

Gambaran Perilaku Kesehatan Terkait Kanker Pada Remaja

¹Gusti Ayu Ary Antari

²Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana (Afiliasi)

Denpasar, Indonesia
aryantari@unud.ac.id

²I Gusti Ayu Pramitaresthi

² Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana (Afiliasi)

Denpasar, Indonesia
ayupramita@unud.ac.id

Abstract—kanker merupakan permasalahan kesehatan global yang serius dan dapat mengenai berbagai usia termasuk remaja. Prevalensi kanker pada remaja dilaporkan meningkat dan perlu adanya kesadaran dari remaja mengenai perilaku kesehatan yang berkaitan dengan kanker. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi perilaku terkait kanker pada remaja. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel yang terlibat adalah 400 siswa kelas XII SMA N 1 Kuta Utara. Teknik sampling dengan *simple random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak merokok secara rutin setiap minggu (94,8%), namun sebanyak 221 orang responden sebagai perokok pasif (55,2%), sebanyak 179 orang (44,8%) yang tidak menggunakan tabir surya/ *sun protector* ketika beraktivitas di luar rumah, sebanyak 211 responden (52,7%) yang tidak rutin berolahraga dan sebanyak 159 orang (39,8%) yang mengonsumsi makanan cepat saji secara rutin setiap minggunya. Sebanyak 283 responden (70,8%) melaporkan tidak pernah mengonsumsi alkohol dalam satu tahun terakhir. Hasil ini menunjukkan bahwa remaja masih melakukan perilaku yang berpotensi mengembangkan penyakit termasuk kanker, sehingga dari penelitian ini diharapkan dapat dikembangkan upaya-upaya peningkatan kesadaran pada remaja mengenai risiko kanker.

Kata Kunci— Kanker, perilaku kesehatan, remaja.

I. PENDAHULUAN

Kanker merupakan permasalahan kesehatan global dengan kasus kematian akibat kanker yang tinggi [1]. *World Health Organization* (WHO) memperkirakan angka mortalitas kanker akan terus meningkat, melebihi mortalitas akibat penyakit jantung iskemik. Selain risiko mortalitas yang tinggi, kanker juga menimbulkan berbagai dampak baik beban gejala kanker yang dialami pasien, maupun dampak sosial dan ekonomi. Pasien kanker dapat mengalami kehilangan pekerjaan, penurunan pendapatan dan peningkatan beban biaya kesehatan. Pasien juga mungkin tidak dapat bekerja, mengalami penurunan produktivitas dan penurunan kualitas hidup [2-4]. Oleh karenanya, deteksi dan pengendalian kanker menjadi sangat penting dilakukan sejak dini.

Secara epidemiologi, kanker dapat terjadi pada berbagai usia seperti anak-anak, remaja, dewasa maupun lansia. Sekitar satu juta remaja dan dewasa muda di seluruh dunia terdiagnosis mengalami kanker [5]. Menurut data *Centers for Disease Control and Prevention* (CDC), prevalensi kanker pada remaja dan dewasa awal mengalami peningkatan sebanyak rata-rata 0,9% per tahun sepanjang tahun 2012 hingga 2016. Meskipun angka *survival rate* pasien kanker usia remaja dan dewasa awal masih tergolong baik, penyintas tetap berisiko mengalami kanker di masa mendatang dan mengalami efek kesehatan jangka panjang lainnya yang merugikan. Efek kesehatan tersebut seperti penyakit kardiovaskuler dan neoplasma sekunder. Risiko kekambuhan kanker dan penyakit sekunder ini sangat dipengaruhi oleh perilaku kesehatan penyintas itu sendiri [5,6].

