

NAMA : KHUZAILAH BINTI AFFANDI

LOKASI BERKHIDMAT :

LPPKN NEGERI PERAK DARUL RIDZUAN

PROGRAM :

IJAZAH SARJANA SAINS SOSIAL (ANTROPOLOGI DAN SOSIOLOGI)

TEMPAT PENGAJIAN :

**PUSAT PENGAJIAN SOSIAL, PEMBANGUNAN DAN PERSEKITARAN,
FAKULTI SAINS SOSIAL DAN KEMANUSIAAN, UNIVERSITI KEBANGSAAN
MALAYSIA, BANGI**

TAJUK TESIS :

**KAJIAN BAGI MENGENALPASTI FAKTOR-FAKTOR RISIKO KANSER PAYUDARA
YANG BERKAITAN DENGAN GAYA HIDUP DALAM KALANGAN WANITA MELAYU
DI KUALA LUMPUR**

ABSTRAK :

Kanser payudara merupakan kanser utama yang paling lazim dihadapi wanita di seluruh dunia. Kadar insiden dan mortaliti kanser payudara dunia memperlihatkan peningkatan yang drastik dan membimbangkan. Sehingga kini punca bagi penyakit tersebut masih belum dikenalpasti. Walau bagaimanapun bukti daripada pelbagai penyelidikan meluas berkaitan kanser payudara mendapati terdapat beberapa faktor gaya hidup wanita serta faktor bioperubatan yang secara saintifik diperakui mampu meningkatkan risiko bagi kanser payudara. Di Malaysia, data terbaru yang diperolehi daripada pihak Lembaga Penduduk dan Pembangunan Keluarga Negara (LPPKN) menunjukkan kadar insiden kanser payudara di kalangan wanita Melayu didapati telah meningkat dengan drastik dalam tempoh 8 tahun kebelakangan ini. Kajian ini dijalankan bertujuan untuk mengenalpasti faktor-faktor risiko terutamanya yang berkaitan dengan gaya hidup yang berkemungkinan mempengaruhi peningkatan risiko kanser payudara dalam kalangan wanita Melayu di Kuala Lumpur. Kajian ini turut meneliti pengetahuan berhubung kanser payudara dalam kalangan informan. Seramai dua belas orang *survivor* kanser payudara ditemu bual secara mendalam bagi mengenalpasti dan meneroka aspek-aspek amalan gaya hidup terdahulu dan latar belakang bioperubatan yang berkemungkinan meningkatkan risiko mereka untuk mendapat kanser payudara. Hasil

analisis mendapati beberapa faktor risiko gaya hidup dan biologi dilihat berkemungkinan meningkatkan risiko terhadap kanser payudara iaitu usia lewat pada kelahiran anak pertama atau tidak pernah melahirkan (*nulliparity*), tidak pernah menyusukan atau tempoh penyusuan yang singkat, obesiti, ketidakaktifan fizikal, kerap mengambil daging merah, kurang pengambilan sayur-sayuran dan buah-buahan, stres psikologikal, sejarah keluarga menghidap kanser payudara dan rawatan radiasi kepada dada atau payudara. Kajian turut mendapati majoriti informan mempunyai pengetahuan yang rendah berhubung kanser payudara.

ABSTRACT

Breast cancer is the most common cancer that has affected women all over the world. The worldwide rates of breast cancer incidence and mortality show a drastic and alarming increase. Until today the cause of the disease has yet to be identified. However, evidences from extensive researches related to breast cancer found that there were several lifestyle factors and some biomedical factors of the women that are scientifically recognized to increase the risk for breast cancer. In Malaysia, recent data obtained from data obtained from the National Population and Family Development Board (NPFDB) shows the incidence rate of breast cancer among Malay women was found to have increased drastically in the last 8 years. This study aimed to identify risk factors, especially those related to lifestyle that may increase the risk of breast cancer among Malay women in Kuala Lumpur. The study also examined the knowledge of breast cancer among informants. A total of twelve breast cancer survivors were interviewed in depth to identify and explore aspects of past lifestyle and biomedical background that may likely to increase their risk of getting breast cancer. Results show that some lifestyle and biological risk factors seen likely to increase the risk of getting breast cancer; late age at first birth or has never given birth (*nulliparity*), has never breastfed or short period of breastfed, obesity, physical inactivity, high frequency of red meat intake, less intake of vegetables and fruits, psychological stress, family history of breast cancer and radiation treatment to the chest or breast. The study also found that the majority of the informants had poor knowledge regarding breast cancer.

