

## Hubungan Asupan Makanan Tinggi Lemak Jenuh dengan Kanker Payudara pada Wanita Premenopause dan Tinjauannya Berdasarkan Islam

*The Relationship Between The Intake of High Saturated Fat Foods with Breast Cancer in Premenopause Women and the Review According to Islamic Perspective*

**Asri Choirun Nisa, Retno Kuntarti Heruyanto, Muhammad Arsyad**

Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Jakarta Pusat, Indonesia

Email: asrichoirun@yahoo.com

### Artikel info

#### Artikel history

Diterima : 25-01-2023

Direvisi : 13-02-2023

Disetujui : 20-02-2023

**Kata Kunci:** Kanker Payudara; Lemak Jenuh; Gaya Hidup; Riwayat Keluarga

**Keywords:** *Breast Cancer; Saturated Fat; Lifestyle; Family History*

#### Abstrak

Kanker adalah salah satu penyakit yang menyebabkan kematian utama di dunia. Menurut WHO pada tahun 2020, terdapat 2,3 juta wanita yang terdiagnosis kanker payudara. Kanker payudara tampak lebih agresif pada wanita premenopause dibandingkan dengan wanita pasca menopause. Gaya hidup yang tidak sehat seperti konsumsi alkohol yang berlebihan, merokok, dan memakan makanan tinggi lemak dapat meningkatkan risiko terjadinya kanker payudara. Allah SWT menghimbau hambanya untuk memperhatikan pola makannya, karena sesuatu yang berlebih merupakan hal yang tidak baik. Metodologi: Rancangan penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan analitik observasional dengan penelitian case-control. Populasi dalam penelitian ini dibagi menjadi kelompok kasus yaitu 38 wanita yang didiagnosis kanker payudara pada usia 35 – 47 tahun dan kelompok kontrol yaitu 38 wanita yang tidak menderita kanker payudara berumur 35 – 47 tahun. Teknik pengambilan sampel adalah Non Probability sampling dengan metode snowballing. Penelitian ini diambil menggunakan kuisioner yang berisi identitas dan Semi-Quantitative FFQ dan diolah menggunakan aplikasi SPSS, serta dianalisis menggunakan uji Chi-Square. Hasil: Sebanyak 45,8% responden berumur 41 – 50 tahun saat terdiagnosis kanker payudara dengan P-value (0,342). 71 responden tidak memiliki kebiasaan merokok dengan P-value (0,165), 75 responden tidak memiliki kebiasaan mengkonsumsi alkohol dengan P-value (0,314), dan (73,9%) responden dari kelompok pasien kanker payudara yang dalam keluarganya terdapat riwayat kanker dengan P-value (0,006). 55 responden mengkonsumsi makanan tinggi lemak jenuh dengan P-value (0,442). Kesimpulan: Tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara kategori umur, konsumsi alkohol, kebiasaan merokok dan konsumsi lemak jenuh dengan kejadian kanker payudara, tetapi terdapat hubungan yang signifikan antara riwayat keluarga dengan kejadian kanker payudara.

#### Abstract

*Cancer is one of the leading causes of death in the world. According to WHO, there are 2.3 million women diagnosed with breast cancer. Breast cancer appears more aggressive in premenopausal women. Unhealthy lifestyles such as excessive alcohol consumption, smoking, and eating high-fat foods can increase the risk of breast cancer. Allah SWT advised us to pay attention to our diet, because something excess is not good. Methods: The research is a quantitative research with observational analytic. The population is divided into a case group, 38 women who were diagnosed with breast cancer at the age of 35-47 years and a control group, namely 38 women who didn't suffer from breast cancer, aged 35-47 years. The sampling technique is non-probability sampling with the snowballing method. This research taken using a questionnaire containing identity and Semi-Quantitative FFQ and processed using SPSS, and analyzed using Chi-Square test. Results: A total of 45.8% of respondents aged 41-50 years when diagnosed with breast cancer*

