

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN PERILAKU PENGUNAAN TABIR SURYA (SUNSCREEN) PADA MAHASISWA DI UNIVERSITAS MANGKU WIYATA CILEGON PERIODE MARET 2025

Maharani¹, Isti Dwi Pruschia^{2*}, Shidqi Maulida³
Universitas Mangku Wiyata^{1,2,3}

Email¹: ranimuttaqin@gmail.com

Email^{2*}: pruschiadwi@gmail.com

Email³: smaulida.umw@gmail.com

ABSTRAK

Indonesia beriklim tropis dan terletak di garis khatulistiwa. Karena letak Indonesia di garis khatulistiwa, maka Indonesia terpapar sinar matahari dengan intensitas tinggi. Paparan sinar matahari yang masuk dapat menimbulkan bahaya, yaitu kerusakan pada kulit akibat radiasi sinar ultraviolet (UV). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara pengetahuan tentang tabir surya dengan perilaku penggunaan tabir surya. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif yang dilakukan pada mahasiswa Universitas Mangku Wiyata Cilegon. Teknik pengumpulan data menggunakan total sampling dengan jumlah sampel 101 responden. Dengan instrumen kuesioner yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji spearman rank. Sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik (42,57%) dan perilaku baik (68,31%). Dari uji spearman rank diperoleh nilai p sebesar 0,000 ($p < 0,05$), dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,512. Sehingga terdapat hubungan yang kuat dan searah antara pengetahuan dengan perilaku penggunaan tabir surya pada mahasiswa Universitas Mangku Wiyata Cilegon.

Kata Kunci: Pengetahuan, Perilaku, Tabir Surya.

ABSTRACT

Indonesia has a tropical climate and is located on the equator. Due to Indonesia's location on the equator, it is exposed to high-intensity sunlight. Exposure to incoming sunlight can cause harm, namely damage to the skin due to ultraviolet (UV) radiation. This study aims to determine whether there is a relationship between knowledge about sunscreen and sunscreen use behavior. This study used a descriptive method with a quantitative approach conducted on students of Mangku Wiyata University Cilegon. The data collection technique used total sampling with a sample of 101 respondents. By questionnaire instrument that had been tested for validity and reliability. Data analysis was performed using the spearman rank test. Most respondents had good knowledge (42.57%) and good behavior (68.31%). From the spearman rank test, the p -value was 0.000 ($p < 0.05$), with a Correlation Coefficient value of 0.512. So that there is a strong and unidirectional relationship between knowledge and behavior of using sunscreen on students of Mangku Wiyata University Cilegon.

Keywords: Knowledge, Behavior, Sunscreen.

PENDAHULUAN

Indonesia berada pada garis khatulistiwa serta memiliki iklim tropis. Letak geografis ini menyebabkan wilayah Indonesia menerima pajanan sinar matahari dalam jumlah yang besar. Paparan tersebut berisiko menimbulkan dampak negatif pada kulit, terutama akibat radiasi sinar *ultraviolet* (UV). Diperkirakan sekitar 50% gangguan pada kulit akibat pembentukan radikal bebas yang muncul sebagai akibat dari paparan sinar matahari (1). Kulit berfungsi sebagai organ paling luas pada tubuh manusia dan berperan dalam berbagai fungsi penting. Di antaranya adalah sebagai pelindung tubuh, pengatur suhu, penghasil vitamin D, serta sebagai alat indera peraba. Sinar matahari mengandung sinar UV, yaitu salah satu bentuk energi alami yang berasal dari sinar matahari (2). Mengingat risiko yang ditimbulkan oleh radiasi UV, penting untuk melindungi kulit, meskipun tubuh memiliki sistem pertahanan alami. *Sunscreen* merupakan sediaan farmasi yang mengandung zat aktif yang mampu menyerap, memantulkan, atau menghamburkan sinar *ultraviolet* (UV) sebelum mencapai lapisan kulit (3).

Tabir surya topikal tersedia dalam berbagai bentuk sediaan, seperti *cream*, *lotion*, *gel*, salep, maupun *spray*. Nilai *Sun Protection Factor* (SPF) minimal 4 telah mampu mencegah kulit terpapar oleh sinar UV. SPF adalah simbol yang menandakan lamanya kulit terlindungi akibat radiasi sinar UV. Berbagai nilai SPF memiliki pengaruh berbeda dalam memberikan perlindungan terhadap radiasi UV, serta memengaruhi jangka waktu pemakaian yang diperlukan (4). Senyawa tabir surya memiliki kemampuan untuk menjaga kulit dari dampak buruk sinar matahari sangatlah penting, sehingga penggunaannya sangat dianjurkan untuk melindungi kulit dari risiko kanker dan berbagai efek negatif lainnya (5). Penelitian tentang penggunaan dan pengetahuan *sunscreen* pada mahasiswa UNAIR didapatkan 51% responden termasuk dalam kategori rendah, 49% berada pada kategori sedang, dan tidak terdapat responden yang masuk dalam kategori tinggi (6). Hasil ini menunjukkan mayoritas responden masih belum memiliki pengetahuan dan perilaku yang memadai terkait penggunaan tabir surya. Maka dari itu, adanya penyuluhan terkait pentingnya penggunaan tabir surya guna meningkatkan kesadaran dan perilaku yang memberikan perlindungan lebih optimal terhadap kulit

