-langkah pencegahan kanker. Partisipasi aktif masyarakat, terutama perempuan, dalam sesi tanya jawab menandakan adanya peningkatan kesadaran akan pentingnya deteksi dini. Oleh karena itu, penyuluhan serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat dan menekan angka kejadian kanker.

**Kata kunci :** *Kanker, Penyuluhan, Pencegahan.*

Kanker menjadi penyakit yang terus mengalami pertumbuhan masif secara global. Terdapat banyak beban yang ditimbulkan oleh kanker seperti memerlukan kekuatan fisik yang luar biasa, ketegangan emosional dan masalah keuangan pada individu, keluarga masyarakat serta pada sistem kesehatan. Masih banyak sistem kesehatan di negara berpenghasilan rendah dan menengah yang belum siap untuk mengelola beban akibat penyakit kanker. Sebagian besar pasien kanker di dunia tidak memiliki

akses untuk dapat mendiagnosis dan mendapat pengobatan yang berkualitas secara tepat waktu. Sehingga penderitaan dan kematian akibat penyakit kanker tidak dapat dihindari (WHO, 2018). Data yang dihimpun WHO pada tahun 2018, kanker menduduki peringkat kedua penyebab kematian di dunia dan bertanggungjawab untuk sekitar 9.600.000 kasus kematian pada tahun 2018. Secara global, sekitar satu dari enam kematian disebabkan oleh kanker. Salah satu kanker yang turut menyumbang

kematian terbesar adalah kanker payudara. Tahun 2018 terdapat sekitar 627.000 kasus kematian yang disebabkan oleh kanker payudara (WHO, 2018). Kanker payudara adalah kanker yang menduduki peringkat teratas untuk penyakit kanker yang terjadi pada wanita baik di negara maju maupun negara berkembang. Kejadian kanker payudara semakin meningkat di negara berkembang. Peningkatan hal tersebut karena meningkatnya angka harapan hidup, semakin banyaknya urbanisasi dan pengadopsian gaya hidup orang barat (WHO, 2018). Banyak wanita yang terlambat menyadari ketika sudah terkena kanker payudara sehingga kanker payudara menjadi salah satu penyebab kematian yang tinggi pada wanita. Pada banyak kasus, kanker payudara biasanya baru disadari ketika sudah memasuki stadium lanjut. Sehingga tidak ada proses deteksi dini yang dapat memperlambat atau bahkan menyembuhkan kanker tersebut sejak dini (Savitri, 2015). Kanker payudara menjadi kanker nomor satu yang banyak diderita wanita di Indonesia, dengan frekuensi relatif sebesar 18,6%. Terdapat 12 dari 100.000 wanita di Indonesia menderita kanker payudara, sedangkan di Amerika sekitar 92 dari 100.000 wanita menderita kanker payudara dengan angka kematian yang cukup tinggi yaitu 27 dari 100.000 wanita atau 18 % dari kematian yang terjadi pada wanita. Penyakit ini juga dapat diderita pada laki - laki namun hanya dengan frekuensi sekitar 1 % (Komite Penanggulangan Kanker Nasional, 2015).

## KAJIAN PUSTAKA

Kajian pustaka ini membahas berbagai referensi yang mendukung pentingnya penyuluhan tentang kanker, khususnya kanker payudara, dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap deteksi dini dan pencegahan penyakit ini.

### 1. Kanker sebagai Masalah Kesehatan

Global Menurut WHO (2018), kanker merupakan

penyebab kematian kedua di dunia, dengan angka kejadian mencapai 9,6 juta kasus kematian setiap tahunnya. Kanker payudara menjadi jenis kanker yang paling banyak menyerang perempuan di berbagai negara, baik berkembang maupun maju. Di Indonesia, kanker payudara memiliki prevalensi sebesar 18,6% dari total kasus kanker, menjadikannya salah satu penyakit yang memerlukan perhatian khusus (Komite Penanggulangan Kanker Nasional, 2015).