*with P-value (0.342). 71 respondents didn't have smoking habit with P-value (0.165), 75 respondents didn't have a habit of consuming alcohol with P-value (0.314), (73.9%) respondents from the case group had a family history of cancer with P-value (0.006). 55 respondents consumed foods high in saturated fat with a P-value (0.442). Conclusion: There was no significant association between age, alcohol consumption, smoking habits and consumption of saturated fat and the incidence of breast cancer, but there was a significant association between family history and the incidence of breast cancer.*

---

**Koresponden author:**

**Asri Choirun Nisa**

Email:

asrichoirun@yahoo.com

artikel dengan akses terbuka dibawah lisensi

CC BY SA

2023



---

## Pendahuluan

Kanker adalah salah satu penyakit yang merupakan penyebab kematian utama di dunia (Sinaga & Ardayani, 2016). Berdasarkan data dari Global Burden of Cancer didapatkan bahwa kasus kanker sampai dengan tahun 2018 tercatat sebanyak 18,1 juta kasus dengan 9,6 juta kasus kematian (Menon et al., 2021). Kanker paru merupakan jenis kanker dengan kasus terbanyak di dunia sekitar 2,904 juta kasus, dan diikuti oleh kanker payudara, kanker kolorektal, dan kanker prostat. Menurut World Health Organization pada tahun 2020, terdapat 2,3 juta wanita yang terdiagnosis kanker payudara dan 685,000 kematian secara global (Pangribo, 2019). Penyakit kanker di Indonesia merupakan salah satu permasalahan kesehatan di masyarakat. Data dari Riset Kesehatan Dasar menyatakan bahwa prevalensi kejadian kanker pada kelompok wanita lebih besar dibandingkan kelompok laki – laki, dan kasus kanker terbanyak di Indonesia adalah kanker payudara dengan prevalensi sebesar 19,81% yang diikuti oleh kanker serviks 10,69% dan kanker paru 9,89% (Dewi, 2017).

The North American Menopause Society menggambarkan premenopause sebagai rentang waktu dari masa pubertas hingga masa perimenopause. Periode premenopause dimulai sekitar umur 12 tahun pada saat haid pertama hingga umur 47 tahun dimana fase awal perimenopause biasanya terjadi (Moelyo et al., 2019; Santoro, 2016). Insidensi kanker payudara pada wanita premenopause mulai meningkat pada umur 35 – 39 tahun dan mencapai prevalensi terbanyak pada umur 45 – 47 tahun (Consortium, 2021). Kanker payudara tampak lebih agresif pada wanita premenopause dibandingkan dengan wanita pasca menopause (Laudisio et al., 2018).

Faktor risiko pada kanker payudara dapat dibagi menjadi tiga kategori. Faktor yang pertama ialah faktor hormonal seperti hormon sex, kedua adalah faktor intrinsik seperti umur atau yang berkaitan dengan genetik dan ketiga faktor risiko yang didapat contohnya adalah gaya hidup. Gaya hidup yang tidak sehat seperti konsumsi alkohol yang berlebihan, merokok, dan memakan makanan tinggi lemak dapat meningkatkan risiko terjadinya kanker payudara (Maria et al., 2017).

Wanita yang sering mengonsumsi makanan tinggi lemak dapat memicu proses pembelahan sel yang tidak normal oleh karena tubuh yang menghasilkan lebih banyak estrogen (Tadja, 2019). Menurut Survei Sosial Ekonomi Nasional rata-rata konsumsi lemak total

penduduk Indonesia pada tahun 2009 adalah 64,7 g/kap/hr, yang artinya konsumsi lemak penduduk Indonesia melebihi anjuran Pedoman Umum Gizi Seimbang (Cahyani, 2020). Lemak jenuh yang terdapat di bahan pangan hewani seperti kuning telur, lemak daging, dan keju merupakan salah satu jenis lemak yang dapat memicu terjadinya kanker payudara pada wanita (Oktaviani Sukmadewi, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh (Sieri et al., 2014) didapati adanya keterlibatan antara diet tinggi lemak jenuh terhadap reseptor positif kanker payudara pada populasi wanita di Eropa. Penelitian tersebut didukung oleh (Xia et al., 2015), dalam studi Meta-Analisis, yang menunjukkan adanya hubungan antara tingginya asupan asam lemak jenuh dengan kejadian kanker payudara pada studi kasus control tetapi tidak pada studi cohort. Sampai saat ini asupan lemak jenuh yang tinggi masih belum bisa dikaitkan secara pasti dengan kejadian kanker payudara.

