

Psikoedukasi Terkait Kanker dan Cara Pencegahannya pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar

Kartika Cahyaningrum¹⁾ | Novi Yanti Pratiwi²⁾ | Anis Nabila Ahmad³⁾ | Aisyah Arifuddin⁴⁾ | Farida. S⁵⁾

Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar, Indonesia

kartika.cahyaningrum@unm.ac.id | novi.yanti.pratiwi@unm.ac.id

Abstract : *Reporting from the World Bank Our World in Data, the biggest threat to human life in the last five years to 2017 is cancer. Cancer is the disease that takes the most lives, namely 9,560,000 victims, where this number is above Covid - 19, Diabetes and Malaria “. Cancer is one of the causes of premature morbidity and mortality worldwide. The World Health Organization (WHO) estimates that by 2030 there will be a surge in cancer incidence of around 300% in the world and 70% of cancer incidence in developing countries including Indonesia. The purpose of this psychoeducation is to increase students' understanding of cancer and how to prevent it. The target of the implementation of this cancer-related psychoeducation is students of the Faculty of Psychology, Makassar State University. The method used is the distribution of posters of health promotion activities that will be carried out, namely entitled “Without Cancer, life is better”. The theme was raised to provide education in the form of prevention in preventing cancer through health promotion. The purpose of this health promotion is to provide understanding in the form of learning to cognitive promotion targets by providing information related to early prevention efforts against cancer as a preventive effort in avoiding cancer in humans. The results obtained by this psychoeducation are an increase in participants' understanding of cancer and how to prevent it.*

Keywords: Psychoeducation; Cancer; College Students

Abstrak Dilansir dari *World Bank Our World in Data* ancaman terbesar nyawa manusia pada lima tahun terakhir ini hingga tahun 2017 yaitu penyakit Kanker. Kanker menjadi penyakit yang paling banyak memakan korban jiwa yaitu sebanyak 9.560.000 korban, dimana jumlah ini berada diatas Covid – 19, Diabetes dan Malaria”. Kanker merupakan salah satu penyebab dari morbiditas dan mortalitas dini di seluruh dunia. *World Health Organization* (WHO) memperkirakan bahwa pada 2030 akan terjadi lonjakan insiden kanker sekitar 300% di dunia dan 70% dari insiden kanker di negara berkembang termasuk Indonesia. Tujuan dilakukannya psikoedukasi ini adalah untuk meningkatkan pemahaman mahasiswa terkait kanker dan cara pencegahannya. Sasaran dari pelaksanaan psikoedukasi terkait kanker ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar. Metode yang digunakan adalah pembagian poster kegiatan promosi kesehatan yang akan dilakukan yaitu berjudul “*Without Cancer, life better*”. Tema tersebut diangkat untuk memberikan edukasi dalam bentuk preventif dalam mencegah penyakit kanker melalui promosi kesehatan yang dilakukan. Adapun tujuan dari promosi kesehatan ini adalah untuk memberikan pemahaman dalam bentuk pembelajaran pada kognitif sasaran promosi dengan memberikan informasi terkait upaya pencegahan dini terhadap penyakit kanker sebagai upaya preventif dalam menghindari penyakit kanker pada manusia. Hasil yang diperoleh dengan adanya psikoedukasi ini adalah adanya peningkatan pemahaman pada partisipan mengenai kanker dan cara pencegahannya.

Keywords: Psikoedukasi; Kanker; Mahasiswa



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2024 by author.

Pendahuluan

Kesehatan merupakan kondisi atau keadaan individu yang berada pada kesejahteraan fisik, mental dan kondisi sosial yang mengarahkan pada terhindarnya dari sebuah penyakit (Saddam, 2020). Kesehatan akhir – akhir ini menjadi marak untuk diserukan karena munculnya berbagai fenomena di masyarakat luar seperti virus dan penyakit kronis yang dapat menyerang kesehatan manusia. Padahal kesehatan merupakan salah satu faktor yang

sangat berharga dalam hidup manusia sebagai sarana yang mampu meringankan segala bentuk kegiatan yang dilakukan karena didukung oleh jasmani dan rohani yang sehat dan bugar.

Dilansir dari World Bank Our World in Data ancaman terbesar nyawa manusia pada lima tahun akhir ini hingga tahun 2017 yaitu penyakit Kanker. Penyakit kanker merupakan suatu penyakit yang disebabkan pertumbuhan sel-sel jaringan tubuh tidak normal (tumbuh sangat cepat dan tidak terkendali), menginfiltrasi/ merembes, dan menekan jaringan tubuh sehingga mempengaruhi organ tubuh (Akmal, dkk., 2010).