### 2. Faktor Risiko Kanker

Faktor risiko kanker dapat dibagi menjadi empat kategori utama, yaitu biologis, lingkungan, gaya hidup, dan psikologis. Faktor biologis mencakup genetik dan hormon, di mana mutasi genetik tertentu dapat meningkatkan risiko seseorang terkena kanker. Faktor lingkungan, seperti paparan zat karsinogenik dari asap rokok dan polusi udara, juga menjadi pemicu utama kanker paru-paru dan beberapa jenis kanker lainnya (Brilliana et al., 2017).

Selain itu, pola hidup yang kurang sehat, seperti konsumsi makanan tinggi lemak, rendah serat, serta kurangnya aktivitas fisik, turut berkontribusi terhadap meningkatnya risiko kanker (Fertman & Allensworth, 2015). Faktor psikologis, seperti stres berlebihan, juga dapat melemahkan sistem imun tubuh, sehingga meningkatkan risiko terkena kanker (Kemenkes RI, 2016).

### 3. Deteksi Dini dan Pencegahan Kanker

Deteksi dini kanker dapat dilakukan melalui berbagai metode skrining, seperti pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) yang direkomendasikan untuk mendeteksi kanker payudara pada tahap awal (American Cancer Society, 2017). Selain itu, pemeriksaan radiologi seperti mammografi, CT scan, MRI, dan biopsi merupakan metode yang lebih lanjut untuk menegakkan diagnosis kanker (National Cancer Institute, 2009).

Upaya pencegahan kanker meliputi pola hidup sehat, termasuk konsumsi makanan bergizi, berhenti merokok, menghindari paparan sinar UV berlebih, serta meningkatkan aktivitas fisik. Vaksinasi terhadap virus penyebab kanker, seperti vaksin HPV untuk mencegah kanker serviks, juga merupakan strategi pencegahan yang efektif (Dinkes DIY, 2018).

#### 4. Pentingnya Edukasi dan Penyuluhan Masyarakat

Penyuluhan kepada masyarakat merupakan salah satu langkah strategis dalam menekan angka kejadian kanker. Edukasi mengenai faktor risiko, gejala awal, serta pentingnya deteksi dini dapat meningkatkan kesadaran masyarakat untuk lebih peduli terhadap kesehatan mereka (Kemenkes RI, 2015). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa masyarakat yang mendapatkan informasi tentang kanker cenderung lebih proaktif dalam melakukan pemeriksaan kesehatan dan menerapkan gaya hidup sehat (Brilliana et al., 2017).

### METODE PELAKSANAAN

#### Tahap Persiapan

Kegiatan yang dilakukan pada tahap persiapan adalah

1. Survei tempat pelaksanaan kegiatan
2. Pengurusan administrasi dan perizinan tempat pengabdian masyarakat
3. Persiapan materi edukasi dan promosi pentingnya Pencegahan kanker.

#### Tahap Pelaksanaan

Kegiatan Kegiatan pengabdian masyarakat akan dilakukan setelah persiapan dan perizinan selesai. Kegiatan ini akan dilakukan di kantor Desa Cot Peutano kecamatan Kuta Baro Aceh Besar. Dalam pelaksanaan kegiatan ini sasaran masyarakat, terutama para wanita dan akan dijelaskan materi berupa bahaya kanker, pengertian, gejala terdeteksi kanker, jenis kanker, serta cara pencegahannya. Setelah pemberian materi selesai, kemudian masyarakat diberi kesempatan bertanya dan diberikan waktu 60 menit untuk sesi tanya jawab.

### Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi merupakan tahapan yang dilakukan untuk menilai kegiatan secara keseluruhan dan meninjau kembali apakah terdapat kekurangan-kekurangan selama kegiatan. Tahap evaluasi ini bertujuan agar kegiatan yang dilakukan dapat berjalan dengan efektif dan sesuai dengan yang diharapkan. Tahap evaluasi difokuskan terhadap masyarakat untuk mengetahui pencegahan kanker.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### Hasil Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema “penyuluhan tentang selang pandang kanker pada masyarakat” yang diikuti 45 masyarakat yang telah dilaksanakan pada hari sabtu 2135264735892379 di Kantor desa Cot Peutano Kecamatan Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar dengan baik dan lancar sesuai dengan harapan.

Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan dalam bentuk ceramah dan diskusi tanya jawab terperinci.

#### 1. Pelaksanaan Pengabdian

- a. Pembukaan Pembukaan kegiatan diawali oleh kepala desa Cot Peutano beserta dengan pengenalan dengan aparat-aparat desa.
- b. Penyampaian Materi Materi pengabdian masyarakat disampaikan kepada peserta mengenai bahaya Kanker. Materi yang disampaikan ± 40 Menit.



Gambar1. Peserta PKM

- c. Diskusi/Tanya Jawab Setelah selesai penyampaian materi kepada masyarakat desa

Cot Peutano, dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab.

- d. Penutup Kegiatan pengabdian masyarakat diakhiri dengan melakukan foto bersama dengan kepala Desa, Aparat desa serta masyarakat.

### **Pembahasan**

Kanker adalah penyakit akibat pertumbuhan sel abnormal yang tidak terkendali. Secara alamiah, ketika sel-sel pada tubuh manusia menjadi tua atau rusak, mereka mati dan diganti dengan sel-sel baru. Kematian sel terprogram ini disebut apoptosis, dan ketika proses ini rusak, pertumbuhan yang abnormal akan terjadi. Sel dapat mengalami pertumbuhan yang tidak terkendali jika ada kerusakan atau mutasi pada DNA. Pertumbuhan yang tidak terkendali ini umumnya berubah membentuk massa atau benjolan yang dikenal sebagai tumor. Tumor tersebut kemudian dinamai sesuai dengan tempat tumor tersebut berasal.

Sejalan dengan pertumbuhan dan perkembangannya, sel-sel kanker membentuk suatu massa dan jaringan ganas yang menyusup ke jaringan sehat di sekitarnya. Di samping itu, sel kanker dapat menyebar (metastasis) ke organ tubuh lain yang jauh dari tempat asalnya melalui pembuluh darah dan pembuluh getah bening hingga menjadi suatu kondisi serius yang sangat sulit untuk diobati.

Terdapat lebih daripada 100 jenis kanker dan masing-masing diklasifikasi berdasarkan jenis sel yang terlibat. WHO melaporkan lima besar jenis kanker yang ditemukan pada laki-laki di dunia pada tahun 2012, yaitu kanker paru, prostat, kolorektum, kanker lambung, dan kanker hati. Sedangkan pada perempuan yang terbanyak adalah kanker payudara, kolorektum, paru-paru, serviks uteri, serta kanker lambung.

Terdapat empat faktor penyebab kanker seperti biologis, lingkungan, makanan dan psikologis. Keempat-empat faktor penyebab kanker tersebut dijelaskan seperti berikut:

#### 1. Biologis

- a. Keturunan: Sejumlah penelitian menemukan bahwa sekitar 5% dari kasus kanker diakibatkan oleh faktor keturunan.
- b. Hormon: estrogen yang berlebihan dalam tubuh dapat meningkatkan kemungkinan terjangkitnya kanker kandungan dan kanker payudara. Sedang hormon progesteron meskipun dapat mencegah timbulnya kanker endometrium, tetapi meningkatkan resiko kanker payudara. Kedua jenis hormon tersebut banyak digunakan sebagai bahan pil atau suntik KB maupun terapi hormon pada wanita menopause. Penggunaan jangka panjang dapat mengurangi resiko kanker kandungan dan endometrium, tetapi meningkatkan resiko kanker payudara dan kanker hati.
- c. Virus dan kuman: Virus human papilloma (HPV), merupakan penyebab utama kanker leher rahim dan dapat meningkatkan risiko timbulnya kanker jenis lain. Virus hepatitis B dan hepatitis C dapat memicu timbulnya kanker hati. Virus human T-cell leukemia/lymphoma (HTLV-1) meningkatkan resiko limfoma dan leukemia.

