

## **Edukasi Penggunaan Sunscreen pada Siswa MAN 2 Barito Kuala**

**Rizka Mulya Miranti<sup>1</sup>, Nur Syifa Salsabila<sup>2</sup>, Norhikmah<sup>3</sup>, Nurma<sup>4</sup>**

*<sup>1,2,3,4</sup> Fakultas Farmasi, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin, Indonesia*

### **Corresponding Author**

**Nama Penulis:** Rizka Mulya Miranti

**E-mail:** [rizkamulyamiranti@umbjm.ac.id](mailto:rizkamulyamiranti@umbjm.ac.id)

### **Abstrak**

*Indonesia terletak digaris khatulistiwa dan beriklim tropis sehingga memiliki intensitas paparan matahari yang tinggi. Paparan sinar matahari dapat merusak kulit karena adanya sinar ultraviolet. Efek buruk sinar matahari diperkuat dengan adanya perubahan iklim berupa pemanasan global sehingga diperlukan upaya untuk melindungi kulit dengan menggunakan sunscreen namun belum banyak masyarakat yang menyadari pentingnya penggunaan sunscreen. Edukasi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa MAN 2 Barito Kuala tentang pentingnya penggunaan sunscreen dan cara penggunaan sunscreen yang benar untuk melindungi kesehatan kulit. Kegiatan ini berupa penyuluhan yang diikuti oleh 30 siswa dengan penyampaian materi dan demonstrasi cara menggunakan sunscreen yang benar. Hasil pretest dan posttest dengan menggunakan kuisioner menunjukkan peningkatan pengetahuan siswa dan hasil survei kepuasan menunjukkan 62,67% sangat puas dan 27,67% merasa puas dengan kegiatan ini.*

**Kata kunci** – Edukasi, Tabir Surya, Remaja

### **Abstract**

*Indonesia is one country that passed by the equator and has a tropical climate so it has a high intensity of sun exposure. Sun exposure can damage the skin due to the presence of ultraviolet rays. The bad effects of sunlight are strengthened by climate change in the form of global warming, so efforts are needed to protect the skin by using sunscreen, but not many people are aware of the importance of using sunscreen. This education aims to increase MAN 2 Barito Kuala students' knowledge about the importance of using sunscreen and how to use sunscreen correctly to protect skin health. This activity took the form of counseling which was attended by 30 students by delivering material and demonstration how to use sunscreen correctly. The results of the pretest and posttest using a questionnaire showed an increase in students' knowledge and the results of the satisfaction survey showed that 62.67% were very satisfied and 27.67% were satisfied with this activity.*

**Keywords** – Education, Sunscreen, Teenage

## PENDAHULUAN

Kulit merupakan organ paling luar yang berfungsi sebagai proteksi dan memiliki nilai estetika. Keindahan kulit akan terlihat jika kondisi kulit seseorang dalam keadaan sehat. Kulit yang sehat dapat di nilai dari warna, kelembapan, kelenturan dan tekstur kulit. Indonesia merupakan negara yang terletak di garis khatulistiwa dan beriklim tropis sehingga memungkinkan untuk terpapar sinar matahari dengan intensitas yang tinggi. Paparan sinar matahari dapat menyebabkan kerusakan pada kulit karena radiasi sinar ultraviolet (UV) (Rahmawati, Muflihunna, & Amalia, 2018). Dampak negatif dari paparan sinar UV yang pertama adalah dapat membakar kulit dan itulah alasan mengapa saat keluar siang hari kulit terasa panas dan memerah (Isfardiana & Safitri, 2014). Setelah dingin, kulit kita akan menggelap akibat pembakaran tersebut. Kedua, sinar UV dapat menyebabkan kulit menjadi kusam, kering, dan keriput. Orang yang terpapar sinar UV setiap hari akan mengalami penuaan dini. Jaringan kolagen dan kelenjar minyak tidak lagi mampu melembabkan kulit dan meregenerasinya. Dampak paling mengerikan jika terus terpapar sinar ultraviolet adalah menderita kanker kulit.

Kesehatan kulit dapat dijaga dengan menggunakan produk kosmetik salah satunya adalah *sunscreen* atau tabir surya. Sunscreen adalah produk skincare yang membantu melindungi kulit dari sinar UV matahari. Sunscreen melindungi kulit dari kerusakan seperti terbakar sinar matahari, keriput, dan hiperpigmentasi, dan juga dapat menurunkan resiko kanker kulit. Tabir surya mampu membantu melindungi kulit dari sinar UV penyebab kanker. (Rahmawati, Muflihunna, & Amalia, 2018).

