

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut (Nguru et al., 2020) Ada beberapa kebiasaan gaya hidup yang merupakan faktor risiko kanker, yaitu merokok, konsumsi makanan yang mengandung lemak, daging yang diawetkan, mengonsumsi minuman beralkohol, kurangnya aktivitas fisik, paparan polutan. Kanker sering kali dihubungkan dengan gaya hidup modern, di mana kemudahan dan kepraktisan membuat banyak orang enggan menjalani pola hidup sehat. Berbagai aktivitas, kebiasaan, dan praktik dapat menjadi faktor risiko. Gaya hidup dan perilaku yang kita pilih dapat memberikan dampak baik atau buruk bagi kesehatan (Nguru et al., 2020). Kebiasaan ini mencakup merokok, mengonsumsi makanan yang tinggi akan lemak, daging yang diawetkan, minuman beralkohol, kurang melakukan aktivitas fisik, terpapar polusi lingkungan, dan stres. Menurut (Sukmayenti, 2024) beberapa hal seperti: konsumsi alkohol, pola makan berlemak, merokok atau terpapar asap rokok, ketergantungan pada kopi, dan infeksi virus. Semua itu dapat memengaruhi gen onkogen dan gen supresi serta sel kanker payudara, hal itu menunjukkan bahwa kebiasaan makan yang buruk, pola makan yang dipengaruhi oleh budaya Barat, konsumsi lemak yang berlebihan, dan kurangnya gaya hidup sehat berperan dalam meningkatnya risiko seseorang terkena kanker payudara (Marta et al., 2021).

Kanker payudara atau yang dikenal dalam istilah medis sebagai *ca mammae* (carcinoma mammae) merupakan sebuah penyakit heterogen yang dikategorikan sebagai neoplasma ganas atau tumor ganas, ditandai dengan pertumbuhan jaringan payudara yang abnormal serta berbeda dari jaringan di sekelilingnya. Penyakit ini mulai berkembang di dalam kelenjar susu, jaringan lemak, maupun jaringan ikat yang terdapat pada payudara (Sofa et al., 2024). Kanker payudara memiliki dua kategori, yaitu jinak (*Benign*) dan ganas (*Malignant*). Pada kanker payudara jinak, benjolan yang muncul biasanya kecil, bulat, dan lembut, serta tidak menyebar atau merusak jaringan di sekitarnya. Sebaliknya, kanker payudara ganas ditandai dengan perubahan bentuk payudara yang tidak simetris, jika diraba terasa ada benjolan dan saat ditekan terasa nyeri, serta dapat menyebar dan merusak jaringan atau organ lain di sekitarnya (Cahyanti et al., 2020).

Menurut data dari *World Health Organization* mencatat bahwa pada tahun 2022, ada 2,3 juta perempuan di seluruh dunia didiagnosis menderita kanker payudara dengan total angka kematian mencapai 670.000 kasus. Di sisi lain, data dari *Global Cancer Observatory* (GLOBOCAN) (2022) menunjukkan bahwa tercatat ada 66.271 atau sekitar 30,1% kasus baru kanker payudara di Indonesia, dengan angka kematian berjumlah 22.598 kasus atau sekitar 9,3% (Ansori, 2024). Salah satu daerah di Indonesia yang banyak kasus kanker payudara adalah Jawa Timur kota Malang, hal itu terbukti dari hasil data

Dinkes kota Malang menyatakan kasus kanker payudara mengalami peningkatan, pada tahun 2022 tercatat 388 kasus, dan dapat dibandingkan dengan tahun sebelumnya pada tahun 2021 tercatat 360 kasus kanker payudara, kebanyakan penderita adalah perempuan usia produktif yaitu usia 15 tahun sampai 59 tahun (Wicaksana, 2023).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di rumah sakit lavalette malang menunjukkan bahwa kasus kanker payudara dirawat inap setiap tahunnya meningkat seperti pada tahun 2022 tercatat 333 kasus kanker payudara lalu pada tahun 2023 meningkat hingga 1.696 kasus baru kanker payudara. Menurut (Suardita et al., 2016) Peningkatan jumlah kasus kanker atau risiko kanker lebih besar disebabkan oleh faktor lingkungan daripada faktor genetik. Beberapa aspek yang berkontribusi terhadap tingginya angka kanker meliputi gaya hidup (seperti merokok, konsumsi alkohol, dan tingkat aktivitas fisik), faktor eksternal (seperti radiasi, polusi, dan infeksi), serta pola makan. Penyebab terbesar terjadinya kanker 90-95% disebabkan oleh faktor lingkungan, termasuk pola makan (30-35%), kebiasaan merokok (25-30%), dan pemakaian alkohol (4-6%). Wanita yang mengonsumsi alkohol hingga tiga gelas setiap hari memiliki peluang berkembangnya kanker payudara yang meningkat antara 40-50%.

Karena itu Ahli gizi merekomendasikan untuk mengurangi asupan ikan, ayam, dan produk berbahan dasar gandum, menghindari alkohol, serta menekankan pentingnya konsumsi buah-buahan, sayuran, dan

kacang-kacangan, terutama kedelai. Hal yang perlu diperhatikan adalah pemeliharaan dan penguatan sistem imunitas tubuh, karena nutrisi selalu diangkut oleh darah untuk didistribusikan ke seluruh tubuh (Pastari et al., 2021). Dengan begitu, risiko kanker payudara dapat dicegah dengan terbiasa gaya hidup sehat. memperhatikan asupan makanan dan biasakan untuk berolahraga. Jangan lupa, hindari terlalu sering begadang, jangan bekerja di malam hari, berikan waktu tubuh Anda untuk beristirahat, memungkinkan sel dan jaringan untuk beregenerasi dalam tubuh (Makarim, 2019).

