



## Improving the Quality of Life by Utilizing Social Media as a Media for Marketing Activity Therapy Product of Breast Cancer Survivor in Medan City

*Hasnida<sup>1\*</sup>, Namora Lumongga Lubis<sup>2</sup>, Ramona Dumasari Lubis<sup>3</sup>, Lilis Novitarum<sup>2</sup>*

<sup>1</sup>[Fakultas Psikologi, Universitas Sumatera Utara, Medan, Indonesia]

<sup>2</sup>[Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sumatera Utara, Medan, Indonesia]

<sup>3</sup>[Fakultas Kedokteran, Universitas Sumatera Utara, Medan, Indonesia]

**Abstract.** Breast cancer survivors have a desire to remain productive in helping the family's economic function. As housewives, breast cancer survivors have free time that can be used to earn income. Moreover, at this time, easy access to information through social media is one way to market their handicraft products. However, this is still not the main focus of the group. Considering that the average age has passed the age of 50, their ability to use social media is still very lacking. Whereas with survivors having positive activities, they are expected to increase their motivation and quality of life. The purpose of this community service is to improve the quality of life of survivors by preparing breast cancer survivors to be able to independently produce handicrafts and market them digitally through social media. Activities carried out using training and mentoring methods in using social media as an effective marketing medium. After providing assistance in uploading handicrafts to social media by using services to expand their reach, the interest of buyers began to increase and the sales of handicrafts began to increase.

**Keyword:** Improving the Quality of Life, Social Media, Breast Cancer Survivor, Activity Therapy Product

**Abstrak.** *Survivor kanker payudara memiliki keinginan untuk tetap produktif dalam membantu fungsi ekonomi keluarga. Sebagai ibu rumah tangga, para survivor kanker payudara memiliki waktu luang yang dapat dimanfaatkan untuk mendapatkan penghasilan. Terlebih lagi pada saat ini, mudahnya akses informasi melalui media sosial merupakan salah satu cara dalam memasarkan produk-produk hasil kerajinan tangan mereka. Akan tetapi, hal inilah yang masih belum menjadi fokus utama kelompok. Mengingat segi usia yang rata-rata sudah melewati usia 50 tahun, maka kemampuan mereka dalam menggunakan media sosial masih sangat kurang. Padahal dengan survivor memiliki aktifitas yang positif, mereka diharapkan dapat meningkatkan motivasi dan kualitas untuk hidup. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan kualitas hidup survivor dengan cara mempersiapkan survivor kanker payudara untuk dapat secara mandiri memproduksi kerajinan tangan dan memasarkan secara digital melalui media sosial. Kegiatan yang dilakukan dengan menggunakan metode pelatihan dan pendampingan dalam menggunakan media sosial sebagai media pemasaran yang efektif. Setelah dilakukan pendampingan dalam*

\*Corresponding author at: Fakultas Psikologi, Universitas Sumatera Utara, Medan, Indonesia

E-mail address: hasnida@usu.ac.id

*upload hasil kerajinan tangan ke media sosial dengan menggunakan jasa memperluas jangkauan, maka minat pembeli mulai mengalami peningkatan dan hasil penjualan kerajinan tangan mulai meningkat.*

**Kata Kunci:** *Peningkatan Kualitas Hidup, Media Sosial, Survivor Kanker Payudara, Produk Terapi Aktivitas*

Received 14 September 2022 | Revised 17 September 2022 | Accepted 26 June 2023

## 1 Pendahuluan

Kanker payudara menempati urutan pertama dari semua kanker pada wanita dengan prevalens rate 56,5 per 100.000 perempuan di dunia [1]. Angka harapan hidup pasien kanker adalah 5 tahun setelah didiagnosis dan mengalami serangkaian terapi pembedahan, kemoterapi dan radioterapi (<https://www.cancerresearchuk.org/>). Secara langsung penyakit kanker payudara akan menurunkan kualitas hidup seorang perempuan, karena payudara merupakan mahkota yang dimilikinya. Kualitas hidup seseorang sangat tergantung kepada persepsinya terhadap tujuan hidupnya. Persepsinya terhadap tujuan hidupnya amat dipengaruhi pula oleh pandangannya terhadap dirinya sendiri, jika seseorang selalu pesimis dalam melaksanakan aktivitas yang menjadi tujuannya, maka ia juga akan memperoleh hasil yang tidak memuaskan. Demikian pula sebaliknya, orang yang selalu optimis dalam kehidupan, maka keberhasilan juga akan selalu dekat dengannya.

