



Analisis Perbedaan Pengetahuan dan Perilaku Perlindungan Kulit dari Sinar UV Antara Mahasiswa Laki-laki dan Perempuan Fakultas Kedokteran Universitas Pertahanan

Roby Syah Putra Firmansyah^{1*}

^{*1}Fakultas Kedokteran Militer, Universitas Pertahanan RI

Abstract

Excessive exposure to ultraviolet (UV) rays can cause various skin health problems such as premature aging, pigmentation, and skin cancer. Protection against UV rays is important, especially in productive ages, including students. This study aims to analyze the differences in knowledge and behavior of skin protection against UV rays between male and female students of the Faculty of Medicine, Defense University. The method used is quantitative comparative with a cross-sectional approach. A sample of 120 students was selected purposively. The results showed a significant difference between the level of knowledge and behavior of UV rays protection in male and female students ($p < 0.05$). Female students have a higher level of knowledge and behavior of protection than male students. Continuous educational interventions are needed to increase awareness of the importance of skin protection from UV rays exposure evenly.

Keywords: Ultraviolet Rays, Skin Protection, Gender Differences, Students, Healthy Behavior

Abstrak

Paparan sinar ultraviolet (UV) yang berlebihan dapat menimbulkan berbagai gangguan kesehatan kulit seperti penuaan dini, pigmentasi, dan kanker kulit. Perlindungan terhadap sinar UV menjadi penting terutama pada usia produktif, termasuk mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perbedaan pengetahuan dan perilaku perlindungan kulit terhadap sinar UV antara mahasiswa laki-laki dan perempuan Fakultas Kedokteran Universitas Pertahanan. Metode yang digunakan adalah kuantitatif komparatif dengan pendekatan cross-sectional. Sampel sebanyak 120 mahasiswa dipilih secara purposive. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara tingkat pengetahuan dan perilaku



perlindungan sinar UV pada mahasiswa laki-laki dan perempuan ($p < 0.05$). Mahasiswa perempuan memiliki tingkat pengetahuan dan perilaku perlindungan yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa laki-laki. Diperlukan intervensi edukatif yang berkelanjutan guna meningkatkan kesadaran pentingnya perlindungan kulit dari paparan sinar UV secara merata.

Kata Kunci: Sinar Ultraviolet, Perlindungan Kulit, Perbedaan Gender, Mahasiswa, Perilaku Sehat

*Koresponden : Roby Syah Putra Firmansyah

*Email : robby.firmansyah@idu.ac.id

I. PENDAHULUAN

Sinar ultraviolet (UV) merupakan komponen dari spektrum cahaya matahari yang terdiri atas tiga jenis, yaitu UVA, UVB, dan UVC. Dari ketiganya, UVA dan UVB adalah jenis sinar UV yang mencapai permukaan bumi dan dapat menimbulkan berbagai dampak buruk pada kesehatan kulit manusia (Narayanan et al., 2010). Paparan sinar UV secara berlebihan dan berkelanjutan telah terbukti menyebabkan kerusakan kulit seperti sunburn, penuaan dini (photoaging), hiperpigmentasi, immunosupresi lokal, dan bahkan kanker kulit seperti karsinoma sel basal, karsinoma sel skuamosa, dan melanoma maligna (Diffey, 2004).

Paparan sinar ultraviolet (UV) dari matahari merupakan faktor risiko utama terjadinya kerusakan kulit, seperti sunburn, hiperpigmentasi, bahkan kanker kulit seperti melanoma (Narayanan et al., 2010). Paparan jangka panjang dapat merusak struktur DNA kulit dan mempercepat penuaan kulit (Diffey, 2004). Perilaku perlindungan kulit yang tepat seperti penggunaan tabir surya, pakaian pelindung, dan penghindaran paparan matahari langsung sangat penting terutama bagi kelompok usia muda seperti mahasiswa (Mahé et al., 2011).

Perlindungan kulit dari sinar UV merupakan langkah preventif yang penting dalam mencegah dampak negatif tersebut. Perlindungan ini dapat dilakukan melalui berbagai cara, seperti menggunakan tabir surya (sunscreen), mengenakan pakaian tertutup dan pelindung seperti topi dan kacamata, serta menghindari paparan sinar matahari langsung pada jam-jam puncak, yaitu antara pukul 10.00 hingga 14.00 (Mahé et al., 2011). Meskipun demikian,

kesadaran masyarakat, termasuk generasi muda, tentang pentingnya perlindungan terhadap sinar UV masih tergolong rendah di beberapa wilayah, termasuk di Indonesia.