RUMUSAN DAN KESIMPULAN KAJIAN

RUMUSAN KAJIAN

Kajian kualitatif ini cuba mendapatkan gambaran berhubung faktor-faktor risiko kanser payudara dan perkaitannya dengan peningkatan risiko kanser payudara dalam kalangan wanita. Menerusi kajian ini, kita dapat melihat bagaimana risiko individu untuk

mendapat kanser payudara berkemungkinan dipengaruhi atau disumbang oleh pelbagai faktor biologi dan bukan biologi terutamanya faktor amalan gaya hidup. Perkara tersebut dapat dilihat menerusi dua (2) aspek utama yang difokuskan dalam kajian ini iaitu aspek amalan gaya hidup terdahulu dan aspek latar belakang bioperubatan yang dikaitkan sebagai faktor-faktor risiko bagi dengan kanser payudara.

Di bawah aspek amalan gaya hidup terdahulu, fokus diberikan untuk melihat sejauh mana faktor-faktor bukan biologi berkemungkinan mempengaruhi atau menyumbang kepada peningkatan risiko individu untuk mendapat kanser payudara. Hal tersebut dilihat menerusi analisis ke atas amalan-amalan gaya hidup para informan dalam aspek reproduktif, pemakanan, penjagaan kesihatan, keaktifan fizikal dan psikososial sebelum mereka didiagnosis dengan kanser payudara. Daripada analisis data temubual yang dijalankan, kajian mendapati beberapa aspek amalan gaya hidup dilihat signifikan berkemungkinan mempengaruhi atau menyumbang kepada peningkatan risiko untuk mendapat kanser payudara dalam kalangan informan.

Di bawah amalan dalam aspek reproduktif, peningkatan risiko dilihat menerusi faktor risiko usia melebihi 35 tahun pada kelahiran anak pertama, tidak pernah melahirkan (*nulliparity*), tiada tempoh penyusuan atau tempoh penyusuan yang singkat, dan kemungkinan pengambilan pil perancang. Didapati satu-satunya informan yang melahirkan anak pertama pada usia 42 tahun mendapat kanser payudara walaupun beliau mengamalkan gaya hidup sihat dan sangat aktif. Penemuan ini selari dengan kajian terdahulu di Barat yang mendapati wanita yang mempunyai anak pertama selepas umur 35 tahun adalah yang berisiko paling tinggi untuk mendapat kanser payudara (MacMahon et al. 1970; McPherson et al. 1994). Kajian juga mendapati seramai 3 orang (25%) informan tidak pernah melahirkan anak dan telah mendapat kanser payudara. Kajian meluas berhubung kanser payudara menunjukkan *nulliparity* merupakan antara faktor risiko utama bagi kanser payudara (Chu, Smart & Tarone 1988).

Kajian turut mendapati hampir kesemua informan (88.9%) yang mempunyai anak boleh dikaitkan dengan tiada tempoh penyusuan atau tempoh penyusuan yang singkat antara 1 hingga 12 bulan sahaja. Penemuan ini juga selari dengan kajian-kajian terdahulu yang menunjukkan tiada penyusuan atau tempoh penyusuan yang singkat meningkatkan risiko untuk mendapat kanser payudara (Bhadoria et al. 2013; Hajian-Tilaki, & Kaveh-Ahangar 2011; Hejar et al. 2001; Jabeen et al. 2013; Kamaruddin et al 2006). Berikutnya majoriti informan (9 orang atau 75%) didapati tidak pernah menggunakan pil perancang atau lain-lain bahan kontraseptif. Hanya seorang informan didapati pernah mengamalkan penggunaan pil perancang dalam tempoh yang panjang melebihi 10 tahun. Menurut Schneider et al. (2014), *Combined Oral Contraceptives* (COC) telah diklasifikasikan oleh World Health Organization (WHO) sebagai karsinogen Kumpulan 1 bagi kanser payudara, dan terdapat kajian menunjukkan *Progestin-only contraceptives* (POC) mempunyai risiko yang sebanding dengan COC. Sehubungan itu, kajian ini melihat kajian berhubung penggunaan bahan kontraseptif dan berhubung faktor-faktor risiko lain di bawah amalan aspek reproduktif perlu diperluaskan kerana amalan-amalan gaya hidup ini semakin luas diamalkan dan berkemungkinan menjejaskan kesihatan wanita di masa hadapan.