Poternoy dan VonGruenigen [2] menjelaskan bahwa penderita kanker secara fisik akan mengalami perubahan yang signifikan, pada saat awal didiagnosis dan selama pengobatan gejala fisik seperti kelelahan, mual, muntah, diare serta nyeri sering terjadi. Survivor kanker payudara yang menjalankan serangkaian terapi pembedahan dan kemoterapi akan mengalami gangguan fungsi tubuh. Salah satu upaya untuk meminimalkan keparahan penyakit adalah dengan melakukan terapi aktifitas. Terapi aktifitas atau terapi okupasi berbasis client- centred dengan berfokus pada promosi kesehatan dan kesejahteraan melalui aktivitas (okupasi).

Terapi aktifitas (leisure time) dalam upaya meminimalkan tingkat keparahan sangat diperlukan pada survivor kanker payudara, meskipun belum tentu kekambuhan atau metastase dapat disembuhkan tetapi penting untuk memperbaiki fungsi fisik, psikologis, sosial dan spiritual. Tujuan terapi aktifitas dapat diraih melalui bekerjasama dengan orang lain dan masyarakat untuk meningkatkan kemampuan survivor dalam aktivitas yang diinginkan, dibutuhkan, atau diharapkan, atau dengan memodifikasi aktivitas maupun lingkungan yang lebih baik untuk mendukung dalam keikutsertaan okupasional [3]. Kegiatan terapi aktifitas melibatkan pemberdayaan jejaring sosial dapat digunakan sebagai salah satu upaya upaya mencegah terjadinya keparahan penyakit pada level ke-empat. Jejaring sosial yang dapat diberdayakan dalam perawatan lanjutan kanker payudara adalah teman sesama kanker payudara atau self-help Group [4-5], keluarga [6], kader kesehatan [7], fasilitator kesehatan atau Group Medical Consultation [8], online support group [9-11] dan e-health [2].

Berdasarkan hasil survey awal kepada survivor kanker payudara di Kota Medan didapatkan bahwa survivor kanker payudara menyatakan khawatir akan kekambuhan penyakitnya dan membutuhkan perhatian dan sharing dari sesama survivor kanker payudara. Survivor mengatakan mereka cenderung diam di rumah saja dan memikirkan keadaannya. Survivor mengatakan bahwa control ke dokter rutin dilakukan untuk pengambilan obat. Tahun 2019-2020 sejumlah 4,76 persen survivor kanker payudara pada komunitas Hope Family Cancer Care (HFCC) dan Ibu-ibu Pejuang Tangguh (IIPT) meninggal dunia dengan harapan hidup kurang dari 5 tahun sejak didiagnosa kanker payudara.

Hal ini sejalan dengan [12] yang menyatakan bahwa ketidakaktifan fisik telah diidentifikasi sebagai faktor risiko keempat utama untuk kematian global dan dikaitkan dengan peningkatan diagnosis dan kekambuhan kanker payudara. Aktifitas rumah tangga seumur hidup dengan intensitas yang lebih tinggi secara signifikan mengurangi risiko kanker payudara [12]. Didukung oleh [13] bahwa aktivitas fisik memiliki efek positif pada setiap aspek evolusi kanker payudara, termasuk pencegahan, perawatan medis, dan pengaturan klinis setelah perawatan. Jenis olahraga yang berbeda dapat mempengaruhi pencegahan dan perkembangan penyakit melalui beberapa mekanisme umum, seperti pengurangan resistensi insulin dan peningkatan kekebalan dan fungsi kardiovaskular. Selain itu, gejala kanker payudara akut dan kronis, seperti cachexia, kehilangan massa otot, kelelahan, kardiotoxikitas, penambahan berat badan, perubahan hormonal, pengeroposan tulang, dan efek samping psikologis semuanya dapat dipengaruhi oleh olahraga teratur.