#### 2. Lingkungan

- a. Tembakau: Asap rokok/tembakau yang dihirup baik perokok aktif maupun perokok pasif dapat menyebabkan kanker paru paru, pita suara, mulut, tenggorokan, ginjal, kandung kencing, kerongkongan, saluran cerna, pankreas, leukemia, dan leher rahim
- b. Penyinaran yang berlebihan: Sinar matahari pagi baik untuk kesehatan. Tetapi sinar matahari siang yang banyak mengandung ultraviolet dapat

menyebabkan kanker kulit

c. Polusi udara

### 3. Makanan dan pola hidup

Banyak zat kimia yang ditambahkan dalam makanan dapat menjadi pemicu kanker, misalnya zat pengawet, pewarna buatan, pemanis buatan dan perasa buatan. Padahal hampir semua makanan/minuman produksi pabrik atau yang dijual di restoran mengandung zat-zat tambahan tersebut. Selain itu kebanyakan sayur-sayuran dan buah-buahan ditanam dengan mengandalkan pupuk buatan dan pestisida. Makanan yang dipanggang, dibakar, atau digoreng dengan minyak jelantah juga berpotensi menyebabkan kanker. Sepertiga kematian akibat kanker berhubungan dengan lima kebiasaan gaya hidup dan pola makan. Kelima faktor tersebut yaitu obesitas, diet rendah sayur dan buah, kurang aktivitas fisik, penggunaan tembakau, konsumsi daging merah yang berlebih, dan penggunaan alkohol.

### 4. Psikologis

Kondisi stress dapat melemahkan respon imunitas tubuh. Menurunnya sistem imunitas ini mempermudah sel-sel kanker menyerang tubuh karena kemampuan sel imun untuk mengenal dan melawan tidak dapat berfungsi secara baik.

Gejala kanker cukup bervariasi dan tergantung lokasi kanker, tahap penyebaran, dan ukuran tumor. Beberapa kanker dapat dirasakan atau dilihat melalui kulit seperti benjolan pada payudara atau testis dan dapat dijadikan indikator lokasi kanker tersebut. Kanker kulit sering diidentifikasi dengan perubahan kulit seperti borok, kutil, atau tahi lalat. Beberapa kanker rongga mulut memberikan gambaran bercak putih di dalam mulut atau bintik putih di lidah.

Kanker pankreas biasanya terlalu kecil untuk menyebabkan gejala sehingga rasa sakit terjadi akibat dorongan terhadap saraf terdekat. Selain itu, ia juga mengganggu fungsi hati sehingga tampilan kulit dan mata menguning yang dikenal sebagai ikterus. Gejala

juga dapat terjadi akibat tumor yang menyebabkan penekanan terhadap organ dan pembuluh darah. Misalnya, kanker kolon dapat menyebabkan gejala seperti sembelit, diare, buang air besar berdarah, dan perubahan ukuran tinja. Kanker kandung kemih atau prostat dapat menyebabkan perubahan dalam fungsi berkemih.

Karena sel kanker menggunakan energi tubuh dan mengganggu fungsi normal hormon, terdapat kemungkinan besar untuk memperlihatkan gejala seperti demam, lelah, keringat berlebihan, anemia, dan penurunan berat badan tanpa sebab. Pada pasien kanker paru-paru atau tenggorokan akan presentasi simptom seperti batuk dan suara serak.

Ketika kanker menyebar atau bermetastasis, gejala tambahan dapat dilihat di area baru yang terkena dampak. Bengkak atau pembesaran kelenjar getah bening merupakan gejala awal. Jika kanker menyebar ke otak, pasien mungkin mengalami vertigo, sakit kepala, atau kejang. Manakala penyebaran ke paru-paru dapat menyebabkan batuk dan sesak napas. Selain itu, juga menyebabkan hati membesar, penyakit kuning, tulang rapuh dan mudah patah. Gejala metastasis akhirnya tergantung pada lokasi kanker menyebar.