Kanker menjadi penyakit yang paling banyak memakan korban jiwa yaitu sebanyak 9.560.000 korban, dimana jumlah ini berada diatas Covid – 19, Diabetes dan Malaria”. Kemudian secara spesifik di Indonesia, angka kejadian penyakit kanker sebanyak 136.2/100.000 penduduk dan berada pada urutan 8 di Asia Tenggara, sedangkan di Asia berapa pada urutan ke 23 (Nita & Novi Indrayani, 2020)

Adapun angka kejadian tertinggi di Indonesia untuk laki-laki adalah kanker paru yaitu sebesar 19,4 per 100.000 penduduk dengan rata - rata kematian 10,9 per 100.000 penduduk. Kemudian kanker hati sebesar 12,4 per 100.000 penduduk dengan rata -rata kematian 7,6 per 100.000 penduduk. Sedangkan angka kejadian untuk perempuan yang tertinggi adalah kanker payudara yaitu sebesar 42,1 per 100.000 penduduk dengan rata - rata kematian 17 per 100.000 penduduk dan kanker leher rahim sebesar 23,4 per 100.000 penduduk dengan rata - rata kematian 13,9 per 100.000 penduduk (Nita & Novi Indrayani, 2020).

Kanker merupakan salah satu penyebab dari morbiditas dan mortalitas dini di seluruh dunia (Riani dan Ambarwati, 2021). Menurut (Kemenkes RI, 2016) kanker merupakan salah satu penyebab tertinggi kematian di dunia. World Health Organization (WHO) memperkirakan bahwa pada 2030 akan terjadi lonjakan insiden kanker sekitar 300% di dunia dan 70% dari insiden kanker di negara berkembang termasuk Indonesia (Khasanah, Oktaviyanti, & Yuliana, 2019). Pemicu terjadinya kanker disebabkan oleh pertumbuhan sel abnormal yang ganas dan begitu cepat sehingga tidak terkendali sehingga mampu merusak fungsi jaringan dalam tubuh penderita (Purnamawati, Tandrian, Sumbayak, & Kertadjaja, 2021).

Purnamawati, Tandrian, Sumbayak, dan Kertadjaja (2021) mengemukakan bahwa terdapat berbagai macam jenis kanker berdasarkan dimana bagian atau organ mana sel abnormal tersebut tumbuh berkembang. Penyebab utama kanker adalah mutasi genetik yang terjadi pada sel yang mengakibatkan sel tersebut menjadi abnormal (Nasution, Asfriyati, & Siregar, 2018). Banyak faktor pemicu yang pertumbuhan sel tersebut, seperti perilaku hidup yang tidak sehat mulai dari merokok, obesitas, minim bergerak, terpapar radiasi zat kimia, menderita penyakit inflamasi kronis dan faktor pemicu lainnya (Putra, 2015).

Taylor (2018) mengemukakan bahwa kanker dikategorikan sebagai penyakit kronis karena telah terbukti menjadi penyakit yang paling banyak memakan korban. Penderita penyakit kanker, dalam hal ini penyakit kronis tentunya akan mengalami berbagai perubahan,

salah satunya adalah perubahan psikologis. Perubahan psikologis dapat berupa tekanan yang dimiliki oleh penderita yang memicu munculnya berbagai macam respon emosional, seperti kecemasan, depresi, denial dan respon emosi lainnya.

Berdasarkan wawancara awal yang telah dilakukan sebelumnya pada tiga orang mahasiswa, diperoleh bahwa pengetahuan mereka terkait kanker masih tergolong minim. Mayoritas mereka tidak mengetahui cara mendeteksi kanker dan apa pemicu sehingga kanker bisa muncul pada seseorang. Asesmen awal yang dilakukan dapat dijadikan tema dalam kegiatan promosi kesehatan yang akan dilaksanakan.

Dari pendahuluan dan data awal yang didapatkan, maka kegiatan promosi kesehatan yang akan dilakukan yaitu berjudul “Without Cancer, life better”. Tema tersebut diangkat untuk memberikan edukasi dalam bentuk preventif dalam mencegah penyakit kanker melalui promosi kesehatan yang dilakukan. Adapun tujuan dari promosi kesehatan ini adalah untuk memberikan pemahaman dalam bentuk pembelajaran pada kognitif sasaran promosi dengan memberikan informasi terkait upaya pencegahan dini terhadap penyakit kanker sebagai upaya preventif dalam menghindari penyakit kanker pada manusia.

