

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Sinar ultraviolet (UV) merupakan jenis radiasi elektromagnetik yang berasal dari matahari dan tidak terlihat oleh mata manusia. Sinar ini mempunyai manfaat dalam pembentukan vitamin D dan dapat membunuh bakteri (1). Disamping manfaat tersebut, sinar uv juga dapat merugikan manusia jika terpapar pada kulit dalam waktu yang lama. Paparan sinar matahari berlebihan pada kulit yang tidak terlindungi dapat menyebabkan kulit menjadi kemerahan, rasa terbakar pada kulit, dan dapat merangsang berkembangnya kanker kulit (2). Tingkat kumulatif radiasi UV yang tinggi juga dapat merusak sel-sel kulit dan dapat mempengaruhi pertumbuhan dan penampilan kulit normal, serta menyebabkan kerusakan kulit akut (2).

Perlindungan kulit dari sinar matahari dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu secara fisik dengan memakai baju lengan panjang, celana panjang dan topi bertepi lebar; dan secara kimia dengan menggunakan *sunscreen* (3). Departemen Kesehatan Republik Indonesia merekomendasikan penggunaan *sunscreen* untuk melindungi kulit dari sinar matahari (4). *Sunscreen* merupakan suatu produk yang didesain khusus untuk melindungi kulit dari paparan sinar UV. *Sunscreen* termasuk salah satu produk kosmetik pada kulit (4).

Potensi perlindungan *sunscreen* dapat dilihat dari nilai Sun Protecting Factor (SPF) yang dimilikinya. SPF adalah standar ukuran perlindungan yang dimiliki *sunscreen* untuk melindungi kulit dari paparan sinar UV. Semakin tinggi SPF-nya, semakin tinggi pula perlindungannya terhadap sinar UV (5). Efektivitas *sunscreen* tidak hanya bergantung pada nilai SPF tetapi juga pada jenis dan teknik penggunaan. *Sunscreen* tersedia dalam berbagai jenis, yaitu lotion, krim, gel, semprotan, dan stik (6). Efektivitas sediaan *sunscreen* didasarkan pada penentuan nilai SPF yang menunjukkan kemampuan produk *sunscreen* dalam melindungi kulit dari paparan sinar UV (6). Pentingnya memilih *sunscreen* yang berlabel *broad-spectrum* (3). *Broad spectrum* adalah istilah yang digunakan pada *sunscreen* atau produk pelindung kulit dari sinar matahari untuk menunjukkan

proteksi lengkap pada sinar UV. *Broad spectrum* dapat dilihat dari banyaknya tanda plus di kemasan. Semakin banyak tanda plus-nya, semakin baik pula perlindungan terhadap sinar UV. Tanda plus disebut sebagai Protection Guide of UVA (PA) yang berarti kadar perlindungan dari sinar UV (3).

Kulit telah memiliki perlindungan alami yang diberikan oleh tubuh. Namun kulit tetap perlu dilindungi oleh paparan sinar matahari. Paparan sinar matahari yang tinggi di Indonesia menyebabkan perlunya perlindungan terhadap kulit dengan pemakaian *sunscreen* (5). Terlalu banyak paparan sinar matahari pada siang hingga sore bisa berbahaya bagi kesehatan kulit. Terutama bagi remaja yang kulitnya masih sensitif dan rentan karena banyak melakukan aktivitas diluar ruangan. Remaja adalah masa dimana untuk selalu terlihat baik, kulit yang sehat, dan mulai memperhatikan perawatan diri, khususnya perawatan kulit (2). Penggunaan *sunscreen* pada remaja digunakan untuk menghindari efek berbahaya dari sinar UV pada kulit (7). Namun pemilihan *sunscreen* penting dilakukan agar kulit tidak menjadi lebih bermasalah akibat bahan-bahan kimia yang terkandung dalam produk *sunscreen* tersebut. Beberapa produk *sunscreen* yang telah beredar di pasaran banyak mengandung bahan kimia yang berbahaya bagi tubuh sehingga mengharuskan para remaja untuk lebih hati-hati dalam menentukan produk *sunscreen* yang akan digunakan (8).