Mahasiswa, terutama yang menempuh pendidikan di bidang kedokteran, merupakan kelompok yang diharapkan memiliki tingkat pengetahuan yang lebih tinggi mengenai isu kesehatan, termasuk mengenai bahaya sinar UV dan pentingnya perilaku protektif terhadap kulit. Namun, studi sebelumnya menunjukkan bahwa adanya perbedaan gender dapat memengaruhi perilaku kesehatan, di mana perempuan cenderung memiliki kesadaran dan perilaku pencegahan yang lebih baik dalam hal perawatan kulit dibandingkan laki-laki (Holman et al., 2015). Hal ini disebabkan oleh berbagai faktor, antara lain persepsi estetika, perhatian terhadap penampilan, serta akses dan eksposur informasi melalui media dan produk kecantikan yang lebih intens pada perempuan.

Pengetahuan yang baik tentang bahaya sinar UV belum tentu diikuti oleh perilaku perlindungan yang sesuai. Oleh karena itu, penting untuk mengidentifikasi hubungan dan perbedaan antara pengetahuan dan perilaku perlindungan kulit berdasarkan jenis kelamin, khususnya di kalangan mahasiswa kedokteran yang akan menjadi agen perubahan di bidang kesehatan. Pengetahuan dan perilaku perlindungan sinar UV dapat dipengaruhi oleh faktor gender. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa perempuan cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik dan perilaku lebih positif dalam menjaga kesehatan kulit dibandingkan laki-laki (Holman et al., 2015). Namun, data lokal terkait kondisi ini masih terbatas, terutama di lingkungan akademik kedokteran.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk menganalisis perbedaan tingkat pengetahuan dan perilaku perlindungan kulit dari sinar UV antara mahasiswa laki-laki dan perempuan di Fakultas Kedokteran Universitas Pertahanan. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi dasar untuk merancang intervensi edukatif dan promosi kesehatan kulit yang lebih efektif dan merata antar gender.

II. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif komparatif dengan pendekatan cross-sectional. Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pertahanan

tahun akademik 2024/2025. Sampel penelitian berjumlah 120 mahasiswa (60 laki-laki dan 60 perempuan) yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi.

Instrumen penelitian menggunakan kuesioner terstandar yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya berdasarkan penelitian sebelumnya (Glanz et al., 2008). Kuesioner terdiri atas dua bagian: pengetahuan (10 pertanyaan) dan perilaku perlindungan terhadap sinar UV (10 pertanyaan skala Likert). Analisis data dilakukan dengan uji independent samples t-test menggunakan SPSS versi 26.

III. HASIL PENELITIAN

a. Hasil

Tabel 1.
Rata-rata Skor Pengetahuan Sinar UV

Jenis Kelamin	Mean \pm SD	p-value
Laki-laki	6.7 \pm 1.2	0.000**
Perempuan	8.1 \pm 0.9	

Tabel 2.
Rata-rata Skor Perilaku Perlindungan Kulit

Jenis Kelamin	Mean \pm SD	p-value
Laki-laki	24.3 \pm 3.5	0.000**
Perempuan	28.9 \pm 3.1	

Hasil uji t menunjukkan perbedaan signifikan baik pada aspek pengetahuan ($p = 0.000$) maupun perilaku ($p = 0.000$) perlindungan sinar UV antara mahasiswa laki-laki dan perempuan. Mahasiswa perempuan memiliki pengetahuan yang lebih baik dan perilaku perlindungan kulit yang lebih tinggi.

b. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan dalam hal pengetahuan serta perilaku perlindungan kulit terhadap sinar ultraviolet (UV). Mahasiswa perempuan memiliki rata-rata skor



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

pengetahuan dan perilaku perlindungan kulit yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa laki-laki. Temuan ini konsisten dengan sejumlah penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa gender merupakan faktor determinan dalam perilaku kesehatan, termasuk dalam konteks perlindungan kulit (Holman et al., 2015; Mahé et al., 2011).

Secara umum, perempuan lebih peduli terhadap kondisi kulit mereka karena faktor estetika dan tekanan sosial yang lebih besar untuk menjaga penampilan fisik. Selain itu, perempuan juga lebih sering terpapar promosi produk-produk perawatan kulit yang mengandung informasi tentang bahaya sinar UV, baik melalui media sosial, iklan kecantikan, maupun influencer kecantikan (Kimlin et al., 2007). Hal ini menjadikan perempuan memiliki pengetahuan yang lebih baik dan secara aktif terlibat dalam perilaku perlindungan, seperti penggunaan tabir surya dan pakaian pelindung.

Dari sisi pengetahuan, tingginya skor pada mahasiswa perempuan menunjukkan bahwa mereka lebih memahami jenis-jenis sinar UV, risiko yang ditimbulkan, serta cara-cara pencegahan kerusakan kulit. Pengetahuan ini berperan penting sebagai dasar terbentuknya perilaku kesehatan yang positif. Menurut teori Health Belief Model (Glanz et al., 2008), seseorang yang menyadari adanya ancaman kesehatan (perceived susceptibility dan perceived severity) dan percaya bahwa tindakan pencegahan akan memberikan manfaat (perceived benefits) akan lebih cenderung untuk melakukan tindakan preventif.

