

PENTINGNYA PENGGUNAAN SUNSCREEN PADA REMAJA DI SMP 1 MUHAMMADIYAH MLATI

Icsesy Maritha¹, Liza Syafitri^{2*}, Silvia Afifah³, Moch Syaiful Bachri⁴

^{1,2,3,4}Magister Farmasi, Farmasi, Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta
Email: ¹ Icsesynew2024@gmail.com ² lizasyafitri@gmail.com
³ silviaafifah956@gmail.com, ⁴ msaifulbachri@yahoo.co.id

ABSTRAK

Banyak efek langsung dan tidak langsung yang merugikan dari radiasi UV pada kulit. Penggunaannya tabir surya bisa membantunya dalam perlindungan kulit dari sinar ultraviolet. Penggunaan tabir surya disarankan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) sebagai langkah pencegahan terhadap paparan sinar matahari. Kegiatan penelitian ini diikuti oleh 27 siswa dan siswi SMP Muhammadiyah 1 Mlati Jogjakarta, yang terbagi menjadi 2 kelas yaitu 17 peserta dari kelas VIII dan 10 peserta dari kelas IX. Hasil posttest peserta dengan kategori baik sebesar (92,59%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sosialisasi yang dilakukan dapat menambah wawasan siswa terkait manfaat penggunaan sunscreen.

Kata Kunci: Sunscreen, Kulit remaja, Radiasi UV.

ABSTRACT

There are many adverse direct and indirect impacts of UV radiation on the skin. The usage of sunscreen can be helpful in protecting the skin from ultraviolet rays. The usage of sunscreen is recommended by the World Health Organisation (WHO) as a preventive measure against sun exposure. This research activity was attended by 27 students of SMP Muhammadiyah 1 Mlati Jogjakarta, which was divided into 2 classes, namely 17 participants from class VIII and 10 participants from class IX. The results of the participants' posttest with a good category amounted to (92.59%). This result shows that socialisation related to the benefits of using sunscreen can increase students' knowledge.

Keywords: sunscreen, teenage skin, UV radiation.

PENDAHULUAN

Negara Indonesia bisa dikatakan negara tropis sepanjang tahun dengan banyak sinar matahari. Foton ultraviolet (UV), yang memiliki panjang gelombang antara 10 dan 400 nm, merupakan bagian dari sinar matahari. Radiasi UV membantu manusia dalam beberapa hal, seperti menghancurkan mikroorganisme dan meningkatkan produksi vitamin D. Selain itu, paparan radiasi UV yang terlalu lama dapat membahayakan

manusia. Karena kebanyakan orang menghabiskan banyak waktu di luar, mereka sering terpapar sinar matahari. Mengacu pada pendapat American Cancer Society. Radiasi UV adalah karsinogen yang dapat menyebabkan kanker kulit dan memiliki sejumlah efek yang merugikan, termasuk kemerahan, melepuh, dan penurunan kekenyalan kulit (Minerva, 2019).

Tabir surya merupakan produk atau zat yang dapat bermanfaat melindungi kulit dari paparan sinar ultraviolet (UV). Dalam dunia kosmetik, tabir surya tersedia dalam berbagai bentuk, seperti losion, krim, salep, gel, hingga semprotan. Produk-produk ini biasanya mencantumkan tingkat perlindungan yang ditunjukkan dengan nilai SPF (Sun Protection Factor). Nilai SPF, yang berkisar antara 2 hingga 60, menggambarkan seberapa lama produk tersebut dapat memberikan perlindungan terhadap sinar UV yang bisa menyebabkan kulit terbakar (Isfardiyana & Sita, 2014).

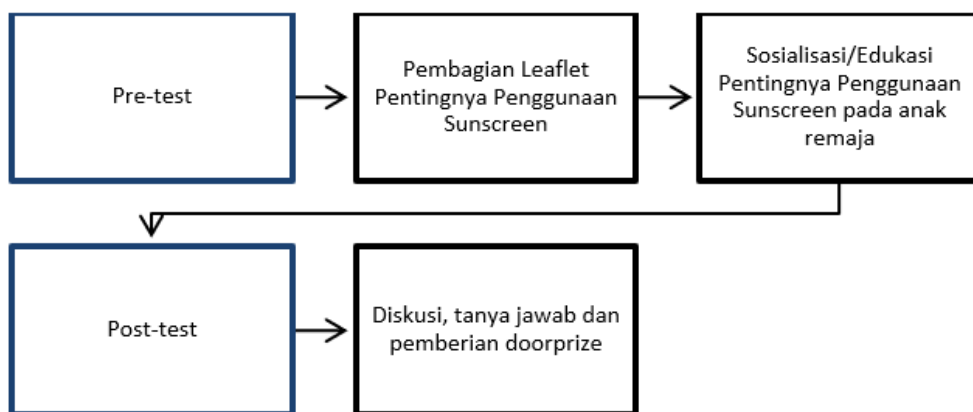
Penggunaan tabir surya disarankan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) sebagai langkah pencegahan terhadap paparan sinar matahari. Banyak penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa pengetahuan masyarakat umum tentang cara mencegah kanker kulit masih kurang memadai. Sebagai tindakan pencegahan, mempunyai kesadaran yang kuat akan pencegahan kanker kulit sangatlah penting. Mengacu pada studi Nahar et al. (2018), Meningkatnya pengetahuan tentang perlunya menghindari kanker kulit berhubungan positif dengan meningkatnya upaya untuk melindungi diri dari terpaan sinar matahari. (Nahar et al., 2018).

