

MENYADARI KANKER PAYUDARA

ETIN ROHMATIN, SST., M.KES
QANITA WULANDARA, SST., M.KEB
LAILA PUTRI SUPTIANI, SST, M.KEB
WIWIT SRI KUSMAYANTI AMD.KEB



MENYADARI KANKER PAYUDARA

MENYADARI KANKER PAYUDARA

Etin Rohmatin, SST., M.Kes
Qanita Wulandara, SST., M.Keb
Laila Putri Suptiani, SST, M.Keb
Wiwit Sri Kusmayanti Amd.Keb



MENYADARI KANKER PAYUDARA

Penulis:

Etin Rohmatin, SST., M.Kes
Qanita Wulandara, SST., M.Keb
Laila Putri Suptiani, SST, M.Keb
Wiwit Sri Kusmayanti Amd.Keb

Editor:

Meri

Layouter :

Tim Kreatif PRCI

Cover:

Rusli

Cetakan Pertama : Desember 2024

Hak Cipta 2024, pada Penulis. Diterbitkan pertama kali oleh:

Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia
ANGGOTA IKAPI JAWA BARAT

Pondok Karisma Residence Jalan Raflesia VI D.151
Panglayungan, Cipedes Tasikmalaya – 085223186009

Website : www.rcipress.rcipublisher.org
E-mail : rumahcemerlangindonesia@gmail.com

Copyright © 2024 by Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia
All Right Reserved

- Cet. I – : Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia, 2024
; 14,8 x 21 cm
ISBN : -

Hak cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak buku ini dalam bentuk dan dengan
cara apapun tanpa izin tertulis dari penulis dan penerbit

Undang-undang No.19 Tahun 2002 Tentang
Hak Cipta Pasal 72

Undang-undang No.19 Tahun 2002 Tentang Hak Cipta
Pasal 72

Barang siapa dengan sengaja melanggar dan tanpa hak melakukan perbuatan sebagaimana dimaksud dalam pasal ayat (1) atau pasal 49 ayat (1) dan ayat (2) dipidana dengan pidana penjara masing-masing paling sedikit 1 (satu) bulan dan/atau denda paling sedikit Rp.1.000.000,00 (satu juta rupiah), atau pidana penjara paling lama 7 (tujuh) tahun dan/atau denda paling banyak Rp.5.000.000.000,00 (lima miliar rupiah).

Barang siapa dengan sengaja menyiarkan, memamerkan, mengedarkan, atau menjual kepada umum suatu ciptaan atau barang hasil pelanggaran hak cipta terkait sebagai dimaksud pada ayat (1) dipidana dengan pidana penjara paling lama 5 (lima) tahun dan/atau denda paling banyak Rp.500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah)

KATA PENGANTAR

Puja dan Puji Syukur kami panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya, sehingga kami mampu menyelesaikan penyusunan buku yang berjudul ***Menyadari Kanker Payudara***. Ucapan terimakasih tidak lupa disampaikan kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam penyusunan buku ini.

Buku ini mengupas tuntas mengenai problematika yang dialami seorang wanita ketika mencapai usia subur mengenai organ reproduksinya. Salah satunya adalah kesehatan payudara, perlu adanya pengetahuan mengenai kanker payudara dan cara mendeteksinya.

Semoga buku ini bermanfaat dan dapat memberikan sumbangsih bagi wanita yang sudah dalam usia subur. Tak lupa, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat kami harapkan demi kesempurnaan buku ini.

