

HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DAN GAYA HIDUP TERHADAP TERJADINYA KANKER PAYUDARA DIRUMAH SAKIT IBNU SINA

A.Nurfhadillah Abbas¹, Zulfitriani Murfat^{2*}, Dwi Pratiwi³, Asrini Safitri⁴, Azis Beru Gani⁵

¹Fakultas Kedokteran, Universitas Muslim Indonesia

²Bagian Biokimia, Fakultas kedokteran, UMI, RSP Ibnu Sina YW-UMI, Kota Makassar

³Bagian Radiologi, Fakultas kedokteran, UMI, RSP Ibnu Sina YW-UMI, Kota Makassar

⁴Bagian Ilmu Gizi, Fakultas kedokteran, UMI, RSP Ibnu Sina YW-UMI, Kota Makassar

⁵Bagian Bedah, Fakultas kedokteran, UMI, RSP Ibnu Sina YW-UMI, Kota Makassar

^{*}Email Korespondensi: zulfitriani.murfat@umi.ac.id

Abstract: Hubungan Antara Status Gizi Dan Gaya Hidup Terhadap Terjadinya Kanker Payudara Di Rumah Sakit Ibnu Sina. Breast cancer is the top cause of mortality for women in Indonesia and one of the most prevalent cancer types. Risk factors include poor diet and unhealthy lifestyle choices. Women of reproductive age are at risk for breast cancer. According to reports from the South Sulawesi Health Office and Riskesdas figures, most patients come in advanced stages, especially in Makassar. This disease emphasizes how important it is to research modifiable risk factors. This study aims to ascertain the association between lifestyle and nutritional status and the prevalence of breast cancer at RS Ibnu Sina in 2024. The research methodology used combines an analytical observational design with a case-control study strategy. Based on inclusion and exclusion criteria, samples are chosen using a straightforward random sampling technique. A standardized questionnaire is utilized to gather lifestyle data, and the Body Mass Index (BMI) is used to evaluate nutritional health. Pearson Product Moment correlation is used to test the instrument's validity. The data is examined using chi-square testing with SPSS software. According to the survey, most participants led unhealthy lives that included eating a lot of fat and not exercising, and that the majority of breast cancer patients were obese. The findings of the statistical tests indicate that the incidence of breast cancer is significantly ($p < 0.05$) correlated with lifestyle and nutritional status. Therefore, both an unhealthy lifestyle and an unbalanced dietary status are directly associated with the incidence of breast cancer. Interventions including nutrition education, promoting healthy eating, encouraging physical activity, and disseminating information about early detection are essential to lowering the incidence of breast cancer.

Keywords: Breast cancer, BMI, Lifestyle, Nutritional status

Abstrak: Hubungan Antara Status Gizi Dan Gaya Hidup Terhadap Terjadinya Kanker Payudara Di Rumah Sakit Ibnu Sina. Kanker dengan frekuensi paling banyak terjadi dan penyebab kematian utama bagi wanita di Indonesia adalah kanker payudara. Pilihan gaya hidup yang tidak sehat dan status gizi adalah faktor risikonya. Kanker payudara mempengaruhi wanita usia produktif. Khususnya di Makassar, sebagian besar pasien muncul dalam stadium lanjut menurut data Riskesdas dan laporan dari Dinas Kesehatan Sulawesi Selatan. Penyakit ini menekankan betapa pentingnya untuk melakukan penelitian mengenai faktor risiko yang dapat dimodifikasi. Mengetahui bagaimana gaya hidup dan status gizi berkaitan dengan kejadian kanker payudara di RS Ibnu Sina pada tahun 2024 adalah tujuan dari penelitian ini. Desain observasional analitik menggunakan metode studi *case-control* adalah metodologi penelitian yang digunakan. Pengambilan sampel mengaplikasikan teknik simple random sampling untuk memilih sampel berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) digunakan untuk mendapatkan informasi tentang status gizi, dan kuesioner terstruktur digunakan untuk mengumpulkan informasi mengenai gaya hidup dengan korelasi Product Moment Pearson untuk mengevaluasi validitas instrumen tersebut. Data olah pada perangkat lunak SPSS untuk uji chi-square. Temuan studi menunjukkan obesitas mempengaruhi

sebagian besar orang dengan kanker payudara, dan mayoritas responden melakukan gaya hidup tidak sehat yang meliputi mengonsumsi banyak makanan berlemak dan tidak berolahraga. Menurut hasil uji statistik, ada korelasi yang substansial ($p < 0,05$) antara gaya hidup dan status gizi serta kejadian kanker payudara. Jadi, gaya hidup yang tidak sehat dan gizi yang tidak seimbang sangat terkait dengan kanker payudara. Untuk menurunkan kejadian kanker payudara, intervensi seperti edukasi gizi, mendorong kebiasaan makan sehat, meningkatkan aktivitas fisik, dan meningkatkan kesadaran tentang deteksi dini sangat krusial.

