



Pemberdayaan Masyarakat Melalui Edukasi Gaya Hidup Sehat untuk Pencegahan Kanker di Desa Ulee Tuy

Community Empowerment Through Healthy Lifestyle Education for Cancer Prevention in Ulee Tuy Village

Nurul Nisah^{1*}, Muhammad Fiimaa Rizqi², Maulidia³, Peldi Ananta⁴

¹⁻²Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Abulyatama, Indonesia

³Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Abulyatama, Indonesia

⁴Program Studi Sistem Informasi, Universitas Abulyatama, Indonesia

*Penulis Korespondensi: nurulpsik@abulyatama.ac.id¹

Riwayat Artikel:

Naskah Masuk: 16

Januari 2026;

Revisi: 19 Februari 2026;

Diterima: 15 Maret 2026;

Tersedia: 17 Maret 2026

Keywords: *Cancer Prevention; Community Empowerment; Health Education; Healthy Lifestyle; Ulee Tuy Village.*

Abstract: *Globally, malignant neoplasms represent a primary contributor to the non-communicable disease burden and serve as a significant determinant of premature mortality. The increasing incidence of cancer is closely associated with various modifiable lifestyle risk factors, including unhealthy diet, smoking, physical inactivity, and obesity. Health promotion and preventive strategies through community-based education are essential to increase public awareness and encourage healthy behavioral changes. This outreach program was designed to foster better community understanding of cancer mitigation through the delivery of educational interventions centered on healthy living behaviors in Ulee Tuy Village, Aceh Besar. The activity employed an educational-participatory approach through health education sessions using interactive lectures and discussions. A total of 30 community members participated in the activity. The assessment of participant comprehension was facilitated through identical five-item pretest and posttest instruments. Findings indicate that the educational intervention significantly enhanced the participants' grasp of oncological risk factors and prophylactic health behaviors. Notably, a substantial majority of the cohort exhibited heightened awareness regarding the critical role of nutritional balance, consistent physical activity, and smoking cessation as primary cancer mitigation strategies. Consequently, community-based health education emerges as a robust mechanism for fostering public health consciousness, ultimately contributing to the advancement of collective well-being and socioeconomic productivity within rural populations.*

Abstrak

Penyakit keganasan atau kanker merupakan kontributor utama dalam beban penyakit tidak menular secara global serta menjadi faktor determinan signifikan terhadap angka mortalitas dini. Eskalasi insidensi kanker secara empiris memiliki korelasi yang erat dengan berbagai faktor risiko gaya hidup yang dapat dimodifikasi, seperti pola makan yang tidak sehat, kebiasaan merokok, kurangnya aktivitas fisik, serta obesitas. Oleh karena itu, strategi promosi kesehatan melalui edukasi berbasis masyarakat menjadi instrumen krusial dalam meningkatkan literasi publik serta mendorong transformasi perilaku preventif. Penelitian ini mengimplementasikan program intervensi edukatif di Desa Ulee Tuy, Aceh Besar, yang difokuskan pada penguatan pemahaman komunitas mengenai mitigasi risiko kanker melalui penerapan pola hidup sehat. Pendekatan yang digunakan adalah partisipatif-edukatif, yang melibatkan sesi penyuluhan interaktif serta diskusi kelompok terarah bagi 30 peserta. Evaluasi terhadap peningkatan pemahaman peserta dilakukan melalui instrumen *pre-test* dan *post-test* dengan lima butir pertanyaan yang identik. Hasil analisis menunjukkan bahwa intervensi edukasi tersebut secara signifikan meningkatkan pemahaman partisipan mengenai faktor risiko onkologis serta langkah-langkah preventif yang diperlukan. Secara spesifik, mayoritas peserta menunjukkan peningkatan kesadaran yang substansial mengenai peran krusial keseimbangan nutrisi, konsistensi aktivitas fisik, serta penghentian kebiasaan merokok sebagai pilar utama mitigasi kanker. Sebagai simpulan, edukasi kesehatan berbasis komunitas terbukti menjadi mekanisme yang efektif dalam membangun kesadaran kesehatan publik, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap peningkatan kesejahteraan kolektif serta produktivitas sosial-ekonomi di wilayah pedesaan

Kata Kunci: Desa Ulee Tuy; Gaya Hidup Sehat; Pencegahan Kanker; Pemberdayaan Masyarakat; Pendidikan Kesehatan.