Di beberapa negara, kanker telah diketahui sebagai penyebab kematian non-kecelakaan utama pada remaja. Faktor risiko yang berkaitan dengan risiko kanker pada remaja dan dewasa muda seperti kelebihan berat badan, obesitas pada masa anak-anak, perilaku diet yang tidak sehat, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol yang berlebihan, dan kurang latihan fisik atau olahraga [3,7]. Banyak remaja yang melakukan perilaku berisiko mengembangkan kanker tersebut, namun tidak menyadarinya. Hasil studi yang telah ada sebelumnya menjelaskan bahwa hanya 49% remaja yang mengetahui bahwa vaksin *Human Papillomavirus* (HPV) dapat mencegah risiko kanker serviks. Temuan ini mengindikasikan bahwa tidak semua remaja memiliki pengetahuan yang adekuat mengenai kanker, pencegahan dan faktor risikonya, terlebih faktor risiko yang berkaitan dengan perilaku remaja itu sendiri. Situasi tersebut dapat menjadi penghambat utama dan pencegahan kanker pada remaja [3,8].

Perilaku kesehatan terkait kanker merupakan perilaku seseorang yang diketahui dapat meningkatkan status kesehatan dan terhindar dari penyakit, dalam konteks ini potensi terjadinya kanker. Perilaku kesehatan ini mencakup upaya promotif dan preventif seperti olahraga secara teratur, diet yang sehat, tidak merokok, tidak mengonsumsi alkohol dan melakukan vaksin yang berkaitan dengan pencegahan penyakit [6]. Literatur yang ada menyebutkan bahwa belum ada jenis dan jumlah dimensi yang pasti untuk dapat digunakan dalam menilai perilaku kesehatan. Namun, ada beberapa hal yang disepakati seperti aktivitas fisik, nutrisi yang seimbang, perawatan kesehatan seperti tidak merokok, tidak mengonsumsi alkohol dan penghindaran risiko lingkungan. Faktor-faktor tersebut diketahui sebagai faktor penentu utama terjadinya penyakit kronis seperti kanker. Studi mengenai perilaku kesehatan terkait kanker pada remaja masih terbatas, sementara kasus kanker pada remaja dapat terus berkembang. Untuk itu penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk menggambarkan perilaku kesehatan terkait kanker pada remaja. Studi ini diharapkan dapat mengembangkan strategi yang perlu dilakukan untuk mempromosikan perilaku kesehatan pada remaja.

II. METODE DAN PROSEDUR

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif analitik dengan pendekatan subyek secara *cross-sectional*. Penelitian ini dilakukan pada bulan September 2023 di SMAN 1 Kuta Utara. Sampel penelitian adalah siswa kelas XII dengan jumlah sampel sebanyak 400 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling*. Alat ukur penelitian ini adalah berupa kuesioner perilaku kesehatan terkait kanker. Pada kuesioner tersebut dinilai perilaku kesehatan pada aspek aktivitas fisik, diet, penggunaan tabir surya, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol dan pengetahuan responden terkait skrining kanker. Jumlah item pada kuesioner perilaku kesehatan terkait kanker adalah 15 pertanyaan.

Prosedur pengumpulan data berupa pengisian kuesioner mengenai perilaku kesehatan remaja. Data perilaku kesehatan remaja kemudian dianalisis secara univariat dan disajikan dalam bentuk persentase. Setiap aspek yang diukur dari perilaku kesehatan remaja terkait kanker dideskripsikan dalam bentuk distribusi frekuensi. Penelitian ini juga telah dinyatakan laik etik oleh Komite Etik Fakultas Kedokteran Universitas Udayana/RSUP Prof. Dr. I G N G Ngoerah.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran perilaku kesehatan terkait kanker pada remaja disajikan dalam tabel 1.