Survivor kanker payudara memiliki keinginan untuk tetap produktif dalam membantu fungsi ekonomi keluarga. Pada saat mereka didiagnosa kanker payudara dan membutuhkan terapi pengobatan yang panjang, maka mereka kehilangan pekerjaan bahkan ditinggalkan suami mereka. Oleh karena itu, penting untuk survivor kanker payudara mampu secara mandiri mencukupi kebutuhan hidupnya sendiri dan anak-anaknya. Ibu E. Simatupang sebagai salah satu survivor kanker payudara sangat gigih dalam memperjuangkan ekonomi keluarga. Beliau adalah founder Blessng Craft. Blessng Craft mengkoordinir teman sesama kanker payudara untuk dapat memanfaatkan waktu luang mereka. Survivor mengisi waktu luangnya dengan berjualan pakaian bekas (monza), membuat kerajinan tangan (aksesoris rambut wanita, pita rambut, tusuk konde, bando, dompet dari bahan ulos, tempat tisu dari bahan ulos, dan bunga dari bahan plastik daur ulang). Hasil kerajinan tangan tersebut dijual di Ruko yang terletak di jalan Gaperta Ujung. Namun hasilnya sampai saat ini belum maksimal, konsumen yang membeli masih sebatas teman-teman atau tetangga dekat saja.

Menurut [11], menyediakan kegiatan pendukung yang berbeda melalui kelompok sosial dapat meningkatkan tingkat kelangsungan hidup dan menurunkan angka kematian, cacat dan kambuh pada pasien kanker. Seperti teknologi baru lainnya, jaringan sosial online, bersama dengan banyak manfaatnya, memiliki beberapa efek negatif seperti pelanggaran privasi dan publikasi informasi

yang salah. Namun, jika efek ini dikelola dengan benar, mereka dapat memberdayakan pasien untuk mengelola kanker melalui perubahan pola perilaku dan meningkatkan kualitas hidup pasien kanker [11].

Bagi kelompok survivor kanker payudara, dampak potensial pada terapi aktifitas kepada survivor adalah peningkatan pengetahuan dan, pada tingkat lebih rendah, peningkatan otonomi dan keterampilan [2]. Layanan yang baru dikembangkan menawarkan kesempatan yang menjanjikan dan menarik untuk memberdayakan para penyintas kanker misalnya, dengan memberikan saran khusus untuk perawatan suportif atau tindak lanjut berdasarkan masukan pasien. Layanan teknologi informasi terutama terkait dengan penyediaan pengetahuan (misalnya, tentang kondisi medis pasien) dan bahwa pendekatan aktif untuk pengembangan keterampilan terbatas.

Bagi masyarakat secara umum, terapi aktifitas kelompok survivor kanker payudara dapat digunakan untuk mengubah mind set masyarakat dan wacana masyarakat bahwa pasien dengan penyakit terminal tidak berguna akan menjadi fakta sebaliknya, bahwa pasien dengan penyakit terminal masih produktif dan dapat secara mandiri memenuhi kebutuhannya secara ekonomi.

Survivor kanker payudara memiliki keinginan untuk tetap produktif dalam membantu fungsi ekonomi keluarga. Sebagai ibu rumah tangga, para survivor kanker payudara memiliki waktu luang yang dapat dimanfaatkan untuk mendapatkan penghasilan. Terlebih lagi pada saat ini, mudahnya akses informasi melalui media sosial merupakan salah satu cara dalam memasarkan produk-produk hasil kerajinan tangan mereka. Akan tetapi, hal inilah yang masih belum menjadi fokus utama kelompok. Mengingat segi usia yang rata-rata sudah melewati usia 50 tahun, maka kemampuan mereka dalam menggunakan media sosial masih sangat kurang. Padahal dengan survivor memiliki aktifitas yang positif, mereka diharapkan dapat meningkatkan motivasi dan kualitas untuk hidup.