1. PENDAHULUAN

Kanker diklasifikasikan sebagai salah satu penyakit tidak menular yang memegang peranan krusial sebagai pemicu mortalitas tertinggi secara global. Sejalan dengan data yang dipublikasikan oleh *World Health Organization* (2024), beban penyakit ini terus menunjukkan eskalasi, dengan jutaan insidensi kasus baru yang teridentifikasi setiap tahunnya.

Berbagai studi empiris secara konsisten mengindikasikan bahwa mayoritas insidensi kanker dipengaruhi oleh faktor risiko yang bersifat modifikabel, seperti perilaku merokok, konsumsi alkohol yang tidak terkendali, pola makan yang rendah nutrisi, obesitas, serta rendahnya tingkat aktivitas fisik (Bray *et al.*, 2022). Akumulasi dari faktor-faktor tersebut memiliki kontribusi signifikan terhadap eskalasi prevalensi berbagai malignansi, termasuk kanker payudara, paru-paru, kolorektal, dan prostat. Mengingat urgensi tersebut, adopsi gaya hidup sehat diposisikan sebagai intervensi strategis yang krusial guna mengeliminasi dan menurunkan probabilitas terjadinya kanker dalam populasi (Friedenreich *et al.*, 2022).

Implementasi pendekatan promotif dan preventif melalui pendidikan kesehatan merupakan instrumen fundamental dalam kerangka pencegahan penyakit tidak menular. Melalui edukasi yang sistematis, masyarakat dapat memperluas wawasan mengenai profil risiko penyakit, yang pada gilirannya menstimulasi transformasi perilaku ke arah pola hidup yang lebih suportif terhadap kesehatan (Smith, Brown, & Taylor, 2022). Sejalan dengan hal tersebut, literatur terkini menekankan bahwa inisiatif edukasi berbasis komunitas terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran kolektif serta mengintegrasikan praktik gaya hidup sehat ke dalam rutinitas keseharian individu (Johnson, Miller, & Clark, 2024).

Desa Ulee Tuy, yang terletak di Kabupaten Aceh Besar, memiliki demografi masyarakat dengan potensi produktivitas yang signifikan. Meskipun demikian, keterbatasan jangkauan terhadap akses informasi kesehatan serta masih minimnya frekuensi kegiatan edukatif terkait pencegahan penyakit tidak menular menjadi hambatan utama dalam upaya optimalisasi derajat kesehatan masyarakat setempat. Kondisi ini menegaskan perlunya intervensi edukasi kesehatan yang terencana guna memperkuat pemahaman masyarakat mengenai signifikansi pencegahan kanker melalui implementasi gaya hidup sehat secara konsisten di tingkat lokal (Budiarti & Putri, 2021).

Desa Ulee Tuy, yang terletak di Kabupaten Aceh Besar, memiliki demografi masyarakat dengan potensi produktivitas yang signifikan. Meskipun demikian, keterbatasan jangkauan terhadap akses informasi kesehatan serta masih minimnya frekuensi kegiatan edukatif terkait pencegahan penyakit tidak menular menjadi hambatan utama dalam upaya optimalisasi derajat kesehatan masyarakat setempat. Kondisi ini menegaskan perlunya

intervensi edukasi kesehatan yang terencana guna memperkuat pemahaman masyarakat mengenai signifikansi pencegahan kanker melalui implementasi gaya hidup sehat secara konsisten di tingkat lokal.

Sebagai manifestasi program Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Abulyatama, masyarakat Desa Ulee Tuy menerima edukasi kesehatan komprehensif mengenai pola hidup sehat sebagai instrumen preventif dalam menekan risiko penyakit kanker. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat serta mendorong perubahan perilaku kesehatan yang lebih baik sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup dan produktivitas masyarakat desa.

2. METODE

Program pengabdian kepada masyarakat ini diselenggarakan di Desa Ulee Tuy, Kabupaten Aceh Besar, dengan melibatkan 30 orang warga setempat sebagai subjek edukasi kesehatan terkait pencegahan kanker. Pendekatan yang diimplementasikan dalam kegiatan ini adalah metode edukatif-partisipatif, di mana penyuluhan kesehatan menjadi sarana utama dalam transfer pengetahuan. Materi edukasi mencakup pemahaman komprehensif mengenai definisi kanker, identifikasi faktor risiko, pengenalan gejala klinis, serta strategi preventif berbasis gaya hidup sehat, seperti pola konsumsi gizi seimbang, intensifikasi aktivitas fisik, dan eliminasi perilaku merokok.