Metode

Bentuk promosi kesehatan yang dilakukan yaitu penyebaran poster berisi informasi menggunakan metode uji terbatas terhadap mahasiswa terkait upaya preventif terhadap penyakit kanker yang berjudul “*Without Cancer, life better*”. Pemberian poster yang akan dilakukan untuk meningkatkan pemahaman berdasarkan proses belajar dalam teori kognitif. Bruner mengemukakan bahwa proses belajar pada dasarnya merupakan proses kognitif yang terjadi dalam diri seseorang.

Sutarto (2017) mengemukakan bahwa terdapat tiga proses kognitif dalam belajar. Pertama proses pemerolehan informasi baru yaitu pemerolehan informasi baru diberikan melalui poster terkait pencegahan menggunakan konsep Cerdik kepada beberapa mahasiswa sebagai bentuk informasi baru yang diterima. Kedua proses mentransformasikan informasi yang diterima, proses transformasi informasi dari poster yang diberikan diubah menjadi pemahaman yang diharapkan mampu menjadi langkah awal dalam mencegah penyakit kanker. Ketiga menguji atau mengevaluasi relevansi dan ketepatan pengetahuan yaitu pengujian ketepatan pengetahuan dilakukan dengan memberikan refleksi terkait informasi dalam poster yang diberikan.

Bentuk promosi kesehatan yang dilakukan yaitu penyebaran poster berisi informasi menggunakan metode uji terbatas terhadap mahasiswa terkait upaya preventif terhadap penyakit kanker yang berjudul “Without Cancer, life better”. Pemberian poster yang akan dilakukan untuk meningkatkan pemahaman berdasarkan proses belajar dalam teori kognitif. Bruner mengemukakan bahwa proses belajar pada dasarnya merupakan proses kognitif yang terjadi dalam diri seseorang.

Sutarto (2017) mengemukakan bahwa terdapat tiga proses kognitif dalam belajar. Pertama proses pemerolehan informasi baru yaitu pemerolehan informasi baru diberikan melalui poster terkait pencegahan menggunakan konsep Cerdik kepada beberapa mahasiswa sebagai bentuk informasi baru yang diterima. Kedua proses mentransformasikan informasi yang diterima, proses transformasi informasi dari poster yang diberikan diubah menjadi pemahaman yang diharapkan mampu menjadi langkah awal dalam mencegah penyakit kanker. Ketiga menguji atau mengevaluasi relevansi dan ketepatan pengetahuan yaitu pengujian ketepatan pengetahuan dilakukan dengan memberikan refleksi terkait informasi dalam poster yang diberikan.

Adapun sasaran pada promosi kesehatan ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi UNM. Penetapan sasaran pada promosi kesehatan ini karena peneliti ingin mengkhususkan promosi kesehatan yang dimulai dari lingkungan terdekat yaitu kampus dan umumnya mahasiswa tidak tinggal bersama orang tua sehingga jarang untuk memperhatikan kesehatan tubuh. Poster promosi kesehatan diberikan secara khusus dalam uji terbatas yang dilakukan oleh pelaksana promosi kesehatan.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan dilaksanakan melalui media sosial yaitu dengan mengunggah poster di platform media *Instagram* dan membagikan link google form sebagai *feedback* promosi kesehatan. Penyebaran poster promosi kesehatan dimulai pada tanggal 24 November 2022. Adapun poster psikoedukasi yang dibagikan sebagai berikut:



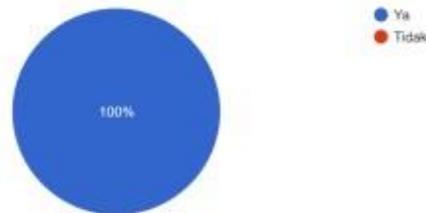
Gambar 1. Poster Promosi Kesehatan

Berdasarkan uji terbatas yang telah dilakukan dengan memberikan informasi melalui poster yang dilaksanakan, maka diperoleh hasil sebagai yaitu keseluruhan mahasiswa yang menjadi responden dalam uji terbatas ini menjawab “ya” terkait evaluasi apakah terdapat informasi baru yang didapatkan melalui informasi dari poster yang diberikan. Hal ini sesuai dengan teori proses kognitif pertama dalam belajar yang dikemukakan oleh Bruner yaitu memperoleh informasi baru.

Keseluruhan mahasiswa yang menjadi responden dalam uji terbatas ini menjawab “ya” terkait informasi baru yang diperoleh dapat meningkatkan pemahaman dalam mencegah munculnya penyakit kanker. Hal ini sesuai dengan teori proses kognitif kedua dalam belajar berdasarkan teori acuan dari Bruner yaitu mampu mentransformasi informasi yang diperoleh.

