



EDUKASI PENGGUNAAN TABIR SURYA SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN KANKER KULIT PADA REMAJA DI PONDOK MODERN AL-KAUTSAR PEKANBARU

Angga Arfina¹, Dendy Kharisna², Sri Yanti³, Rizka Febtrina⁴, Bayu Azhar⁵, Ulfa Hasanah⁶

^{1,2,3,4,5,6}Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Keperawatan Institut Kesehatan Payung Negeri, Pekanbaru
Indonesia

Article Information

Article history:

Received January 10,
2024

Approved January 18,
2024

Keywords:

Skin cancer
Sunscreen
Adolescent

ABSTRACT

Skin cancer is one type of neoplasm that can be violent. One factor that can contribute to the occurrence of skin cancer is exposure to ultraviolet (UV) rays. Adolescents are an age group that has the potential to be exposed to UV rays longer and with high intensity. The use of sunscreen is recommended to prevent skin cancer due to UV exposure. The recommended use of sunscreens especially those containing SPF 30 or more. Providing education can increase knowledge and awareness in adolescents to prevent skin cancer and use sunscreen when outdoors. This community midwifery activity will be carried out in November 2023 at Pondok Modern Al-Kautsar Pekanbaru. The activity carried out was education to 30 teenagers about the use of sunscreen as an effort to prevent skin cancer. The activity was carried out first with a pre-test then continued with the presentation of material for 60 minutes and after that post test about skin cancer and the use of sunscreen. The results of activities in students and students there was an increase in skin cancer and the benefits of sunscreen in the prevention of skin cancer. It is expected for adolescents who will do outdoor activities to always use sunscreen according to recommendations to reduce the risk of skin cancer.

ABSTRAK

Kanker kulit merupakan salah satu jenis neoplasma yang dapat bersifat ganas. Salah satu faktor yang dapat berkontribusi untuk terjadinya kanker kulit adalah paparan sinar ultraviolet (UV). Remaja merupakan kelompok umur yang berpotensi untuk terpapar sinar UV lebih lama dan dengan intensitas yang tinggi. Penggunaan tabir surya direkomendasikan untuk mencegah terjadinya kanker kulit akibat paparan sinar UV. Penggunaan tabir surya yang disarankan terutama yang mengandung SPF 30 atau lebih. Pemberian edukasi dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran pada remaja untuk mencegah kanker kulit dan menggunakan tabir surya bila berada di luar ruangan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada bulan November 2023 di Pondok Modern Al-Kautsar Pekanbaru. Kegiatan yang dilakukan adalah

edukasi kepada 30 orang remaja tentang penggunaan tabir surya sebagai upaya pencegahan kanker kulit. Kegiatan dilakukan terlebih dahulu dengan pre test kemudian dilanjutkan dengan pemaparan materi selama 60 menit dan setelah itu post test tentang kanker kulit dan penggunaan tabir surya. Hasil kegiatan pada siswa dan siswi terjadi peningkatan mengenai kanker kulit dan manfaat tabir surya dalam pencegahan kanker kulit. Diharapkan kepada remaja yang akan melakukan aktivitas di luar ruangan untuk selalu menggunakan tabir surya sesuai rekomendasi untuk menurunkan risiko kanker kulit.

© 2024 EJOIN

*Corresponding author email: anggaarfina05@gmail.com

PENDAHULUAN

Kanker kulit merupakan salah satu jenis neoplasma ganas yang paling umum terjadi pada ras Kaukasia. Diperkirakan hampir 15.000 kematian dan 76.380 kasus baru kanker kulit terjadi di Amerika Serikat pada tahun 2016 [1]. Di seluruh dunia kanker kulit merupakan beban kesehatan masyarakat yang besar karena angka kejadiannya terus meningkat. Insiden kanker kulit sangat bervariasi antar kelompok ras dan etnis yang berbeda. Ras kaukasia memiliki tingkat kanker kulit yang sangat tinggi sementara orang Asia memiliki tingkat kanker kulit yang rendah [2]. Sebanyak lebih dari 80.000 kasus kanker kulit terdiagnosis setiap tahunnya di Kanada [3].