dari sinar *ultraviolet*. *Sunscreen* memegang peranan penting bagi kulit remaja, terutama selama masa pubertas, ketika kulit wajah rentan terpapar sinar matahari akibat meningkatnya aktivitas di luar ruangan. Oleh karena itu, pemilihan *sunscreen* yang sesuai penting untuk mencegah timbulnya masalah kulit yang dapat disebabkan oleh kandungan bahan kimia di dalam produk tersebut. Namun, tidak sedikit produk *sunscreen* yang beredar di pasaran mengandung zat kimia berisiko. Karena itu, penting untuk bersikap selektif dalam memilih. Oleh karena itu, edukasi kepada remaja mengenai manfaat penggunaan *sunscreen* dalam kehidupan sehari-hari perlu ditingkatkan guna mencegah penggunaan produk yang berpotensi membahayakan kesehatan kulit. Iklan dan rekomendasi dari teman juga memiliki pengaruh besar dalam keputusan remaja saat memilih *sunscreen* (7).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di provinsi Banten terletak di sisi barat Pulau Jawa, memiliki keunggulan posisi secara geografis. Badan Meteorologi Klimatologi dan Geofisika (BMKG) mencatat bahwa sepanjang tahun 2023 Provinsi Banten masuk dalam kategori kota dengan data pengamatan suhu udara permukaan yang diperoleh dari Stasiun Pengamatan BMKG menunjukkan bahwa beberapa wilayah di Provinsi Banten pernah mencatat suhu tertinggi di Indonesia (8). Salah satu contohnya terjadi di Tangerang Selatan pada 16 Oktober 2023, di mana suhu di wilayah Ciputat mencapai 39,4°C, menjadikannya suhu harian tertinggi yang pernah tercatat di Indonesia. Kemudian, pada 19 Desember 2023, suhu maksimum di Kota Serang tercatat sebesar 35,6°C. Sementara itu, pada 17 April 2023, Stasiun Klimatologi Banten melaporkan suhu udara mencapai 36°C. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk menelusuri hubungan antara tingkat pengetahuan dan perilaku dalam hal ini pada mahasiswa terhadap penggunaan *sunscreen* pada kulit, yang menjadi aspek penting yang diteliti dalam penelitian ini. Peneliti juga memandang penting untuk memberikan informasi kepada mahasiswa Universitas Mangku Wiyata Cilegon mengenai penggunaan *sunscreen*. Selain itu, penelitian ini turut membahas pengetahuan terkait dampak radiasi sinar *ultraviolet* (UV) terhadap kesehatan kulit.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah deskriptif, yakni metode yang menganalisis data melalui proses pendeskripsian informasi yang diperoleh. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, yakni pendekatan yang didasarkan pada filosofi positivisme, yang bertujuan meneliti suatu populasi atau sampel tertentu (9). Penelitian ini dilaksanakan selama satu bulan yaitu pada bulan Maret 2025, secara *offline* dengan membagikan lembar kuesioner langsung kepada responden, dan secara *online* melalui *google form*. Responden pada penelitian ini merupakan mahasiswa seluruh prodi Tingkat I, II, dan III di Universitas Mangku Wiyata Cilegon yang memenuhi kriteria penelitian. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah mahasiswa aktif Universitas Mangku Wiyata dari seluruh prodi Tingkat I, II, dan III yang memakai *sunscreen* dan bersedia menjadi responden. Sedangkan kriteria eksklusi yang digunakan yaitu responden yang tidak memakai *sunscreen* dan tidak setuju menjadi responden. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah dengan cara *total sampling*, yang merupakan salah satu metode dari *non probability sampling*, dengan mengambil jumlah sampel sebanyak jumlah populasi, dengan sampel sebesar 147 responden.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik responden pada penelitian ini berdasarkan jenis kelamin, usia, prodi, sumber informasi *sunscreen*, jenis *sunscreen*, dan merek *sunscreen*. Berikut ini adalah tabel hasil karakteristik responden mahasiswa.

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Jumlah (n)	(%)
1	Perempuan	79	78 %
2	Laki-laki	22	22 %
	Total	101	100 %

Berdasarkan hasil penelitian yang ditampilkan pada Tabel 1, mayoritas responden dalam penelitian ini adalah perempuan, yaitu sebanyak 79 orang (78%), sedangkan laki-laki sebanyak 22 orang (22%). Menunjukkan bahwa perempuan cenderung lebih tertarik atau memiliki perhatian lebih terhadap penggunaan produk perawatan kulit *sunscreen* dibandingkan laki-laki, dikarenakan bahwa populasi dalam penelitian ini mayoritas mahasiswi. Perempuan lebih rentan terkena

masalah kulit seperti kanker kulit, flek hitam, serta penuaan dini dibandingkan laki-laki (10).

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

No	Usia	Jumlah (n)	Persentase (%)
1	17 – 20	51	50 %
2	21 – 24	30	30 %
3	25 – 28	7	7 %
4	29 – 32	8	8 %
5	33 – 36	2	2 %
6	37 – 41	1	1 %
7	42 – 45	1	1 %
8	46 – 49	1	1 %
	Total	101	100 %

Pada Tabel 2 berdasarkan usia, sebagian besar responden berada dalam rentang usia 17-20 tahun, yaitu sebanyak 51 orang (50%). Hal ini mencerminkan bahwa kesadaran terhadap pentingnya perlindungan kulit dari paparan sinar matahari sudah mulai berkembang pada usia muda.

Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Program Studi

No	Program Studi	Jumlah (n)	Persentase (%)
1	Farmasi	59	58 %
2	PGSD	15	15 %
3	Penjas	8	8 %
4	Teknik Mesin	8	8 %
5	Teknik Informatika	7	7 %
6	Teknik Sipil	4	4 %
	Total	101	100%

Pada Tabel 3 berdasarkan program studi, responden terbanyak berasal dari jurusan Farmasi, yaitu sebanyak 59 orang (58%). Dapat dipahami mengingat mahasiswa Farmasi memiliki latar belakang pendidikan yang berhubungan dengan kesehatan dan penggunaan produk farmasi, termasuk *skincare*.

Tabel 4. Karakteristik Responden Berdasarkan Sumber Informasi

No	Sumber Informasi Sunscreen	Jumlah (n)	Persentase (%)
1	Tiktok	57	56 %
2	Teman	18	18 %
3	Instagram	12	12 %
4	Google	7	7 %
5	Tenaga Kesehatan	4	4 %
6	Orang Tua	3	3 %
	Total	101	100 %

Pada Tabel 4 berdasarkan sumber informasi mengenai *sunscreen*, mayoritas responden menyatakan bahwa mereka mendapatkan informasi *sunscreen* dari media sosial, yaitu TikTok, dengan jumlah 57 responden (56%). Fakta ini menunjukkan bahwa media sosial, terutama *platform* yang berbasis video pendek seperti TikTok memiliki penyebaran informasi yang lebih cepat, serta berpengaruh besar dalam menyebarkan informasi kesehatan dan kecantikan kepada kalangan muda (11).

Tabel 5. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis *Sunscreen*

No	Jenis Sunscreen	Jumlah (n)	Persentase (%)
1	Cream	53	52%
2	Lotion	36	36%
3	Gel	8	8%
4	Spray	3	3%
5	Stick	1	1%
	Total	101	100%

Pada Tabel 5 berdasarkan jenis sediaan *sunscreen*, mayoritas responden sebanyak 53 orang (52%) menggunakan *sunscreen* dengan jenis *cream*. Bentuk sediaan topikal yang disarankan untuk penggunaan *sunscreen* yaitu *lotion*, karena kemampuannya untuk tersebar merata dalam lapisan tipis serta mencakup area kulit yang lebih luas dibandingkan dengan salep atau *cream* (1).

Tabel 6. Karakteristik Responden Berdasarkan Merek *Sunscreen*

No	Merek Sunscreen	Jumlah (n)	Persentase (%)
1	Wardah	19	19%
2	Emina	8	8%
3	Facetology	8	8%
4	Azarine	7	7%
5	Skin Aqua	7	7%
6	Hanasui	3	3%
7	Kahf	3	3%
8	OMG	3	3%
9	Skintific	3	3%
10	Unitary	3	3%
11	Vaseline	3	3%
12	Dear Me Beauty	2	2%
13	Emeron	2	2%
14	Implora	2	2%
15	Madame Gie	2	2%
16	Nivea	2	2%

17	Scarlett	2	2%
18	Viva	2	2%
19	Y.O.U	2	2%
20	Amaterasun	1	1%
21	Carasun	1	1%
22	Dabe	1	1%
23	Fair and Lovely	1	1%
24	Garnier	1	1%
25	Glad 2 Glow	1	1%
26	Glowby	1	1%
27	LBC	1	1%
28	MS Glow	1	1%
29	N Pure	1	1%
30	Nu Glow	1	1%
31	Pond's	1	1%
32	Racikan Dokter	1	1%
33	Skin 1004	1	1%
34	Sometinc	1	1%
35	SPPK	1	1%
36	The Originote	1	1%
37	White lab	1	1%
	Total	101	100%

Pada Tabel 6 Berdasarkan merek *sunscreen* mayoritas responden memakai *sunscreen* dengan merek wardah yaitu sebanyak 19 responden (19%). Produk wardah cukup populer di kalangan pengguna *sunscreen* yang menjadi responden dalam penelitian ini. Popularitas merek ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain harga yang terjangkau, kemudahan akses produk, kandungan bahan yang sesuai untuk kulit masyarakat Indonesia, serta citra merek yang kuat sebagai produk lokal yang halal dan aman (12). *Sunscreen* dari wardah dikenal memiliki kualitas yang unggul dengan tekstur yang ringan dan halus (13).