Kata Kunci : Kanker payudara, Status gizi, Gaya hidup, IMT

PENDAHULUAN

Ketika sel-sel abnormal berkembang biak secara berlebihan dan tidak terkendali, kanker muncul dalam jaringan tubuh dan menjadi salah satu penyebab mortalitas paling sering terjadi di seluruh dunia. Tingkat kematian akibat penyakit tersebut sekitar 85,1 per 100.000 orang, dengan 141,1 kasus baru per 100.000 orang, menurut data Globocan 2020. Menurut data Pemantauan Kanker Global (WHO) tahun 2018, kanker pada payudara adalah kanker yang paling umum di Indonesia dengan 58.256 kasus, atau sekitar 16,7% dari 348.809 kasus yang terdaftar di Indonesia. (WHO, 2019). Kanker payudara, tumor ganas di jaringan payudara, adalah salah satu penyebab utama kematian wanita. Meskipun demikian, penelitian terbaru menunjukkan bahwa pria juga berisiko mengidap kanker payudara, meskipun kasusnya masih sangat jarang. Pola kejadian kanker di setiap populasi berbeda dan dipengaruhi oleh banyak faktor, termasuk status sosial, budaya, etnis, pekerjaan, gender, gaya hidup, lingkungan, kondisi geografis, pola makan, akses pelayanan kesehatan, dan berbagai faktor lain yang belum diketahui secara menyeluruh.

Prevalensi kanker payudara di Kota Makassar sendiri menurut laporan *Profil Kesehatan Kota Makassar 2023* menunjukkan bahwa dari 1.023 kasus kanker yang tercatat, sebanyak 386 kasus (37,7%) merupakan kanker payudara, dan mayoritas diderita oleh wanita usia subur dan produktif. Hal ini menggarisbawahi pentingnya deteksi dini dan intervensi faktor risiko seperti status

gizi dan gaya hidup untuk mencegah keganasan lebih lanjut. Berat badan, indeks massa tubuh (IMT), serta obesitas sebagai indikator dari kedua faktor utama tersebut berhubungan erat dengan peningkatan risiko kanker. Terlepas dari bagaimana pola makan dan aktivitas fisik diukur, keduanya telah terbukti berhubungan dengan peningkatan risiko kanker paru-paru, prostat, kolorektal, payudara, mulut, tenggorokan, esofagus, pankreas, lambung, hati, dan ginjal. Pola makan dan aktivitas fisik juga berperan besar dalam memengaruhi obesitas, yang pada gilirannya meningkatkan risiko pada 13 jenis kanker

METODE

Penelitian ini dilakukan dengan studi observasional analitik yang disertai desain *case control*. Penelitian ini bertujuan agar dapat menggambarkan hubungan status gizi dan gaya hidup dengan kejadian kanker di payudara pasien wanita Rumah Sakit Ibnu Sina. Penelitian analitis ini menggunakan metode *case control* dengan *simple random* sampling dari sampel sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Rumus *Lemeshow* digunakan untuk menghitung sampel untuk penelitian ini. Data dianalisis menggunakan uji validitas instrumen untuk menilai sejauh mana item kuesioner mampu mengukur secara tepat dan relevan terhadap variabel yang diteliti, yaitu status gizi, gaya hidup, dan risiko keganasan kanker payudara. Selain itu, untuk menentukan hubungan antara variabel yang ada menggunakan analisis bivariat beserta uji *Chi Square*.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	N	Persentase (%)
IMT		
Normal	17	23.6
Obesitas I	34	47.2
Obesitas II	10	13.9
Overweight	11	15.3
Pola Makan Sehat		
Tidak Sehat	40	55.6
Aktifitas Fisik Rutin		
Tidak Rutin	29	40.3
SADARI		
Rutin	28	38.9
Tidak Rutin	44	61.1
Risiko Kanker Payudara		
Rendah	33	45.8
Tinggi	39	54.2
Usia		
21-30 Tahun	24	33.3
31-40 Tahun	23	31.9
41-50 Tahun	25	34.7
TOTAL	72	100

