

PEMBERIAN EDUKASI MANAJEMEN STRES PADA DETEKSI DINI KANKER PAYUDARA DI RW 09 KELURAHAN MARGAHAYU UTARA KECAMATAN BABAKAN CIPARAY BANDUNG

Ira Ocktavia Siagian^{1*}, Imelda Sianipar², Fahmi Fuadah³, Monika Tumbol⁴, Windu Astutik

^{1,2,3,4}Institut Kesehatan Immanuel Bandung, Jawa Barat, Indonesia

⁵Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kesdam IX/Udayana

*Korespondensi: ira.ockta@gmail.com

ABSTRACT

Background: Community service carried out at RW 09 Margahayu Utara Village, Babakan Ciparay Bandung District through community service activities which are an annual agenda for lecturers and students of the Immanuel Bandung Health Institute. In 2022, the Immanuel Bandung Institute of Health is concentrating on community service activities in Margahayu Utara Village and Babakan Ciparay Village, Babakan Ciparay District. The target of this community service group activity is the community in RW.09, North Marhagayu Village.

Purpose: the purpose of community service is to increase the knowledge of the RW.09 community, namely stress management education on early detection of breast cancer in RW. 09 Kelurahan Margahayu Utara, as well as knowing about education in health education.

Methods: This activity was carried out in RW.09 Kel. Margahayu Utara by using a community empowerment approach. **Results:** The communities in question are the people of RT 1, RT 2, RT 3, RT 4, RT 5 and RT 6 Margahayu Utara, Babakan Ciparay District. The form of health counseling provided is through the provision of material with lectures, discussions and demonstrations. Based on the evaluation in the form of pre-test and post-test, it was found that there was an increase in knowledge of RW.09 from 50% to 90%. This health education also provides enrichment on good stress management for the community and health cadres in RW.09, Babakan Ciparay District.

Keywords: *stress management; Education; breast cancer*

ABSTRAK

Latar belakang: Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di RW 09 Kelurahan Margahayu Utara, Kecamatan Babakan Ciparay Bandung melalui kegiatan pengabdian masyarakat yang menjadi agenda tahunan untuk dosen dan mahasiswa Institut Kesehatan Immanuel Bandung. Tahun 2022 ini, Institut Kesehatan Immanuel Bandung memusatkan kegiatan pengabdian masyarakat pada Kelurahan Margahayu Utara dan Kelurahan Babakan Ciparay Kecamatan Babakan Ciparay. Sasaran kegiatan kelompok pengabdian masyarakat ini adalah pada masyarakat di RW.09 kelurahan Marhagayu Utara. **Tujuan:** pengabdian masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat RW.09 yaitu edukasi manajemen stres pada deteksi dini kanker payudara di RW. 09 Kelurahan margahayu utara, serta

mengetahui edukasi dalam penyuluhan kesehatan. Kegiatan ini dilaksanakan di RW.09 Kel. Margahayu Utara dengan menggunakan pendekatan pemberdayaan masyarakat. **Metode:** Sasarannya yaitu masyarakat RT 1-6 Margahayu Utara Kecamatan Babakan Ciparay sebanyak 65 orang. Bentuk penyuluhan kesehatan yang diberikan adalah melalui pemberian materi dengan ceramah, diskusi dan demonstrasi. **Hasil:** Berdasarkan evaluasi berupa pre test dan post test didapatkan terjadi peningkatan pengetahuan RW.09 yaitu dari 50% menjadi 90%. Penyuluhan kesehatan ini juga memberikan pengayaan tentang manajemen stres yang baik bagi masyarakat serta kader-kader kesehatan di RW.09 Kecamatan Babakan Ciparay.

Kata kunci: manajemen stress; edukasi; kanker payudara

PENDAHULUAN

Berdasarkan data GLOBOCAN, diketahui pada tahun 2018 kasus kanker payudara sebesar 2.088.849 (11,6%) dan menyumbang angka kematian sebesar 626.679 (6,6%) keseluruhan angka kematian disebabkan oleh kanker. World Health Organization (WHO) melalui International Agency for Research on Cancer (IARC) menyatakan bahwa kanker adalah salah satu masalah kesehatan utama masyarakat dan penyebab kematian kedua paling umum di seluruh dunia. Bebandari penyakit kanker akan terus bertambah dan diperkirakan berlipat ganda pada tahun 2040 (WHO, 2018). Di Amerika Serikat pada tahun 2019 diperkirakan terdapat jumlah kasus baru secara total sekitar 1.762.450 kasus kanker baru tiap hari dan kasus kanker payudara pada wanita diperkirakan sekitar 62.930 kasus (Siegel et. al, 2019). Data di Indonesia kanker payudara memiliki jumlah kasus baru tertinggi sebesar 65.858 kasus atau 16,6% dari total 396.914 kasus, prevalensi kanker berdasarkan diagnosis dokter di Indonesia menunjukkan adanya peningkatan 1,79 per 1000 penduduk (Riskesdas, 2018).