Di bawah amalan dalam aspek pemakanan pula, peningkatan risiko dilihat menerusi faktor risiko pengambilan daging merah yang kerap dan kurang pengambilan sayur-sayuran dan buah-buahan. Didapati seorang informan yang gemar mengambil daging merah hampir setiap hari semenjak kecil telah mendapat kanser payudara, dan pengambilan daging merah dilihat sebagai satu-satunya faktor risiko yang signifikan meningkatkan risiko beliau. Kajian oleh Spiegleman, & Hunter (2003) menunjukkan pengambilan makanan yang tinggi dalam lemak haiwan terutamanya daripada daging merah dan produk tenusu tinggi lemak semasa tahun-tahun premenopausal adalah dikaitkan dengan peningkatan risiko kanser payudara. Analisis gaya atau corak pemakanan dalam kajian ini turut mendapati hampir kesemua informan tidak mengamalkan diet yang seimbang di mana majoriti informan mengakui kurang mengambil sayur-sayuran dan buah-buahan. Terdapat kajian-kajian yang menunjukkan

berlaku peningkatan risiko untuk mendapat kanser payudara dalam kalangan wanita dengan diet yang kurang dalam sayur-sayuran dan buah-buahan (Abdul-Samad et al. 2009; Han et al. 2004; Van Duyn, MA & Pivonka, E. 2000).

Seterusnya di bawah amalan dalam aspek penjagaan kesihatan, faktor risiko obesiti dilihat meningkatkan risiko dalam kalangan informan. Analisis kajian mendapati terdapat 2 orang informan yang mempunyai berat badan melebihi 85kg telah disahkan mendapat kanser payudara postmenopausal. Terdapat banyak kajian menunjukkan obesiti menyumbang kepada kejadian kanser payudara dalam kalangan wanita postmenopausal (Celik, & Aksoy 2007; McTeirnan, A. 2003; Thompson, HJ, Zhu, Z. & Jiang, W. 2004; Veronesi et al. 2005). Obesiti yang mereka alami berkemungkinan menyumbang kepada kejadian kanser yang dihadapi mereka.

Dari sudut keaktifan fizikal pula, hampir kesemua informan adalah tidak aktif secara fizikal sepanjang berada di pejabat, dan dalam masa yang sama mereka juga tidak memperuntukkan masa untuk bersenam mahupun beriadah. Sebaliknya mereka menganggap keaktifan fizikal mereka dalam menjalankan tugas-tugas rumah memadai sebagai senaman buat mereka. Ketidakaktifan fizikal masa kini dilihat menjadi semakin serius di seluruh dunia sehingga ia bukan sahaja dianggap sebagai masalah kesihatan awam terbesar dan faktor utama bagi pelbagai penyakit dalam abad ke-21 (Blair 2009; Piggitt & Bairner 2014), bahkan turut dilaporkan oleh WHO (2010) sebagai penyebab keempat bagi mortaliti global yang bertanggungjawab ke atas 6% kematian di seluruh dunia (Lee et al. 2012). Ia juga dikaitkan sebagai menyumbang kepada 10% kejadian kanser payudara dunia (Lee et al. 2012). Dalam kajian ini bagaimanapun, keaktifan fizikal tidak membantu mengurangkan risiko dalam kalangan 3 orang (25%) informan yang aktif hingga sangat aktif melakukan aktiviti senaman dan riadah walaupun dalam intensiti yang tinggi. Berkemungkinan terdapat faktor risiko lain yang lebih kuat pada diri informan yang mengatasi kelebihan menjalani keaktifan fizikal yang tinggi.