Lemak adalah satu dari sebagian banyak zat yang dibutuhkan untuk proses metabolisme tubuh. Lemak jenuh merupakan jenis lemak yang memiliki efek tidak baik untuk kesehatan. Pengkonsumsian bahan makan tinggi lemak jenuh yang berlebihan dapat menyebabkan penyakit seperti penyakit jantung. Allah SWT menghimbau hambanya untuk memperhatikan pola makannya, karena sesuatu yang berlebih merupakan hal yang tidak baik.

Kanker payudara merupakan penyakit yang memiliki dampak yang besar terhadap kehidupan orang yang mengidapnya. Pengobatan kanker payudara membutuhkan waktu yang panjang dan menguras tenaga serta pikiran. Banyak dari pasien kanker payudara yang merasa lelah. Agama Islam menganjurkan kita untuk mencari pengobatan. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara asupan makanan tinggi lemak jenuh dengan kejadian kanker payudara pada wanita premenopause.

### **Metode Penelitian**

Rancangan penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan analitik observasional dan desain penelitian case control. Populasi dalam penelitian ini terbagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok kasus dan kontrol. Kelompok kasus merupakan wanita yang didiagnosis mengidap kanker payudara pada usia premenopause (35–47 tahun) dan kelompok kontrol merupakan wanita yang tidak menderita kanker payudara yang berumur 35–47 tahun. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah Non Probability sampling dengan metode snowballing.

Penelitian ini diambil menggunakan alat bantu kuisioner. Kuisioner ini berisi identitas responden dan Semi-Quantitative Food Frequency Quitionaire yang terdiri dari list bahan makan untuk melihat pola konsumsi responden terhadap asupan bahan makanan lemak jenuh. Pengolahan data menggunakan komputer dengan aplikasi SPSS. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji Chi-Square.

### **Hasil dan Pembahasan**

Dalam penelitian ini yang menjadi responden adalah 38 wanita berumur 35 – 47 tahun dan 38 wanita yang mengidap kanker payudara pada umur 35 – 47 tahun.

**Tabel 1. Analisa Variabel Berdasarkan Kelompok Kanker Payudara dan Kontrol**

| Usia                                | Pasien Kanker Payudara | Kontrol     | Total        | P-value |
|-------------------------------------|------------------------|-------------|--------------|---------|
| <b>30-40 Tahun</b>                  | 16<br>57.1%            | 12<br>42.9% | 28<br>100.0% | 0,342   |
| <b>41-50 Tahun</b>                  | 22<br>45.8%            | 26<br>54.2% | 48<br>100.0% |         |
| <b>Kebiasaan Merokok</b>            |                        |             |              |         |
| <b>Tidak</b>                        | 37<br>52.1%            | 34<br>47.9% | 71<br>100.0% | 0,165   |
| <b>Ya</b>                           | 1<br>20.0%             | 4<br>80.0%  | 5<br>100.0%  |         |
| <b>Kebiasaan Konsumsi Alkohol</b>   |                        |             |              |         |
| <b>Tidak</b>                        | 37<br>49.3%            | 38<br>50.7% | 75<br>100.0% | 0,314   |
| <b>Ya</b>                           | 1<br>100.0%            | 0<br>0.0%   | 1<br>100.0%  |         |
| <b>Riwayat Kanker pada Keluarga</b> |                        |             |              |         |
| <b>Ada</b>                          | 17<br>73.9%            | 6<br>26.1%  | 23<br>100.0% | 0,006   |
| <b>Tidak ada</b>                    | 21<br>39.6%            | 32<br>60.4% | 53<br>100.0% |         |

Menurut hasil dari analisa variabel berdasarkan kelompok kanker payudara dan kontrol yang dijelaskan pada tabel 4.1, kebanyakan responden berumur 41 – 50 tahun pada saat terdiagnosis kanker payudara, yaitu sebanyak 22 orang (45,8%). Berdasarkan kategori umur juga didapatkan bahwa P-value (0,342) yang artinya pada penelitian ini tidak ada hubungan antara kejadian kanker payudara dengan umur.

