

Gubuk Cerdik Karya: Pendampingan Survivor Kanker Payudara Dalam Meningkatkan Kualitas Hidup

Lindawati Simorangkir^{1*}, Lilis Novitarum¹, Hetty Gustina Simamora²,
Lamhot Togatorop¹, Hayati Noferwina Telaumbanua¹

¹Program Studi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan, Indonesia

²Program Studi Gizi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan, Indonesia

*Corresponding Author: lindasimorangkir79@gmail.com

ABSTRAK

Komunitas survivor kanker payudara Embrace khawatir akan kekambuhan penyakitnya, tidak menerima diri, tidak ada aktivitas cenderung diam di rumah, memikirkan keadaannya, membutuhkan pengobatan jangka panjang, kehilangan pekerjaan, ditinggalkan suami, membutuhkan perhatian, dan berharap bisa membantu ekonomi keluarga. Tujuan: Memberikan kepada Mitra secara konsisten dan memaksimalkan produk frozen food gubuk cerdas karya sebagai pekerjaan untuk meningkatkan taraf ekonomi dan kualitas hidup. Metode pendekatan yang digunakan ialah Edukasi kesehatan, sosialisasi dan pelatihan, penerapan teknologi, pendampingan, evaluasi dan keberlanjutan program. Hasil dari kegiatan ini produk frozen food sudah memiliki label yakni gubuk cerdas karya, dan pemasaran sudah menggunakan media sosial di face book, instragram, tiktok dan whatsapp. Pendampingan kepada survivor kanker payudara melalui edukasi kesehatan dan pelatihan dapat meningkatkan taraf ekonomi dan kualitas hidup survivor kanker payudara.

Kata kunci: Gubuk Cerdik Karya; Pendampingan Embrace; Survivor Kanker Payudara; Kualitas Hidup

ABSTRACT

The Embrace breast cancer survivor community is worried about the recurrence of their disease, does not accept themselves, has no activity tends to stay at home, thinks about their condition, requires long-term treatment, lost their jobs, abandoned by their husbands, needs attention, and hopes to be able to help the family economy. Objective: Provide partners consistently and maximize frozen food products Hut Pintar Karya as a job to improve the economic level and quality of life. The approach methods used are health education, socialization and training, application of technology, mentoring, evaluation and sustainability of the program. The results of this activity frozen food products already have a label namely Hut Pintar Karya, and marketing has used social media on Facebook, Instagram, TikTok and WhatsApp. Assistance to breast cancer survivors through health education and training can improve the economic level and quality of life of breast cancer survivors.

Keywords: Smart Work Shack; Embrace Assistance; Breast Cancer Survivor; Quality of Life

PENDAHULUAN

Permasalahan kanker payudara merupakan penyebab kematian nomor satu pada wanita di seluruh dunia khususnya di Sumatera Utara. Data Riskesdas tahun 2018 (Riskesdas, 2018) prevalensi kanker di Sumatera Utara berada pada 1,55 per 1.000 penduduk. Menurut Hasil Sistem Informasi Sehat IndonesiaKu tahun 2023 (Kemenkes RI, 2023) deteksi dini kanker payudara di Sumatera Utara berada pada 16,02 per 1.000 penduduk. Penyakit kanker payudara akan menurunkan kualitas hidup, karena payudara merupakan mahkota yang dimilikinya (Ramdiani dkk, 2020). Kualitas hidup

seseorang sangat tergantung kepada persepsinya terhadap tujuan hidupnya (Tarigan, 2013).

Kondisi mitra sasaran baik dari segi potensi komunitas survivor kanker payudara Embrace adalah kumpulan beberapa orang terdiagnosa kanker payudara dan sudah menjalani terapi pengobatan secara teratur dan lebih dari 5 tahun bebas dari metastase. Kelompok mitra khawatir akan kekambuhan penyakitnya, tidak menerima diri, tidak ada aktivitas cenderung diam di rumah, memikirkan keadaannya, kurang mampu menggunakan media sosial, membutuhkan pengobatan jangka panjang, kehilangan pekerjaan, ditinggalkan suami, membutuhkan perhatian, dan berharap bisa membantu ekonomi keluarga.