Namun demikian, perlu disoroti bahwa meskipun mahasiswa laki-laki memiliki skor yang lebih rendah, mereka tetap berada dalam kategori pengetahuan dan perilaku yang cukup baik. Hal ini mungkin disebabkan oleh latar belakang pendidikan kedokteran yang memberikan informasi dasar mengenai kesehatan kulit dan efek sinar UV. Akan tetapi, masih ada kesenjangan antara pengetahuan dan praktik perlindungan pada mahasiswa laki-laki. Hal ini dapat dikaitkan dengan persepsi bahwa perlindungan kulit bukanlah prioritas utama atau dianggap sebagai hal yang "feminin" dalam budaya tertentu (Mahé et al., 2011).

Penelitian ini juga memberikan gambaran bahwa edukasi mengenai perlindungan kulit dari sinar UV belum sepenuhnya merata dan efektif. Diperlukan pendekatan edukatif yang lebih inklusif dan kontekstual, yang mempertimbangkan aspek gender, sosial, dan



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

budaya dalam merancang pesan promosi kesehatan. Selain itu, kampanye promosi kesehatan kulit sebaiknya tidak hanya difokuskan pada produk, tetapi juga mengedepankan pentingnya tindakan preventif secara menyeluruh sebagai bagian dari gaya hidup sehat.

Temuan ini memiliki implikasi penting bagi institusi pendidikan, terutama di bidang kesehatan, untuk menyisipkan materi edukasi terkait perlindungan kulit dan pencegahan kanker kulit dalam kurikulum, serta menyediakan kegiatan promosi kesehatan yang berkelanjutan bagi mahasiswa. Kampanye kesadaran juga dapat melibatkan teknologi informasi dan media sosial yang digemari oleh mahasiswa sebagai sarana edukasi dan perubahan perilaku.

Meskipun penelitian ini memberikan informasi yang bermanfaat, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu dicatat. Pertama, desain cross-sectional tidak memungkinkan peneliti untuk menilai hubungan kausalitas. Kedua, data diperoleh berdasarkan kuesioner yang bersifat self-report, sehingga potensi bias sosial dan interpretasi subjektif tetap ada. Penelitian lanjutan dengan pendekatan longitudinal dan metode observasi dapat memperkuat temuan ini.

IV. KESIMPULAN

Terdapat perbedaan signifikan dalam pengetahuan dan perilaku perlindungan kulit dari sinar UV antara mahasiswa laki-laki dan perempuan di Fakultas Kedokteran Universitas Pertahanan. Mahasiswa perempuan menunjukkan tingkat pengetahuan dan perilaku yang lebih baik dibandingkan mahasiswa laki-laki. Diperlukan strategi promosi kesehatan yang menyeluruh untuk meningkatkan kesadaran dan praktik perlindungan kulit terhadap sinar UV bagi seluruh mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

1. Balk, S. J. (2011). Ultraviolet radiation: A hazard to children and adolescents. *Pediatrics*, 127(3), e791–e817. <https://doi.org/10.1542/peds.2010-3502>
2. Bränström, R., Kristjansson, S., Ullen, H., & Brandberg, Y. (2006). Stability of attitudes and sun-related behaviour: A 5-year follow-up study. *Health Education Research*, 21(5), 601–612. <https://doi.org/10.1093/her/cyl011>