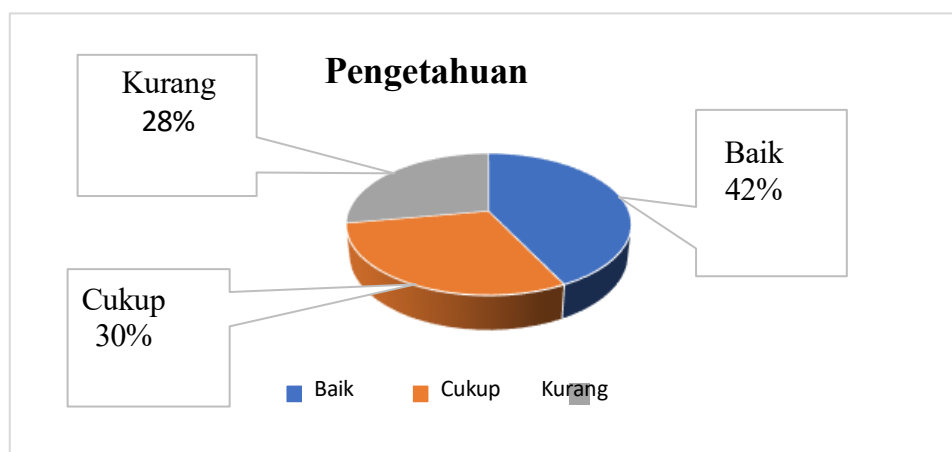
Analisis Data Pengetahuan

Setelah data diperoleh dan dilakukan tabulasi, tahap berikutnya mencari tabel distribusi frekuensi. Tahap ini bertujuan untuk memperoleh nilai persentase, yang selanjutnya akan digunakan untuk mengkategorikan hasil interpretasi skor tingkat pengetahuan seseorang. Berikut adalah tabel hasil gambaran pengetahuan mahasiswa Universitas Mangku Wiyata Cilegon mengenai penggunaan *sunscreen* Maret 2025:

Tabel 7. Pengetahuan Mengenai Penggunaan *Sunscreen*

Variabel	Kategori	Jumlah (n)	Persentase (%)
Pengetahuan	Baik	43	42,57
	Cukup	30	29,7
	Kurang	28	27,72
Total		101	100

Berikut disajikan *pie chart* (diagram lingkaran) hasil jawaban mahasiswa Universitas Mangku Wiyata Cilegon mengenai penggunaan *sunscreen* pada variabel pengetahuan:



Gambar 1. *Pie Chart* Variabel Pengetahuan

Analisis Data Perilaku

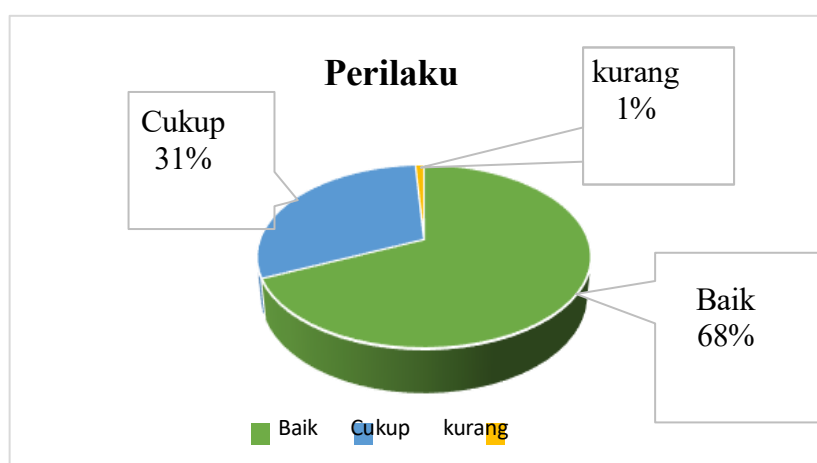
Setelah analisis data pengetahuan didapatkan, langkah berikutnya yang dilakukan adalah mencari tabel distribusi frekuensi untuk variabel perilaku. Tahap ini bertujuan untuk memperoleh nilai persentase, yang selanjutnya akan digunakan untuk mengkategorikan hasil interpretasi skor tingkat perilaku seseorang. Berikut tabel hasil gambaran perilaku mahasiswa Universitas Mangku Wiyata Cilegon mengenai penggunaan *sunscreen* periode Maret 2025:

Tabel 8. Perilaku Mengenai Penggunaan *Sunscreen*

Variabel	Kategori	Jumlah (n)	Persentase (%)
Perilaku	Baik	69	68,31
	Cukup	31	30,69
	Kurang	1	0,99
Total		101	100

Berikut disajikan *pie chart* (diagram lingkaran) hasil jawaban mahasiswa

Universitas Mangku Wiyata Cilegon mengenai penggunaan *sunscreen* pada variabel perilaku :



Gambar 2. Pie Chart Variabel Perilaku

Koefisien Korelasi

Hasil dari pengolahan data menggunakan IBM SPSS 26 sebagai berikut:

Tabel 9. Hasil Uji Korelasi *Spearman*

Correlations				
Spearman's rho	Pengetahuan	Correlation Coefficient	Pengetahuan	Perilaku
			1.000	.512**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	101	101
	Perilaku	Correlation Coefficient	.512**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	101	101

Berdasarkan tabel 9 diatas, didapatkan hasil analisis bivariat menggunakan metode *spearman rho* menunjukkan nilai signifikansi (*two-tailed*) sebesar 0,00, yang lebih kecil dari 0,05. Hal ini mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan antara dua variabel, yaitu pengetahuan dan perilaku. Nilai korelasi sebesar (+) 0,512 menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel tersebut tergolong “kuat” dan bersifat positif, yang berarti semakin tinggi tingkat pengetahuan mahasiswa, maka semakin baik pula perilaku mereka dalam menggunakan *sunscreen*. Dengan demikian, dalam penelitian ini terdapat hubungan yang signifikan dan searah antara pengetahuan dan perilaku.