Pengetahuan berasal dari kata “tahu”, dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, pengetahuan merupakan segala sesuatu yang diketahui berdasarkan pengalaman manusia itu sendiri dan pengetahuan akan bertambah sesuai dengan proses pengalaman yang dialaminya. Menurut Notoatmodjo, perilaku adalah tindakan atau aktivitas dari manusia yang diamati yang diamati langsung, maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar (9).

Pengetahuan dan perilaku mahasiswa untuk memakai *sunscreen* masih tergolong rendah. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wadoe et al., (2020) tentang Penggunaan dan Pengetahuan *Sunscreen* pada Mahasiswa Unair menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat pengetahuan dan perilaku responden dalam penggunaan *Sunscreen* tergolong kurang baik, sehingga diperlukannya edukasi atau sosialisasi terkait pentingnya penggunaan *Sunscreen* bagi kesehatan kulit (10). Hasil ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Mumtazah et al.,

(2020) tentang Pengetahuan Mengenai *Sunscreen* dan Bahaya Paparan Sinar Matahari Serta Perilaku Mahasiswa Teknik Sipil Terhadap Penggunaan *Sunscreen* yang menunjukkan bahwa pengetahuan mahasiswa teknik sipil tentang pemilihan *Sunscreen* yang sesuai dan terkait penggunaannya masih kurang. Pentingnya peran apoteker untuk mengedukasi terkait penggunaan *Sunscreen* bagi kesehatan kulit. Perlu adanya pengetahuan generasi muda tentang manfaat dan pentingnya penggunaan *sunscreen* dalam kehidupan sehari-hari agar terhindar dari paparan sinar UV berbahaya bagi tubuh (11).

Pamudji (2019) mengungkapkan jika tenaga kerja lapangan setiap harinya bisa mendapat 10%–70% paparan sinar UV sebaliknya tenaga kerja kantoran lebih sedikit menerima paparan sinar matahari dari pada tenaga kerja lapangan yaitu sebanyak 6% (12). Sarjana Ilmu Keolahragaan berkemungkinan besar akan bekerja diluar ruangan sehingga akan terpapar sinar UV dengan intensitas yang tinggi. Selain itu, mahasiswa Ilmu Keolahragaan banyak melakukan aktivitas praktek yang berada diluar ruangan. Dimana mereka melakukan praktek diluar ruangan sebanyak tiga kali seminggu, dalam satu kali praktek dengan waktu pelajaran 3 sks atau sama dengan 3 jam 30 menit selama satu semester. Sehingga memungkinkan lebih lama terpapar langsung oleh sinar matahari, hal ini sangat beresiko terhadap kesehatan kulit. Berdasarkan permasalahan diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul Kajian Pengetahuan dan Perilaku Penggunaan *Sunscreen* pada Mahasiswa Strata 1 (S1) Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang terhadap penggunaan *sunscreen*.

1.2. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat pengetahuan Mahasiswa Strata 1 (S1) Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang terhadap penggunaan *sunscreen*?
2. Bagaimana perilaku Mahasiswa Strata 1 (S1) Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang terhadap penggunaan *sunscreen*?
3. Bagaimana hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku Mahasiswa Strata 1 (S1) Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang terhadap penggunaan *sunscreen*?

1.3. Tujuan Penelitian

1. Untuk menentukan tingkat pengetahuan pada Mahasiswa Strata 1 (S1) Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang terhadap penggunaan *sunscreen*.
2. Untuk menentukan perilaku pada Mahasiswa Strata 1 (S1) Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang terhadap penggunaan *sunscreen*.
3. Untuk menentukan hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku pada Mahasiswa Strata 1 (S1) Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang terhadap penggunaan *sunscreen*.

1.4. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Sebagai wadah untuk mengimplementasikan ilmu yang diperoleh dalam perkuliahan serta mengumpulkan pengalaman, pengetahuan tentang hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku terhadap penggunaan *sunscreen* pada Mahasiswa Strata 1 (S1) Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

2. Bagi Siswa

Mendapatkan pengetahuan dan perilaku terhadap penggunaan *sunscreen* untuk melindungi diri dari sinar matahari.