Desember 2024, Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	I
DAFTAR ISI	II
A. Konsep Dasar Wanita Usia Subur (WUS)	1
1. Pengertian Wanita Usia Subur (WUS)	1
2. Tanda-Tanda Wanita Usia Subur	2
3. Batasan Usia Wanita Usia Subur (WUS)	4
B. Konsep Dasar Kanker Payudara	5
1. Pengertian Kanker Payudara	5
2. Jenis-Jenis Kanker Payudara	6
3. Stadium Tingkatan Kanker Payudara	9
4. Struktur Anatomi Payudara	13
5. Etiologi	15
6. Tanda dan Gejala	23
7. Strategi Pencegahan Kanker Payudara	26
8. Pencegahan Kanker Payudara	33
9. Penatalaksanaan Kanker Payudara	36
C. Deteksi Dini Kanker Payudara	43
1. Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI)	43
2. Penanganan Tindak Lanjut	53
DAFTAR PUSTAKA	57

A. Konsep Dasar Wanita Usia Subur (WUS)

1. Pengertian Wanita Usia Subur (WUS)

Menurut BKKBN wanita usia subur (WUS) merupakan wanita yang berumur antara 15 sampai dengan 49 tahun yang masih usia reproduktif (dari haid pertama sampai berhenti haid) dan berstatus lajang, menikah, atau janda. yang masih berkemungkinan memiliki keturunan (Cesia, 2022).

Wanita usia subur mempunyai organ reproduksi yang masih berfungsi dengan baik antara umur 20-45 tahun. Usia subur pada wanita berlangsung lebih cepat daripada pria. Puncak kesuburan ada pada rentang usia 20-29 tahun.(Musallina, 2020)

2. Tanda-Tanda Wanita Usia Subur

Menurut (Nurhumairoh, 2021) tanda-tanda wanita usia subur adalah:

a. Siklus Haid

Wanita dengan siklus menstruasi teratur biasanya subur. Siklus menstruasi dimulai pada hari pertama menstruasi dan berlanjut hingga sehari sebelum menstruasi dimulai, dan biasanya berlangsung selama 28 hingga 30 hari. Oleh karena itu, siklus menstruasi dapat dijadikan sebagai petunjuk pertama untuk menentukan subur tidaknya seorang wanita.

b. Alat Pencatat Kesuburan

Kemajuan teknologi seperti termometer ovulasi juga dapat digunakan

untuk membantu mendeteksi kesuburan wanita. Termometer ini mencatat perubahan suhu tubuh saat seorang wanita mengeluarkan air mani atau sel telur.

c. Tes Darah

Wanita dengan siklus haid tidak teratur. Seperti setiap 3 atau 6 bulan, biasanya tidak subur. Tes darah diperlukan untuk mengetahui penyebab haid tidak teratur.

d. Pemeriksaan Fisik

Untuk mengetahui masa subur wanita, dapat dilihat dan mengidentifikasi organ tubuh wanita. Beberapa organ seperti payudara, tiroid leher, dan organ reproduksi.

e. Track Record

Wanita yang pernah mengalami keguguran, baik disengaja maupun tidak disengaja, lebih besar kemungkinannya untuk terinfeksi bakteri pada saluran reproduksi. Patogen ini menyebabkan kerusakan dan penyumbatan organ reproduksi.

3. Batasan Usia Wanita Usia Subur (WUS)

Menurut Depker RI (2012) WUS memiliki batasan usia 15-49 tahun dengan organ reproduksi berfungsi dengan baik, baik dengan status lajang, menikah maupun janda (Nurhumairoh, 2021).

B. Konsep Dasar Kanker Payudara

1. Pengertian Kanker Payudara

Kanker payudara menurut Kementerian Kesehatan tahun 2016 pada (Brilliant, 2020) merupakan keganasan pada jaringan payudara yang dapat berasal dari epitel duktus maupun lobulusnya. Kanker payudara adalah tumor ganas yang terbentuk dari sel-sel payudara yang tumbuh dan berkembang tanpa terkendali sehingga dapat menyebar di antara jaringan atau organ di dekat payudara atau ke bagian tubuh lainnya.

