



**GERAKAN MASYARAKAT SADAR KANKER MELALUI PENYULUHAN,
SENAM SEHAT, DAN PEMERIKSAAN KESEHATAN GRATIS BAGI
MASYARAKAT DI KOTA BENGKULU**

Rizka Wahyu Utami^{1*}, Novi Lasmadasari², Mawaddah³, Siska Iskandar⁴, Ismidoty⁵

^{1,2,3,4} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sapta Bakti

⁵ Rumah Singgah Kanker Baiti Jannati

Article Info

Article History:

Received 03-06-2025.

Revised 05-06-2025.

Accepted 10-06-2025

Keywords:

Early Detection of Cancer;

Health Education;

Community Service

ABSTRAK

Kanker merupakan salah satu penyebab kematian terbanyak di dunia, termasuk di Indonesia. Rendahnya kesadaran masyarakat terhadap deteksi dini menyebabkan banyak kasus ditemukan pada stadium lanjut. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai tanda-tanda awal kanker serta pentingnya skrining dini guna mencegah progresivitas penyakit. Kegiatan ini merupakan kolaborasi antara Dosen Keperawatan STIKes Sapta Bakti dengan Rumah Singgah Kanker Baiti Jannati dan RSUD Dr. M. Yunus yang dilaksanakan di *Sport Center* Pantai Panjang, Kota Bengkulu. Kegiatan ini dilakukan melalui pendekatan edukatif dan promotif berupa penyuluhan kesehatan, senam sehat, dan pemeriksaan kesehatan gratis. Masyarakat diajak untuk lebih tanggap terhadap risiko kanker dan proaktif dalam mencari layanan kesehatan. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman masyarakat terhadap pengenalan tanda dan gejala awal kanker serta tingginya antusiasme dalam menerapkan gaya hidup sehat dan pemeriksaan dini. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi komunitas berkontribusi dalam peningkatan kesadaran deteksi dini, dan kegiatan serupa direkomendasikan untuk dilakukan secara berkelanjutan guna mendukung upaya preventif dalam pelayanan keperawatan.

ABSTRACT

Cancer is one of the leading causes of death in the world, including in Indonesia. Low public awareness of early detection causes many cases to be found at an advanced stage. This community service activity aims to increase public understanding of the early signs of cancer and the importance of early screening to prevent disease progression. This activity is a collaboration between the Nursing Lecturers of STIKes Sapta Bakti with the Baiti Jannati Cancer Shelter and the Dr. M. Yunus Regional Hospital which was held at the Pantai Panjang Sport Center., Bengkulu City. This activity is carried out through an educational and promotive approach in the form of health education, healthy exercise, and free health checks. The community is invited to be more responsive to the risk of cancer and proactive in seeking health services. The

results of the activity show an increase in public understanding of recognizing early signs and symptoms of cancer and high enthusiasm in implementing a healthy lifestyle and early examination. This shows that community education contributes to increasing awareness of early detection, and similar activities are recommended to be carried out continuously to support preventive efforts in nursing services.

**Corresponding Author: (rizkawahyuutami7@gmail.com)*

PENDAHULUAN

Kanker merupakan masalah kesehatan bagi masyarakat di dunia termasuk di Indonesia yang membutuhkan pendekatan lintas sektor dalam penanggulangannya (Sholikah 2023). kanker menyumbang sekitar tiga dari sepuluh kematian dini global akibat Penyakit Tidak Menular (PTM), yaitu sebesar 30,3% pada individu usia produktif 30–69 tahun. Data ini menunjukkan bahwa kanker termasuk tiga penyebab utama kematian pada kelompok usia tersebut di 177 dari 183 negara di dunia (Filho, Laversanne et al. 2025). Berdasarkan data *Global Cancer Observatory* (Globocan 2022) menyebutkan bahwa terdapat lebih dari 408.661 kasus baru dan hampir 242.099 kematian di Indonesia pada 2022 dengan jumlah kematian tertinggi diakibatkan oleh kanker (Sitanggang, Arianto et al. 2025). Di Indonesia, kanker menempati peringkat ketujuh sebagai penyebab kematian tertinggi, dengan jenis kanker terbanyak pada perempuan adalah kanker payudara dan serviks, sedangkan pada laki-laki adalah kanker paru dan kolorektal (Pratiwi, KM et al. 2024).

Tingginya angka kejadian kanker sebagian besar disebabkan oleh keterlambatan diagnosis, dimana pasien baru memeriksakan kesehatan dan mendapatkan penanganan setelah kanker memasuki stadium lanjut (Firmana and Anina 2024). Salah satu faktor yang memperburuk kondisi pasien kanker adalah rendahnya kesadaran masyarakat terhadap deteksi dini dan pemeriksaan kesehatan secara rutin (Oktora, Banoza et al. 2025).