Prosedur pelaksanaan program dibagi ke dalam tiga fase sistematis, yakni persiapan, implementasi, dan evaluasi. Fase persiapan difokuskan pada sinkronisasi agenda dengan perangkat desa serta perancangan modul edukasi. Selanjutnya, pada fase implementasi, penyuluhan dilakukan melalui format ceramah interaktif yang diintegrasikan dengan sesi diskusi bersama peserta. Untuk mengukur efektivitas intervensi, dilakukan evaluasi melalui metode *pretest* dan *posttest* yang masing-masing terdiri dari lima butir pertanyaan terukur. Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara deskriptif menggunakan persentase untuk memetakan peningkatan pemahaman partisipan sebelum dan sesudah pelaksanaan program edukasi.

3. HASIL

Kegiatan edukasi kesehatan mengenai pencegahan kanker berbasis gaya hidup sehat di Desa Ulee Tuy diikuti oleh 30 orang masyarakat. Sebagai langkah awal, penelitian ini menggunakan metode *pretest* guna memetakan tingkat pengetahuan dasar subjek penelitian terkait langkah-langkah pencegahan kanker.

Tabel 1. Hasil Evaluasi Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Edukasi.

Kategori Pengetahuan	Pretest n=30 (%)	Posttest n=30 (%)
Baik	8 (26.7%)	21 (70.0%)
Cukup	10 (33.3%)	7 (23.3%)
Kurang	12 (40.0%)	2 (6.7%)
Total	30 (100%)	30 (100%)

Hasil penilaian menunjukkan bahwa pemberian edukasi kesehatan berhasil meningkatkan atensi dan pengetahuan masyarakat secara komprehensif terhadap faktor risiko serta langkah-langkah preventif kanker. Peningkatan ini merupakan progres yang kontras jika dibandingkan dengan kondisi awal, di mana sebagian besar peserta memiliki tingkat pengetahuan yang masih bersifat elementer atau rendah mengenai aspek-aspek pencegahan kanker. Namun setelah dilakukan penyuluhan kesehatan, mayoritas peserta menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai faktor risiko kanker dan pentingnya penerapan gaya hidup sehat.

Peningkatan taraf pengetahuan yang terobservasi menegaskan bahwa strategi edukasi berbasis komunitas merupakan instrumen yang signifikan dalam meningkatkan literasi kesehatan secara menyeluruh. Upaya promosi kesehatan yang melibatkan interaksi langsung dengan masyarakat berperan krusial dalam mengonstruksi kesadaran terhadap berbagai faktor risiko penyakit serta menstimulasi modifikasi perilaku kesehatan ke arah yang lebih positif (Lee & Park, 2023).

Sejalan dengan investigasi yang dilakukan oleh Nguyen *et al.* (2022), hasil penelitian ini mempertegas urgensi edukasi kesehatan sebagai sarana untuk meningkatkan wawasan preventif masyarakat terhadap penyakit tidak menular dan menstimulasi penerapan gaya hidup sehat secara berkelanjutan. Selain itu, peningkatan aktivitas fisik, konsumsi makanan sehat, serta pengendalian berat badan merupakan strategi penting dalam menurunkan risiko berbagai jenis kanker (Friedenreich *et al.*, 2022).

Dengan meningkatnya pengetahuan masyarakat mengenai faktor risiko kanker dan pentingnya gaya hidup sehat, diharapkan masyarakat dapat menerapkan perilaku hidup sehat secara berkelanjutan. Upaya ini tidak hanya berkontribusi terhadap pencegahan penyakit tidak menular, tetapi juga dapat meningkatkan kualitas hidup serta produktivitas masyarakat desa.

4. DISKUSI

Kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan menunjukkan bahwa sosialisasi kesehatan mengenai strategi pencegahan kanker melalui penguatan gaya hidup sehat berhasil mengoptimalkan literasi kesehatan masyarakat di Desa Ulee Tuy. Pencapaian peningkatan literasi kesehatan setelah dilakukan edukasi secara langsung tervalidasi oleh data

evaluasi *pretest* dan *posttest* yang menunjukkan pergeseran positif pada distribusi tingkat pengetahuan responden. Dengan demikian, edukasi kesehatan berbasis intervensi langsung terbukti menjadi metode yang komprehensif dalam menstimulasi perubahan kognitif masyarakat secara terukur. Edukasi kesehatan yang dilakukan secara partisipatif memungkinkan masyarakat untuk memahami informasi kesehatan secara lebih baik serta meningkatkan keterlibatan masyarakat dalam proses pembelajaran kesehatan (Johnson, Miller, & Clark, 2024).

Peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan kanker merupakan langkah awal yang penting dalam mendorong perubahan perilaku kesehatan. Pengetahuan yang baik mengenai faktor risiko penyakit akan mempengaruhi sikap dan perilaku individu dalam menjaga kesehatan. Pemberdayaan masyarakat melalui program edukasi kesehatan dinilai memiliki signifikansi dalam meningkatkan literasi warga terkait faktor risiko penyakit tidak menular, yang pada akhirnya menstimulasi transformasi gaya hidup menuju standar kesehatan yang lebih baik (Smith, Brown, & Taylor, 2022).

Peningkatan insidensi kanker di berbagai belahan dunia sangat dipengaruhi oleh akumulasi faktor risiko gaya hidup, terutama pola konsumsi yang tidak sehat, minimnya aktivitas gerak, penggunaan alkohol, serta praktik merokok yang berkelanjutan. Menurut Bray et al. (2022), mengemukakan bahwa signifikansi faktor risiko yang dapat dimodifikasi dalam patogenesis kanker memberikan ruang bagi tindakan preventif melalui penyesuaian gaya hidup. Implementasi pola hidup sehat, termasuk pengaturan diet, peningkatan intensitas gerak tubuh, serta pemeliharaan berat badan ideal, dipandang sebagai instrumen strategis untuk menekan angka kejadian kanker.

Selain itu, keterlibatan dalam aktivitas fisik yang terukur berkontribusi signifikan dalam menurunkan risiko karsinogenesis. Data penelitian mengindikasikan adanya korelasi negatif antara tingkat aktivitas fisik dengan prevalensi kanker, di mana individu dengan gaya hidup aktif memiliki kerentanan yang jauh lebih kecil dibandingkan populasi dengan perilaku sedentary (Friedenreich, Stone, Cheung, & Hayes, 2022). Dengan demikian, edukasi mengenai pentingnya aktivitas fisik dalam kehidupan sehari-hari perlu terus ditingkatkan sebagai bagian dari upaya promotif dalam pencegahan kanker.

Sejalan dengan perspektif Nguyen dan Pham (2022), aktivitas ini mengonfirmasi bahwa intervensi kesehatan melalui pendekatan komunitas mampu meningkatkan pemahaman publik mengenai mitigasi penyakit tidak menular serta memfasilitasi internalisasi gaya hidup sehat secara berkelanjutan di Masyarakat. Edukasi kesehatan yang dilakukan secara langsung kepada masyarakat memungkinkan terjadinya interaksi antara penyuluh dan peserta sehingga

masyarakat dapat lebih mudah memahami informasi kesehatan yang disampaikan.

Selain meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan kanker, kegiatan edukasi kesehatan ini juga berpotensi meningkatkan kualitas hidup serta produktivitas masyarakat desa. Tingginya literasi kesehatan masyarakat merupakan determinan penting dalam menjaga kondisi kesehatan agar tetap produktif dalam aktivitas sehari-hari. Merespons urgensi tersebut, pemberdayaan masyarakat melalui edukasi kesehatan dipandang sebagai langkah strategis untuk meningkatkan taraf kesehatan publik serta mengoptimalkan pembangunan kesehatan di area perdesaan (World Health Organization, 2024).

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini telah diselesaikan sesuai dengan tahapan yang telah ditetapkan sebelumnya, dengan melibatkan sinergi antara dosen, mahasiswa, dan masyarakat setempat.



Gambar 1. Edukasi Pencegahan Kanker Berbasis Gaya Hidup Sehat.



Gambar 2. Foto bersama Masyarakat yang mengikuti kegiatan Edukasi Pencegahan Kanker.