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku penggunaan tabir surya (*sunscreen*) pada mahasiswa Universitas Mangku Wiyata Cilegon periode Maret 2025. Pada penelitian ini jumlah populasi sebanyak 147 orang, didapatkan kriteria inklusi sebanyak 101 responden, 46 masuk pada kriteria eksklusi dikarenakan 19 orang tidak memakai *sunscreen* dan 27 orang tidak setuju menjadi responden.

Sebagian besar responden memiliki pengetahuan mengenai penggunaan *sunscreen* yang baik yaitu sebanyak 43 orang (42,57%), cukup 30 orang (29,7%), dan kurang sebanyak 28 orang (27,72%). Sedangkan untuk variabel perilaku sebagian besar responden memiliki perilaku mengenai penggunaan *sunscreen* yang baik yaitu sebanyak 69 orang (68,31%), cukup 31 orang (30,69%), dan kurang sebanyak 1 orang (0,99%).

Sebanyak 52 dari 101 responden telah mengetahui bahwa penggunaan *sunscreen* secara konsisten sangatlah penting sebagai upaya perlindungan terhadap sinar matahari yang dapat menimbulkan berbagai efek merugikan. Penggunaan *sunscreen* yang tepat dan sesuai dengan kebutuhan kulit dapat membantu menurunkan risiko tersebut serta menjaga kesehatan kulit dalam jangka waktu yang lama (14).

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), pengetahuan didefinisikan sebagai informasi yang berkaitan dengan proses memperoleh pemahaman atau

pembelajaran. Pemahaman yang baik mengenai *sunscreen* tidak hanya mencakup pengetahuan tentang merek atau kadar SPF yang tinggi saja, tetapi harus mencakup pemahaman ilmiah yang mendalam mengenai fungsi, komponen bahan aktif, cara pemakaian yang tepat, serta konsekuensi kesehatan dalam jangka panjang. Pemahaman yang baik mengenai penggunaan *sunscreen* mencerminkan kesadaran akan pentingnya perawatan kulit yang bersifat preventif serta pemahaman terhadap informasi mengenai produk kosmetik yang ada di pasaran. Hal ini menjadikan dasar yang penting dalam usaha meningkatkan kesehatan kulit, khususnya dalam menghindari dampak buruk dari paparan sinar matahari yang berkepanjangan (15)

Sunscreen sebaiknya digunakan baik saat berada di luar maupun di dalam ruangan, karena sinar UV tetap dapat menembus masuk melalui kaca jendela atau pintu, meskipun aktivitas dilakukan di dalam rumah (16) Sebanyak 84 dari 101 responden memahami manfaat *sunscreen broad-spectrum* yang berperan dalam melindungi kulit dari paparan sinar UV A dan UV B. Sinar UV A mampu menembus lapisan kulit yang lebih dalam dan berperan dalam mempercepat penuaan dini serta merusak jaringan kolagen. sementara sinar UV B merupakan penyebab utama *sunburn* dan dapat menyebabkan kanker kulit (17)

Mayoritas responden menjawab salah pada pertanyaan kapan waktu yang tepat dalam penggunaan *sunscreen*. Penggunaan *sunscreen* sebaiknya dilakukan 15-30 menit sebelum memulai aktivitas di luar ruangan, dan dianjurkan untuk mengoleskannya kembali setiap dua jam sekali (6). Pengulangan ini penting karena perlindungan yang diberikan oleh *sunscreen* dapat berkurang seiring dengan aktivitas yang dilakukan, selain itu mengulangi pemakaian (*re-apply*) *sunscreen* setiap dua jam dilakukan untuk melindungi kulit secara efektif dari radiasi dan mencegah kerusakan kulit (18)

Hanya terdapat 3 responden dari 101 responden yang menjawab salah pada pertanyaan kepanjangan dari SPF. *Sun Protection Factor* (SPF) merupakan standar internasional yang digunakan untuk mengukur seberapa efektif suatu tabir surya dalam melindungi kulit dari paparan sinar *ultraviolet* (UV). Semakin tinggi nilai SPF, maka semakin kuat perlindungan yang diberikan terhadap sinar UV. Berdasarkan ketentuan dari *Food and Drug Administration* (FDA), tingkat SPF

dalam produk *sunscreen* dibagi menjadi tiga kategori, yaitu SPF 2-12 menawarkan perlindungan rendah, SPF 12-30 memberikan perlindungan sedang, dan SPF 30 ke atas memberikan perlindungan tinggi (4)

Sebanyak 53 responden dari 101 telah mengetahui SPF minimum yang disarankan untuk memproteksi kulit dari sinar UV yaitu dengan SPF 30, yang dapat menangkal hingga 97% sinar UV. Selain menggunakan *sunscreen*, upaya perlindungan dari paparan sinar *ultraviolet* dapat dilakukan dengan memakai pakaian lengan panjang, menggunakan kacamata hitam, serta menghindari kontak langsung dengan sinar matahari (16)

Pengetahuan merupakan aspek kognitif penting yang memengaruhi sikap dan perilaku seseorang terhadap suatu objek atau tindakan, termasuk dalam penggunaan *sunscreen* sebagai upaya perlindungan terhadap dampak buruk paparan sinar UV. Untuk menilai pengetahuan responden secara komprehensif, digunakan kerangka berpikir berdasarkan enam tingkatan, yaitu mengetahui (*know*) pada tingkat paling dasar ini, responden diharapkan mampu mengenali informasi faktual tentang *sunscreen*, seperti pengertian *sunscreen*, jenis-jenis *sunscreen*, serta fungsi utamanya dalam melindungi kulit dari radiasi UV.