TABEL 1. GAMBARAN PERILAKU KESEHATAN TERKAIT KANKER PADA REMAJA

	Sub-Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Riwayat kanker di keluarga		
	• Ya	21	5,2
	• Tidak	379	94,8
2	Merokok secara rutin tiap minggu		
	• Ya	21	5,2
	• Tidak	379	94,8
3	Sebagai perokok pasif		
	• Ya	221	55,2
	• Tidak	179	44,8
4	Penggunaan tabir surya ketika di luar rumah		
	• Ya	258	64,5
	• Tidak	142	35,5
5	Olahraga (30 menit) 5 kali/minggu		

	Sub-Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
	• Ya	189	47,3
	• Tidak	211	52,7
6	Konsumsi makanan cepat saji rutin perminggu		
	• Ya	159	39,8
	• Tidak	241	60,2
7	Konsumsi sayuran setiap hari		
	• Ya	222	55,5
	• Tidak	178	44,5
8	Konsumsi cukup buah setiap hari		
	• Ya	243	60,8
	• Tidak	157	39,2
9	Konsumsi alkohol dalam satu tahun terakhir		
	• Tidak pernah	283	70,8
	• Sebulan/kurang	89	22,2
	• Dua sampai empat kali dalam 1 bulan	18	4,5
	• 2-3 kali perminggu	6	1,5
	• 4 atau lebih dalam 1 minggu	4	1
10	Kanker dapat diobati secara dini		
	• Ya	322	80,5
	• Tidak	18	4,5
	• Tidak tahu	60	15
11	Faktor utama pemicu kanker		
	• Gaya hidup	310	77,5
	• Nasib	7	1,8
	• Penuaan	1	0,2
	• Faktor lingkungan	8	2
	• Riwayat genetik	74	18,5
12	Program skrining kanker serviks di Bali		
	• Ya ada	185	46,3
	• Tidak ada	7	1,7
	• Tidak tahu	208	52
13	Program skrining kanker payudara di Bali		
	• Ya ada	184	46
	• Tidak ada	9	2,3
	• Tidak tahu	207	51,7
14	Program skrining kanker kolon di Bali		
	• Ya ada	99	24,8
	• Tidak ada	12	3
	• Tidak tahu	289	72,2
15	Kemauan melakukan skrining kanker di masa mendatang		
	• Ya	160	40
	• Tidak	25	6,3
	• Tidak tahu	215	53,7

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar responden tidak merokok secara rutin setiap minggu (94,8%), namun sebanyak 221 orang responden sebagai perokok pasif (55,2%). Terkait penggunaan tabir surya/ *sun protector* terdapat 179 orang (44,8%) yang tidak menggunakannya ketika beraktivitas di luar rumah. Sebanyak 211 responden (52,7%) yang tidak rutin berolahraga dan sebanyak 159 orang (39,8%) yang mengonsumsi makanan cepat saji secara rutin setiap minggunya. Untuk konsumsi sayur dan buah setiap hari, sebagian besar responden melaporkan telah mengonsumsi cukup sayur (55,5%) dan buah (60,8%) setiap hari. Sebanyak 283 responden (70,8%) melaporkan tidak pernah mengonsumsi alkohol dalam satu tahun terakhir. Sebanyak 322 responden setuju bahwa kanker dapat diobati jika diketahui secara dini, faktor pemicu utama kanker adalah gaya hidup (77,5%). Selanjutnya banyak responden yang menjawab tidak tahu mengenai program skrining kanker servik (52%), kanker payudara (51,7%) dan kanker

kolon (72,2%). Selain itu, sebagian besar responden juga menjawab tidak tahu mengenai apakah akan melakukan skrining kanker di masa mendatang (53,7%).

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, diketahui bahwa banyak remaja yang masih mengembangkan perilaku-perilaku yang berisiko kanker seperti merokok aktif, perokok pasif, jarang berolahraga, konsumsi makanan cepat saji, kurang konsumsi sayur dan buah serta mengonsumsi alkohol. Perilaku ini dalam jangka panjang dapat mengembangkan kanker. Hasil studi ini memiliki implikasi penting khususnya dalam mengembangkan upaya promotif dan preventif pada remaja terkait dengan penyakit kanker. Sebuah studi di Turki menemukan bahwa kesadaran akan faktor risiko kanker payudara di kalangan pelajar masih rendah dan sebagai besar menyebutkan bahwa riwayat penyakit pribadi (69%) dan riwayat keluarga (67%) berkaitan dengan kanker tersebut. Di Australia, studi yang dilakukan pada remaja usia 15-17 tahun menemukan hanya 25% remaja yang mengetahui hubungan antara infeksi HVP dengan kanker serviks dan sebanyak 72% tidak yakin kedua hal tersebut berkaitan. Oleh karenanya, pengembangan program untuk meningkatkan kesadaran akan risiko kanker sangat penting bagi remaja. Dalam penelitian selanjutnya perlu dianalisis mengenai program yang dapat meningkatkan kesadaran remaja tersebut.