Kanker awalnya tumor. Tumor adalah kumpulan sel di dalamnya jaringan tubuh yang berkembang melebihi batas normalnya dan bertambah banyak atau ukurannya. Tumor terdiri dari dua jenis yang berbeda,

jinak dan ganas. Tumor jinak dapat tumbuh, namun umumnya pertumbuhannya dapat dikendalikan dan dibatasi serta tidak menyebar. Berbeda dengan tumor jinak, tumor ganas dapat tumbuh tak terkendali dan terus menerus serta bermetastasis ke jaringan dan organ tubuh lainnya. Kanker adalah tumor ganas. Jika kanker terbentuk di dalam atau di sekitar payudara, itu diklasifikasikan sebagai kanker payudara (NP Sriwahyuni, 2022)

2. Jenis-Jenis Kanker Payudara

Menurut Lutviaisa & Naila (2020) jenis kanker payudara yang sering muncul adalah:

- a. *Carcinoma in Situ (in SIGH-to)* adalah tahap pertama pembentukan sel kanker di

jaringan tubuh. Pada kanker payudara, stadium ini ditandai dengan adanya sel kanker pada saluran atau lobus payudara yang belum menyebar ke jaringan adiposa payudara.

- b. *Ductal Carcinoma in Situ (DCIS)* adalah jenis kanker payudara yang tidak berbahaya. Pada tahap ini, dapat disembuhkan dan dianjurkan melaksanakan pemeriksaan mamografi.
- c. *Lobulus Carcinoma in Situ (LCIS)* adalah dimana stadium ini sel kanker sudah berada di kelenjar susu. Namun, itu tidak meluas ke dinding lobulus. Dengan adanya LCIS mengingatkan risiko wanita terkena kanker payudara dan disarankan agar melakukan pemeriksaan klinis.

- d. *Infiltrating (Invasive) Ductal Carcinoma (IDC)* adalah ciri khas payudara yang umum. Di mulai dari saluran susu dan menembus dinding saluran susu ke dalam jaringan lemak payudara. Dari sini, sel kanker bisa menyebar ke bagian tubuh yang lain. IDC adalah jenis kanker payudara yang mempengaruhi sekitar 80% pasien dengan jenis kanker ini.
- e. *Infiltrating (Invasive) Lobular Carcinoma (IC)* adalah kanker ini awalnya dibagian kelenjar susu atau bolus dan menyerang bagian tubuh lainnya. Sebanyak 10% kanker yang menyerang adalah jenis ini.

3. Stadium Tingkatan Kanker Payudara

Menurut (Johannis & Aryesthi, 2024) stadium pada kanker payudara sebagai berikut :

a. Stadium 0

Kanker payudara stadium ini disebut juga dengan carcinoma in situ. Ada tiga jenis carcinoma in situ yaitu ductal carcinoma in situ (DCIS), lobular carcinoma in situ (LCIS), dan penyakit paget putting

b. Stadium I

Pada stadium I, kanker umumnya sudah mulai terbentuk. Stadium I kanker payudara dibagi ke dalam dua bagian tergantung ukuran dan beberapa factor lain:

1) Stadium IA

Tumor berukuran 2 cm atau lebih kecil dan belum menyebar keluar payudara.

2) Stadium IB

Tumor berukuran 2 cm dan tidak berada pada payudara melainkan pada kelenjar getah bening.

c. Stadium II

Pada stadium II, kanker umumnya telah tumbuh membesar.

Stadium II dibagi dalam dua bagian, yaitu :

1) Stadium IIA

Kanker berukuran sekitar 2,5 cm dan ditemukan pada 3 lajur kelenjar getah bening.

2) Stadium IIB

Kanker berukuran 2,5 cm dan ditemuukan menyebar pada 1-3 lajur kelenjar getah bening dan terletak didekat tulang dada.

d. Stadium III

Pada tahap ini, stadium kanker dibagi menjadi tiga stadiu, yaitu:

1) Stadium III A

Kanker berukuran lebih dari 5 cm dan ditemukan pada 4-9 lajur kelenjar getah bening dan di area dekat tulang dada.