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Maria et al., (2017) dengan judul Risiko Gaya Hidup Terhadap Kejadian Kanker Payudara Pada Wanita, penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat beberapa faktor risiko gaya hidup yang berkaitan dengan kemungkinan terjadinya kanker payudara, yakni konsumsi lemak, obesitas, rokok, dan tekanan mental. Risiko untuk terkena kanker payudara pada individu yang sering mengonsumsi lemak meningkat 2,872 kali dibandingkan dengan mereka yang kurang mengonsumsi lemak. Mereka yang mengalami obesitas memiliki risiko kanker payudara 1,942 kali lebih tinggi dibandingkan mereka yang tidak obesitas. Selain itu, risiko tersebut juga meningkat hingga 2,002 kali bagi mereka yang memiliki anggota keluarga yang merokok atau jika suami atau anggota rumah lainnya adalah perokok aktif, dibandingkan dengan yang tidak. Mereka

yang mengalami stres berisiko terkena kanker payudara 2,698 kali lebih tinggi dibandingkan yang tidak stres.

Ada juga penelitian sebelumnya yang dilakukan Almunawwarah et al., (2021) berjudul Faktor Risiko Kanker Payudara yang Ditemukan Pada Perempuan Di Rumah Sakit Ibnu Sina Yw Umi Makassar Tahun 2021 yang mencatat prevalensi status gizi pada penderita kanker payudara. Dari hasil tersebut, terdapat 10 orang dengan status gizi obesitas 2, 24 orang dengan obesitas 1, 22 orang berstatus overweight, 12 orang dengan status normal, dan 6 orang underweight. Terdapat juga 69 orang yang tidak berpartisipasi dalam aktivitas olahraga. Selain itu, penelitian dari Oktora et al., (2025) dengan judul Gaya Hidup dan Risiko Kanker Payudara pada Remaja Putri :A Systematic Review menunjukkan bahwa pola hidup yang tidak sehat berkontribusi signifikan terhadap peningkatan risiko kanker payudara. Stres terbukti memiliki dampak terbesar dengan rasio odds (OR) sebesar 2,657, diikuti oleh konsumsi makanan berlemak tinggi (OR = 2,872) dan obesitas (OR = 1,942). Kebiasaan merokok serta kurangnya aktivitas fisik juga terbukti meningkatkan risiko kanker payudara, meskipun dengan tingkat signifikansi yang beragam di antara berbagai studi.

Berdasarkan fenomena diatas, penulis ingin penelitian ini memberikan wawasan yang lebih dalam tentang bagaimana kebiasaan sehari-hari memengaruhi kesehatan. Dengan memahami hubungan faktor gaya hidup dengan kanker payudara, kita dapat merancang program

pencegahan yang lebih efektif dan memberikan informasi yang berguna bagi masyarakat. Selain itu, penelitian ini juga dapat menjadi dasar bagi penelitian lebih lanjut di bidang kesehatan, sehingga dapat membantu mengurangi angka kejadian kanker payudara di masa depan.

1.2 Perumusan Masalah

Bagaimana Hubungan antara Faktor gaya hidup dengan kanker payudara pada pasien rawat inap di RS IHC Lavallete Malang?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui Hubungan Faktor gaya hidup dengan kanker payudara pada pasien rawat inap di RS IHC Lavallete Malang.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Menganalisis Hubungan Konsumsi makanan berlemak dengan kanker payudara pada pasien rawat inap di RS IHC Lavallete Malang.
- b. Menganalisis Hubungan minuman beralkohol dengan kanker payudara pada pasien rawat inap di RS IHC Lavallete Malang.
- c. Menganalisis Hubungan minum kopi dengan kanker payudara pada pasien rawat inap di RS IHC Lavallete Malang
- d. Menganalisis Hubungan merokok dengan kanker payudara pada pasien rawat inap di RS IHC Lavallete Malang

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi atau referensi bagi penelitian selanjutnya dalam bidang

keperawatan medik bedah, khususnya terkait dengan faktor-faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya kanker payudara.

1.4.2 Manfaat Praktis

a) Manfaat bagi perempuan

Temuan dari penelitian ini dapat memberikan wawasan dan pemahaman bagi perempuan mengenai faktor gaya hidup yang dapat menyebabkan Kanker Payudara.

b) Manfaat bagi Rumah Sakit.

Penelitian ini dapat membantu rumah sakit dalam memahami faktor-faktor gaya hidup yang berkontribusi terhadap kanker payudara, sehingga mereka dapat mengembangkan program pencegahan dan edukasi yang lebih efektif untuk pasien.

c) Manfaat bagi Institusi Pendidikan Keperawatan.

Dengan mengintegrasikan temuan penelitian ke dalam program pendidikan, institusi dapat berkontribusi pada peningkatan kesadaran kesehatan di masyarakat, dan juga dapat menjadi bahan ajar yang berguna untuk mengedukasi mahasiswa tentang pentingnya gaya hidup sehat dan pencegahan kanker, serta bagaimana mereka dapat memberikan informasi ini kepada pasien di masa depan.

d) Manfaat bagi penelitian selanjutnya.

Temuan dari penelitian ini dapat menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor gaya hidup dan kanker payudara.