Pada saat didiagnosa kanker payudara dan membutuhkan terapi pengobatan yang panjang, maka pasien kanker payudara kehilangan pekerjaan bahkan ditinggalkan suami mereka. Hal ini sangat bertentangan dengan 8 tujuan SDGs yang diprioritaskan pada Program Pengabdian Masyarakat USU Tahun 2022. Oleh karena itu dengan adanya pengabdian masyarakat ini, kami ingin mencapai tujuan ke lima yaitu supaya kelompok survivor kanker payudara mampu mencapai kesetaraan Gender dan memberdayakan semua perempuan dan anak perempuan.

## **2 Metode Pelaksanaan**

Metode kegiatan yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan adalah pelatihan dan pendampingan kelompok survivor kanker payudara untuk melakukan pemasaran produk melalui media sosial selama 3 bulan dan akan dievaluasi pada bulan ketiga. Langkah dalam kegiatan ini secara umum meliputi tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap penyelesaian.

Tahap persiapan dilakukan kegiatan: (1) koordinasi dengan mitra tempat kegiatan dilaksanakan, (2) koordinasi dengan narasumber pelatihan penggunaan medsos dalam pemasaran, mempersiapkan materi, alat dan bahan yang digunakan.

Tahap pelaksanaan kegiatan adalah dengan melakukan pelatihan penggunaan media sosial sebagai media pemasaran yang efektif saat ini. Kemudian dilakukan pendampingan secara intens selama 3 bulan. Dalam tahap ini, kelompok survivor akan melaksanakan langkah sebagai berikut:

**Mengelola Waktu Luang.** Waktu yang dimiliki setiap orang akan terus bergerak maju. Pada prinsipnya waktu luang yang bergerak maju ini akan mengikis habis waktu yang anda miliki. Kenyataan yang sering kita hadapi ternyata kita mengeluh dengan waktu yang tiba-tiba berlalu begitu saja, sementara anda tidak berbuat apa pun. Mengelola waktu dalam setiap kegiatan sangat penting sehingga dapat memanfaatkan setiap jam, menit, dan bahkan detik dalam hidup dengan sebaik-baiknya.

**Membagi Waktu.** Bagi survivor kanker payudara mengatur waktu tidak berarti ia harus menghabiskan waktunya untuk belajar. Survivor kanker payudara tetap membutuhkan waktu untuk bersosialisasi, bersantai, dan sebagainya. Prinsip utama pengelolaan waktu secara efektif adalah pembagian waktu untuk setiap kegiatan.

**Membuat Jadwal.** Untuk mempermudah pengaturan kegiatan, survivor kanker payudara dapat menerapkan pula sistem jadwal kegiatan di rumah. Langkah-langkah untuk menyusun jadwal kegiatan di rumah adalah sebagai berikut:

- 1) Lakukanlah dahulu survei kegiatan sehari-hari.
- 2) Tuliskan terlebih dahulu jadwal kegiatan yang bersifat terus- menerus (reguler), seperti memasak, mencuci, membersihkan rumah, dan belanja.
- 3) Setelah mendaftarkan kegiatan reguler, mulailah menyusun daftar kegiatan di rumah. Ketika survei, perhatikan pula beberapa aspek kebutuhan dalam pekerjaan tersebut, seperti berapa lama waktu yang dibutuhkan untuk mencuci, seberapa sering mencabut rumput, dan lain sebagainya.
- 4) Setelah mendaftarkan seluruh tugas dan kewajiban, pilah dan masukkanlah waktu yang tepat untuk melakukan pekerjaan- pekerjaan tersebut. Dengan begitu akan terlihat pembagian waktu yang jelas antara waktu mengerjakan pekerjaan rumah tangga, waktu luang dan beristirahat.