2) Stadium III B

Ukuran kanker sangat beragam dan umumnya telah menyebar ke dinding dada hingga mencapai kulit sehingga menimbulkan infeksi pada kulit payudara (inflammatory breast cancer)

3) Stadium IIIC

Ukuran kanker sangat beragam dan umumnya telah menyebar ke dinding dada dan kulit payudara sehingga mengakibatkan pembengkakan atau luka. Kanker juga mungkin sudah menyebar ke 10 lajur kelenjar getah bening

atau kelenjar yang berada di bawah tulang selangka atau tulang dada.

e. Stadium IV

Pada stadium ini kanker telah menyebar dari kelenjar getah bening menuju aliran darah dan mencapai organ lain dari tubuh seperti otak, paru-paru, hati atau tulang.

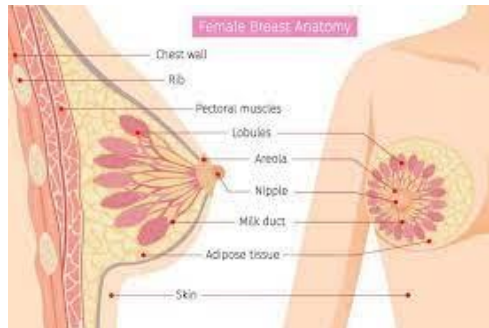
4. Struktur Anatomi Payudara

Struktur anatomi payudara Payudara tersusun dari jaringan lemak yang mengandung kelenjar- kelenjar yang bertanggungjawab terhadap produksi susu pada saat hamil dan setelah bersalin. Setiap payudara terdiri dari sekitar 15-25 lobus

berkelompok yang disebut lobulus, kelenjar susu, dan sebuah bentukan seperti kantung-kantung yang menampung air susu (alveoli). Saluran untuk mengalirkan air susu ke puting susu disebut duktus. Sekitar 15- 20 saluran akan menuju bagian gelap yang melingkar di sekitar puting susu (areola) membentuk bagian yang menyimpan air susu (ampullae) sebelum keluar ke permukaan. Kedua payudara tidak selalu mempunyai ukuran dan bentuk yang sama.

Bentuk payudara mulai terbentuk lengkap satu atau dua tahun setelah menstruasi pertamakali. Hamil dan menyusui akan menyebabkan payudara bertambah besar dan akan mengalami pengecilan (atrofi) setelah menopause (Purnamaningtyas, 2019).

Payudara akan menutupi sebagian besar dinding dada. Payudara dibatasi oleh tulang selangka.



Gambar 1. Struktur Anatomi Payudara

Sumber: NP Sriwahyuni, 2022

5. Etiologi

Menurut Dewi (2020) menyatakan meskipun kanker payudara belum jelas penyebabnya, ada beberapa faktor yang berkaitan erat dengan perkembangan kanker

payudara, antara lain faktor virus, lingkungan, hormonal dan genetik.

- a. Wanita memiliki risiko lebih tinggi terkena kanker payudara dibandingkan pria

Lesi pada payudara wanita jauh lebih sering dari pada lesi pada payudara pria dan biasanya berupa nodul atau massa palpable kadang-kadang agak nyeri. Umumnya lesi ini tidak berbahaya, tetapi telah diketahui kanker payudara merupakan kanker paling lazim dijumpai pada wanita (kecuali neoplasia kulit) dan menjadi penyebab kematian terkait kanker (Hero, 2021)

b. Usia lebih dari 30 tahun

Wanita yang berusia >30 tahun atau usia reproduktif kejadian kanker payudara akan meningkat cepat, berlipat ganda setiap 10 tahun dan akan menurun setelah masa menopause. Setiap pertambahan usia satu tahun diatas usia 40 tahun mempunyai angka pertambahan insiden baru 1-2% untuk risiko terjadinya kanker payudara. Hal ini diduga berhubungan dengan pengaruh paparan hormonal dalam waktu lama serta paparan faktor-faktor risiko lain yang dapat memicu terjadinya kanker (Maharani, 2022).