Tabir surya mengandung SPF (*Sun Protection Factor*) dan PA (*Protection Grade of UV A*). SPF (*Sun Protection Factor*) pada sunscreen merupakan kemampuan dari tabir surya dalam melindungi kulit terhadap pajanan radiasi sinar UV. Kekuatan tabir surya bergantung pada nilai SPF. Kadar SPF dalam tabir surya bervariasi, berkisar 1-50. Idealnya gunakan tabir surya spektrum luas yang mampu melindungi dari UV A dan UV B dengan nilai SPF diatas 15, namun tabir surya tidak sepenuhnya dapat memproteksi kulit dari paparan sinar UV (Syarif, 2011; Leslie, 2009). PA (*Protection Grade of UVA*) adalah pelindung kulit dari sinar UVA. Bahaya dari sinar UVA adalah dapat menembus hingga ke dalam kulit dan mempercepat penuaan sel-sel kulit (*photoaging*). perlindungan PA ditandai dengan +, tingkat PA diklasifikasikan menjadi 4 golongan yaitu PA+, PA++, PA+++, dan PA++++. PA+ mampu berikan sedikit perlindungan UVA, PA++ mampu berikan cukup perlindungan UVA. Sedangkan PA+++ memiliki perlindungan yang tinggi dari sinar UVA, dan terakhir, merupakan PA++++ yang mampu berikan perlindungan sangat tinggi bagi kulit dari sinar UVA.

Cara pakai menentukan efektifitas tabir surya, yang harus diperhatikan dalam mengaplikasikan tabir surya yaitu:

- 1) Jumlah/ketebalan yang cukup dan merata
- 2) Pemakaiannya rutin setiap hari
- 3) Waktu pemakaian adalah 15-30 menit sebelum keluar rumah/ terpapar sinar UV dan tabir surya dibiarkan kering terlebih dahulu sebelum memakai make up
- 4) Pengulangan kembali pemakaian tabir surya kurang lebih setelah 2-4 jam tergantung aktifitas, efektifitas tabir surya berkurang jika terkena keringat/air. Jika melakukan aktifitas berenang di ulang dalam 1 jam dengan memakai tabir surya water resistant.
- 5) Pemakaian awal atau pergantian tabir surya baru dianjurkan untuk mencobanya terlebih dahulu pada sebahagian kecil area untuk menghindari efek alergi ataupun iritasi. (Bambang, 2014; Syarif, 2011)

Keberadaan tabir surya sebagai salah satu kosmetik skin care masih belum diketahui secara luas oleh masyarakat, sebagian dari masyarakat masih banyak yang hanya menggunakan pelembab atau foundation dalam perawatan sehari-hari. Masih minimnya informasi dan pengetahuan mengenai pentingnya penggunaan tabir surya dalam kehidupan sehari-hari, sering menimbulkan rendahnya kesadaran masyarakat dalam melindungi kulit terhadap paparan sinar matahari (Minerva, 2019).

Tujuan dari edukasi ini adalah agar remaja khususnya siswa MAN 2 Barito Kuala menyadari pentingnya menggunakan sunscreen dengan benar untuk menjaga kesehatan kulit sehingga termotivasi untuk menggunakan sunscreen dengan baik dan benar.

## **METODE**

Metode yang digunakan adalah komunikasi langsung berupa ceramah dan komunikasi tidak dengan pemberian leaflet serta demonstrasi cara penggunaan sunscreen yang benar pada siswa MAN 2 Barito Kuala. Untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta maka dilakukan pretes menggunakan kuisioner yang terdiri dari 5 pertanyaan dan posttest diakhir kegiatan. Pada akhir kegiatan juga dilakukan survey kepuasan peserta terhadap pelaksanaan kegiatan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