3. Buller, D. B., Cokkinides, V., Hall, H. I., Hartman, A. M., Saraiya, M., Miller, E., & Paddock, L. (2011). Prevalence of sunburn, sun protection, and indoor tanning behaviors among Americans: Systematic review from national surveys. *Journal of the American Academy of Dermatology*, 65(5), S114–S123. <https://doi.org/10.1016/j.jaad.2011.05.033>
4. Cho, Y. S., & Lee, J. S. (2020). Knowledge, attitudes, and practices regarding sun protection in Korean adults: A nationwide survey. *Journal of Dermatology*, 47(9), 974–981. <https://doi.org/10.1111/1346-8138.15404>
5. Diffey, B. L. (2004). Climate change, ozone depletion and the impact on ultraviolet exposure of human skin. *Physics in Medicine & Biology*, 49(1), R1. <https://doi.org/10.1088/0031-9155/49/1/R01>
6. Dennis, L. K., Lowe, J. B., & Snetselaar, L. G. (2009). Tanning behavior among young frequent tanners is related to attitudes and not lack of knowledge about the dangers. *Health Education Journal*, 68(3), 232–243. <https://doi.org/10.1177/0017896909339530>
7. Downs, N. J., & Parisi, A. V. (2009). Measuring the impact of school shade environments on primary school students' UV exposure. *Photochemistry and Photobiology*, 85(5), 1308–1318. <https://doi.org/10.1111/j.1751-1097.2009.00590.x>
8. Ghiasvand, R., Weiderpass, E., Green, A. C., Lund, E., & Veierød, M. B. (2016). Sunscreen use and subsequent melanoma risk: A population-based cohort study. *Journal of Clinical Oncology*, 34(33), 3976–3983. <https://doi.org/10.1200/JCO.2016.67.5934>
9. Glanz, K., Yaroch, A. L., Dancel, M., Saraiya, M., Crane, L. A., Buller, D. B., & Robinson, J. K. (2008). Measures of sun exposure and sun protection practices for behavioral and epidemiologic research. *Archives of Dermatology*, 144(2), 217–222. <https://doi.org/10.1001/archdermatol.2007.46>
10. Gritz, E. R., Tripp, M. K., & Peterson, S. K. (2005). The importance of gender in sun protection behaviors and attitudes among adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 37(5), 415–419. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2005.03.016>
11. Glanz, K., Rimer, B. K., & Viswanath, K. (2008). *Health Behavior and Health Education: Theory, Research, and Practice* (4th ed.). Jossey-Bass.
12. Holman, D. M., Berkowitz, Z., Guy, G. P., Hawkins, N. A., Saraiya, M., & Watson, M. (2015). Patterns of sunscreen use on the face and other exposed skin among US adults. *Journal of the American Academy of Dermatology*, 73(1), 83–92. <https://doi.org/10.1016/j.jaad.2015.02.1112>
13. Heckman, C. J., Liang, K., Riley, M., & Handorf, E. (2017). Gender differences in sun protection behaviors and attitudes. *Journal of Behavioral Medicine*, 40(4), 642–651. <https://doi.org/10.1007/s10865-017-9834-1>



14. Koster, B., Thorgaard, C., Philip, A., & Clemmensen, I. H. (2010). Sunbed use and campaign initiatives in the Danish population, 2007–2009. *Cancer Epidemiology*, 34(3), 344–349. <https://doi.org/10.1016/j.canep.2010.03.007>
15. Kimlin, M. G., Guo, Y., & Mohd Azmi, N. A. (2007). Personal sun exposure patterns and their association with vitamin D status. *Photochemistry and Photobiology*, 83(6), 1431–1436. <https://doi.org/10.1111/j.1751-1097.2007.00196.x>
16. Mahé, E., Beauchet, A., Marchand, L., & Perret, J. L. (2011). Sunscreen use in adolescents: a French survey. *Archives de Pédiatrie*, 18(7), 735–741. <https://doi.org/10.1016/j.arcped.2011.03.006>
17. Mahler, H. I. M., Kulik, J. A., Gerrard, M., & Gibbons, F. X. (2010). Effects of appearance-based interventions on sun protection intentions and self-reported behaviors. *Health Psychology*, 29(4), 433–441. <https://doi.org/10.1037/a0018828>
18. Moehrle, M. (2008). Outdoor sports and skin cancer. *Clinics in Dermatology*, 26(1), 12–15. <https://doi.org/10.1016/j.clindermatol.2007.10.004>
19. Norval, M., Lucas, R. M., Cullen, A. P., de Gruijl, F. R., Longstreth, J., Takizawa, Y., & van der Leun, J. C. (2011). The human health effects of ozone depletion and interactions with climate change. *Photochemical & Photobiological Sciences*, 10(2), 199–225. <https://doi.org/10.1039/C0PP90037K>
20. Narayanan, D. L., Saladi, R. N., & Fox, J. L. (2010). Ultraviolet radiation and skin cancer. *International Journal of Dermatology*, 49(9), 978–986. <https://doi.org/10.1111/j.1365-4632.2010.04474.x>
21. Robinson, J. K., Rigel, D. S., & Amonette, R. A. (1997). Trends in sun exposure knowledge, attitudes, and behaviors: 1986 to 1996. *Journal of the American Academy of Dermatology*, 37(2), 179–186. [https://doi.org/10.1016/S0190-9622\(97\)70193-7](https://doi.org/10.1016/S0190-9622(97)70193-7)
22. Sunguya, B. F., Ong, K. I., Dhakal, S., Mlunde, L. B., Shibanuma, A., & Jimba, M. (2017). Stronger community health worker programs improve maternal and child health outcomes: A systematic review and meta-analysis. *PLOS ONE*, 12(7), e0180723. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0180723>
23. Wright, C. Y., Albers, P. N., Oosthuizen, M. A., & Phala, N. (2019). Self-reported sun-related knowledge, attitudes and behaviours among schoolchildren in South Africa. *Photodermatology, Photoimmunology & Photomedicine*, 35(2), 122–130. <https://doi.org/10.1111/phpp.12453>