#### • Skrining, Deteksi Dini dan Diagnosis

Pada kanker payudara dengan tumor ukuran kecil umumnya tidak ditemui gejala tertentu. Maka dari itu, skrining sangat penting dilakukan sebagai langkah pemeriksaan dini. Skrining berguna untuk menentukan diagnosis dan mengetahui stadium kanker. Stadium kanker ditentukan dengan melihat penyebaran sel kanker saat pertama kali pasien didiagnosis. Deteksi dini kanker dapat meningkatkan pengobatan yang berhasil dan prognosis baik. Dokter menggunakan informasi dari gejala dan beberapa prosedur lain untuk mendiagnosis kanker. Teknik pencitraan seperti X-ray, CT Scan, MRI Scan, PET Scan, dan Ultrasound digunakan secara teratur untuk mendeteksi lokasi tumor. Dokter juga dapat

melakukan endoskopi. Pengekstrakan sel-sel kanker dan melihat di bawah mikroskop adalah satu-satunya cara mutlak untuk mendiagnosis kanker. Prosedur ini disebut biopsi. Tes diagnostik molekuler yang sering digunakan juga seperti menganalisis lemak, protein, dan DNA pada tingkat molekuler.

Sebagian besar kasus kanker dan kematian akibat kanker dapat dicegah dengan menerapkan langkah-langkah pencegahan yang efektif, seperti pengendalian tembakau, vaksinasi, penerapan pola hidup bersih dan sehat, serta penerapan program skrining dan tes deteksi dini. Program skrining dan tes deteksi dini lebih ditekankan kepada masyarakat yang memiliki faktor risiko keturunan. Apabila ditemukan kecurigaan adanya pertumbuhan jaringan yang abnormal (tumor), segera melakukan pemeriksaan. Tatalaksana yang dimulai di saat tumor masih stadium awal akan membuahkan hasil yang lebih baik.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

1. Kegiatan penyuluhan kepada masyarakat memberikan pengetahuan tentang kanker di Desa Cot Peutano kecamatan Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar. Sehingga dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang bahaya Kanker dan bagaimana cara penularan serta pencegahannya.
2. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi tanya jawab.
3. Peningkatan pengetahuan masyarakat tentang tentang bahaya kanker dan bagaimana cara penularan serta pencegahannya diharapkan masyarakat mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari sehingga terhindar dari kanker, terutama kanker payudara.

### Saran

Total kasus kanker di Indonesia telah mencapai 396.914 kasus dan total kematian sebesar 234.511 kasus. Oleh sebab itu pentingnya kita sebagai masyarakat perlu mengetahui penyebab penyebab penyakit kanker. Untuk pencegahannya, selain menjalani hidup sehat, pencegahan kanker harus dilakukan dalam kehidupan sehari-hari dengan menghindari asap rokok, polusi, sinar UV, konsumsi alkohol, serta diet rendah serat. Selain itu, mempertahankan untuk tetap aktif secara fisik penting dalam upaya pencegahan kanker.

## DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). *InfoDatin Bulan Peduli Kanker Payudara*.
- American Cancer Society. (2017). *Breast Cancer Facts & Figures 2017-2018*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2015). *Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan*.
- Brilliana, R., Alvita, dkk. (2017). *Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Ibu Rumah Tangga Melakukan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)*.
- Dinas Kesehatan DIY. (2018). *Profil Kesehatan Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Tahun 2018*.
- Fertman, C. I., & Allensworth, D. D. *Health Promotion Programs from Theory to Practice*.
- WHO. (2018). *Cancer Key Facts*.
- Komite Penanggulangan Kanker Nasional. (2015). *Laporan Tahunan Pencegahan Kanker di Indonesia*.
- Savitri, R. (2015). *Deteksi Dini Kanker Payudara dan Faktor Risiko*.
- National Cancer Institute. (2009). *Types of Cancer Classification*.