Temuan tersebut memperlihatkan normal hanya 17 orang (23,6%). 34 responden (47,2%) kebanyakan Responden dengan obesitas II tercatat 10 memiliki status gizi dengan kategori orang (13,9%), dan kategori overweight obesitas I, sedangkan yang memiliki IMT sebanyak 11 orang (15,3%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Gambaran Berdasarkan IMT

IMT	Risiko Kanker Payudara						Sig.
	Rendah		Tinggi		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Normal	13	18,1	4	5.6	17	23.6	0.007
Obesitas I	15	20.8	19	26.4	34	47.2	
Obesitas II	1	1.4	9	12.5	10	13.9	
Overweight	4	5.6	7	9.7	11	15.3	
Total	33	45.8	39	54.2	72	100	

Hasil analisis tentang asosiasi antara statistik sebesar $p=0,007$ ($p<0,05$), risiko kanker payudara dan indeks massa sehingga terdapat korelasi kuat risiko tubuh (BMI) menghasilkan nilai secara kanker payudara dengan status gizi.

Tabel 3. Frekuensi Gambaran Berdasarkan Pola Makan

Risiko Pola Makan	Risiko Kanker Payudara						Sig.
	Rendah		Tinggi		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Sehat	22	30.6	10	13.9	32	44.4	0.000
Tidak Sehat	11	15.3	29	40.3	40	55.6	
Total	33	45.8	39	54.2	72	100	

Analisis tersebut mempunyai hasil nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang memperlihatkan korelasi pola makan dan risiko kanker pada payudara adalah signifikan secara statistik.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Gambaran Berdasarkan Aktivitas Fisik

Aktivitas Fisik	Risiko Kanker Payudara						Sig.
	Rendah		Tinggi		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Rutin	27	37.5	16	22.2	43	59.7	0.000
Tidak Rutin	6	8.3	23	31.9	29	40.3	
Total	33	45.8	39	54.2	72	100	

Hasil tersebut memperlihatkan adanya korelasi signifikan dengan risiko kanker payudara, nilai dari $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Ada korelasi yang substansial antara praktik SADARI dan risiko kanker payudara, menurut hasil analisis, nilai p adalah $0,043$ ($p < 0,05$).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Gambaran Berdasarkan SADARI

SADARI	Risiko Kanker Payudara						Sig.
	Rendah		Tinggi		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Rutin	17	23.6	11	15.3	28	38.9	0.043
Tidak Rutin	16	22.2	28	38.9	44	61.1	
Total	33	45.8	39	54.2	72	100	

PEMBAHASAN

Menurut temuan, sebagian besar pasien dengan kanker di payudaranya pada Rumah Sakit Ibnu Sina pada tahun 2024 berada dalam status gizi obesitas I (47,2%), diikuti oleh normal (23,6%), kelebihan berat badan (15,3%), dan obesitas II (13,9%). Temuan ini menggambarkan bahwa mayoritas pasien kanker payudara cenderung memiliki IMT di atas normal, baik pada kategori *overweight* maupun obesitas. status gizi, khususnya obesitas, menjadi hal yang patut diwaspadai pada individu dengan kanker payudara. Tingginya proporsi pasien dengan obesitas menunjukkan perlunya upaya promotif dan preventif, seperti pengendalian berat badan, edukasi gizi, serta penerapan pola hidup sehat, untuk menekan risiko kanker payudara di masyarakat. Pendapat peneliti, temuan ini memberikan gambaran bahwa peran status gizi tidak hanya relevan dalam pencegahan primer kanker payudara, tetapi juga dalam perjalanan penyakit setelah diagnosis. Pasien dengan obesitas cenderung menghadapi tantangan yang lebih besar dalam penatalaksanaan kanker, seperti

respons terapi yang lebih rendah dan risiko kekambuhan yang lebih tinggi.

Selain itu, gaya hidup pasien sebelum terdiagnosis kanker sebagian besar berada pada kategori tidak sehat. Hal ini terlihat dari temuan bahwa lebih dari separuh responden (55,6%) memiliki pola makan tidak sehat, 40,3% tidak rutin melakukan aktivitas fisik, dan 61,1% tidak rutin melakukan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). Temuan ini mengindikasikan bahwa gaya hidup yang tidak sehat cukup dominan pada pasien kanker payudara, sehingga berpotensi menjadi faktor yang memengaruhi meningkatnya risiko penyakit ini. Kebiasaan hidup yang tidak sehat, mencakup pola makan, aktivitas fisik, maupun praktik SADARI, menjadi faktor penting yang perlu diperhatikan dalam pencegahan kanker payudara. Penerapan pola makan bergizi seimbang, olahraga teratur, serta kebiasaan melakukan SADARI secara rutin perlu ditingkatkan sebagai upaya promotif dan preventif untuk menurunkan risiko kanker payudara di masyarakat.