Hasil wawancara kepada salah satu survivor kanker payudara ibu E. Simatupang mengatakan *Embrace* mengatur sesama teman kanker payudara dengan menggunakan waktu luang dengan berjualan *frozen food* (*Chocolate banana roll*, *Crispy sweet potato rolls*, *dimsum*). Diperlukan adanya kegiatan untuk meningkatkan kualitas hidup, mengurangi dampak sosial dan ekonomi akibat penyakit kanker payudara di survivor kanker payudara *Embrace Helvetia* yang mengacu pada arahan menteri kesehatan Republik Indonesia terhadap penanggulangan kanker payudara di Indonesia yang dituangkan dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 29 Tahun 2019 tentang Penanggulangan Kanker Payudara (Kemenkes, 2017).

Kegiatan ibu rumah tangga dengan intensitas yang lebih tinggi secara signifikan mengurangi risiko kanker payudara (Hasnida et al., 2023) kegiatan fisik memiliki efek positif pada setiap aspek evolusi kanker payudara, pencegahan, perawatan medis, dan pengaturan klinis setelah perawatan (Adraskela et al., 2017). Ketidakkampuan menerima kondisi dirinya sendiri dapat mengganggu kemampuan untuk beradaptasi dengan transformasi pada fungsi tubuh, hal ini mempengaruhi kualitas hidup survivor kanker payudara (Dan et al., 2021). Untuk meningkatkan kualitas hidup pasien kanker payudara membutuhkan terapi aktifitas (Purnama, T., Rasipin, R., Santoso, 2019). Terapi aktifitas memiliki efek positif dalam mengurangi hari cuti sakit dan periode untuk kembali bekerja bagi para survivor kanker payudara (Stehle et al., 2022). Terapi aktifitas pasien kanker berhasil harus bekerja sama dengan komunitas untuk meningkatkan kemampuan, keterlibatan dalam aktivitas yang mereka inginkan, dengan meningkatkan kapasitas fisik, memodifikasi aktivitas atau lingkungan (Rijpkema et al., 2018).

Survivor kanker payudara juga mengalami perubahan sosial, oleh sebab itu perlu dukungan sosial yang diberikan oleh kerabat terdekat dan tenaga kesehatan (Access, 2023) Simpati dan perhatian yang diberikan dapat mempengaruhi pandangan survivor kanker payudara terhadap kehidupannya setelah menjalani pengobatan (Roma, 2019). Dukungan perawat yang dibutuhkan oleh survivor kanker payudara ialah membangun support sistem untuk menumbuhkan harapan dan membangun tujuan hidup yang realitis realitis (11, (Lubis et al., 2022))

Tujuan Pelaksanaan Kegiatan: Meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan sikap kelompok survivor kanker payudara meningkatkan kualitas hidup dengan metode Gubuk Cerdik Karya. Memberdayakan survivor kanker payudara dalam pemasaran *frozen food* gubuk cerdas karya makanan yang sehat bergizi, sebagai upaya meningkatkan kualitas hidup survivor kanker payudara *embrace* di *Helvetia*. Solusi dan Target Luaran: Dalam kondisi penyakit terminal, maka sebaiknya dipersiapkan psikologis dan ketrampilan yang dapat mendukung kemandirian survivor dalam mencukupi kebutuhannya. Target luaran dari pengabdian kepada masyarakat ini terdiri atas luaran wajib yaitu artikel publikasi tersinta (S4), tulisan pada harian *compas*, video dan Haki.

METODE

Metode pendekatan yang digunakan ialah edukasi kesehatan, sosialisasi dan pelatihan, penerapan teknologi, pendampingan, evaluasi dan keberlanjutan program. Metode dan tahapan dalam program Kemitraan Kepada Masyarakat, mulai dari identifikasi kebutuhan mitra, perancangan, pelatihan, pendampingan, dan desiminasi teknologi kepada masyarakat/mitra.

Peserta adalah Survivor kanker payudara embrace Gg. Baru No. 5 Tj. Kusta, Kec. Medan Helvetia, Kota Medan sebanyak 7 orang.