Kanker payudara merupakan penyakit yang mengancam jiwa, diagnosis kanker menjadi pengalaman yang sangat menegangkan bagi individu, sehingga diagnosis kanker sering disertai dengan ketidaknyamanan dan kesiagaan terhadap kematian dan menimbulkan stres (Nufus dan Tatar, 2017). Pasien kanker mengalami stres dengan memperlihatkan perasaan sedih, putus asa, pesimis, merasa diri gagal, tidak puas akan kehidupannya, merasa lebih buruk jika dibandingkan hidup orang lain, penilaian rendah terhadap tubuhnya dan merasa

tidak berdaya (Lubis & Othman, 2011). Reaksi psikologis yang muncul pada pasien kanker dilaporkan menjadi faktor yang penting terhadap kualitas hidup (Nufus dan Tatar, 2017).

Kecamatan Babakan Ciparay Bandung merupakan salah satu kecamatan yang terletak di perbatasan barat daya Kota Bandung. Kecamatan Babakan Ciparay memiliki satu rumah sakit Swasta Santosa yang berada di jalan Kopo Kelurahan Cirangrang. Memiliki 3 buah Puskesmas, satu diantaranya adalah Puskesmas Caringin. Selain sebagai UPT, puskesmas ini bertugas membina penduduk kelurahan Babakan Ciparay dan Kelurahan Margahayu Utara. Berdasarkan data yang diperoleh dari puskesmas Caringin, selama tahun 2015, tercatat 10 penyakit yang paling banyak terjadi di Kecamatan Babakan Ciparay kasus yang paling banyak adalah *common cold*, yaitu mencapai 5.676 kasus. Kelurahan Margahayu Utara khususnya RW.09 yang menjadi sasaran dalam kegiatan pengabdian masyarakat Institut Kesehatan Immanuel Bandung. Wilayah berada di perkotaan, namun sarana transportasi sudah bukan merupakan masalah di tempat tersebut. RW.09 merupakan salah satu wilayah yang berlokasi sebagian di kompleks perumahan Cibolerang Indah Bandung dan sebagian di luar kompleks. Di RW.09 tersebut terdapat 1 Paud dan TK, yaitu Paud dan TK Baitul Mutaqin.

Informasi yang diberikan oleh Ketua RW dan kader kesehatan disebutkan bahwa belum pernah dilakukan penyuluhan kesehatan maupun sosialisasi tentang manajemen stress pada deteksi dini kanker payudara. Pengetahuan RW.09 tentang manajemen stress pada deteksi dini kanker payudara masih rendah, sehingga membutuhkan informasi tentang manajemen stress pada deteksi dini kanker payudara. manajemen stress pada deteksi dini kanker payudara merupakan informasi yang baru bagi warga RW.09 sehingga menjadi hal yang menarik untuk diikuti. Pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh program studi Ners Sekolah Institut Kesehatan Immanuel Bandung adalah dengan melakukan optimalisasi penyuluhan kesehatan manajemen stress pada deteksi dini kanker payudara menggunakan indikator waktu, reaksi dan gejala kelelahan subjektif menggunakan skala stres dan psikologis pada warga RW.09 Kelurahan Margahayu Utara Babakan Ciparay Bandung.

METODE

Metode pada proses evaluasi yang dilakukan dengan pre-test dan post-test. Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan melalui pendekatan Pemberdayaan Masyarakat. Masyarakat yang dimaksud adalah warga RW 09 Kecamatan Babakan Ciparay Bandung. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 14 September 2022 di RW.09 Kelurahan Margahayu Utara Kecamatan Babakan Ciparay Bandung yang didampingi oleh ketua RW, ketua RT dan kader-kader kesehatan. Pelatihan diberikan melalui metode ceramah, diskusi, dan demonstrasi. Materi dalam pelatihan ini mengacu pada pedoman pengabdian masyarakat di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Immanuel Bandung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan selama 2 hari. Hari pertama dilakukan pre test untuk warga RW 09 yang bertempat di RW 09 dengan soal-soal yang berhubungan dengan mengelola stres pada hipertensi. Kegiatan pengabdian masyarakat berupa optimalisasi penyuluhan kesehatan dalam mengelola stres pada hipertensi di RW 09 Kelurahan Margahayu Utara Kecamatan Babakan Ciparay Bandung telah dilaksanakan pada hari Rabu, tanggal 14 September 2022, bertempat di RW 09 dan dihadiri 65 orang warga. Peserta penyuluhan antusias dengan materi yang disampaikan karena materi tersebut merupakan hal yang baru dan selama ini tidak pernah terpikirkan oleh warga. Walaupun materi yang disampaikan tidak menggunakan pengeras suara, akan tetapi peserta dapat menyimak dan memperhatikan, karena materi dan leaflet penyuluhan kesehatan telah dibagikan pada masing-masing peserta. Kegiatan pengabdian masyarakat dimulai pada pukul 09.00 wib sampai selesai kurang lebih pukul 12.30 WIB.