**Menjalankan Jadwal.** Setelah membuat jadwal maka survivor kanker payudara harus menepati jadwal tersebut. Pembuatan jadwal yang baik yaitu jadwal yang jujur, sesuai dengan kemampuan, bukan jadwal yang bagus. Akan percuma saja membuat jadwal yang bagus dan terinci jika pada

akhirnya tidak dapat dijalani. Seseorang harus dapat membuat skala prioritas. Hal ini berkaitan dengan komitmen dan tanggung jawab seseorang terhadap pekerjaannya.

**Evaluasi.** Jadwal yang dibuat terlalu longgar dalam artian sering dapat ditepati dalam waktu yang lebih singkat daripada target, ada baiknya jadwal dipadatkan. Dengan begitu akan didapat jadwal kosong yang dapat dimanfaatkan untuk kegiatan lain. Ada kalanya jadwal yang telah dibuat berantakan begitu saja. Pada akhirnya, sang pembuat jadwal stress karena kegagalannya menepati jadwal dan tumpukan pekerjaan yang terus menggunung. Jika hal ini yang terjadi, coba dilihat dahulu, apa yang menyebabkan kegagalan tersebut.

**Penggunaan Alat Bantu.** Pengaturan waktu dapat dipermudah pelaksanaannya dengan digunakannya alat bantu. Alat yang paling sederhana adalah agenda. Agenda berfungsi sebagai tempat mencatat jadwal dan daftar kegiatan. Dengan adanya agenda, seseorang dapat memeriksa dulu jadwalnya sebelum membuat janji baru. Hal ini berguna untuk menghindari bentroknnya jadwal. Pada era digital sekarang ini, fungsi agenda sudah banyak digantikan oleh telepon selular (ponsel).

Tahap evaluasi dilakukan dengan melihat perkembangan produk yang terjual dan peningkatan kualitas hidup survivor kanker payudara.

### 3 Hasil dan Pembahasan

**Tahap Persiapan.** Kegiatan pengabdian masyarakat di Blessing craft dimulai bulan Juni 2022. Tahap pertama diawali dengan survey pendahuluan dengan pengelolaan Blessing craft. Menurut Ibu Erma, Blessing craft terbentuk karena inisiatif pengelola yang menginginkan survivor kanker payudara memiliki cara pandang yang positif terhadap hidupnya dan memiliki tambahan penghasilan. Kegiatan yang dilakukan dalam Blessing craft adalah memberikan ketrampilan para survivor untuk membuat suatu bentuk kerajinan tangan, seperti jepit rambut, bando, bunga dari sampah plastik, dompet dari ulos bahkan berjualan baju bekas. Dalam tahap persiapan dilakukan kegiatan: 1) koordinasi dengan pengelolaan Blessing craft, 2) koordinasi dengan anggota atau survivor Blessing craft, 3) Tim pengabdian masyarakat USU mempersiapkan bahan dan media untuk kegiatan pendampingan kepada Blessing craft. Lokasi blessing craft adalah di jalan Gaperta Ujung no 23 Medan Helvetia. Lokasi ini sangat strategis karena berada di pinggir jalan besar. Lokasi ini memungkinkan kegiatan memasarkan hasil kerajinan tangan yang telah dibuat oleh survivor kanker payudara.



**Gambar 1.** Lokasi pengabdian masyarakat

**Tahap Pelaksanaan.** Kegiatan dilaksanakan dengan memberikan ketrampilan membuat jepitan rambut. Latihan ketrampilan ini dilaksanakan di rumah survivor secara bergiliran setiap bulan sekali disesuaikan dengan jadwal pertemuan para survivor kanker payudara. Pada tanggal 23 Juli 2022 dilakukan kegiatan pelatihan membuat jepitan rambut sederhana. Kegiatan ini dilaksanakan di rumah Ibu Vero di jalan Garuda III. Tim pengabdian masyarakat menghadiri kegiatan tersebut dan menanyakan tingkat kesulitan membuat kerajinan tangan. Para survivor menjawab bahwa tingkat kesulitan yang dialami tidak begitu menjadi masalah, dan mereka memang terkena lem tembak saat membuat jepitan rambut. Masalah yang lain yang menjadi hambatan tidak ada.