Kegiatan Program Pemberdayaan Ummat (PRODAMAT) akan dilaksanakan di SMP Muhammadiyah 1 Mlati, Jogjakarta pada siswa kelas VIII dan IX. Remaja dipilih sebagai demografis target karena mereka sering berpartisipasi dalam kegiatan luar ruangan dan karena kulit mereka masih sensitif serta rentan terhadap dampak buruk sinar matahari. Kulit remaja yang terpapar radiasi UV berlebih lebih rentan

terhadap sunburn, bercak hitam, dan hiperpigmentasi. Oleh karena itu, remaja disarankan untuk memakai tabir surya secara teratur untuk melindungi kulit wajah mereka dari kerusakan.

PELAKSANAAN KEGIATAN PRODAMAT

Pelaksanaan kegiatan sosialisasi di maksudkan untuk menambah wawasan para siswa di SMP Muhammadiyah 1 Mlati Jogjakarta dilaksanakan melalui beberapa tahapan, yaitu : Pertama, melaksanakan pre test untuk mengetahui sejauh mana wawasan siswa terhadap penggunaan sunscreen dan efek buruk paparan sinar matahari. Kedua, setelah pelaksanaan pre-test dilakukan Sosialisasi kepada seluruh siswa yang hadir dan diselingi dengan sesi tanya jawab interaksi oleh narasumber dan peserta. Ketiga, setelah pemaparan materi, selanjutnya tim prodamat membagikan post-test yang harus dikerjakan oleh peserta sosialisasi. Keempat, sesi kesan dan pesan dari peserta sosialisasi yang disertai dengan pembagian doorprize dari tim prodamat UAD, kemudian melakukan sesi foto bersama seluruh tim prodamat UAD dan peserta sosialisasi. Kelima, pemateri menutup kegiatan inti dengan ucapan salam. Alur pelaksanaan kegiatan tersaji pad agambar 1 berikut ini.



Gambar 1. Alur Pelaksanaan Kegiatan Prodamat Pentingnya Penggunaan Sunscreen pada remaja.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah dapat meningkatkan pengetahuan siswa tentang pentingnya penggunaan sunscreen pada remaja setelah dilakukan pemaparan materi dan pembagian leaflet. Tahap pertama pelaksanaan Prodamat adalah pre-test, yang dimaksudkan guna mengetahui seberapa jauh pengetahuan para siswa terkait pentingnya penggunaan sunscreen. Kriteria hasil terbagi menjadi 3 kategori yaitu : Baik (≥ 80), Sedang (60-79), Kurang (≤ 60).

A). Tahapan pengerjaan Pre-Test



B). Penyampaian Materi dan Pembagian Leaflet



C.) Diskusi dan Tanya Jawab



D.) Kegiatan Program Pemberdayaan Umat



Gambar 2. Kegiatan Program Pemberdayaan Umat Pentingnya Penggunaan Sunscreen Pada Remaja di SMP MUHAMMADIYAH MLATI YOGYAKARTA

Dari Gambar2 kegiatan diatas para siswa dan siswi sangat antusias mengikuti serangkaian acara sosialisasi. Berdasarkan hasil pengolahan

data nilai pretest, dapat diketahui tingkat pengetahuan peserta berdasarkan hasil pre-test bahwa sebagian besar siswa sudah memiliki pengetahuan yang baik tentang manfaat penggunaan sunscreen untuk kulit. Terdapat sekitar 18% siswa dengan kriteria kurang, hal ini menunjukkan bahwa beberapa peserta belum memahami produk sunscreen, kurangnya pengetahuan ini dapat disebabkan karena peserta belum mendapatkan sosialisasi, atau karena tidak konsentrasi saat menjawab soal.

Dalam proses sosialisasi para siswa sangat aktif bertanya dan antusias membaca leaflet yang diberikan. Setelah diberikan materi, siswa dan siswi akan mengerjakan posstest. Berdasarkan hasil post-test diperoleh peningkatan hasil baik sebagian besar peserta (92,59%). Hasil ini menunjukkan bahwa sosialisasi terkait manfaat penggunaan sunscreen dapat meningkatkan pengetahuan siswa. Anak-anak yang mulai beranjak remaja akan melakukan banyak kegiatan *outdoor* sehingga mereka akan memiliki resiko tinggi terpapar sinar UV (Angga Arfina et al.2023).