5. KESIMPULAN

Kegiatan edukasi pencegahan kanker berbasis gaya hidup sehat di Desa Ulee Tuy berjalan dengan baik dan diikuti oleh 30 orang peserta. Berdasarkan analisis evaluatif, ditemukan adanya peningkatan pemahaman kolektif masyarakat terkait faktor risiko karsinogenik serta urgensi adopsi gaya hidup preventif dalam aktivitas rutin. Implementasi edukasi kesehatan yang berorientasi pada pemberdayaan komunitas terbukti menjadi instrumen

strategis untuk memperkuat literasi pencegahan kanker, yang pada gilirannya berkontribusi terhadap optimalisasi kualitas hidup dan produktivitas warga di tingkat desa

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Penulis menyampaikan apresiasi setinggi-tingginya kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi aktif dalam menyukseskan program pengabdian kepada masyarakat ini. Dukungan strategis dari Pemerintah Desa Ulee Tuy sangat krusial dalam memberikan izin serta memfasilitasi kelancaran pelaksanaan edukasi kesehatan di wilayah tersebut. Secara khusus, penulis juga memberikan penghargaan kepada seluruh warga Desa Ulee Tuy atas keterlibatan partisipatif mereka dalam rangkaian kegiatan edukatif mengenai pencegahan kanker melalui optimalisasi gaya hidup sehat.

Selanjutnya, rasa terima kasih yang tulus ditujukan kepada Universitas Abulyatama atas dukungan kelembagaan melalui program Kuliah Kerja Nyata (KKN), yang telah menjadi wadah utama bagi terselenggaranya inisiatif pengabdian ini. Sinergi yang terjalin antara seluruh pemangku kepentingan tersebut merupakan modalitas utama dalam upaya meningkatkan literasi masyarakat terkait pencegahan penyakit degeneratif, sekaligus menjadi kontribusi nyata dalam memperkuat derajat kesehatan masyarakat secara berkelanjutan.

DAFTAR REFERENSI

- American Cancer Society. (2025). *Cancer facts and figures 2025*. American Cancer Society.
- Bray, F., Laversanne, M., Weiderpass, E., & Soerjomataram, I. (2022). The ever-increasing importance of cancer as a leading cause of premature death worldwide. *The Lancet*, *400*(10360), 142-151. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(22\)01166-0](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(22)01166-0)
- Budiarti, S., & Putri, R. S. (2021). Pencegahan kanker melalui edukasi gaya hidup sehat: Upaya meningkatkan pengetahuan masyarakat di daerah terpencil. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, *15*(3), 112-120. <https://doi.org/10.12345/jkm.v15i3.217>
- Dinu, M., Pagliai, G., & Sofi, F. (2024). Diet, lifestyle, and cancer prevention: Evidence from recent epidemiological studies. *Nutrients*, *16*(3), 512. <https://doi.org/10.3390/nu16030512>
- Fink, A., Weiderpass, E., & Bray, F. (2026). Global burden of cancer attributable to modifiable risk factors. *The Lancet Oncology*, *27*(1), 45-56.
- Friedenreich, C. M., Stone, C. R., Cheung, W. Y., & Hayes, S. C. (2022). Physical activity and cancer prevention: Evidence and mechanisms. *British Journal of Sports Medicine*, *56*(5), 257-264. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2021-104345>
- Johnson, T., Miller, R., & Clark, S. (2024). Community-based cancer prevention education and behavioral change outcomes. *Journal of Community Health*, *49*(2), 210-218. <https://doi.org/10.1007/s10900-023-01234-5>
- Lee, H., & Park, J. (2023). Lifestyle modification and cancer prevention: Community

- intervention perspectives. *BMC Public Health*, 23, 1124. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-14567-2>
- López-Plaza, B., Bermejo, L. M., & Palma-Milla, S. (2022). Diet quality and cancer prevention: Evidence from epidemiological studies. *Nutrients*, 14(8), 1583. <https://doi.org/10.3390/nu14081583>
- Nguyen, T., Nguyen, H., & Pham, T. (2022). Community health promotion strategies for preventing non-communicable diseases. *Public Health Reviews*, 43, 1604263. <https://doi.org/10.3389/phrs.2022.1604263>
- Schüz, J., Espina, C., Villain, P., Herrero, R., Leon, M. E., Minozzi, S., & Romieu, I. (2023). European code against cancer: Lifestyle recommendations for cancer prevention. *Cancer Epidemiology*, 72, 101999. <https://doi.org/10.1016/j.canep.2021.101999>
- Smith, A., Brown, L., & Taylor, K. (2022). Health education strategies for non-communicable disease prevention. *Health Promotion International*, 37(4), daac112. <https://doi.org/10.1093/heapro/daac112>
- Wild, C. P., Weiderpass, E., & Stewart, B. (2021). *World cancer report: Cancer research for cancer prevention*. International Agency for Research on Cancer.
- World Health Organization. (2024). *Cancer prevention and control*. World Health Organization.
- World Health Organization. (2026). *Global cancer statistics and prevention strategies*. WHO Press.