*“membuat kerajinan tangan bukanlah hal yang sulit, hanya membutuhkan waktu dan ketelatenan. Terkadang tangan kita terbakar karena kita menggunakan lem tembak untuk membuat jepitan.ya.. panas gitulah.. tapi ga apa-apa, begitu melihat hasilnya jadi terobati sakit saat kena lem panas...”*

Survivor mengatakan bahwa mereka memiliki kendala dalam hal pemasaran. Hasil kerajinan tangan yang mereka buat dikumpulkan dalam ruko Blessing craft di jalan gaperta ujung no 23 Medan Helvetia. Akan tetapi promosi yang dilakukan belum menjangkau masyarakat secara luas. Mereka memiliki akun facebook Blessing Sim yang digunakan sebagai media promosi.

Pengelola Blessing craft menyampaikan bahwa sudah ada kemajuan pelanggan yang mulai melakukan transaksi via online. Akan tetapi kendala yang ada adalah ongkos kirim ke rumah pelanggan. Karena harga jepitan rambut tergolong murah, apabila pembeli membeli jumlah kecil maka ongkos kirim terkesan lebih besar daripada harga jepitan, sehingga tidak jarang pembeli yang membatalkan transaksi.



**Gambar 2.** Kegiatan pelatihan ketrampilan membuat jepitan rambut dan bunga dari plastik

Kegiatan berikutnya dilakukan pada tanggal 13 Agustus 2022. Kegiatan yang dilakukan adalah pelatihan membuat bunga dari plastik, membuat jepitan dengan tingkat kesulitan yang lebih kompleks, dan membuat dompet dari ulos. Dalam kegiatan membuat bunga plastik, diperlukan bahan-bahan dari plastik bekas, korek api, kawat, gunting, dan kapas.

Kegiatan dalam taraf kesulitan yang lebih kompleks adalah membuat variasi jepitan rambut. Bahan yang dibutuhkan adalah pita rambut, jepitan atau cap, lem tembak, benang dan jarum, manik-manik jepitan, dan pom-pom.

Kegiatan membuat dompet ulos memerlukan ketrampilan survivor dalam menjahit. Epngelola Blessing craft menyiapkan mesin jahit di ruko dan bebas digunakan oleh survivor sepanjang bersedia dilatih di ruko blessing crfat. Bahan yang dibutuhkan untuk membuat dompet ulos adalah ulos, benang jahit, kulit sebagai inovasi supaya berbeda dengan dompet produk lainnya.



**Gambar 3.** Produk Kerajinan tangan survivor

**Tahap penyelesaian.** Pada tahap ini, tim pengabdian masyarakat melakukan evaluasi terhadap rangkaian pelaksanaan kegiatan di Blessing craft. Para survivor menyatakan senang dengan kegiatan ini, karena mereka bisa menghabiskan waktu luangnya dengan melakukan kegaitan yang dapat membantu menambah penghasilan bulanan sehingga rasa percaya diri mereka sudah kembali seperti sedia kala.

*“kami enaklah sekarang..sambil duduk-duduk nonton TV kami membuat jepitan rambut, kalau sudah banyak kami setor ke ruko untuk dijual, jadi lumayanlah untuk membeli bumbu dapur.”*

Pengelola mengatakan pemesanan dari pelanggan secara online untuk bulan Agustus 2022 sudah mengalami peningkatan. Ada permintaan dari perkumpulan ibu-ibu di Binjai untuk mengajari mereka cara membuat jepitan rambut dan bunga dari plastik bekas.