Masa remaja merupakan periode di mana individu memiliki dorongan kuat untuk tampil menarik, memiliki kulit cerah, dan rutin melakukan perawatan tubuh, terutama perawatan kulit. Salah satu bentuk perawatan yang umum dilakukan adalah penggunaan tabir surya (sunscreen) untuk melindungi kulit dari dampak negatif sinar ultraviolet (UV). Penelitian oleh Baykal Selcuk et al. (2019) menunjukkan bahwa 64% responden menggunakan sunscreen sebagai metode utama perlindungan terhadap sinar matahari. Hal ini dipengaruhi oleh meningkatnya peran media sosial dalam menyebarkan kesadaran akan pentingnya sunscreen. Selain itu, penggunaan sunscreen secara tepat sejak masa kanak-kanak hingga remaja terbukti dapat mengurangi risiko terkena kanker kulit di usia dewasa (Rajagopal et al., 2021).

SIMPULAN

Pentingnya menanamkan pengetahuan tentang pentingnya penggunaan sunscreen pada remaja dapat dilakukan melalui kegiatan nyata pengabdian masyarakat melalui kegiatan Program Pemberdayaan Umat Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta. Melalui kegiatan ini tingkat pengetahuan remaja tentang pentingnya penggunaan sunscreen semakin meningkat. Hal ini diharapkan para remaja sudah mulai membiasakan diri menggunakan sunscreen untuk mencegah resiko-resiko dari paparan sinar UV .

DAFTAR PUSTAKA

- Angga Arfina. Edukasi penggunaan tabir surya sebagai upaya pencegahan kanker kulit pada remaja di pondok modern al-kautsar pekanbaru.2024
- 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(2), 189. <https://doi.org/10.33394/jpu.v2i2.4135>
- Baykal Selcuk, L., Aksu Arica, D., Ates, E., Yayli, S., & Bahadir, S. (2019). Sun protective behaviours of Turkish young adults. *Photodermatology Photoimmunology and Photomedicine*, 35(3), 178–186. <https://doi.org/10.1111/phpp.12450>
- 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.
- Bakar, A., Pratami, A., & Sukma, A. P. (2021). Analisis fiqih industri halal. *Taushiah*, 11(1), 1–13.

- Indonesia Cancer Care Community. (2020). Indonesia Cancer Statistic & Data, Cancer Prevalence in Indonesia. Diakses dari <https://indocancer.org/cancer-statistic-in-indonesia/>
- Minerva. (2019). Bahaya Radiasi UV (Sinar Ultra Violet) bagi Kesehatan Kulit. Diakses dari <https://www.minerva.co.id/bahaya-radiasi-uv-sinar-ultra-violet-bagi-kesehatan-kulit/>
- Nahar, V. K., Wilkerson, A. H., Ghafari, G., Martin, B., Black, W. H., Boyas, J. F., Savoy, M., Bawa, P., Sadhwani, D., Johnson, P., Sims, M., Pearlman, R. L., Dagne, G. A., Perkins, W., Hughes, T., Fieselmann, J., Haithcox-Dennis, M., Ding, R., Sarpong, D., & Sharma, M. (2018). Skin cancer knowledge, attitudes, beliefs, and prevention practices among medical students: A systematic search and literature review. *International Journal of Women's Dermatology*, 4(3), 139--149. <https://doi.org/10.1016/j.ijwd.2017.10.002>
- Oroh, E., & Ekowati, H. D. (2001). Pola Penggunaan Sunscreen pada Masyarakat Pesisir. *Jurnal Farmasi Klinik Indonesia*, 1(1), 13--20.
- Prima Minerva. (2019). Penggunaan Tabir Surya Bagi Kesehatan Kulit. *Jurnal Pendidikan Dan Keluarga*, 11(1), 95-101.
- Rajagopal, G., Talluri, R., Chuy, V. S., Cheng, A.-L., & Dall, L. (2021). Trends in Sunscreen Use Among US Middle and High School Students,2007-2019.*Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.16468>
- Supriningrum, R., & Jubaidah, S. (2019). Penyuluhan Kosmetika Aman dan Identifikasi Merkuri dalam Kosmetika. *Jurnal* <https://doi.org/10.24903/jam.v3i2.505>.
- Taheri, F., Salehpour, M., & Taheri, A. R. (2022). Survey of Knowledge, Attitude, and Practice of Female High School Students Regarding Sun Protection in Birjand, Iran. *Modern Care Journal*, <https://doi.org/10.5812/modernc.122395>