

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan tentang “Hubungan Pola Konsumsi Makanan dan Riwayat Tumor Jinak dengan Kejadian Kanker Payudara di RSUD Jenderal Ahmad Yani Kota Metro, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Proporsi Pola Konsumsi Makanan berisiko pada pasien wanita yang berobat di RSUD Jenderal Ahmad Yani Kota Metro, yaitu sebesar 48,4%
2. Proporsi Riwayat Tumor Jinak (berisiko) pada pasien wanita yang berobat di RSUD Jenderal Ahmad Yani Kota Metro, yaitu sebesar 26,6%
3. Ada hubungan antara pola konsumsi makanan dengan kejadian kanker payudara di Rumah Sakit Umum Daerah Jenderal Ahmad Yani Kota Metro dengan $p\text{ value} = 0,003$ dan $OR = 5,622$
4. Ada hubungan antara riwayat tumor jinak dengan kejadian kanker payudara di Rumah Sakit Umum Daerah Jenderal Ahmad Yani Kota Metro dengan $p\text{ value} = 0,000$ dan $OR = 31,000$

B. Saran

Berdasarkan Kesimpulan dari penelitian mengenai “Hubungan Pola Konsumsi Makanan dan Riwayat Tumor Jinak dengan Kejadian Kanker Payudara di RSUD Jenderal Ahmad Yani Kota Metro”, maka penulis akan memberikan saran yang mungkin akan digunakan sebagai bahan pertimbangan:

1. Bagi Masyarakat dan Ibu

Masyarakat, khususnya para ibu, diharapkan memperhatikan pola konsumsi makanan sehari-hari dengan membatasi makanan tinggi lemak, olahan, dan cepat saji. Kebiasaan mengganti jenis makanan tersebut dengan buah, sayur, dan sumber protein sehat dapat membantu menjaga kesehatan payudara. Pemeriksaan payudara mandiri (SADARI) setiap bulan perlu dilakukan sebagai langkah deteksi dini. Peran ibu sebagai pengatur pola makan keluarga penting dalam membiasakan pola makan sehat di rumah. Edukasi mengenai kesehatan payudara dapat diperkuat melalui penyuluhan di posyandu dan puskesmas, serta memanfaatkan media visual seperti tayangan edukasi di televisi atau animasi kesehatan di media sosial. Penerapan

langkah-langkah ini mampu meminimalkan risiko penyakit payudara secara efektif di tingkat keluarga.

2. Bagi Rumah Sakit Umum Daerah Jenderal Ahmad Yani Metro

Rumah sakit diharapkan memanfaatkan hasil penelitian ini untuk merancang program edukasi dan promosi kesehatan yang lebih terarah, terutama terkait pola makan sehat dan riwayat tumor jinak sebagai faktor risiko kanker payudara. Kegiatan edukasi dapat dilakukan secara rutin melalui pembagian leaflet atau brosur gizi setiap minggu, penyuluhan langsung di ruang tunggu pasien, serta penayangan video edukasi atau materi audio visual pada televisi di area pelayanan rumah sakit. Tenaga kesehatan juga dapat memanfaatkan media ini sebagai sarana memberikan informasi singkat namun jelas mengenai pentingnya pola makan sehat, pemeriksaan payudara rutin, dan deteksi dini. Pendekatan yang variatif melalui visual dan audio diharapkan lebih mudah dipahami pasien, sehingga pesan kesehatan dapat tersampaikan dengan efektif.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan kajian yang lebih luas dalam bidang deteksi dini dan pencegahan kanker payudara, dengan pendekatan yang lebih mendalam dan metode analisis yang lebih kompleks. Pemanfaatan desain penelitian seperti studi kohort atau longitudinal dapat memperkuat bukti ilmiah yang dihasilkan. Pengembangan model prediktif berbasis risiko juga perlu dipertimbangkan sebagai upaya untuk meningkatkan akurasi identifikasi individu yang berisiko tinggi, sehingga dapat mendukung intervensi yang lebih efektif dan tepat sasaran.