Seterusnya dari aspek psikososial pula, kajian mendapati kesemua informan pernah mengalami stres di mana mereka melalui perkara-perkara dan peristiwa-peristiwa yang mereka sifatkan sebagai memberi tekanan besar dalam kehidupan dan mengganggu emosi mereka. Dapatan kajian turut mendapati hubungan interpersonal yang bermasalah bersama suami dan kehilangan orang tersayang merupakan penyumbang utama stres dalam kalangan wanita. Terdapat kajian-kajian terdahulu yang melaporkan risiko mendapat kanser payudara meningkat dalam kalangan wanita yang melaporkan paling banyak mengalami pengalaman atau peristiwa yang memberi tekanan dalam hidup atau wanita yang mengalami satu atau lebih peristiwa besar yang berlaku dalam tempoh 2 hingga 10 tahun sebelum kanser didiagnosis (Lillberg et al. 2003). Perceraian atau perpisahan, kematian suami, dan kematian orang tersayang dikaitkan dengan peningkatan risiko mendapat kanser payudara (Lillberg et al. 2003) dan peningkatan dalam insiden kanser payudara (Chida et al. 2008). Menurut Lilberg et al., personaliti atau reaksi individu terhadap peristiwa bertindak sebagai peramal yang penting, dan bukannya peristiwa itu sendiri. Menurut McKenna et al. (1999), perkaitan bukan bererti penyebab. Perkaitan antara personaliti, faktor psikososial dan sakit fizikal sememangnya wujud tetapi lebih banyak kajian perlu dilaksanakan bagi mengenalpasti interaksi antara pelbagai pembolehubah yang mungkin terlibat sebelum boleh mengaitkan sebarang perubahan peribadi atau perubahan gaya hidup sosial sebagai mempunyai impak signifikan terhadap kejadian atau perkembangan sesuatu penyakit (Antonova, Aronson & Mueller 2011; McKenna et al. 1999).

Sungguhpun bukti-bukti epidemiologikal belum cukup meyakinkan berhubung perkaitan antara stres psikologikal dengan kanser payudara, namun terdapat individu dalam kalangan informan sendiri berpendapat bahawa stres psikologikal yang dialami menyumbang kepada kanser yang dihidapi. Berdasarkan bukti-bukti epidemiologikal yang ada berkaitan hubungan antara stres psikologikal dengan kanser payudara, stres psikologikal bukanlah faktor utama tetapi ia berkemungkinan turut menyumbang kepada peningkatan risiko untuk mendapat kanser payudara dalam kalangan informan. Seperti mana mekanisme yang dihipotesiskan dalam kajian-kajian terdahulu yang dikemukakan

di bawah bab 2, ketidakseimbangan biologi yang disebabkan oleh perubahan dalam laluan-laluan pelbagai hormon yang berlaku semasa stres dialami berkemungkinan bertindak sebagai perantara dan / atau moderator dalam hubungan antara pelbagai faktor risiko lain yang dimiliki oleh individu, yang mempengaruhi risikonya untuk mendapat kanser payudara.

Pengkaji berpandangan isu utama yang lebih perlu untuk diberi penelitian berdasarkan dapatan dalam aspek psikososial ini adalah keperluan untuk pelbagai pihak sama ada pihak kerajaan, swasta mahupun NGO-NGO menyediakan sistem-sistem sokongan tambahan atau alternatif kepada ramai para wanita masa kini yang menghadapi tekanan kerana pelbagai faktor yang berlaku dalam kehidupan. Lebih banyak aktiviti yang mengetengahkan kaunseling kekeluargaan, kemahiran mengendalikan tekanan, pemantapan institusi perkahwinan perlu dilaksanakan. Polisi berkenaan waktu kerja fleksibel untuk wanita dan pusat penjagaan harian anak-anak di tempat kerja perlu diperluas bagi mengambil kira keperluan dan kepentingan institusi keluarga yang dilihat semakin terjejas ekoran kesukaran mengimbangkan urusan keluarga dan pekerjaan pada masa kini. Keprihatinan berhubung isu-isu ini akan pastinya dapat mengurangkan impak stres psikologikal yang berkemungkinan menjejaskan kualiti hidup individu dari pelbagai sektor kehidupan.