Temuan penelitian menunjukkan adanya korelasi yang kuat antara gaya hidup dan status nutrisi serta kejadian kanker payudara pada pasien Rumah Sakit Ibnu Sina pada tahun 2024. Analisis menggunakan uji *Chi-Square* memperlihatkan bahwa pasien dengan status gizi obesitas I dan II memiliki proporsi risiko kanker payudara yang lebih tinggi dibandingkan pasien dengan IMT normal, sementara pasien dengan pola makan tidak sehat, aktivitas fisik tidak rutin, serta tidak rutin melakukan SADARI juga memiliki risiko kanker payudara lebih tinggi dibandingkan kelompok dengan gaya hidup sehat. Temuan ini menegaskan bahwa status gizi dan gaya hidup saling berkontribusi dalam meningkatkan risiko kanker payudara.

Pendapat peneliti, temuan ini menegaskan pentingnya status gizi dan gaya hidup seseorang sebagai faktor yang tidak berdiri sendiri, melainkan saling terkait. Peneliti berpendapat bahwa pola makan yang tidak sehat sering kali berkontribusi pada peningkatan IMT, sedangkan kurangnya aktivitas fisik memperburuk kondisi metabolik, sehingga risiko kanker payudara semakin tinggi. Demikian juga, rendahnya kesadaran akan deteksi dini membuat risiko tersebut tidak segera teridentifikasi. Oleh karena itu, menurut peneliti, upaya promotif di masyarakat tidak dapat hanya menekankan satu aspek saja (misalnya hanya pola makan atau hanya SADARI), melainkan harus dilakukan secara terpadu dan kontinu.

KESIMPULAN

Status gizi individu dengan kanker payudara berdasarkan IMT Penelitian menunjukkan bahwa sebagian pasien memiliki status gizi yang tidak ideal (*overweight* maupun obesitas) di Rumah Sakit Ibnu Sina. Gaya hidup pasien sebelum menderita kanker payudara. Sebagian besar pasien kanker payudara memiliki gaya hidup yang kurang sehat, antara lain aktivitas fisik yang rendah, pola makan tidak seimbang, serta perilaku deteksi dini (SADARI) yang masih minim. Didapatkan kejadian kanker payudara pada pasien Rumah Sakit Ibnu Sina pada tahun 2024 berkorelasi dengan gaya hidup dan status gizi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abeng, N., & Jama, R. (2024). Peningkatan perilaku SADARI melalui edukasi kesehatan pada kader di wilayah kerja Puskesmas Tamangapa Kota Makassar. *Jurnal Pemberdayaan Perempuan dan Kesehatan*, 6(1), 18-26. <https://scholarhub.ui.ac.id/ppk/vol6/iss1/3/>
- Agustin, T. (2020). Potensi metabolit aktif dalam sayuran cruciferous untuk menghambat pertumbuhan sel kanker. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 2(4), 459-472.
- Balatif, R., & Sukma, A. A. M. (2021). Memahami kaitan gaya hidup dengan kanker: Sebagai langkah awal pencegahan kanker. *Scripta Score Scientific Medical Journal*, 3(1), 40-50.
- Daraz, F. G., Windarti, I., & Sangging, P. R. A. (2023). The role of obesity in breast cancer metastasis. *Medical Profession Journal of Lampung*, 13(1), 172-178.
- Do, T. M., Nguyen, Q. H., Le, N. H., Nguyen, H. D., Phung, A. H., Tran, T. S., ... & Ho-Pham, L. T. (2024). Association between dietary factors and breast cancer risk: a matched case-control study in Vietnam. *BMC cancer*, 24(1), 1224.
- Firman, N., Syahril, E., Abdi, D. A., Nulanda, M., & Dewi, A. S. (2022). Gambaran Faktor Risiko Pasien Kanker Payudara Di RS Ibnu Sina Makassar Tahun 2019. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 2(5), 288-296.
- Khaira, N., Faisal, T. I., Mangun, M., & Saripah, E. (2025). Sosialisasi SADARI untuk Deteksi Dini Kanker Payudara di Posyandu IBI Jabal Nur. *Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Kesehatan*, 2(1), 26-37.
- Herawati, A., Rijal, S., Arsal, A. S. F., Purnamasari, R., Abdi, D. A., & Wahid, S. (2021). Karakteristik Kanker Panyudara. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 1(1), 44-53.
- Julaecha, J. (2021). Pendidikan Kesehatan tentang Deteksi Dini Kanker Payudara melalui Pemeriksaan