Peningkatan paparan radiasi sinar ultraviolet (UV) menjadi salah satu faktor terbesar yang berkontribusi terhadap kenaikan angka kejadian kanker kulit [4]. Paparan sinar UV berkontribusi terhadap kejadian kanker kulit jenis melanoma maupun non melanoma, karsinoma sel basal dan sel skuamosa [1]. Paparan radiasi sinar UV dikaitkan dengan 80 – 90 % angka kejadian kanker kulit [3]. Pada dasarnya sinar matahari diperlukan untuk sintesis vitamin D. Radiasi ultraviolet B mewakili 5% yang menyebabkan terjadinya luka bakar, pigmentasi, peradangan, melanoma dan kanker kulit [5].

Penggunaan tabir surya telah terbukti mengurangi kejadian kanker kulit baik jenis melanoma maupun non melanoma. Asosiasi Dermatologi Kanada dan Amerika Akademi Dermatologi merekomendasikan penggunaan tabir surya untuk pencegahan kanker kulit. Tabir surya mengandung bahan organik dan anorganik yang berfungsi untuk menghalangi sinar UV terutama pada radiasi UVA1, UVA2 dan UVB. Amerika Akademi Dermatologi merekomendasikan penggunaan tabir surya dengan SPF 30 atau lebih secara teratur untuk semua jenis kulit. Sementara itu Asosiasi Dermatologi Kanada merekomendasikan untuk anak-anak di atas 6 bulan dan orang dewasa penggunaan tabir surya spektrum luas dengan SPF 30 atau lebih tinggi lagi [3].

Paparan sinar matahari yang berlebihan berkontribusi terhadap terjadinya kanker kulit. Pencegahan kanker kulit pada masa anak-anak dan remaja sangat penting karena mereka cenderung lebih sering berada di luar ruangan. Meskipun telah banyak informasi mengenai pencegahan terhadap risiko paparan sinar matahari, namun beberapa data dari literatur menunjukkan masih rendahnya angka remaja yang menggunakan tabir surya ketika berada di bawah sinar matahari. Menurut Sattler (2014) ada beberapa faktor yang berhubungan dengan rendahnya kepatuhan terhadap perlindungan dari sinar matahari. Hal ini diantaranya adalah usia di bawah 20 tahun dan di atas 64 tahun, jenis kelamin laki-laki, pengetahuan yang rendah tentang rekomendasi perlindungan matahari yang akurat serta pengetahuan mengenai paparan sinar UV yang rendah [6].

Remaja mempunyai peluang untuk berada di luar ruangan yang memungkinkan terpapar sinar UV lebih banyak dengan intensitas yang tinggi. Hasil penelitian menunjukkan masih

minimnya pengetahuan tentang jenis sinar UV, waktu menghindari paparan sinar matahari, pengertian dari SPF 30, cara membersihkan sunscreen serta SPF minimal yang digunakan untuk aktivitas sehari-hari [7]. Mengingat adanya dampak yang merugikan dari paparan sinar IV yang dapat meningkatkan risiko terkena kanker kulit serta minimnya pengetahuan khususnya remaja yang sering berada di luar ruangan, maka perlu upaya untuk menanggulangi ataupun mencegah kejadian kanker kulit dengan melakukan edukasi. Hal ini menjadi landasan untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat kepada remaja tentang Edukasi Penggunaan Tabir Surya Sebagai Upaya Pencegahan Kanker Kulit Pada Remaja di Pondok Modern Al-Kautsar Pekanbaru.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada bulan November 2023 di Pondok Modern Al-Kautsar Pekanbaru. Kegiatan yang dilakukan adalah edukasi kepada 30 orang remaja tentang penggunaan tabir surya sebagai upaya pencegahan kanker kulit. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam 3 tahap sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

Pada tahap ini dilakukan dahulu survey awal dan pembuatan proposal kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Setelah selesai itu dilanjutkan dengan permohonan izin kepada Kepala Sekolah Pondok Modern Al-Kautsar Pekanbaru. Selanjutnya setelah mendapatkan izin dilakukan persiapan dengan membuat spanduk dan materi kegiatan dan peralatan yang dibutuhkan untuk edukasi.

2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap ini melakukan perkenalan dengan pihak Pondok Modern Al-Kautsar Pekanbaru, selanjutnya melakukan pre test sebelum pemaparan materi edukasi. Setelah itu pemaparan materi penyuluhan kesehatan tentang kanker kulit dan tabir surya pada remaja yang dilakukan selama kurang lebih 60 menit. Fasilitator kegiatan ikut serta memfasilitasi peserta untuk memberikan pertanyaan atau *feed back* terkait materi penyuluhan yang diberikan.