Seterusnya di bawah aspek kedua yang diteliti dalam kajian ini, fokus diberikan untuk melihat sejauh mana faktor-faktor biologi berkemungkinan mempengaruhi atau menyumbang kepada peningkatan risiko individu untuk mendapat kanser payudara. Hal tersebut dilihat menerusi analisis ke atas beberapa faktor bioperubatan dalam latar belakang para informan yang merupakan faktor risiko yang tidak boleh diubah bagi kanser payudara. Ianya merangkumi profil umur permulaan haid dan menopause, sejarah keluarga menghidapi kanser payudara, sejarah peribadi menghidapi kanser payudara atau penyakit payudara benigna, dan sejarah rawatan radiasi kepada dada atau payudara yang pernah diterima. Hasil analisis data mendapati dua faktor risiko biologi dilihat signifikan meningkatkan risiko kanser payudara dalam kalangan informan

iaitu sejarah keluarga menghidap kanser payudara dan rawatan radiasi kepada dada atau payudara. Kajian mendapati majoriti (75% atau 9 orang) informan merupakan generasi pertama dalam keluarga mereka yang mendapat kanser payudara. Statistik-statistik kanser payudara menunjukkan hanya sekitar 20-30% wanita dengan kanser payudara mempunyai sejarah keluarga menghidapi kanser payudara (American Cancer Society 2015a; McPerson et al. 2014). Dari kalangan tiga orang (25%) informan yang mempunyai sejarah saudara darjah pertama (ibu, kakak, anak perempuan) menghidap kanser payudara, dua orang informan mempunyai sejarah kakak sulung yang meninggal dunia akibat kanser payudara manakala seorang lagi mempunyai seorang adik lelaki yang sedang menghidap kanser payudara. Kajian epidemiologi menunjukkan mempunyai sejarah keluarga menghidap kanser payudara dalam kalangan saudara darjah pertama mampu meningkatkan risiko individu untuk mendapat kanser payudara sehingga enam kali ganda (American Cancer Society 2015a; Hejar et al. 2001; Matalqah et al. 2011; McPerson et al. 2014; Norsa'adah et al. 2005; Razif et al. 2011).

Faktor risiko rawatan radiasi kepada dada atau payudara pula menunjukkan rawatan radiasi dalam bentuk sinar-x, MRI dan mammogram melebihi 4 kali dilihat berkemungkinan berperanan sebagai mediator mempercepatkan kerentanan individu untuk mendapat kanser payudara. Seorang (8.3%) informan yang menjalani 3 kali rawatan sinar-x dada dan 1 kali mammogram antara usia 35 hingga 40 tahun didiagnosis dengan kanser payudara pada usia 41 tahun. Kajian juga mendapati 2 orang (16.7%) informan pernah menjalani rawatan radiasi kepada dada melebihi 5 kali semasa menerima rawatan untuk masalah kesihatan yang terdahulu, tidak lebih 5 tahun sebelum mereka didiagnosis dengan kanser payudara. Masing-masing didiagnosis pada usia 35 tahun dan 46 tahun. Terapi radiasi ke kawasan dada mampu meningkatkan risiko individu untuk mendapat kanser payudara (American Cancer Society 2015a). Bahaya pendedahan radiasi berlebihan amat jarang diperkatakan mahupun dipersoalkan dalam masyarakat kita. Penemuan dalam kajian ini menunjukkan ada kepentingan untuk kajian berhubung risiko rawatan radiasi berlebihan diperluaskan kerana pengetahuan umum berhubung isu tersebut giat diperkatakan di

negara Barat tapi amat sedikit diberi penekanan dalam masyarakat kita. Sekiranya pendedahan berlebihan sememangnya berbahaya kepada kesihatan, maklumat dan konsultasi yang tepat perlu diberikan kepada sesiapa sahaja wanita mahupun lelaki yang menjalani rawatan radiasi, supaya setiap individu mengetahui tentang sebarang bentuk risiko yang mungkin dihadapi dalam memilih untuk menerima rawatan-rawatan bagi penyakit yang dihadapi.