Memahami (*comprehension*) Pada tingkat ini, responden tidak hanya mengetahui informasi, tetapi juga memahami makna dan implikasi dari penggunaan *sunscreen*. Mereka dapat menjelaskan mengapa *sunscreen* perlu digunakan, serta kapan waktu yang tepat untuk mengaplikasikannya. Responden yang memahami konsep ini umumnya juga menyadari bahwa dampak sinar UV A dan UV B memiliki efek yang berbeda pada kulit (18). Mengaplikasikan (*application*) Responden pada tingkatan ini mampu menerapkan pengetahuan tentang *sunscreen* dalam kehidupan sehari-hari.

Mereka tidak hanya mengetahui pentingnya *sunscreen*, tetapi juga secara aktif menggunakan *sunscreen* sesuai anjuran, dengan mengaplikasikan tabir surya 15-30 menit sebelum beraktivitas di luar rumah dan menggunakan dalam takaran yang tepat (± 1 sendok teh untuk wajah dan leher), serta mengaplikasikan ulang setiap dua jam atau setelah berenang/berkeringat (16)

Menganalisis (*analysis*) pada tingkatan analisis, responden mampu

mengidentifikasi dan membedakan komponen-komponen penting dari produk *sunscreen*, seperti membandingkan kandungan bahan aktif, serta mengevaluasi label produk apakah termasuk *broad-spectrum* atau tidak. Pentingnya perlindungan kulit yang tidak hanya memberikan hasil yang optimal, tetapi juga terjamin keamanannya dan sesuai dengan kebutuhan pribadi

Mensintesis (*synthesis*) pada tingkat sintesis, responden mampu mengintegrasikan pengetahuan dari berbagai sumber untuk membentuk pemahaman atau strategi baru terkait perlindungan kulit. Misalnya, mereka dapat menggabungkan pemakaian *sunscreen* dengan tindakan lain, seperti menggunakan topi, pakaian lengan panjang (16). Mengevaluasi (*evaluation*) Pada tingkatan paling tinggi ini, responden mampu menilai efektivitas dan kualitas penggunaan *sunscreen* secara kritis (17)

Dalam kuesioner mengenai perilaku, hal ini mengindikasikan bahwa responden telah menggunakan *sunscreen*, meskipun tingkat frekuensinya berbeda-beda. Sebanyak 69,3% responden menyatakan bahwa mereka selalu menggunakan *sunscreen* secara rutin setiap hari. Sementara itu, 38,6% responden hanya sesekali mengoleskan ulang *sunscreen* setiap dua jam setelah pemakaian awal. Padahal, tabir surya idealnya digunakan ulang paling lambat setiap dua jam sekali saat terpapar sinar matahari, mengingat efektivitas perlindungannya terhadap radiasi UV akan berkurang seiring waktu (16). Selain itu, penggunaan *sunscreen* tetap diperlukan meskipun dalam kondisi cuaca mendung, mengingat sinar *ultraviolet*, khususnya UV A, dapat menembus awan dan tetap mencapai ke permukaan kulit (6)

Mayoritas responden sebanyak 42,6% menjawab selalu bahwa mengoleskan ulang *sunscreen* sebelum berenang, tetapi mayoritas responden sebanyak 26,7% menjawab kadang-kadang pada pernyataan mengoleskan ulang *sunscreen* setelah berkeringat dan berenang. Pengolesan ulang *sunscreen* sebelum berenang merupakan langkah preventif yang penting dalam strategi perlindungan kulit terhadap radiasi UV, khususnya dalam konteks paparan sinar matahari yang intens di area terbuka seperti kolam renang atau pantai. Sejalan dengan rekomendasi organisasi dermatologi internasional yang menekankan pentingnya *re-apply*

sunscreen secara berkala, termasuk sebelum dan sesudah berenang, untuk mempertahankan perlindungan kulit yang konsisten dan efektif (17)

Sebanyak 80 dari 101 responden menjawab selalu pada pernyataan membeli kembali *sunscreen* apabila *sunscreen* yang dimiliki telah habis. Mayoritas responden sebanyak 72,3% menjawab selalu memilih *sunscreen* yang memiliki proteksi terhadap sinar UV A dan UV B. Radiasi UV terdiri atas dua jenis utama yang mencapai permukaan bumi, yaitu UV A dan UV B. Sinar UV A memiliki rentang panjang gelombang yang lebih besar (320-400 nm) dan mampu menembus lebih dalam ke dalam lapisan dermis kulit, sementara UV B (290-320 nm) cenderung merusak lapisan epidermis dan menjadi penyebab terjadinya *sunburn* (14). Dengan melihat sifat-sifat ini, perlindungan kulit yang optimal memerlukan penggunaan *sunscreen* yang bersifat *broad spectrum*, yaitu mampu melindungi kulit dari kedua jenis radiasi tersebut (17)