Tabel 1. Kegiatan yang telah dilaksanakan

No	Waktu	Kegiatan
1	20-9-2025	Melakukan kunjungan ke Ketua Survivor kanker payudara Embrace untuk perizinan dan melaporkan kegiatan yang akan dilakukan
2	28-9-2025	Melakukan perkenalan tim PKM dan melakukan pre tes pengetahuan survivor kanker payudara tentang cara mengatasi masalah psikologis.
3	04-10-2025	Kegiatan 4 : memberikan penyuluhan dan pendampingan mengatasi masalah psikologis survivor kanker payudara
4	08-10-2025	Kegiatan 5-6: melakukan sosialisasi dan pelatihan pengemasan frozen food yang menarik kepada survivor kanker payudara
5	11-10-2025	Kegiatan 7-8 : Melakukan label produk frozen food gubuk cerdas karya meliputi nama produk, keterangan bahan yang digunakan, berat bersih, tanggal kadaluarsa pangan, dan penyimpanan
6	15-10-2025	Kegiatan 8-9: Melakukan sosialisasi dan pelatihan pemasaran E-marketing
7	19-10-2025	Kegiatan 10 : Melakukan post test kepada para survivor kanker payudara dan pendampingan pemasaran E-marketing.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PkM ini ditujukan terhadap Survivor kanker payudara embrace Gg. Baru No. 5 Tj. Kusta, Kec. Medan Helvetia, Kota Medan. Produk frozen food belum memiliki label. Tim PkM berdiskusi dengan kelompok survivor kanker payudara maka disepakati design labeling dengan nama Gubuk Cerdik Karya yang akan digunakan sebagai branding produk survivor kanker payudara, dan kemasan didisign dengan menarik.

Pemberian labeling dapat membantu membedakan produk dari orang lain, dan meningkatkan kepercayaan konsumen terhadap kualitas produk, dan memenuhi standar regulasi yang berlaku (Amelia, R., Ayuni, T. W., & Nasib, N. (2024). Labeling produk juga memberikan informasi penting mengenai isi produk dan sebagai sarana komunikasi antara produsen dan konsumen (Rusminah, H. S., Ilhamudin, M., & Suryatni, M. (2025).

Dari hasil wawancara diketahui bahwa produk frozen food belum ada label. Hal tersebut menyulitkan mereka untuk mengembangkan usahanya. Pendampingan dilakukan dengan membuat design labeling pada produk frozen food yang sesuai dengan keinginan survivor kanker payudara. Labeling sangat penting untuk menarik daya beli pembeli terhadap suatu produk. Dengan membuat label kemasan frozen food gubuk cerdas karya menjadi memiliki ciri khas, membedakan dengan produk lainnya, dan membuat identitas produk tersebut terhadap pembeli.



Crispy sweet potato roll

Chocolate banana roll

Gambar 1. Produk frozen food survivor kanker payudara embrace sebelum pendampungan



Gambar 2. Label frozen food gubuk cerdas karya survivor kanker payudara embrace

Pendampungan selanjutnya pemasaran E-Marketing di media sosial (face book, instagram dan whatsapp). Pemasaran E-marketing dengan mengoptimalkan penggunaan Facebook dan WhatsApp dalam mengelola dan menjalankan bisnis dapat memperluas jangkauan pemasaran produk serta menaikan trafik penjualan (Kumalasari, A., Ardiyansyah, M. F., Wulandari, M., & Safitri, S. D. (2025). Pemanfaatan media sosial membawa perubahan signifikan dalam distribusi serta meningkatkan akses pasar dan pendapatan petani (Pardede, G. I. (2025).

Kegiatan selanjutnya memberikan pendampungan pembuatan akun sosial media dengan mengajak mitra untuk langsung mengunggah foto frozen food gubuk cerdas karya pada face book, instragram yang menarik, sehingga dapat memberi dampak positif kepada konsumen

Evaluasi pelatihan diberikan untuk mengetahui tingkat kepuasan peserta pelatihan terhadap materi pelatihan yang diberikan. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa peserta merasa sangat puas terhadap materi pelatihan label dan akun sosial media untuk strategi pemasaran. Peserta pelatihan sangat puas terhadap suasana pelatihan ditunjukkan dengan hasil 80% sangat puas dan 20% puas.