IV. KESIMPULAN

Remaja merupakan kelompok usia yang dapat berisiko mengalami kanker. Banyak remaja yang tidak menyadari bahwa perilakunya dapat meningkatkan risiko terkena kanker. Berdasarkan penelitian ini disimpulkan bahwa ada beberapa perilaku yang berpotensi mengembangkan kanker dan dilakukan oleh remaja seperti merokok baik aktif maupun pasif, kurangnya olahraga, konsumsi makanan cepat saji, diet yang tidak sehat, dan konsumsi alkohol. Hasil ini memiliki implikasi penting dalam mengembangkan program untuk meningkatkan kesadaran risiko kanker pada remaja dan program untuk mendorong remaja dalam mengembangkan perilaku-perilaku yang sehat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada Universitas Udayana melalui LPPM Universitas Udayana yang telah memberikan hibah PNBPN tahun 2023. Penulis mengucapkan terimakasih kepada pihak Sekolah SMAN 1 Kuta Utara yang telah mendukung penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Wright, C., Heron, J., Kipping, R., Hickman, M., Campbell, R., & Martin, R.M. (2021). Young adult cancer risk behaviours originate in adolescence: a longitudinal analysis using ALSPAC, a UK birth cohort study. *BMC Cancer*, 21, 365
- [2] Mattiuzzi, C., & Lippi, G. (2019). Current Cancer Epidemiology. *Journal of epidemiology and global health*, 9(4), 217–222. <https://doi.org/10.2991/jegh.k.191008.001>
- [3] Abraham, O., Szela, L., Feng, E., Egbujor, M., & Gay, S. (2021). Exploring Youth Perceptions About Cancer Prevention and Preferences for Education: a Qualitative Study. *Journal of cancer education : the official journal of the American Association for Cancer Education*, 1–10. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s13187-021-02077-0>
- [4] Bona LG, Geleta D, Dulla D, et al. Economic Burden of Cancer on Cancer Patients Treated at Hawassa University Comprehensive Specialized Hospital. *Cancer Control*. 2021;28. doi:[10.1177/10732748211009252](https://doi.org/10.1177/10732748211009252)
- [5] Bleyer, A., Ferrari, A., Whelan, J., and Barr, R. D. (2017). Global assessment of cancer incidence and survival in adolescents and young adults. *Pediatr. Blood Cancer* 64:e26497. doi: 10.1002/pbc.26497
- [6] Stroske, I., Geue, K., Friedrich, M., Sender A., Schmidt R., Richter D., & Leuteritz K. (2021). Health Behavior and Associated Factors in Young Adult Cancer Patients. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2021.697096>
- [7] Kippen, R., James, E., Ward, B., Buykx, P., Shamsullah, A., Watson, W., & Chapman, K. (2017). Identification of cancer risk and associated behaviour: implications for social marketing campaigns for cancer prevention. *BMC cancer*, 17(1), 550. <https://doi.org/10.1186/s12885-017-3540-x>
- [8] Al-Azri, M., Al-Saadi, W. I., Al-Harrasi, A., & Murthi Panchatcharam, S. (2019). Knowledge of Cancer Risk Factors, Symptoms, and Barriers to Seeking Medical Help among Omani Adolescents. *Asian Pacific journal of cancer prevention : APJCP*, 20(12), 3655–3666. <https://doi.org/10.31557/APJCP.2019.20.12.3655>