Deteksi dini kanker merupakan aspek penting dalam *continuum of care* pasien kanker yang juga menjadi perhatian dalam praktik keperawatan medikal bedah yang menekankan pentingnya identifikasi masalah kesehatan sejak dini untuk mencegah progresivitas penyakit. Dengan deteksi dini, prognosis pasien akan jauh lebih baik, intervensi medis dapat dilakukan lebih cepat, serta kualitas hidup pasien dapat ditingkatkan (Firmana and Anina 2024). Namun, tingkat pemahaman kesehatan masyarakat mengenai tanda-tanda awal kanker masih tergolong rendah (Lestary, Ariyanti et al. 2023).

Kegiatan promosi kesehatan berbasis komunitas menjadi salah satu strategi penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai kanker. Intervensi seperti penyuluhan kesehatan, kegiatan fisik (seperti senam sehat), dan pemeriksaan kesehatan tidak hanya meningkatkan pengetahuan masyarakat, tetapi juga mendorong perubahan sikap dan perilaku menuju gaya hidup sehat. Keterlibatan aktif masyarakat dalam kegiatan seperti ini memungkinkan terjadinya proses pemberdayaan, dimana individu lebih siap dan mampu menjaga kesehatannya secara mandiri.

Berdasarkan latar belakang tersebut, tim Dosen Keperawatan STIKes Sapta Bakti bekerja sama dengan Rumah Singgah Kanker Baiti Jannati melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat bertema *Gerakan Masyarakat Sadar Kanker*. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai deteksi dini kanker dan pentingnya gaya hidup sehat. Kegiatan ini diharapkan dapat menjangkau masyarakat secara luas serta memberikan dampak positif terhadap peningkatan kesadaran dan kewaspadaan terhadap penyakit kanker.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan pendekatan edukatif dan promotif berbasis komunitas, berfokus pada peningkatan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya deteksi dini kanker. Kegiatan ini merupakan hasil kolaborasi antara dosen Program Studi Keperawatan STIKes Sapta Bakti, Rumah Singgah Kanker Baiti Jannati dan RSUD Dr. M. Yunus. Sasaran kegiatan adalah masyarakat umum dan penyintas kanker yang berada di wilayah Kota Bengkulu.

Kegiatan ini dilaksanakan di *Sport Center* Pantai Panjang Kota Bengkulu dan dirancang agar dapat menjangkau masyarakat secara luas, termasuk penyintas kanker dan komunitas lokal. Pelaksanaan

kegiatan ini bertepatan dengan peringatan Hari Kanker Sedunia (*World Cancer Day*) yang jatuh pada tanggal 4 Februari 2025, sehingga momentum ini dimanfaatkan untuk meningkatkan kesadaran kolektif terhadap isu kanker serta mendorong aksi nyata dalam deteksi dini dan pencegahan. Dengan demikian, kegiatan ini diharapkan dapat memberikan dampak yang lebih bermakna bagi masyarakat sekaligus memperkuat peran keperawatan dalam promosi kesehatan.

Selain sebagai kegiatan edukatif dan promotif, kegiatan ini juga dimanfaatkan sebagai sarana sosialisasi dan promosi keberadaan Rumah Singgah Kanker *Baiti Jannati*. Rumah singgah ini diperuntukkan bagi pasien kanker dari luar daerah atau masyarakat kurang mampu yang sedang menjalani pengobatan di Kota Bengkulu dan membutuhkan tempat tinggal sementara. Rumah singgah menyediakan fasilitas secara gratis, serta memberikan dukungan sosial dan emosional melalui komunitas penyintas kanker yang turut mendampingi. Melalui kegiatan ini, masyarakat diharapkan tidak hanya memperoleh informasi kesehatan, tetapi juga mengetahui adanya fasilitas pendukung yang dapat meringankan beban selama proses pengobatan.

Metode pelaksanaan terdiri dari tiga tahapan utama, yaitu:

1. Persiapan Kegiatan

Melakukan koordinasi dengan mitra pelaksana Rumah Singgah Kanker Baiti Jannati, perencanaan sarana dan prasarana, penyusunan materi edukasi tentang deteksi dini kanker, serta penyebaran informasi kegiatan kepada masyarakat melalui media sosial dan jaringan komunitas.

2. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan dilaksanakan secara langsung dan terbuka untuk umum, yang terdiri atas:

- Penyuluhan kesehatan** mengenai pengenalan tanda-tanda awal kanker dan pentingnya pemeriksaan dini.
- Senam sehat bersama**, sebagai upaya promotif dan mendorong aktivitas fisik sebagai bagian dari gaya hidup sehat dan pencegahan kanker.
- Pemeriksaan kesehatan gratis**, meliputi pemeriksaan tekanan darah, pengukuran berat badan, tinggi badan, pemeriksaan indeks massa tubuh, pemeriksaan glukosa darah dan wawancara singkat terkait riwayat kesehatan peserta.

3. Evaluasi dan Dokumentasi

Setelah kegiatan, dilakukan evaluasi singkat melalui diskusi dengan peserta dan observasi antusiasme serta partisipasi masyarakat. Dokumentasi kegiatan dilakukan dalam bentuk foto, video, dan laporan naratif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan *Gerakan Masyarakat Sadar Kanker* yang diselenggarakan pada tanggal 4 Februari 2025 di *Sport Center Pantai Panjang Kota Bengkulu* berhasil menarik partisipasi masyarakat secara luas. Peserta terdiri dari masyarakat umum, keluarga pasien, dan komunitas penyintas kanker. Kegiatan berlangsung dengan lancar dan mendapat respons positif dari peserta maupun mitra.

Berikut ini adalah hasil kegiatan yang dibagi dalam beberapa aspek dan didukung dengan data kuantitatif serta interpretasi kualitatif.

Tabel 1. Ringkasan Kegiatan dan Capaian

Komponen Kegiatan	Jumlah Peserta	Temuan Utama
Penyuluhan kesehatan	100	>80% peserta belum memahami tanda awal kanker sebelum kegiatan
Senam sehat	100	Tingkat partisipasi tinggi, usia peserta bervariasi (remaja–lansia)
Pemeriksaan kesehatan gratis	100	30% hipertensi ringan–sedang, 40% IMT di atas normal
Sosialisasi rumah singgah	Seluruh peserta	Mayoritas baru mengetahui layanan Rumah Singgah Kanker Baiti Jannati di Kota Bengkulu

a. Hasil Penyuluhan Kesehatan



Gambar 1. Penyuluhan Kesehatan

Penyuluhan yang disampaikan berhasil menarik perhatian peserta. Materi yang disampaikan mencakup tanda-tanda awal kanker, pentingnya deteksi dini, serta pola hidup sehat sebagai upaya pencegahan. Sebagian besar peserta dari masyarakat umum mengatakan belum pernah mengikuti kegiatan serupa sebelumnya dan menyatakan bahwa informasi yang diperoleh membuka wawasan baru terkait dengan penyakit kanker. Beberapa peserta menyampaikan bahwa mereka merasa lebih proteksi terhadap kesehatan dan bersedia untuk melakukan pemeriksaan diri ke fasilitas kesehatan jika terdapat gejala mencurigakan.

Peningkatan kesadaran masyarakat melalui penyuluhan tentang tanda dan gejala kanker merupakan strategi penting dalam mendukung deteksi dini dan pencegahan penyakit kanker. Menurut (Raidanti and Wijayanti 2022) sosialisasi tentang kanker sangat berperan dalam pencegahan karena pengetahuan merupakan prediktor utama dalam membentuk perilaku kesehatan seseorang. Mereka menegaskan bahwa penyuluhan kesehatan lebih dari sekadar penyampaian informasi, melainkan bertujuan untuk mengubah perilaku melalui peningkatan pemahaman dan kesadaran masyarakat. Oleh karena itu, penyampaian informasi yang tepat, menarik, dan partisipatif sangat diperlukan agar sasaran edukasi tidak hanya memahami, tetapi juga termotivasi untuk melakukan tindakan nyata sesuai tujuan penyuluhan.

b. Senam Sehat dan Gaya Hidup Sehat



Gambar 2. Senam Sehat

Kegiatan senam sehat disambut antusias oleh seluruh peserta. Kegiatan ini tidak hanya bertujuan sebagai aktivitas fisik, tetapi juga sebagai media interaksi sosial dan relaksasi. Partisipasi aktif dalam senam menunjukkan kesadaran masyarakat untuk mulai menerapkan kebiasaan hidup sehat yang menyenangkan dan bisa dilakukan bersama-sama.

Kurangnya aktivitas fisik merupakan salah satu faktor risiko utama penyebab kematian akibat penyakit tidak menular di dunia, termasuk kanker. Secara teoritis, peningkatan usia seseorang akan diikuti dengan penurunan frekuensi aktivitas fisik, khususnya olahraga, sehingga meningkatkan kerentanan terhadap penyakit degeneratif seperti kanker, diabetes, dan penyakit jantung (Hamzah, Akbar et al. 2021).