*“kami diundanglah sama ibu-ibu catering dari Binjai untuk mengajari cara membuat jepitan rambut dan bunga dari plastik bekas, tapi kondisi kami belum memungkinkan untuk pergi ke Binjai, jadi kami hanya menjanjikan, kalau mengajari bisa, tapi maunya di ruka saja datang karena kondisi kesehatan kami tidak memungkinkan untuk melakukan perjalanan agak jauh..”*

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh tim berupa mendampingi blessing craft dalam mengelola kegiatan para survivor kanker payudara sangat bermanfaat. Sejalan dengan Gerritsen dan Vincent, intervensi latihan yang dilakukan oleh sekelompok penderita kanker menunjukkan bahwa latihan dapat meningkatkan kualitas hidup secara signifikan pada penderita kanker dibandingkan dengan perawatan biasa [14]. Anggota Blessing craft juga mengalami hal yang sama. Pada awal menggali minat dan kemampuan survivor kanker payudara, pengelola mengalami kesulitan karena para survivor belum menggunakan waktu luang dengan bijak. Sehingga pengelola memanfaatkan kegiatan komunitas kanker payudara untuk memberikan ketrampilan para survivor kanker payudara untuk membuat kerajinan tangan. Para survivor cenderung diam dan memasrahkan kepada keluarganya untuk aktifitas sehari-harinya.

Aktifitas sehari-hari yang dilakukan oleh survivor adalah melakukan kegiatan sebagai ibu rumah tangga dan tidak menghasilkan uang tambahan. Menggunakan aktivitas bermakna dapat mengoptimalkan kemandirian individu dan peningkatan produktivitas (productivity) dalam pemanfaatan waktu luang. Melatih para survivor untuk membuat kerajinan tangan merupakan kegiatan yang positif. Ketrampilan membuat kerajinan tangan tidak memerlukan tenaga yang besar, sehingga hal ini sangat memungkinkan dilakukan oleh para survivor kanker payudara. Kegiatan ini memerlukan kesediaan survivor kanker payudara untuk menggunakan waktu luang membuat jepitan rambut ataupun bunga dari plastik. Bahan jepitan rambut yang diperlukan juga tergolong dapat dijangkau dan bunga plastik dapat menggunakan plastik bekas sehingga meminimalkan biaya produksi. Dilihat dari segi ekonomi, kegiatan tersebut sangat bermanfaat.

#### **4 Kesimpulan**

Kegiatan ini sangat bermanfaat bagi survivor dan keluarga. Bagi survivor kanker payudara kegiatan ini mampu meningkatkan rasa kepercayaan diri dan kualitas hidup sebagai seorang

individu. Saat survivor menjalani rangkaian terapi pengobatan kanker payudara mereka merasa tidak berdaya dan seluruh aktifitasnya dibantu oleh keluarga. Bahkan tidak sedikit survivor yang terpaksa harus tidak bekerja karena waktunya habis untuk melakukan terapi pengobatan. Hal ini menyebabkan perasaan tidak berharga para survivor. Akan tetapi dengan kegiatan ini, mereka menunjukkan bahwa mereka masih mampu untuk mencari tambahan penghasilan dengan menggunakan ketrampilan membuat jepitan rambut maupun bunga dari plastik.