- Payudara Sendiri (SADARI). *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 3(2), 115-119.
- Julyantari, N. K. S., Budiarta, I. K., & Putri, N. M. D. K. (2021). Implementasi K-Means Untuk Pengelompokan Status Gizi Balita (Studi Kasus Banjar Titih). *Jurnal Janitra Informatika Dan Sistem Informasi*, 1(2), 92-101.
- Lamria, N. N., & Koerniawan, H. S. (2024). Hubungan Antara Obesitas dan Hipertensi dengan Kanker Payudara pada Pasien di Rumah Sakit Siloam Lippo Village Gedung B. *Medicinus*, 37(2), 13-19.
- Maresa, A., Riski, M., & Ismed, S. (2023). Hubungan sikap dan keterpaparan informasi dengan pengetahuan remaja putri tentang kanker payudara. *Jurnal'Aisyiyah Medika*, 8(1).
- Menon, G., Alkabban, F. M., & Ferguson, T. (2024). StatPearls [Internet]. Breast cancer. Treasure Island, FL: StatPearls Publishing.
- Mohanty, S. S., & Mohanty, P. K. (2021). Obesity as potential breast cancer risk factor for postmenopausal women. *Genes & diseases*, 8(2), 117-123.
- Momenimovahed, Z., & Salehiniya, H. (2019). Epidemiological characteristics of and risk factors for breast cancer in the world. *Breast cancer: targets and therapy*, 151-164.
- Nurlita, S., Kurrohman, T., & Dwibarto, R. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Capaian Deteksi Dini Kanker Payudara Metode SADANIS pada WUS. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(4), 1575-1586.
- Nusraya, A. (2023). *Analisis Distres Psikologis pada Pasien Kanker Payudara di Rumah Sakit Pendidikan Universitas Hasanuddin Makassar* (Doctoral dissertation, Universitas Hasanuddin).
- Paramesti, N. M. A. A. (2021). Status Gizi Anak Sekolah Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Gizi Ibu Dan Komposisi Menu Bekal Sekolah (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Gizi 2021).
- Ratumanan, S. P., Achadiyani, A., & Khairani, A. F. (2023). Metode Antropometri Untuk Menilai Status Gizi: Sebuah Studi Literatur. *Health Information: Jurnal Penelitian*.
- Rizka, A., Akbar, M. K., & Putri, N. A. (2022). Carcinoma mammae sinistra T4BN2M1 metastasis pleura. *Averrous: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Malikussaleh*, 23-31.
- Rusli, R., Christeven, R., & Faruk, M. (2023). Cancer incidence and mortality in a tertiary hospital in Indonesia: An 18-year data review. *Ethiopian Journal of Health Sciences*, 33(3).
- Rusminan, S. A., Ulfa, M., Mega, P., Fitria, Z., & Sandria, S. (2023). Penyuluhan mengenai pencegahan dan deteksi dini kanker pada masyarakat Kota Prabumulih. *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Humanity and Medicine*, 4(3), 197-209.
- Sharman, R., Harris, Z., Ernst, B., Mussallem, D., Larsen, A., & Gowin, K. (2024). Lifestyle factors and cancer: a narrative review. *Mayo Clinic Proceedings: Innovations, Quality & Outcomes*, 8(2), 166-183.
- Torar, G. F. (2024). Korelasi Antara Status Gizi/IMT Dengan Kejadian Kanker Payudara Di RSUP DR. Wahidin Sudirohusodo Makassar Tahun 2020-2022 (Doctoral dissertation, Universitas Hasanuddin).
- Ulfiani, N. (2023). Faktor Risiko Kejadian Metastasis Pada Pasien Kanker Payudara Di Rumah Sakit Ibnu Sina Kota Makassar (Doctoral dissertation, Universitas Hasanuddin).
- Wahdini, N., & Suryamah, Y. (2022). Kajian Naratif: Hubungan Obesitas Dengan Kejadian Kanker Payudara Pada Wanita. *Jurnal Sehat Masada*, 16(2), 265-277.