Aktivitas fisik yang rutin dan teratur terbukti menjadi langkah pencegahan primer yang sangat efektif. Individu yang aktif secara fisik memiliki risiko lebih rendah untuk mengalami kanker. Orang lanjut usia yang tidak melakukan aktivitas fisik secara cukup juga cenderung memiliki fungsi metabolik dan imunitas tubuh yang menurun, sehingga lebih rentan terhadap perkembangan penyakit kronis dan degeneratif (Agussalim 2024).

Dalam kegiatan ini, senam sehat yang dilakukan bersama masyarakat bukan hanya menjadi sarana edukatif, tetapi juga mendorong masyarakat untuk mulai membangun kebiasaan sehat. Partisipasi aktif dalam senam menunjukkan adanya kesadaran bahwa aktivitas fisik tidak memerlukan fasilitas mahal, namun tetap memberikan dampak besar bagi kesehatan jangka panjang. Kegiatan ini juga membuktikan bahwa pendekatan promotif seperti olahraga masal dapat diterima dengan baik di masyarakat dan menjadi bagian penting dari strategi pencegahan kanker berbasis komunitas (Dodo, Kelen et al. 2022).

c. Pemeriksaan Kesehatan Gratis



Gambar 3. Pemeriksaan Kesehatan

Pemeriksaan kesehatan dilakukan oleh tim pengabdian yang terdiri dari dosen dan mahasiswa keperawatan. Layanan yang diberikan meliputi pemeriksaan tekanan darah, pengukuran IMT, serta konsultasi singkat terkait faktor risiko kanker. Hasil dari pemeriksaan menunjukkan bahwa sekitar 30% peserta memiliki tekanan darah di atas normal, dan sebagian besar belum memiliki kebiasaan kontrol kesehatan secara rutin. Hal ini menjadi catatan penting akan perlunya kesinambungan edukasi dan pemeriksaan berkala di komunitas.

Pemeriksaan kesehatan berkala merupakan komponen penting dalam upaya deteksi dini penyakit, khususnya kanker. Pemeriksaan yang dilakukan secara rutin memungkinkan identifikasi perubahan kesehatan secara cepat, sehingga intervensi dapat dilakukan sedini mungkin sebelum penyakit berkembang ke tahap lanjut. Dalam konteks penyakit kanker, deteksi pada tahap awal sangat menentukan keberhasilan terapi serta menurunkan angka morbiditas dan mortalitas (Afriani 2024).

d. Sosialisasi Rumah Singgah Kanker Baiti Jannati



Gambar 4. Sosialisasi Rumah Singgah

Salah satu pencapaian penting dalam kegiatan ini adalah meningkatnya pengetahuan masyarakat tentang keberadaan Rumah Singgah Kanker *Baiti Jannati*. Banyak peserta yang belum mengetahui adanya fasilitas ini sebelumnya. Beberapa penyintas yang hadir turut memberikan testimoni tentang manfaat rumah singgah, yang memberikan tempat tinggal gratis, pendampingan emosional, dan dukungan dari komunitas. Sosialisasi ini diharapkan dapat memperluas akses pasien kanker, khususnya dari luar kota atau masyarakat kurang mampu, terhadap fasilitas pendukung selama menjalani pengobatan.

Dukungan sosial terbukti menjadi salah satu faktor penting dalam meningkatkan ketahanan psikologis pasien kanker selama menjalani proses pengobatan. Di Rumah Singgah Kanker Baiti Jannati, pasien mendapatkan kekuatan emosional melalui interaksi langsung dengan sesama penyintas. Proses saling berbagi pengalaman, memberikan motivasi, dan menyaksikan perjuangan satu sama lain membentuk ikatan emosional yang memperkuat semangat partisipan untuk menjalani terapi (Utami and Yani 2023).

e. Respon Masyarakat



Gambar 5. Antusias Masyarakat

Antusiasme masyarakat terlihat dari jumlah peserta yang melebihi target dan tingginya partisipasi dalam seluruh rangkaian acara. Peserta aktif bertanya selama sesi penyuluhan dan menunjukkan ketertarikan untuk terlibat dalam kegiatan serupa ke depannya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan *Gerakan Masyarakat Sadar Kanker* yang dilaksanakan pada peringatan Hari Kanker Sedunia berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat tentang tanda-tanda awal kanker, pentingnya deteksi dini, dan gaya hidup sehat. Penyuluhan, senam sehat, pemeriksaan gratis, serta sosialisasi rumah singgah kanker terbukti efektif dalam membangun kesadaran komunitas akan pentingnya pencegahan dan dukungan terhadap pasien kanker. Partisipasi aktif masyarakat menunjukkan bahwa pendekatan edukatif dan partisipatif berbasis komunitas memiliki dampak positif yang signifikan dalam upaya promotif dan preventif penyakit kanker.