3. Tahap Evaluasi

Kegiatan ini dilakukan dengan post test setelah pemaparan materi. Pada tahap ini pengetahuan siswa dan siswi terjadi peningkatan mengenai kanker kulit dan manfaat tabir surya dalam pencegahan kanker kulit.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan persiapan dilakukan komunikasi dengan Kepala Sekolah Pondok Modern Al-Kautsar Pekanbaru, setelah itu menetapkan jadwal dan mensosialisasikan kepada siswa dan siswi. Kegiatan ini didukung pula oleh guru sehingga siswa dan siswi bisa dihadirkan dengan maksimal. Jumlah siswa dan siswi yang hadir ialah sebanyak 30 orang. Edukasi ini dilakukan dengan pembahasan mengenai kanker kulit, penyebab dan cara mencegahnya. Setelah itu dilanjutkan pula dengan edukasi dan pengenalan tabir surya yang dapat digunakan untuk mencegah terjadinya kanker kulit. Kegiatan diskusi dilakukan dengan memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya dan mengulang kembali materi apa yang telah diterima dan dipahami. Pada sesi diskusi ini menjadi bahan evaluasi apakah materi telah tersampaikan dengan baik. Adanya partisipasi dan jawaban yang baik menunjukkan bahwa informasi telah diterima oleh siswa dan siswi menunjukkan antusiasme dari awal sampai dengan akhir.

Pada akhir sesi dilakukan pemecuan terkait materi yang telah disampaikan. Siswa dan siswi diberikan motivasi tentang perannya sebagai agen perubahan, penyebar informasi kesehatan dan role model bagi siswa dan siswi lainnya. Pada sesi ini fasilitator kembali

membantu memberikan masukan, dorongan dan semangat sampai ada yang berani mengangkat tangan dan menunjukkan komitmen kesediaan untuk berkontribusi mencegah kanker kulit. Pada kegiatan ini juga dilakukan evaluasi mengenai materi yang telah disampaikan. Dari hasil evaluasi sebagian siswa mampu menyebutkan kembali apa itu kanker kulit, penyebabnya dan cara pencegahannya salah satunya adalah dengan menggunakan tabir surya. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini sesuai dengan penelitian yang menyatakan ada perubahan pengetahuan setelah menerima informasi edukasi.

Sinar UV yang berlebihan dapat menyebabkan penuaan kulit dini dan berpotensi kanker kulit. Saat ini kesadaran kalangan kesehatan profesional dan masyarakat tentang perlindungan masih rendah [5]. Penelitian pada remaja berusia 15-18 tahun menyatakan 47.6% responden memiliki pengetahuan yang kurang baik terhadap penggunaan tabir surya dan sebanyak 46.03% responden memiliki sikap yang kurang baik terhadap penggunaan tabir surya [8]. Beberapa penelitian telah menunjukkan bukti bahwa tabir surya mengurangi risiko kanker kulit baik jenis melanoma maupun nonmelanoma. Beberapa hasil kajian literatur juga mengungkapkan bahwa sinar UV berpotensi untuk meningkatkan risiko kanker kulit. Beberapa alternatif tindakan yang dapat dilakukan untuk mencegah terpapar sinar UV secara langsung terutama pada siang hari dengan mencari tempat berteduh, memakai pakaian pelindung serta menggunakan tabir surya jika terpapar sinar matahari yang tidak dapat dihindari [9]. Tenaga kesehatan harus memberikan pendidikan kesehatan pada masyarakat tentang strategi menghindari sinar matahari. Penggunaan tabir surya yang direkomendasikan adalah minimal dengan SPF 30.



