

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Perilaku

2.1.1 Pengertian Perilaku

Perilaku merupakan suatu kegiatan atau aktivitas organisme (makhluk hidup) yang bersangkutan. Jadi, perilaku manusia pada hakikatnya adalah tindakan atau aktivitas dari manusia itu sendiri yang mempunyai bentangan yang sangat luas. (Notoatmodjo, 2012)

Skinner merumuskan bahwa perilaku merupakan respons atau reaksi seseorang terhadap stimulus (rangsangan dari luar).

2.1.2 Bentuk Perilaku

Perilaku dibedakan menjadi dua yaitu perilaku yang tertutup (*Covert behavior*) dan perilaku terbuka (*Overt behavior*). Perilaku tertutup merupakan respon seseorang yang belum dapat untuk diamati secara jelas oleh orang lain. Sedangkan perilaku terbuka merupakan respon dari seseorang dalam bentuk tindakan nyata sehingga dapat untuk diamati lebih jelas dan mudah.

Menurut Bloom (Notoatmodjo, 2007) dalam membagi domain perilaku ada 3 bentuk, yaitu:

2.1.2.1 Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap suatu objek melalui indra yang dimilikinya sehingga menghasilkan pengetahuan. Penginderaan terjadi melalui pancaindera manusia yakni, indra pendengaran, penglihatan, penciuman, perasaan dan perabaan, sebagian pengetahuan manusia didapat melalui mata dan telinga. (Notoatmodjo, 2010)

Setiap orang memiliki pengetahuan, dan setiap orang memiliki tingkat pengetahuan yang berbeda-beda. Secara garis besar tingkat pengetahuan seseorang diantaranya, yaitu:

a. Tahu (*Know*)

Tahu diartikan hanya sebagai recall (memanggil) memori yang telah ada sebelumnya setelah mengamati sesuatu. Oleh sebab itu tahu ini merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain: menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, menyatakan dan sebagainya.

b. Memahami (Comprehention)

Memahami artinya suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.

c. Aplikasi (Aplication)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi sebenarnya. Aplikasi disini dapat diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

d. Analisis (Analysis)

Analisis adalah kemampuan seseorang untuk menjabarkan dan memisahkan, kemudian mencari hubungan antara komponen-komponen yang terdapat dalam suatu masalah atau objek yang diketahui. Indikasi bahwa pengetahuan seseorang telah sampai pada tingkat analisis adalah apabila orang tersebut telah dapat membedakan atau mengelompokkan, membuat diagram (bagan) terhadap pengetahuan atas objek tersebut.

e. Sintesis (Synthesis)

Sintesis adalah suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian didalam bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi yang ada.

f. Evaluasi (Evaluation)

Evaluasi berkaitan dengan kemampuan untuk justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian itu didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada.

Menurut Notoatmodjo (2010), pengetahuan seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu:

i. Pengalaman

Pengalaman dapat diperoleh dari pengalaman sendiri maupun dari orang lain.

ii. Tingkat Pendidikan

Pendidikan dapat membawa wawasan atau pengetahuan seseorang. Secara umum, seseorang yang berpendidikan lebih tinggi akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas dibandingkan dengan seseorang yang tingkat pendidikannya lebih rendah.

iii. Keyakinan

Biasanya keyakinan diperoleh secara turun temurun dan tanpa adanya pembuktian terlebih dahulu.

iv. Fasilitas

Fasilitas-fasilitas sebagai sumber informasi yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang, misalnya radio, televisi, majalah, koran dan buku buku.

v. Penghasilan

Penghasilan tidak berpengaruh langsung terhadap pengetahuan seseorang. Namun bila seseorang berpenghasilan cukup besar maka ia akan mampu untuk membeli fasilitas-fasilitas sumber informasi.

vi. Sosial Budaya

Kebudayaan setempat dan kebiasaan dalam keluarga dapat mempengaruhi pengetahuan, persepsi dan sikap seseorang terhadap sesuatu. Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian dan responden.

2.1.2.2 Sikap

Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup terhadap sesuatu objek. Sikap bukan merupakan tindakan karena itu tidak dapat langsung dilihat melainkan hanya dapat ditafsir terlebih dahulu dari perilaku yang tertutup.

Menurut Allport (1954) dalam Notoatmodjo (2014) menjelaskan, sikap terdiri dari tiga komponen pokok yaitu:

- i. Kepercayaan atau keyakinan, ide, dan konsep terhadap objek.
- ii. Kehidupan emosional atau evaluasi orang terhadap objek.
- iii. Kecenderungan untuk bertindak (*tend to behave*).