Kegiatan *Gerakan Masyarakat Sadar Kanker* ini disarankan untuk dilaksanakan secara berkala dan berkelanjutan dengan cakupan wilayah yang lebih luas, terutama pada komunitas dengan akses terbatas terhadap informasi dan layanan kesehatan. Kolaborasi lintas sektor antara institusi pendidikan, fasilitas layanan kesehatan, pemerintah daerah, dan organisasi masyarakat perlu diperkuat agar kegiatan edukasi dan deteksi dini kanker dapat terintegrasi dengan program kesehatan yang ada. Selain itu, promosi Rumah Singgah Kanker Baiti Jannati perlu terus dilakukan agar masyarakat, terutama pasien kanker dari luar kota, mengetahui dan memanfaatkan layanan ini sebagai sistem pendukung non-medis yang penting. Kegiatan seperti ini juga perlu dijadikan bagian dari penguatan praktik keperawatan komunitas, dimana dosen dan mahasiswa dapat berperan aktif dalam memberikan edukasi kesehatan yang berorientasi pada pencegahan, pemberdayaan, dan deteksi dini penyakit kanker.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan terhadap pelaksanaan kegiatan *Gerakan Masyarakat Sadar Kanker*. Ucapan terima kasih disampaikan secara khusus kepada Rumah Singgah Kanker Baiti Jannati atas kolaborasi dan fasilitasi dalam kegiatan ini, serta kepada seluruh panitia, relawan, dan peserta yang telah berpartisipasi aktif. Semoga kegiatan ini menjadi langkah awal yang berkelanjutan dalam meningkatkan kesadaran dan kepedulian masyarakat terhadap deteksi dini serta penanganan kanker secara komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriani, D. (2024). *Buku Ajar Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*, Penerbit Nem.
- Agussalim, N. Q. (2024). *Analisis Self Efficacy Sebagai Faktor Penentu Aktifitas Fisik Pada Pasien Kanker Payudara= Analysis Of Self Efficacy As A Determining Factor Of Physical Activity Among Breast Cancer Patients*, Universitas Hasanuddin.
- Dodo, D. O., Et Al. (2022). "Promosi Kesehatan Tentang Pentingnya Aktivitas Fisik Untuk Mengurangi Risiko Penyakit Tidak Menular Di Kelurahan Oesapa Barat." *Indonesian Journal Of Community Service* 2(4): 350-360.
- Filho, A. M., Et Al. (2025). "The Globocan 2022 Cancer Estimates: Data Sources, Methods, And A Snapshot Of The Cancer Burden Worldwide." *International Journal Of Cancer* 156(7): 1336-1346.
- Firmana, D. And H. N. Anina (2024). *Perawatan Paliatif Pada Pasien Kanker*, Penerbit Salemba.
- Globocan (2022). "Estimated Age-Standardized Incidence And Mortality Rates (World) In 2022. ." From <https://gco.iarc.who.int/media/globocan/factsheets/populations/900-world-fact-sheet.pdf>.
- Hamzah, B. D., Et Al. (2021). *Teori Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*, Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Lestary, T. T., Et Al. (2023). "Deteksi Dini Kanker Serviks Dengan Iva Di Kelurahan Pantai Amal." *Jces (Journal Of Character Education Society)* 6(1): 261-266.

-
- Oktora, M. Z., Et Al. (2025). "Gaya Hidup Dan Risiko Kanker Payudara Pada Remaja Putri: A Systematic Review." *Scientific Journal* **4**(1): 46-53.
- Pratiwi, L., Et Al. (2024). *Kesehatan Wanita Indonesia*, CV Jejak (Jejak Publisher).
- Raidanti, D. And R. Wijayanti (2022). "*Full Efektivitas Penyuluhan Dengan Media Promosi Leaflet Dalam Pencegahan Kanker Serviks.*"
- Sholikhah, S. M. (2023). *Deteksi Dini Kanker Serviks*, Penerbit Nem.
- Sitanggang, B. C. S., Et Al. (2025). "Identifikasi Sikap Perawat Dalam Memberikan Perawatan End Of Life Di Rs Swasta Kota Bandung." *Jurnal Kesehatan* **13**(1): 14-19.
- Utami, R. And S. Yani (2023). "Studi Fenomenologi: Eksplorasi Penerimaan Diri Pada Survivor Kanker Payudara Yang Mengalami Metastase." *Jurnal Riset Media Keperawatan* **6**(2): 125-134.