Gambar 1. Kegiatan edukasi di Pondok Modern Al-Kautsar Pekanbaru

KESIMPULAN DAN SARAN

Kanker kulit merupakan salah satu jenis neoplasma yang dapat bersifat ganas. Peningkatan paparan radiasi sinar ultraviolet (UV) menjadi salah satu faktor terbesar yang berkontribusi terhadap kenaikan angka kejadian kanker kulit. Paparan radiasi sinar UV dikaitkan dengan 80 – 90 % angka kejadian kanker kulit. Penggunaan tabir surya telah terbukti mengurangi kejadian kanker kulit baik jenis melanoma maupun non melanoma. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada bulan November 2023 di Pondok Modern Al-Kautsar Pekanbaru. Kegiatan yang dilakukan adalah edukasi kepada 30 orang remaja tentang penggunaan tabir surya sebagai upaya pencegahan kanker kulit. Kegiatan dilakukan terlebih dahulu dengan pre test kemudian dilanjutkan dengan pemaparan materi selama 60 menit dan setelah itu post test tentang kanker kulit dan penggunaan tabir surya. Berdasarkan dari pelaksanaan kegiatan pendidikan kesehatan ini dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan siswa dan siswi tentang kanker kulit dan penggunaan tabir surya. Hal ini terlihat dari hasil evaluasi yang dilakukan kepada siswa siswi yang mampu menjawab dengan baik dan menyebutkan kembali apa itu kanker kulit, penyebabnya dan cara pencegahannya salah satunya adalah dengan menggunakan tabir surya. Diharapkan kepada remaja yang akan melakukan aktivitas di luar ruangan untuk selalu menggunakan tabir surya sesuai rekomendasi untuk menurunkan risiko kanker kulit.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada pihak-pihak terkait yang telah mendukung untuk terlaksananya kegiatan ini. Penulis mengucapkan terimakasih kepada IKES Payung Negeri Pekanbaru, Kepala Sekolah, guru serta siswa dan siswa Pondok Modern Al-Kautsar Pekanbaru Ketua LPPM, dan kepada rekan-rekan mahasiswa yang membantu dan memfasilitasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] P. Perugini, M. Bonetti, A. C. Cozzi, and G. L. Colombo, "Cancer : Systematic Review," pp. 1–13, 2019.
- [2] N. A. Alzahrani *et al.*, "Awareness, knowledge and behavior of medical personnel regarding skin cancer, sun-related hazards and sunscreen utilization at King Abdulaziz University Hospital, Jeddah," *Int. J. Res. Dermatology*, vol. 4, no. 2, pp. 105–114, 2018, doi: 10.18203/issn.2455-4529.intjresdermatol20181397.
- [3] M. Sander, M. Sander, T. Burbidge, and J. Beecker, "The efficacy and safety of sunscreen use for the prevention of skin cancer," *Cmaj*, vol. 192, no. 50, pp. E1802–E1808, 2020, doi: 10.1503/cmaj.201085.
- [4] M. Yilmaz *et al.*, "Skin cancer knowledge and sun protection behavior among nursing students," *Japan J. Nurs. Sci.*, vol. 12, no. 1, pp. 69–78, 2014, doi: 10.1111/jjns.12049.
- [5] Q. J. Low, K. Z. Teo, T. H. Lim, S. W. Cheo, and W. Y. E. Yap, "Knowledge, attitude, practice and perception on sunscreen and skin cancer among doctors and pharmacists," *Med. J. Malaysia*, vol. 76, no. 2, pp. 212–217, 2021.
- [6] K. Velasques, L. R. Michels, L. M. Colome, and S. E. Haas, "Educational activities for rural and urban students to prevent skin cancer in Rio Grande do Sul, Brazil," *Asian Pacific J. Cancer Prev.*, vol. 17, no. 3, pp. 1201–1207, 2016, doi: 10.7314/APJCP.2016.17.3.1201.
- [7] E. F. Mumtazah *et al.*, "Pengetahuan Mengenai Sunscreen Dan Bahaya," *J. Farm. Komunitas*, vol. 7, no. 2, pp. 63–68, 2020, [Online]. Available: <https://doi.org/10.20473/jfk.v7i2.21807>.
- [8] S. Hujjah and S. Siahaan, "Pengetahuan, sikap dan perilaku anak remaja usia 15-18 tahun

terhadap penggunaan sunscreen di SMK Kesehatan Yannas Husada Bangkalan,” *J. Heal. Sains*, vol. 3, no. 1, 2022, [Online]. Available: <https://jurnal.healthsains.co.id/index.php/jhs/article/view/404/498>.

- [9] M. Hung, I. R. Beazer, S. Su, J. Bounsanga, E. S. Hon, and M. S. Lipsky, “An Exploration of the Use and Impact of Preventive Measures on Skin Cancer,” *Healthc.*, vol. 10, no. 4, pp. 1–11, 2022, doi: 10.3390/healthcare10040743.