Ketiga komponen diatas sama-sama berperan dalam membentuk sikap yang utuh (*total attitude*). Pengetahuan, pikiran, keyakinan dan emosi sangat berperan penting dalam menentukan sikap. Seperti halnya pengetahuan, sikap terdiri dari beberapa tingkatan, yaitu:

a. Menerima (*Receiving*)

Menerima diartikan bahwa seseorang (subjek) mau menerima stimulus yang diberikan (objek).

b. Menanggapi (*Responding*)

Merespon diartikan memberi jawaban atau tanggapan terhadap pertanyaan atau objek yang dihadapi.

c. Menghargai (*Valuing*)

Menghargai diartikan subjek, atau seseorang memberikan nilai yang positif terhadap objek atau stimulus dalam arti membahasnya dengan orang lain dan bahkan mengajak atau bahkan mempengaruhi atau menganjurkan orang lain merespon.

d. Bertanggung Jawab (*Responsible*)

Bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilihnya dengan segala resiko adalah merupakan sikap yang paling tinggi.

Menurut Azwar (2013) faktor – faktor yang mempengaruhi sikap terhadap suatu objek antara lain :

i. Pengalaman pribadi

Pengalaman seseorang akan memengaruhi penghayatan dalam stimulus sosial yang berbeda. Sikap yang diperoleh melalui pengalaman akan menimbulkan pengaruh langsung terhadap perilaku berikutnya.

ii. Pengaruh orang lain yang dianggap penting

Seseorang cenderung akan memiliki penyesuaian sikap dengan sikap orang lain yang dianggap berpengaruh, diantaranya adalah orang tua, teman dekat, guru, dan yang lainnya.

iii. Kebudayaan

Dimana kita hidup mempunyai pengaruh yang besar terhadap pembentukan sikap. Dalam kehidupan di masyarakat diwarnai dengan kebudayaan yang ada di daerahnya.

iv. Media masa

Media masa elektronik maupun media cetak sangat besar pengaruhnya terhadap pembentukan opini dan kepercayaan seseorang. Dengan pemberian informasi melalui media masa mengenai sesuatu hal akan memberikan landasan kognitif baru bagi terbentuknya sikap.

v. Lembaga pendidikan dan agama

Keduanya memiliki peranan penting dalam pengajaran terkait dasar pembentukan sikap dan moral dalam diri seorang individu.

vi. Faktor emosional

Kadang kala, suatu bentuk sikap merupakan pernyataan yang didasari emosi yang berfungsi sebagai semacam penyaluran frustrasi atau pengalihan bentuk mekanisme pertahanan ego.

Pengukuran sikap dapat dilakukan secara langsung atau tidak langsung. Secara langsung dapat ditanyakan bagaimana pendapat atau pernyataan responden terhadap suatu objek yang bersangkutan.

2.1.2.3 Tindakan

Tindakan adalah suatu bentuk nyata tentang apa yang telah diketahui seseorang dengan cara melaksanakan atau mempraktikkan sesuatu setelah seseorang mengadakan penilaian atau pendapat.

Tindakan merupakan suatu perbuatan subjek terhadap objek. Dapat dikatakan tindakan merupakan tindak lanjut dari sikap. Suatu sikap tidak otomatis terwujud dari suatu tindakan baru, untuk mewujudkannya diperlukan faktor pendukung atau suatu kondisi yang memungkinkan, yakni fasilitas dan dukungan dari pihak lain. (Notoatmodjo, 2010)

Tindakan memiliki beberapa tingkatan menurut notaatmodjo (2012), sebagai berikut :

i. Persepsi

Persepsi yaitu subjek dapat mengenal atau memilih berbagai objek sehubungan dengan tindakan yang akan diambil.

ii. Respon terpimpin

Respon terpimpin yaitu subjek dapat melakukan sesuatu sesuai dengan urutan yang benar sesuai dengan contoh.

iii. Mekanisme

Mekanisme yaitu apabila subjek dapat melakukan sesuatu dengan benar secara otomatis dan sudah merupakan kebiasaan.

iv. Adopsi

Adopsi yaitu suatu tindakan yang sudah berkembang dengan baik dan sudah dimodifikasi tanpa mengurangi kebenaran tindakan tersebut.

2.2 Kulit dan Struktur Kulit

Kulit merupakan organ terluar dari tubuh yang melapisi tubuh manusia. Kulit membentuk 15% dari berat badan keseluruhan. Pada permukaan luar kulit terdapat pori-pori (rongga) yang menjadi tempat keluarnya keringat. Kulit memiliki banyak fungsi, diantaranya sebagai pelindung tubuh, sebagai alat indra peraba atau alat komunikasi, dan sebagai alat pengatur suhu. Keinginan sebagian besar manusia terutama Wanita memiliki kulit yang putih, sehat, bersih dan terawat. Akan tetapi dalam perawatannya tidak memperhatikan jenis kulit sehingga

menimbulkan masalah baru seperti jerawat, kulit kering dan lain-lain. Untuk melakukan perawatan kulit dibutuhkan pengetahuan yang cukup. (Kumarahadi et al., 2020)