- c. Riwayat keluarga: Ibu/saudara perempuan memiliki riwayat keluarga kanker payudara

Hal ini disebabkan karena riwayat keluarga merupakan komponen yang penting dalam riwayat penderita. Terdapat resiko keganasan pada wanita yang keluarganya menderita kanker payudara. Pada studi genetik ditemukan bahwa kanker payudara berhubungan dengan gen tertentu. Apabila terdapat BRCA 1, yaitu suatu gen suseptibilitas (resiko untuk menderita) kanker payudara, probabilitas atau peluang untuk menjadi kanker payudara adalah sebesar 60%.⁵ (Azmi et al., 2020)

- d. Riwayat menstruasi: Menarche dini (di bawah 12 tahun), menarche terlambat (setelah 50 tahun)

Menurut teori wanita yang mulai mempunyai periode awal menstruasi sebelum 12 tahun sehingga akan memiliki paparan hormon estrogen dan progesteron lebih anjang. Hormon estrogen pada perempuan merupakan hormon yang berkaitan dengan perkembangan kanker payudara. Hormon

tersebut dihasilkan oleh indung telur. Hormon ini mulai aktif saat pertama kali perempuan mengalami menstruasi atau menarche, kadar hormon estrogen dan menarche dini

dapat dipengaruhi beberapa hal, seperti makanan tinggi lemak, rendah serat, berat badan berlebih, aktivitas fisik yang kurang dan gaya hidup sehat(Megawati & RR. Sri, 2021)

- e. Riwayat reproduksi: Kelahiran anak pertama di atas usia 30 tahun, penggunaan kontrasepsi oral jangka panjang, penggunaan terapi estrogen.

Kelahiran anak pertama di atas usia 30 tahun menjadifaktor penyebab karena lebih lama terpapar dengan hormon estrogen dibandingkan wanita yang memiliki anak pada saat usia dibawah 30 tahun(Sari & Pasalina, 2023)

- f. Radioterapi: Paparan lingkungan terhadap karsinogen

- g. Gaya hidup: Diet tinggi lemak, konsumsi alkohol setiap hari, obesitas, merokok.

Menurut (Balatif & Sukma, 2021)

Diet tinggi lemak merupakan Konsumsi makanan yang tinggi kalori, tinggi lemak ataupun gula ditambah dengan gaya hidup yang sedenter dan aktivitas fisik rendah dapat memicu terjadinya kondisi obesitas Kelebihan energi ini dapat meningkatkan jumlah lemak di tubuh. Berdasarkan laporan dari International Agency for Research on Cancer (IARC) Working Group on Body Fatness 2016, kondisi kegemukan berhubungan dengan kejadian 13 jenis kanker yaitu adenokarsinoma esofagus, kolorektal, korpus uteri,

lambung (kardiak), hati, kandung empedu, pankreas, payudara, ovarium, ginjal, meningioma, tiroid, multiple myeloma.

Alkohol juga meningkatkan kadar estrogen di sirkulasi sehingga meningkatkan risiko terjadinya kanker payudara dan menurunkan absorpsi nutrisi seperti vitamin A, vitamin B kompleks, folat, vitamin C, vitamin E, dan karotenoid.

Kandungan zat kimia yang terdapat didalam rokok dapat menyebabkan terjadi mutasi gen yang berulang yang berakibat akan memicu ketidakstabilan genetik dan akan menyebabkan kanker

6. Tanda dan Gejala

Tanda dan gejala kanker payudara menurut (Hanin, 2020):

a. Benjolan pada payudara Benjolan pada payudara ini umumnya tidak terasa nyeri. Benjolan ini awalnya kecil, tetapi semakin lama akan semakin besar lalu melekat pada kulit atau menimbulkan perubahan pada kulit payudara atau pada puting susu.

b. Erosi atau eksema puting susu

Kulit atau puting susu menjadi tertarik ke dalam (retraksi), berwarna merah muda, atau kecoklat-coklatan sampai menjadi bengkak hingga kulit kelihatan seperti kulit jeruk, mengkerut atau timbul borok atau ulkus pada payudara. Ulkus ini