Secara keseluruhannya kajian mendapati, interaksi antara faktor risiko gaya hidup dan faktor bioperubatan dilihat memberi gambaran yang lebih jelas berhubung risiko yang dihadapi oleh setiap informan. Terdapat dua orang (16.7%) informan didapati tidak mempunyai sebarang faktor risiko bioperubatan tetapi penelitian data menunjukkan berkemungkinan risiko mereka meningkat disebabkan faktor risiko dalam aspek amalan gaya hidup terdahulu. Didapati semakin banyak faktor risiko yang boleh dikaitkan dengan individu, maka semakin jelas dapat dilihat peningkatan risiko mereka untuk mendapat kanser payudara. Kedua-dua faktor biologi dan bukan biologi dilihat saling berinteraksi dalam meningkatkan risiko individu untuk mendapat kanser payudara. Faktor-faktor risiko gaya hidup dilihat lebih banyak berkemungkinan menyumbang kepada peningkatan risiko dalam kalangan para informan berbanding faktor risiko bioperubatan. Hal tersebut menunjukkan bahawa faktor sosial seperti mana yang dibincangkan dari awal penulisan ini, sememangnya memainkan peranan dalam menyumbang kepada peningkatan risiko individu untuk mendapat kanser payudara.

Selain itu, kajian ini mendapati hampir kesemua informan mempunyai pengetahuan yang rendah berhubung kanser payudara sama ada pengetahuan umum tentang kanser payudara, pengetahuan tentang faktor-faktor risiko kanser payudara, dan pengetahuan tentang kaedah-kaedah saringan kanser payudara dalam kalangan informan adalah pada tahap pengetahuan yang rendah. Hampir kesemua informan juga tidak mengetahui bahawa aspek-aspek gaya hidup yang boleh meningkatkan risiko mereka untuk mendapat kanser payudara. Pengetahuan yang rendah tersebut menyebabkan para informan menanggapi diri mereka selamat dan tidak berisiko untuk

mendapat kanser payudara, seterusnya menyebabkan mereka mengabaikan soal penjagaan kesihatan payudara mereka.

IMPLIKASI DAN SUMBANGAN KAJIAN

Secara umumnya kajian ini berjaya mengemukakan sumbangan ulasan kepustakaan yang terkini berhubung faktor-faktor risiko kanser payudara terutamanya yang berkaitan dengan aspek gaya hidup. Hasil analisis kajian juga dapat membantu memberi kefahaman tentang sejauh mana faktor-faktor risiko kanser payudara dari aspek gaya hidup, dan aspek biologi berkemungkinan berperanan dalam menyumbang kepada peningkatan risiko individu untuk mendapat kanser payudara. Sungguhpun dapatan kajian tidak boleh digeneralisasikan sebagai pernyataan umum, namun hasil tinjauan kajian berjaya memberikan kefahaman mendalam berhubung faktor-faktor risiko dari aspek gaya hidup dan aspek biologi yang berkemungkinan menyumbang kepada peningkatan insiden kanser payudara dalam kalangan wanita Melayu khususnya di Kuala Lumpur.

KESIMPULAN

Daripada keseluruhan analisis dan perbincangan yang dikemukakan di sepanjang penulisan ini, pengkaji melihat bahawa terdapat keperluan yang besar untuk mendidik masyarakat berhubung faktor-faktor risiko kanser payudara dan cara bagaimana untuk mereka mengenalpasti risiko mereka terhadap kanser payudara. Pengetahuan berhubung kedua-dua perkara tersebut akan pasti dapat meningkatkan kesedaran wanita mahupun lelaki untuk lebih mengambil berat berhubung kesihatan payudara mereka dan seterusnya membantu mereka mengamalkan gaya hidup yang mampu mengurangkan risiko terhadap penyakit tersebut.