Peserta penyuluhan di RW 09 sebanyak 65 orang, dengan rerata usia 22-56 tahun. yang diukur kebersihan dirinya sebanyak 7 orang dengan hasil sebagai berikut:

1. Optimalisasi mengelola stres hipertensi dengan menggunakan kuesioner
2. Hasil pretest tentang pengetahuan mengelola stres hipertensi pada warga RW.09 didapatkan hasil sebagai berikut : 40% yang mengetahui tentang mengelola stres pada hipertensi.

3. Hasil postest tentang pengetahuan mengelola stres pada hipertensi pada warga RW.09 didapatkan hasil sebagai berikut : 90% yang mengetahui tentang mengelola stres pada hipertensi.

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan melakukan optimalisasi penyuluhan kesehatan mengelola stres pada hipertensi pada RW.09 yang dilaksanakan RW 09 Kelurahan Margahayu Utara Kecamatan Babakan Ciparay Bandung terbukti dapat meningkatkan pengetahuan warga RW.09 tentang mengelola stres pada hipertensi. Cara mengelola stres pada hipertensi dilakukan dengan melakukan tarik nafas, imajinasi terbimbing, hipnotik lima jari, relaksasi progresif dan thought stopping . Dari hasil pretest dan postest didapatkan perbedaan skor, dengan rerata skor *post test* lebih tinggi dari pada *pre test*. Hasil optimalisasi penyuluhan kesehatan pada warga RW.09 di Kelurahan Margahayu Utara Babakan Ciparay Bandung didapatkan bahwa sebanyak 90% warga mengetahui tentang mengelola stres pada hipertensi dan sisanya kurang mengetahui.



SIMPULAN

Pengabdian kepada masyarakat tentang optimalisasi penyuluhan kesehatan dalam mengelola stres pada hipertensi di RW.09 Kelurahan Margahayu Utara Kecamatan Ciparay

Bandung berjalan dengan baik. Terjadi peningkatan pengetahuan peserta penyuluhan kesehatan, dari 40% menjadi 90%. Dengan penyuluhan kesehatan ini diharapkan bisa meningkatkan pengetahuan dan perilaku warga tentang mengelola stres pada hipertensi agar memiliki kemampuan dan kepedulian dalam mempromosikan pola hidup sehat di lingkungan rumah dan masyarakat, sehingga pada akhirnya akan tercipta kesehatan yang optimal di masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Arneli, Safri., & Inayah, L. (2016). Hubungan Tingkat Pengetahuan Pasien Penderita Hipertensi Terhadap Sikap Dalam Pencegahan Stroke. *Jurnal Keperawatan*, Volume 3 Nomer 1 (46-54).
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2018). Laporan Nasional Riskesdas 2018. Kementerian Kesehatan RI.
- Heriziana (2017). Faktor Resiko Kejadian Penyakit Hipertensi di Puskesmas Basuki Rahmat Palembang. *Jurnal Kesmas Jambi*, volume 1 nomer 1 (31-39)
- Kusuma, F. H. D., & Widiani, E. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Wisata Dau Malang. *Nursing News* Volume 3 Nomer 1 (348-357)
- Lubis, N. L., & Othman, M. H. B. (2011). Dampak intervensi kelompok cognitive JOM FKp, Vol. 5 No. 2 (Juli-Desember) 2018 605 behavioral therapy dan kelompok dukungan sosial dan sikap menghargai diri sendiri pada kalangan penderita kanker payudara. *Makara Kesehatan*. 15(2), 65-72.
- Nufus, F.F., & Tatar, F. M. (2017). Hubungan antara optimisme dengan kualitas hidup pada pasien kanker. Banda Aceh: Fakultas Psikologi. Universitas Syiah Kuala.
- Sugiyono, (2017). *Statistik Untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta
- Sutejo. (2019), *Keperawatan Jiwa*, (1st ed.; E. Atmanegara, Weda Sasmita., Cahyaning, ed.). Yogyakarta: Yogyakarta : Pustaka Baru Press.