Pada tabel juga didapati mayoritas responden tidak memiliki kebiasaan merokok, yaitu 37 dari kelompok pasien kanker payudara (52,1%) dan 34 dari kelompok kontrol (47,9%) dengan P-value (0,165) yang artinya tidak ada hubungan antara kebiasaan merokok dengan kejadian kanker payudara pada penelitian ini.

Berdasarkan dari kebiasaan konsumsi alkohol, mayoritas responden tidak memiliki kebiasaan mengkonsumsi alkohol dengan 38 responde dari kelompok kontrol atau sebesar (50,7%) dan 37 orang atau (49,3%) berasal dari pasien kanker payudara. Berdasarkan kategori konsumsi alkohol juga didapatkan bahwa P-value (0,314) yang artinya pada penelitian ini tidak ada hubungan antara kejadian kanker payudara dengan konsumsi alkohol.

Pada tabel ditemukan bahwa kebanyakan responden tidak memiliki riwayat kanker dalam keluarganya, yaitu 32 orang atau sebesar (60,4%) pada kelompok kontrol dan 31 orang (39,6%) pada kelompok pasien kanker payudara. Pada tabel juga ditemukan 17 responden dari kelompok pasien kanker payudara yang dalam keluarganya terdapat riwayat kanker (73,9%)

dan untuk P-value adalah (0,006), yang artinya pada penelitian ini ditemukan hubungan antara kejadian kanker payudara dengan riwayat kanker pada keluarga.

Pada hasil analisa konsumsi lemak jenuh berdasarkan kelompok kanker payudara dan kontrol, mayoritas dari responden memiliki kebiasaan mengkonsumsi makanan yang tinggi lemak jenuh yaitu 29 orang atau sebesar (52,7%) berasal dari kelompok pasien kanker payudara dan 26 berasal dari kelompok kontrol (47,3%) dengan P-value (0,442) yang artinya tidak terdapat hubungan antara konsumsi lemak jenuh terhadap kejadian kanker payudara.

**Tabel 2. Analisa Konsumsi Lemak Jenuh Berdasarkan Kelompok Kanker Payudara Dan Kontrol**

| Konsumsi Lemak Jenuh | Pasien kanker payudara | Kontrol     | Total        | P-value |
|----------------------|------------------------|-------------|--------------|---------|
| Rendah               | 9<br>42.9%             | 12<br>57.1% | 21<br>100.0% | 0,442   |
| Tinggi               | 29<br>52.7%            | 26<br>47.3% | 55<br>100.0% |         |

Pada penelitian ini ditemukan bahwa kebanyakan responden dari kelompok pasien kanker payudara terdiagnosis di umur 41 – 50 tahun, yaitu sebanyak 22 orang (45,8%), dengan P-value (0,342) atau tidak ada hubungan antara kejadian kanker payudara dengan umur. Menurut penelitian oleh Ozsoy et al. pada tahun 2011 juga tidak menemukan hubungan yang signifikan antara umur dengan insidensi kanker payudara, mendukung hasil dari penelitian yang dilakukan.

Hasil dari penelitian ini juga menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara kebiasaan merokok dengan kejadian kanker payudara dengan P-value (0,165), sedangkan suatu penelitian menyatakan bahwa merokok berhubungan dengan kejadian kanker payudara (Ningrum & Rahayu, 2021). Pada penelitian hanya ditanyakan apakah responden memiliki kebiasaan merokok atau tidak, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh (Ningrum & Rahayu, 2021) mengidentifikasi apakah respondennya terpapar dengan perokok lain selain dirinya.