## 5 Ucapan Terimakasih

Kami mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Pengabdian Masyarakat Universitas Sumatera Utara yang telah memberikan kontribusi dana pengabdian masyarakat skema mono tahun regular. Serta kepada para survivor kanker payudara yang telah menerima dengan senang hati dan bekerjasama demi kelancaran kegiatan pengabdian masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] Parkin, D. M., P. Pisani, and J. Ferlay. "Global Cancer Statistics." *CA: A Cancer Journal for Clinicians*. doi: 10.3322/canjclin.49.1.33. 1999.
- [2] Groen, Wim G., Wilma Kuijpers, Hester S. A. Oldenburg, Michel W. J. M. Wouters, Neil K. Aaronson, and Wim H. Van Harten. "Empowerment of Cancer Survivors through Information Technology: An Integrative Review." *Journal of Medical Internet Research* 17(11):1–17. doi: 10.2196/jmir.4818. 2015.
- [3] Ryhänen, Anne M., Sirkku Rankinen, Mervi Siekkinen, Maiju Saarinen, Heikki Korvenranta, and Helena Leino-Kilpi. "The Impact of an Empowering Internet-Based Breast Cancer Patient Pathway Programme on Breast Cancer Patients' Knowledge: A Randomised Control Trial." *Patient Education and Counseling* 88(2):224–31. doi: 10.1016/j.pec.2012.02.013. 2012.
- [4] Shin, Sunhwa, and Hyojung Park. "Effect of Empowerment on the Quality of Life of the Survivors of Breast Cancer: The Moderating Effect of Self-Help Group Participation." *Japan Journal of Nursing Science* 14(4):311–19. doi: 10.1111/jjns.12161. 2017.
- [5] Kim, Bang Hyun, Sherrie F. Wallington, Kephher H. Makambi, and Lucile L. Adams-Campbell. "Social Networks and Physical Activity Behaviors among Cancer Survivors: Data from the 2005 Health Information National Trends Survey." *Journal of Health Communication* 20(6):656–62. doi: 10.1080/10810730.2015.1018576. 2015.
- [6] Berg, Sanne W. Van Den, Floortje K. Ploo. Van Amstel, Petronella B. Ottevanger, Marieke F. M. Gielissen, and Judith B. Prins. "The Cancer Empowerment Questionnaire: Psychological Empowerment in Breast Cancer Survivors." *Journal of Psychosocial Oncology* 31(5):565–83. doi: 10.1080/07347332.2013.825361. 2013.
- [7] Gabitova, Guzyal, and Nancy J. Burke. "Improving Healthcare Empowerment through Breast Cancer Patient Navigation: A Mixed Methods Evaluation in a Safety-Net Setting." *BMC Health Services Research* 14(1):1–11. doi: 10.1186/1472-6963-14-407. 2014.
- [8] Visser, Annemiek, Hanneke W. M. van Laarhoven, Paulien H. M. Govaert, Margrethe S. Schlooz, Lisette Jansen, Thijs van Dalen, and Judith B. Prins. "Group Medical Consultations in the Follow-up of Breast Cancer: A Randomized Feasibility Study." *Journal of Cancer Survivorship* 9(3):450–61. doi: 10.1007/s11764-014-0421-z. 2015.

- [9] Bartlett, Yvonne Kiera, and Neil S. Coulson. "An Investigation into the Empowerment Effects of Using Online Support Groups and How This Affects Health Professional/Patient Communication." *Patient Education and Counseling* 83(1):113–19. doi: 10.1016/j.pec.2010.05.029. 2011.
- [10] Lober, William B., and Janine L. Flowers. "Consumer Empowerment in Health Care amid the Internet and Social Media." *Seminars in Oncology Nursing* 27(3):169–82. doi: 10.1016/j.soncn.2011.04.002. 2011.
- [11] Mohammadzadeh, Zeinab, Somayeh Davoodi, and Marjan Ghazisaeidi. "Online Social Networks - Opportunities for Empowering Cancer Patients." *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention* 17(3):933–36. doi: 10.7314/APJCP.2016.17.3.933. 2016.
- [12] Yen, Siew Hwa, A. Knight, Mbu Krishna, Wmw Muda, and Aa Rufai. "Lifetime Physical Activity and Breast Cancer: A Case-Control Study in Kelantan, Malaysia." *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention : APJCP* 17(8):4083–88. 2016.
- [13] Adraskela, Kalliopi, Eleftheria Veisaki, Michael Koutsilieris, and Anastassios Philippou. "Physical Exercise Positively Influences Breast Cancer Evolution." *Clinical Breast Cancer* 17(6):408–17. doi: 10.1016/j.clbc.2017.05.003. 2017.
- [14] Gerritsen, Jasper K. W., and Arnaud J. P. E. Vincent. "Exercise Improves Quality of Life in Patients with Cancer: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomised Controlled Trials." 1–9. doi: 10.1136/bjsports-2015-094787. 2015.