Gambar 4. Kegiatan pendampingan gubuk cerdas karya

KESIMPULAN

Untuk dapat meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan survivor kanker payudara embrace dengan memberikan pelatihan dan pendampingan dalam pengemasan, labeling, dan pemasaran E-Marketing dengan menggunakan media sosial (face book, Instagram, tiktok, dan whatsapp).

Labeling ialah pemberian suatu identitas atau nama kepada suatu produk untuk membagikan informasi penting tentang produk tersebut. Media sosial menyediakan flafom untuk pembelian dan penjualan barang dan jasa melalui jaringan elektronik seperti internet.

Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh tim pengabdian ini, dinilai positif dan bermanfaat, karena sangat relevan dengan kebutuhan mitra. Mitra berharap kegiatan ini terus dilakukan pendampingan, agar usaha produk frozen food gubuk cerdas karya dapat terus berkembang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Kemdikbudristek melalui Ditjen Diktiristek dan yang telah menyetujui kegiatan pengabdian ini untuk didanai hingga dapat terselesaikan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Access, O. (2023). *Open Access*. 6(8), 1495–1500.
- Adraskela, K., Veisaki, E., Koutsilieris, M., & Philippou, A. (2017). Physical Exercise Positively Influences Breast Cancer Evolution. *Clinical Breast Cancer*, 17(6), 408–417. <https://doi.org/10.1016/j.clbc.2017.05.003>
- Dan, O., R sud, K., & Johanes, P. W. Z. (2021). *Marlin nau 2021*. 5.
- Hasnida, Lubis, N. L., Lubis, R. D., & Novitarum, L. (2023). Improving the Quality of Life by Utilizing Social Media as a Media for Marketing Activity Therapy Product of Breast Cancer Survivor in Medan City. *ABDIMAS TALENTA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 8(1), 454–464. <https://doi.org/10.32734/abdimestalenta.v8i1.9683>
- Kemendes. (2017). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 29 Tahun 2017 tentang Penanggulangan Kanker Payudara dan Kanker Leher Rahim.

- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia*, 1–40.
- Kemenkes RI. (2023). Ditjen P2P Laporan Kinerja Semester I Tahun 2023. In *kemenkes RI*.
- Lubis, N. L., Hasnida, H., & Novitarum, L. (2022). Develop Webinar-Based Empowerment to Increase Optimism of Breast Cancer Survivors. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 10(E), 1–6. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.10108>
- Purnama, T., Rasipin, R., Santoso, B. (2019). *Pengaruh Pelatihan Tedi's Behavior Change Model pada Guru dan Orang Tua terhadap Keterampilan Menggosok Gigi Anak Prasekolah. Quality: Jurnal Kesehatan*. 13(2), 75–81.
- Ramdiani, D., Yulita, I., Sasongko, B. G., Purnama, T. (2020). *Required Treatment Index (RTI) Pada Pasien Dewasa di Klinik Dokter Gigi Tjang Riyanto Cahyadi Kota Bogor. JDHT Journal of Dental Hygiene and Therapy*. 1(2), 55–60.
- Rijpkema, C., Van Hartingsveldt, M., & Stuiver, M. M. (2018). Occupational therapy in cancer rehabilitation: going beyond physical function in enabling activity and participation. *Expert Review of Quality of Life in Cancer Care*, 3(1), 1–3. <https://doi.org/10.1080/23809000.2018.1438844>
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes* (p. hal 156).
- Roma, S. (2019). Pengalaman psikososial pasien kanker payudara yang menjalani terapi kemoterapi di BLUD dr. Zainoel Abidin Banda Aceh. *Jurnal Keperawatan Priority*, 2(1), 17–32.
- Stehle, L., Hoosain, M., & Van Niekerk, L. (2022). A systematic review of work-related interventions for breast cancer survivors: Potential contribution of occupational therapists. *Work*, 72(1), 59–73. <https://doi.org/10.3233/WOR-210053>
- Tarigan, R. (2013). *Karies gigi*. EGC.
- Tumanggor, L. S. (2021). Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Kemoterapi. *JKM (Jurnal Kesehatan Masyarakat) Cendekia Utama, January 2016*.