

KONSUMSI KEDELAI MENURUNKAN FAKTOR RESIKO KANKER PAYUDARA

Yuniastini dan Purwati
Poltekkes Tanjung Karang

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor resiko kanker payudara yang berhubungan dengan konsumsi kedelai. Pada tahap pendahuluan, peneliti mendapatkan data, bahwa kanker payudara merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan masyarakat. Hingga akhir tahun 2020, ada 7,8 juta wanita hidup yang didiagnosis kanker payudara dalam 5 tahun terakhir, sehingga menjadikannya sebagai kanker paling umum di dunia. Di Indonesia, tahun 2020, jumlah kasus baru kanker payudara sebanyak 65.856 (16,6%) dari semua kanker dari berbagai usia dan jenis kelamin. Sampai saat ini, belum diketahui penyebab pasti dari kanker tersebut, sehingga harus diamati faktor resiko apa yang dapat menurunkan angka kejadian. Beberapa penelitian mengungkapkan angka kejadian kanker payudara lebih rendah pada wanita dengan konsumsi kedelai tinggi.

Metode, jenis penelitian observasi. Desain case control. Jumlah sampel sebanyak 300 orang yang terdiri dari 150 wanita penderita kanker payudara dan 150 wanita tidak pernah menderita kanker payudara. Tempat penelitian di Lampung, RSUD H.Abdoel Muluk dan RSUD. Jend. Ahmad Yani Metro, provinsi Lampung. Teknik pengumpulan data dokumentasi dan wawancara langsung serta pertelepon.

Hasil, 58,7% penderita kanker payudara berusia kurang dari 49 tahun, 41,3% berusia > 49 tahun. Termuda 24 tahun. Tertua 77 tahun. 94,7% berstatus menikah. 66,7% mempunyai anak 2 dan 3 orang. 44% wanita yang sering konsumsi kedelai 'menderita kanker payudara. 59,3 % wanita yang sering konsumsi kedelai 'tidak menderita kanker payudara. Hasil uji chi square didapatkan ($p = 0,013$; $\alpha = 0,05$), artinya ada perbedaan dalam konsumsi kedelai antara penderita kanker payudara dan tidak penderita kanker payudara.

Nilai OR ditunjukkan dengan nilai 'Estimate' 1.859 yang berarti : wanita yang jarang mengonsumsi kedelai lebih beresiko 1.859 kali lipat dari pada yang sering mengonsumsi kedelai Rentang OR (1.162- 2.974) artinya setidaknya wanita yang jarang mengonsumsi kedelai sekurang-kurangnya lebih beresiko sebesar 1.162 kali lipat dapat menderita kanker payudara dan paling besar lebih beresiko sebesar 2.974 kali lipat dapat menderita kanker.

Diskusi, kanker payudara adalah tumor (benjolan abnormal), bersifat ganas dan tumbuh dalam jaringan payudara yang meliputi kelenjar susu, saluran kelenjar, dan jaringan penunjang payudara (jaringan lemak, maupun jaringan ikat payudara), tidak termasuk kulit. Tumor ini dapat pula metastase ke bagian lain di seluruh tubuh. Lokasi paling sering terjadinya metastasis pada kanker payudara yaitu paru dan pleura (15-20%), tulang (20-60%), hati (5-15%), otak (5-10%) dan metastasis lokal/regional (20- 40%).

Konsumsi kedelai dapat menurunkan resiko kanker payudara. Menurut Karyasa I Wayan Dwija dkk (2014) yang meneliti faktor risiko dan asupan isoflavon pada pasien kanker payudara. Hasil analisis penelitian tersebut, mengungkapkan, orang yang memiliki asupan isoflavon kurang (<30mg/hari), memiliki risiko 2,85 kali lebih besar untuk menderita kanker payudara dibandingkan dengan orang yang asupan isoflavonnya cukup (>30mg/hari).

Kedelai (*Glycine max*) merupakan sumber protein, dan lemak, serta sebagai sumber vitamin A, E, K, dan beberapa jenis vitamin B dan mineral K, Fe, Zn, dan P. Kadar protein dalam produk kedelai bervariasi misalnya, tepung kedelai 50%, konsentrat protein kedelai 70% dan isolat protein kedelai 90%. Yang paling banyak dalam kedelai, adalah genistein dan daidzein dikenal juga dengan nama isoflavon. Kandungan isoflavon pada biji kedelai bervariasi dari 128 hingga 380 mg/100 g. Dalam tabung penelitian, isoflavon pada kedelai terlihat memperlambat pertumbuhan sel-sel kanker payudara dalam tabung penelitian.

Kesimpulan, wanita yang sering mengonsumsi kedelai, memiliki risiko lebih rendah 1,859 kali menderita kanker payudara. Tulisan ini, memberikan informasi kepada pembaca tentang kanker dan faktor risiko kanker payudara yang berhubungan dengan konsumsi makanan yang mengandung kedelai.

Kata kunci: kanker payudara, Kedelai, penurunan faktor risiko.