Sebanyak 61 dari 101 responden telah memiliki perilaku baik karena sudah mengaplikasikan *sunscreen* 15 hingga 30 menit sebelum beraktivitas di luar ruangan. Sebanyak 43 dari 101 responden menjawab selalu pada pernyataan menggunakan *sunscreen* saat berada di dalam ruangan. Sebanyak 13,9% responden menjawab tidak pernah mengoleskan *sunscreen* sebanyak ± 1 sendok teh pada wajah dan leher atau setara dengan dua ruas jari. Salah satu pedoman yang sering digunakan dalam praktik perlindungan kulit adalah rekomendasi untuk mengoleskan *sunscreen* dengan jumlah yang cukup pada area wajah dan leher (19)

Sebanyak 67 dari 101 responden menjawab selalu bahwa telah menggunakan *sunscreen* dengan SPF ≥ 30 , Penggunaan *sunscreen* dengan SPF ≥ 30 sangat disarankan, terutama terkait dengan kemampuannya dalam melindungi kulit dari kerusakan akibat sinar UV. Namun sebanyak 37,6% mayoritas responden menjawab kadang-kadang pada pernyataan menggunakan *sunscreen* pada seluruh bagian tubuh yang tidak tertutup pakaian.

Pemakaian *sunscreen* tidak hanya diaplikasikan pada wajah, namun harus dioleskan pada area tubuh lainnya yang berisiko tinggi terkena radiasi *ultraviolet* (UV) dari matahari (1). Penting untuk mengoleskan *sunscreen* secara merata dan menyeluruh pada seluruh permukaan kulit yang terpapar sebagai bagian penting

dalam melindungi kulit dan mencegah penyakit akibat sinar matahari. Sebanyak 82 dari 101 responden menjawab selalu bahwa memperhatikan tanggal kedaluwarsa pada produk *sunscreen* yang dibeli. Seperti produk kosmetik lainnya, *sunscreen* juga memiliki batas waktu pemakaian yang harus diperhatikan. Menggunakan *sunscreen* setelah melewati batas waktu tersebut bisa mengurangi efektifitas perlindungan yang ditawarkannya (20)

Menurut Asmiati *et al* (2021) edukasi tentang kesehatan kulit dan pentingnya penggunaan *sunscreen* menjadi faktor yang memengaruhi keputusan individu dalam mengambil tindakan preventif terhadap kerusakan kulit akibat sinar matahari (7).

Pengetahuan yang lebih baik mengenai manfaat dan pentingnya penggunaan *sunscreen* dapat meningkatkan kesadaran individu yang pada akhirnya mendorong perubahan perilaku yang lebih baik. Semakin banyak mahasiswa yang mengetahui risiko yang dapat ditimbulkan oleh paparan sinar matahari tanpa perlindungan yang cukup, seperti kanker kulit dan penuaan dini, semakin besar kemungkinan mereka melakukan perubahan perilaku dengan lebih positif, yakni menggunakan *sunscreen* secara teratur (21)

Sejalan dengan penelitian sebelumnya, terdapat hubungan yang positif antara tingkat pengetahuan responden tentang bahaya radiasi sinar matahari dan tindakan responden dalam melindungi diri dari sinar tersebut. Dengan memahami risiko yang ditimbulkan oleh sinar matahari, seseorang cenderung lebih proaktif dalam mengatasi atau mencegah efek buruknya dengan menggunakan *sunscreen*. Sebaliknya, kurangnya pengetahuan mengenai bahaya sinar matahari akan berdampak pada rendahnya kesadaran untuk melindungi diri dari paparan tersebut (22)

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan pengetahuan dengan perilaku penggunaan tabir surya (*sunscreen*) pada mahasiswa Universitas Mangku Wiyata Cilegon periode Maret 2025, diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang baik (42,57%) dan perilaku yang baik (68,31%)