Kulit pada dasarnya memiliki suatu pertahanan terhadap radiasi UV sinar matahari. Pertahanan kulit berupa Melanin (pigmen) yang terdapat pada epidermis dan protein pada lapisan terluar kulit (Stratum Corneum) dengan cara menyerap radiasi UV dalam mengurangi jumlah sinar yang masuk kedalam kulit. Kepekaan seseorang terhadap sinar UV bergantung pada jumlah melanin (zat pigmen) yang dimilikinya. Pada orang kulit gelap memiliki sel melanin (zat pigmen) lebih banyak sehingga lebih terlindungi dari bahaya sinar UV matahari, tetapi bukan berarti yang memiliki kulit gelap tidak mengalami efek dari sinar UV namun perlu paparan yang lebih lama untuk menimbulkan gejala pada kulitnya. (Minerva, 2019)

Struktur kulit secara garis besar tersusun atas tiga lapisan utama, yaitu :

- a. Lapisan epidermis, yaitu lapisan paling luar, yang terdiri dari :
 - i. Stratum korneum (lapisan tanduk) adalah lapisan kulit yang paling luar.
 - ii. Stratum lusidum merupakan lapisan sel-sel gepeng tanpa inti dengan protoplasma yang berubah menjadi protein yang disebut eleidin. Lapisan tersebut tampak lebih jelas ditelapak tangan dan kaki.
 - iii. Stratum granulosum (lapisan keratohialin) merupakan 2 atau 3 lapis sel-sel gepeng dengan sitoplasma berbutir kasar dan terdapat inti di antaranya.
 - iv. Stratum spinosum terdiri atas beberapa lapis sel yang berbentuk polygonal yang besarnya berbeda-beda karena adanya proses mitosis. Stratum basale terdiri atas sel-sel berbentuk kubus (kolumnar) yang tersusun vertical pada pembatasan dermo-epidermal berbasis seperti pagar (palisade). Lapisan ini merupakan lapisan epidermis yang paling bawah.
- b. Lapisan dermis merupakan “rumah” dari komponen tambahan dari epidermis. Di dermis terdapat sel-sel imun yang berfungsi melawan infeksi yang masuk ke dalam kulit. Dermis menyediakan suplai darah, nutrisi dan oksigen pada dirinya sendiri dan juga epidermis. Dermis juga mempunyai fungsi pengaturan suhu kulit melalui pembuluh darah superfisial dan reseptor saraf berfungsi untuk sensasi rasa raba.
- c. Lapisan subkutis, lapisan subkutis adalah kelanjutan dermis, terdiri atas jaringan ikat longgar berisi sel-sel lemak didalamnya. Sel-sel lemak

merupakan sel bulat, besar, dengan inti terdesak ke pinggir sitoplasma lemak yang bertambah. Lapisan ini penting dalam pengaturan suhu kulit dan tubuh. (Sayogo et al., 2017)



Gambar 2. 1 Bagian dan struktur lapisan kulit
(Sumber: <https://www.gurupendidikan.co.id/wp-content/uploads/2019/10/Bagian-dan-Struktur-Lapisan-Kulit.jpg>)

2.3 Sinar UV

Indonesia merupakan negara tropis yang penuh dengan limpahan sinar matahari sepanjang tahunnya. Sinar matahari sendiri merupakan sumber energi yang bermanfaat bagi kehidupan manusia. Matahari dapat memancarkan berbagai macam sinar baik yang dapat dilihat maupun yang tidak dapat dilihat. Sinar matahari yang dapat dilihat adalah sinar yang dipancarkan dalam gelombang lebih dari 400nm, sedangkan sinar matahari dengan panjang gelombang 10nm – 400nm yang disebut dengan sinar ultraviolet (UV) tidak dapat dilihat dengan mata. (Asmiati et al., 2021)

Sinar UV matahari bermanfaat bagi kesehatan dalam membantu pembentukan vitamin D yang dibutuhkan oleh tulang, namun sinar UV matahari juga memiliki efek negatif bagi kesehatan kulit. Sinar UV matahari terdiri dari sinar UV A, UV B dan UV C. Sinar UV A memiliki panjang gelombang (320-400nm) dan lebih 90% dapat mencapai permukaan bumi serta dapat menembus kulit hingga mencapai lapisan dermis (dalam) kulit. Di sisi lain sinar UV B dengan panjang gelombang (290-320) hanya 5% diantara seluruh UV, sebagian besar diserap oleh lapisan kulit stratum korneum (lapisan terluar) dan hanya sebagian kecil yang menembus bagian atas dermis kulit. Sinar UV C memiliki panjang gelombang (200-290 nm), namun radiasinya tidak mencapai permukaan bumi karena diserap oleh ozon pada atmosfer bumi.