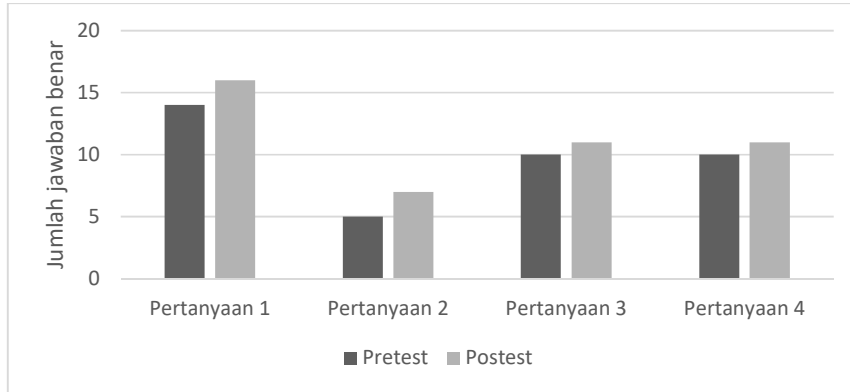
Kegiatan edukasi ini dilaksanakan di aula MAN 2 Barito Kuala pada hari Jumat tanggal 16 Juni 2023. Siswa yang mengikuti kegiatan ini sebanyak 30 orang dan merupakan perwakilan dari kelas X, XII dan XII. Beberapa guru turut hadir mengikuti kegiatan ini. Edukasi diberikan pada siswa pada jenjang sekolah menengah atas untuk meningkatkan kesadaran merawat kulit khususnya dalam menggunakan sunscreen.



**Gambar 1.**  
Foto Kegiatan

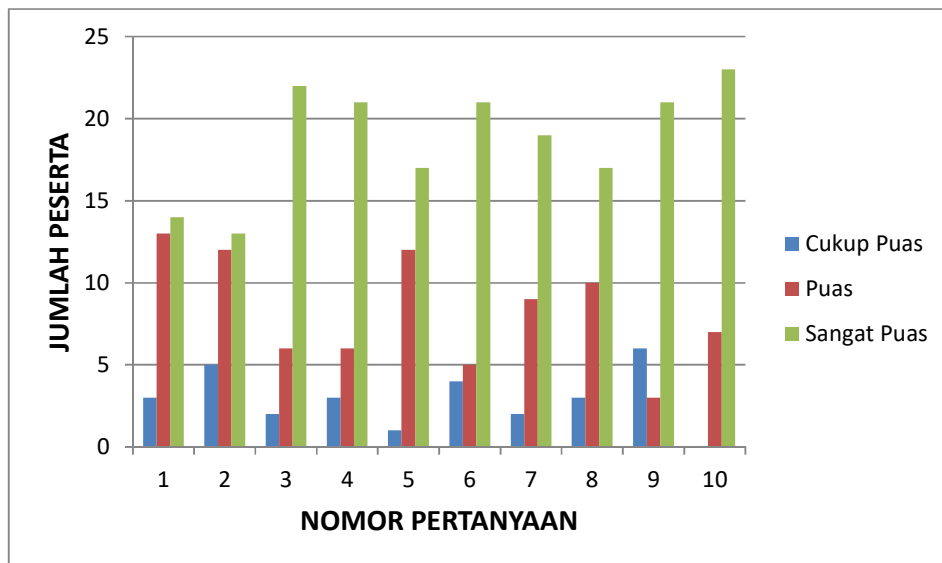
Acara dibuka dengan sambutan dari kepala sekolah MAN 2 Barito Kuala, kemudian penyampaian materi edukasi tentang pentingnya menggunakan sunscreen, jenis dan kandungan sunscreen serta cara menggunakan sunscreen yang baik dan benar. Sebelum penyampaian materi, pengetahuan siswa tentang sunscreen diukur melalui pretest dengan mengisi kuisioner. Proses edukasi diawali dengan membagikan leaflet dilanjutkan dengan ceramah dan demo cara menggunakan sunscreen. Setelah penyampaian materi acara diakhiri dengan diskusi dan posttest serta survei kepuasan terhadap kegiatan ini. Antusias siswa terhadap materi ini sangat tinggi dilihat dari banyaknya pertanyaan-pertanyaan yang disampaikan.

Siswa yang dapat mengikuti pretes dan protes hanya 16 orang hal ini disebabkan karena tidak semua siswa membawa handphone ke sekolah sedangkan kuisioner disiapkan melalui googleform. Hal ini menjadi evaluasi untuk kegiatan selanjutnya agar memperhatikan media kuisioner yang digunakan disesuaikan dengan kondisi peserta edukasi. Hasil evaluasi peningkatan pengetahuan dari masing-masing pertanyaan terdapat jumlah peningkatan jawaban yang benar, artinya terdapat peningkatan pengetahuan dari siswa tentang sunscreen. Pertanyaan 1 berisi tentang tujuan penggunaan sunscreen, pertanyaan 2 tentang kandungan sunscreen, pertanyaan 3 dampak dari paparan UV ke kulit, pertanyaan 4 tentang cara penggunaan sunscreen. Hasil evaluasi peningkatan pengetahuan siswa terhadap materi yang disampaikan dapat dilihat pada tabel 1.