Berdasarkan data yang didapatkan mayoritas dari responden tidak memiliki kebiasaan konsumsi alkohol, dengan p-value (0,314) yang artinya dalam penelitian ini tidak ada hubungan antara kebiasaan konsumsi alkohol dengan kejadian kanker payudara, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Key et al. (2016) dimana dalam penelitian tersebut juga menyatakan bahwa tidak ada korelasi antara konsumsi alkohol dengan kejadian kanker payudara.

Hasil penelitian ditemukan bahwa pada kelompok pasien kanker payudara terdapat 17 orang yang dalam keluarganya memiliki riwayat kanker (73,9%) dengan P-value adalah (0,006), hal ini nyatakan bahwa terdapat hubungan antara kejadian kanker payudara dengan riwayat kanker pada keluarga. Kesimpulan dari penelitian tersebut memiliki kesaamaan terhadap penelitian yang dilakukan oleh Ozsoy et al. (2011) yang menyatakan bahwa dalam penelitiannya terdapat korelasi yang signifikan antaran riwayat kanker pada keluarga dengan kejadian kanker payudara.

Konsumsi makanan yang tinggi lemak jenuh ditemukan pada kedua kelompok responden, dengan kelompok kanker payudara sedikit lebih banyak yaitu 29 orang atau sebesar (52,7%) dibanding kelompok kontrol yaitu 26 (47,3%), tetapi hal ini tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan dengan P-value (0,442) yang artinya tidak ditemukan hubungan antara konsumsi lemak jenuh yang tinggi dengan kejadian kanker payudara. Pada penelitian yang dilakukan oleh (Zhang et al., 2014) tidak ditemukan adanya hubungan antara konsumsi lemak jenuh yang tinggi dengan kejadian kanker payudara. Pada penelitian lain ditemukan bahwa terdapat korelasi antara konsumsi lemak jenuh dengan kejadian kanker payudara pada wanita premenopause yang mengkonsumsi daging (Farvid et al., 2014). Pada sebuah penelitian diketahui bahwa lemak mengandung hormone estrogen yang dapat memicu terjadinya kanker payudara (Cho et al., 2003). Perbedaan dari beberapa penelitian dapat terjadi karena pada penelitian ini dilakukan secara online, sehingga bisa terjadi bias informasi, yang terbukti dari beberapa responden yang mengisi kolom tidak konsumsi pada jenis bahan makanan tetapi pada frekuensi diisi bahwa ia mengkonsumsi.

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan didapatkan bahwa pada penelitian ini mayoritas responden sebanyak 55 orang mengkonsumsi makanan tinggi lemak jenuh secara berlebihan yaitu lebih dari 20 g/hari. Tidak ada hubungan antara konsumsi makanan tinggi lemak jenuh dengan kejadian kanker payudara pada wanita premenopause (0,442). Pada penelitian ini tidak ditemukan hubungan antara kejadian kanker payudara pada wanita premenopause dengan kategori umur, konsumsi alkohol dan kebiasaan merokok, tetapi berhubungan dengan riwayat keluarga. Dalam agama islam makanan yang tinggi dengan lemak jenuh tidak mempunyai hubungan yang signifikan dengan kejadian kanker payudara, tetapi mungkin dapat menyebabkan masalah kesehatan yang lain. Hal tersebut dapat dicegah dengan mengurangi konsumsi makanan tinggi lemak jenuh secara berlebihan.

Perlu dilakukan penelitian lanjutan mengenai jenis makanan tinggi lemak jenuh lain yang dapat mempengaruhi kejadian kanker payudara pada wanita premenopause. Kepada masyarakat perlu dilakukan edukasi untuk konsumsi makanan tinggi lemak jenuh agar tidak berlebihan dan sebagai seorang muslim, kita diminta untuk menjaga kesehatan dengan mengkonsumsi makanan yang halal dan thayyiban serta menjauhi segala sesuatu yang berlebihan.