Keseluruhan mahasiswa yang menjadi responden dalam uji terbatas ini memberikan refleksi yang sesuai dengan informasi dari poster yang diberikan, sehingga ketepatan informasi yang diterima telah dinilai baik dan sesuai. Hal ini sesuai dengan teori proses kognitif terakhir dalam belajar berdasarkan teori acuan dari Bruner yaitu perlunya dilakukan evaluasi atau pengujian dalam mengukur ketepatan informasi yang diterima. Selain itu responden dalam uji terbatas ini memberikan respon berupa peningkatan pemahaman yang baru, informasi yang bermanfaat dan kegiatan yang sifatnya edukatif.

Apakah informasi yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman anda dalam mencegah penyakit Kanker?
5 jawaban



Refleksikan apa yang anda pahami terhadap informasi dari poster yang telah diberikan! *

Bagaimana cara kita mencegah kanker dengan cara: Mengecek kesehatan, jangan merokok atau berada di sekitar orang perokok, perbanyak aktivitas dan olahraga, makan makanan 4 sehat 5 sempurna, beristirahat yang cukup, dan selalu berfikir positif

Refleksikan apa yang anda pahami terhadap informasi dari poster yang telah diberikan! *

Informasi yang diberi dari poster tersebut dapat membangun kesadaran kita dalam menjaga kesehatan dan juga menghindari penyakit

Refleksikan apa yang anda pahami terhadap informasi dari poster yang telah diberikan! *

Saya telah mendapatkan informasi mengenai tatacara mencegah kanker yaitu dengan langkah yang cerdik tanpa proses yang rumit. Karena informasi yang diberikan dalam poster tersebut cukup lengkap dengan langkah-langkah yang dimudah dijalankan oleh orang-orang.

Refleksikan apa yang anda pahami terhadap informasi dari poster yang telah diberikan! *

Informasi yang saya dapatkan dari poster tersebut yang di mana kita harus rutin dalam cek kesehatan kurang kerumunan org yg merokok dan rajin berolahraga entah itu pagi atau sore lalu makan dan istirahat secara teratur dan selalu sabar untuk setiap keadaan

Refleksikan apa yang anda pahami terhadap informasi dari poster yang telah diberikan! *

Agar terhindar dari kanker maka di perlukan beberapa langkah seperti menjaga kesehatan, tidak merokok, rajin berolahraga, menjaga berat badan, istirahat yang cukup serta menjaga emosi agar tetap ceria.

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil promosi Kesehatan yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa promosi kesehatan yang dilakukan terlaksana dengan baik dan memberikan peningkatan pemahaman dalam mencegah penyakit Kanker. Harapan pelaksana kegiatan ini dapat mendorong orang lain dalam meningkatkan edukasi terkait pentingnya upaya pencegahan lebih awal terhadap berbagai penyakit kronis termasuk Kanker agar dapat mengurangi risiko yang merugikan Kesehatan masyarakat di masa yang akan datang.

Referensi

- Akmal, M. (2010). *Ensiklopedi Kesehatan untuk umum*.
- Khasanah, N. A., Oktaviyanti, I. K., & Yuliana, I. (2019). Hubungan riwayat merokok dan tempat tinggal dengan gambaran sitopatologi kanker paru. *Homeostasis*, 2(1), 93-98.
- Nasution, W. M., Asfriyati, A. , & Siregar, F. A. (2018). Pengaruh pemakaian kontrasepsi hormonal dan riwayat keluarga terhadap kejadian kanker payudara di RSUD Dr. Pirngadi medan tahun 2017. *Medika Respati*, 13(2), 39-47.
- Nita, V., & Indrayani. (2020). Pendidikan kesehatan dalam upaya pencegahan kanker serviks pada wanita usia subur. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 306–310.
- Purnamawati., Tandrian, C., Sumbayak, E. M., & Kertadjaja, W. (2021). Analisis kejadian kanker paru primer di Indonesia pada tahun 2014-2019. *Jurnal Kedokteran Meditek*, 27(2), 164-172.
- Putra, S. R. (2015). *Buku lengkap kanker payudara. Laksana*.
- Riani, E. N., & Ambarwati, D. (2021). Early Detection Kanker Serviks Sebagai Upaya Peningkatan Derajat Hidup Perempuan. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 3(2), 144-146.
- Saddam, H. (2020). *Pengoptimalisasian Keamanan Kerja Terhadap Kesehatan, Keselamatan dan Perilaku Kerja pada PT. Pelindo III Cabang Gresik. Skripsi*.
- Sutarto, Sutarto (2017) *Teori Kognitif dan Implikasinya Dalam Pembelajaran. Islamic Counseling Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 01(02), 1-26.
- Taylor, S. E. (2018). *Health psychology, tenth edition*. New York: In McGraw-Hill. Education.