**Gambar 2.**  
Hasil evaluasi peningkatan pengetahuan siswa

Evaluasi kepuasan diukur melalui kuisioner yang diisi oleh guru yang hadir dan siswa. Kuisioner berupa 10 pernyataan dengan pilihan sangat tidak puas hingga sangat puas. Pernyataan 1 adalah tentang penampilan petugas, pernyataan 2 tentang media yang digunakan, pernyataan 3 tentang sikap petugas, pernyataan 4 tentang penggunaan Bahasa yang mudah dipahami, pernyataan 5 tentang konsumsi yang disediakan petugas, pernyataan 6 tentang kesesuaian materi dengan kebutuhan peserta, pernyataan 7 tentang kejelasan materi yang disampaikan, pernyataan 8 tentang kesempatan berdiskusi, pernyataan 9 tentang kemampuan petugas menjawab pertanyaan, dan pernyataan 10 tentang kebermanfaatan materi yang disampaikan dan dapat diaplikasikan. Hasil survei kepuasan dapat dilihat pada gambar 2.



**Gambar 3.**  
Hasil Evaluasi Kepuasan Peserta

Hasil survei kepuasan menunjukkan peserta merasa sangat puas sebesar 62,67%, puas 27,67%, cukup puas 9,67%. Jawaban sangat puas terbanyak adalah pada pertanyaan "Materi yang disampaikan bermanfaat dan dapat diaplikasikan" yaitu sebanyak 23 orang.

## KESIMPULAN

Kegiatan edukasi penggunaan sunscreen ini sangat bermanfaat bagi peserta agar dapat menggunakan sunscreen dengan baik dan benar. Diharapkan dengan adanya kesadaran merawat kulit sejak remaja dapat menjadi kebiasaan baik yang dapat menjaga kesehatan kulit dalam jangka panjang, sehingga kegiatan serupa perlu disosialisasikan ke Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Sekolah Menengah Atas (SMA) lainnya.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih diberikan kepada Fakultas Farmasi Universitas Muhammadiyah Banjarmasin yang telah memberikan dukungan dana dalam kegiatan ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bambang, S. Dan Rosmarini. (2014). *Photodamage In Skin Color*. National Simposium Skin Photodamage Up Date. Jakarta
- Dalimunthe, S.Y., Sihaloho, E., Simamora, M.K. (2023). Penyuluhan Kesehatan Tentang Pemeriksaan Antenatal Care (ANC) Pada Ibu Hamil Di Desa Percut Sei Tuan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 1(10), 2337-2340
- Hari Sukanto. (2013). *Photoprotection For Children* Simposium Pearls Cosmetic Dermatology Update. Jakarta
- Hendaria, Dkk. (2021). Kanker Kulit. *Jurnal Ilmu Bedah Fakultas Kedokteran*. Universitas Udayana Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah Denpasar. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum/article/download/4944/3740>
- Isfardiyana, S.H, Safitri, S.R.(2014). Pentingnya Melindungi Kulit Dari Sinar Ultraviolet dan Cara Melindungi Kulit Dengan Sunblock Buatan Sendiri. *Jurnal Inovasi dan Kewirausahaan*, 3(2),126-133
- Minerva,P. (2019). Penggunaan Tabir Surya Bagi Kesehatan Kulit. *Jurnal Pendidikan dan Keluarga*, 11(1), 95-101
- Sudigdo Adi. (2014). Ultraviolet Dan Hubungannya Terhadap Munculnya Keganasan Kulit. National Simposium Skin Photodamage Up Date. Jakarta
- Syarif, M. Wasitaatmadja. 2011. *Dermatologi Kosmetik*, Edisi Ke-2. Fkui, Jakarta.
- Theresia L. (2014). *Molecular And Cellular Effect Of Uv Radiation*. National Simposium Skin Photodamage Up Date. Jakarta
- Theresia, L. (2009). Etiologi, Patogenesis Dan Klasifikasi Kelainan Pigmentasi. Simposium Everything