### **Bibliografi**

- Cahyani, R. (2020). *Hubungan Pola Konsumsi Sumber Gula, Garam, Dan Lemak Dengan Profil Status Gizi Tingkat Rumah Tangga Di Kabupaten Bantul*. Universitas Alma Ata Yogyakarta.
- Consortium, B. C. A. (2021). Breast cancer risk genes—association analysis in more than 113,000 women. *New England Journal of Medicine*, 384(5), 428–439.
- Dewi, M. (2017). Sebaran kanker di Indonesia, riset kesehatan dasar 2007. *Indonesian Journal of Cancer*, 11(1), 1–8.

- Farvid, M. S., Cho, E., Chen, W. Y., Eliassen, A. H., & Willett, W. C. (2014). Premenopausal dietary fat in relation to pre-and post-menopausal breast cancer. *Breast Cancer Research and Treatment*, *145*, 255–265.
- Laudisio, D., Muscogiuri, G., Barrea, L., Savastano, S., & Colao, A. (2018). Obesity and breast cancer in premenopausal women: Current evidence and future perspectives. *European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology*, *230*, 217–221.
- Maria, I. L., Sainal, A. A., & Nyorong, M. (2017). Risiko gaya hidup terhadap kejadian kanker payudara pada wanita. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, *13*(2), 157.
- Menon, U., Gentry-Maharaj, A., Burnell, M., Singh, N., Ryan, A., Karpinskyj, C., Carlino, G., Taylor, J., Massingham, S. K., & Raikou, M. (2021). Ovarian cancer population screening and mortality after long-term follow-up in the UK Collaborative Trial of Ovarian Cancer Screening (UKCTOCS): a randomised controlled trial. *The Lancet*, *397*(10290), 2182–2193.
- Moelyo, A. G., Wulandari, A., Imas, O., Rahma, U. P., Hidayah, N., Kesumaningtyas, C., Nur, F. T., & Nugroho, H. W. (2019). Age at menarche and early menarche among healthy adolescents. *Paediatrica Indonesiana*, *59*(1), 33–37.
- Ningrum, M. P., & Rahayu, R. R. S. R. (2021). Determinan Kejadian Kanker Payudara pada Wanita Usia Subur (15-49 Tahun). *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, *1*(3), 362–370.
- Oktaviani Sukmadewi, N. P. A. (2020). *Pola Konsumsi Protein Hewani Dan Lemak Sebagai Faktor Risiko Kejadian Kanker Serviks Di Rsud Wangaya Denpasar*. Poltekkes Denpasar.
- Pangribowo, S. (2019). Beban Kanker di Indonesia. *Pusat Data Dan Informasi Kesehatan Kementerian Kesehatan RI*, 1–16.
- Santoro, N. (2016). Perimenopause: from research to practice. *Journal of Women's Health*, *25*(4), 332–339.
- Sieri, S., Chiodini, P., Agnoli, C., Pala, V., Berrino, F., Trichopoulou, A., Benetou, V., Vasilopoulou, E., Sánchez, M.-J., & Chirlaque, M.-D. (2014). Dietary fat intake and development of specific breast cancer subtypes. *JNCI: Journal of the National Cancer Institute*, *106*(5).
- Sinaga, C. F., & Ardayani, T. (2016). Hubungan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang deteksi dini kanker payudara melalui pemeriksaan payudara sendiri di SMA Pasundan 8 Bandung Tahun 2016. *Kartika: Jurnal Ilmiah Farmasi*, *4*(1), 16–19.
- Tadja, Y. (2019). *Gambaran Asupan Lemak Dan Protein Dan Status Gizi Pada Pasien Kanker Payudara Diruang Rawat Inap Rsud. Prof. Dr. WZ Johannes*. Poltekkes Kemenkes Kupang.

- Xia, H., Ma, S., Wang, S., & Sun, G. (2015). Meta-analysis of saturated fatty acid intake and breast cancer risk. *Medicine*, 94(52).
- Zhang, Y.-F., Shi, W.-W., Gao, H.-F., Zhou, L., Hou, A.-J., & Zhou, Y.-H. (2014). Folate intake and the risk of breast cancer: a dose-response meta-analysis of prospective studies. *PloS One*, 9(6), e100044.