terhadap penggunaan *sunscreen*. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang kuat dan searah antara pengetahuan dan perilaku dengan nilai korelasi sebesar +0,512. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi pengetahuan responden mengenai *sunscreen*, maka semakin baik pula perilaku penggunaannya. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan mengenai manfaat dan pentingnya penggunaan *sunscreen* berpotensi membentuk perilaku positif dalam melindungi kesehatan kulit di kalangan mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sulistiyowati Ayu, Yushardi, & Sudarti. (2022). Potensi Keberagaman SPF (*Sun Protection Factor*) *Sunscreen* terhadap Perlindungan Paparan Sinar *Ultraviolet* Berdasarkan Iklim di Indonesia. *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*, 12.
2. Shoviantari, F., & Agustina, L. (2021). Penyuluhan Pencegahan Kanker Kulit Dengan Penggunaan Tabir Surya. *Journal of Community Engagement and Employment*, 3, Nomor 1, 40–46.
3. Zuzana dan Putu. (2023). Analisa Tingkat Pengetahuan Penggunaan Tabir Surya Terhadap Kesehatan Kulit Bagi Pengunjung Stadion Pekansari Kabupaten Bogor Tahun 2022. *Jurnal Pelayanan Kefarmasian*, 10, Nomor 2.
4. Saputri, M., Razali, M., Sari, N., Nadia, S., & Anggreini, D. (2024). Mengenal Lebih Dekat Nilai SPF (*Sun Protecting Factor*) Dalam Kosmetik. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Tjut Nyak Dhien*, 3, Nomor 1.
5. Rahmah, S., Ramdan, K., Purwanti, D., Kurniasih, N., & Harun, N. (2023). Formulasi dan Nilai SPF Krim Tabir Surya Kombinasi Ekstrak Pegagan (*Centella asiatica L*) Dengan TiO₂
6. Michael Wadoe, Syifaudin, D. S., Alfianna, W., Aifa, F. F., Narlika D. P, Savitri, R. A., Andri, M. D., Dinda M. Ikhsan, & Manggala Aisyah. (2019). Penggunaan dan Pengetahuan *Sunscreen* Pada Mahasiswa UNAIR. *Jurnal Farmasi Komunitas*, Vol. 6, No.1, 1–8.
7. Asmiati, E., Atmadani, R. N., Damayanti, F. D., & Setiawan, R. A. (2021). Edukasi Pentingnya Penggunaan *Sunscreen* pada Kalangan Remaja di SMA Islam Sabilillah Malang. *Jurnal Pengabdian UNDIKMA*, 2, Nomor 2(2), 189–194.
8. Rahmabudhi, S. (2024). Analisis Hubungan Suhu Udara di Provinsi Banten Terhadap Parameter Kelembapan Udara, Curah Hujan, ENSO, SOI, Dan IOD. In Januari (Vol. 5, Issue 1).
9. Sugiyono. (2024). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Alfabeta, CV.
10. Pangestika, E. B. D., Nyangun, D. F. N. H., Manin, V. T., & Krismawintari, N. P. D. (2023). Perbedaan Sikap dan Orientasi Gender Terhadap Penggunaan Skincare. *Prosiding Sintesa*, 6(2023).
11. 11 De La Garza, H., Maymone, M. B. C., & Vashi, N. A. (2021). Impact of

- social media on skin cancer prevention. In International Journal of Environmental Research and Public Health (Vol. 18, Issue 9). MDPI.
12. Ilwan, B. M., & Ramelan, R. (2022). Pengaruh Label Halal, Harga dan Citra Merek Terhadap Keputusan Pembelian Produk Kecantikan Wardah di Indonesia. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 7(9).
 13. Oktavianti, A. N. R., Sarah, S., & Wijaya, F. (2024). Pengaruh Kualitas Produk, Brand Trust dan Electronic Word of Mouth Terhadap Keputusan Pembelian pada Produk *Sunscreen* Wardah Ber Kandungan 4-Methylbenzylidene Camphor (4-MBC). *Jurnal Ilmu Sosial, Manajemen, Akuntansi, & Bisnis*, 5, Nomor 1.
 14. Riska Nafiah, S., Fitraneti, E., Rizal, Y., Primawati, I., & Hamama, D. A. (2024). Pengaruh Paparan Sinar Ultraviolet terhadap Kesehatan Kulit dan Upaya Pencegahannya : Tinjauan Literatur. *Scientific Journal*, III Nomor 3.
 15. Mustofa, F. L., Husna, I., Anggraini, M., & Putra, R. A. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Masyarakat Terhadap Kepatuhan Penerapan 3M dalam Rangka Pencegahan Covid-19 di RT 11 RW 12 Jatinegara Jakarta Timur. *Jurnal Medika Malahayati*, 5(2).
 16. Salsabila, S. A., Windayati, S., & Arfiyanti, M. P. (2023). Hubungan Pengetahuan Mengenai *Sunscreen* Terhadap Perilaku Penggunaan *Sunscreen* Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang Di Era Covid-19. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 10 Nomor 6.
 17. Ahdyani, R., Cindy Rella, Y., Tiya, & Syahrina, W. (2024). Edukasi pentingnya penggunaan *sunscreen* pada remaja di SMKN 2 Alalak Kalimantan Selatan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 8, 3554–3565.
 18. Ayu Kusumaratni, D., & Prasetyo, E. Y. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan Terhadap Penggunaan *Sunscreen* Pada Mahasiswa Farmasi. 1, Nomor 2(2), 105–113.
 19. Ana Rizky, D., Fajarini, H., Ferry Balfas, R., Studi DIII Farmasi, P., & Ilmu Kesehatan, F. (2024). Gambaran Pengetahuan Tentang *Sunscreen* Pada Remaja di Desa Bulusari. *Journal of Pharmacy UMUS*, 6(01), 27–36.
 20. Septianingrum, Y., Safrina, U., Puspita, N., & Surahman, S. (2023). Gambaran Tingkat Pengetahuan tentang Period After Opening (PAO) dan Perilaku Penyimpanan Kosmetika Perawatan pada Remaja di Kota Tangerang. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 5(1), 6–
 21. Fadilah Mumtazah, E., Salsabila, S., Suci Lestari, E., Khoirul Rohmatin, A., Noviana Ismi, A., Aulia Rahmah, H., Mugiarto, D., Daryanto, I., Billah, M., Stefani Salim, O., Renaldi Damaris, A., Dwi Astra, A., Binti Zainudin, L., & Noorizka Veronika
 22. Wijaya, D. P., & A Amriani. (2019). Edukasi Melindungi Kulit Dari Sinar UV dan Pemanfaatan Tumbuhan *Pachyrhizus Erosus* Sebagai Tabir Surya Di Desa Pulau Semambu Indralaya. *Jurnal Pengabdian Sriwijaya*, 7(3), 840–843.