Sinar UV B memiliki kemampuan menimbulkan kulit terbakar (*sunburn*) lebih besar dari sinar UV A. Sedangkan sinar UV A memiliki kemampuan menembus lapisan kulit lebih dalam dan dapat merusak DNA kulit secara tidak langsung yang dapat menyebabkan terjadinya penuaan (*photo aging*) kulit. Sinar UV A bersifat

stabil sepanjang hari, dapat menembus awan dan kaca, sedangkan sinar UV B terbanyak pada pukul 10.00 – 14.00 serta dapat diserap kaca dan awan. (Minerva, 2019)

Radiasi UV memiliki banyak efek negatif terhadap kulit, baik secara langsung maupun tidak langsung. 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. 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. Bukan hanya kulit saja yang diserang, tapi juga kornea mata, hingga dapat mengakibatkan kerusakan mata akibat paparan sinar ultraviolet. (Wadoe et al., 2019)

Beberapa cara dapat dilakukan dalam usaha pencegahan terhadap radiasi UV yaitu:

- a. Menghindari sinar matahari berlebihan pada pukul 10.00 hingga 16.00.
- b. Memakai pelindung fisik seperti baju, topi, payung, dan kacamata.
- c. Pemakaian tabir surya (sunscreen) secara tepat, konsisten dan teratur.
- d. Mengonsumsi antioksidan seperti vitamin C, E dan A yang mampu melindungi kulit terhadap radiasi UV. (Minerva, 2019)

2.4 Sunscreen atau Tabir Surya

Sunscreen atau yang dikenal dengan tabir surya dapat mencegah kerusakan kulit dengan menyerap, menyebarkan radiasi UV dan diatur sebagai produk obat bebas di Amerika Serikat. Untuk beberapa individu, produk tabir surya dapat diterapkan dalam jumlah besar beberapa kali setiap hari selama seumur hidup baik sebagai produk tabir surya utama, mulai dari usia 6 bulan, dan sebagai bahan dalam kosmetik produk. (Matta et al., 2019)

Beberapa penelitian mengenai fotoproteksi (perlindungan) terhadap sinar matahari memaparkan bahwa penggunaan tabir surya topikal (oles) secara teratur dan cukup, mampu mencegah kerusakan kulit serta kanker kulit. Tabir surya merupakan kosmetik pelindung yang dapat menyaring dan menahan sinar matahari terhadap kulit. Tabir surya terdapat dalam 2 pembagian yaitu:

a. Tabir Surya Kimia

Tabir surya kimia melindungi kulit dengan cara menyerap sinar matahari dan mengubahnya menjadi energi panas. Tabir surya ini disebut juga *sunscreen*/ tabir surya organik. Tabir surya ini diserap oleh kulit dan mempunyai potensi menimbulkan iritasi pada kulit dan tidak dapat digunakan oleh bayi usia kecil 6 bulan.

b. Tabir Surya Fisik

Tabir surya yang bekerja melindungi kulit dengan cara memantulkan sinar matahari. Tabir surya ini dikenal dengan nama *sunblock*/ tabir surya anorganik. Tabir surya ini merupakan *broad spectrum* (spektrum luas) yang mampu melindungi dari sinar UV A dan UV B, bersifat stabil, potensi alergi yang ditimbulkan rendah dan tidak diserap oleh kulit sehingga dapat dipakai pada anak – anak. Tabir surya fisik merupakan tabir surya ideal menurut Food Drug Administration (FDA).

Untuk mengoptimalkan kemampuan tabir surya sering dilakukan kombinasi antara tabir surya fisik dan kimia oleh sebahagian produsen kosmetik. (Minerva, 2019)

2.4.1 Bahan Aktif Tabir Surya

Terdapat dua klasifikasi bahan aktif yang terkandung dalam tabir surya yaitu:

- a. Bahan kimia seperti : meliputi anti UVA misalnya turunan benzofenon antara lain oksibenson, dibensoilmetan serta anti UVB yaitu turunan salisilat, turunan Para Amino Benzoic Acid (PABA) misalnya oktil dimetil PABA, turunan sinamat (sinoksat etil heksil parametoksi sinamat). avobenzon, dan octisalate yang bekerja dengan cara menyerap sinar ultraviolet.
- b. Bahan fisik seperti ; TiO_2 (Titanium dioksida), ZnO (Seng oksida), Kaolin, CaCO_3 (Kalsium karbonat), MgO (Magnesium oksida). Bekerja dengan cara memantulkan dan meyebarakan sinar UV sebelum menembus kulit.

Kandungan bahan tabir surya fisik memiliki risiko lebih sedikit dalam menyebabkan iritasi kulit dari pada bahan tabir surya kimia, namun kedua jenis bahan ini telah diuji oleh *food drug administration* (FDA) dan disimpulkan sebagai bahan yang aman dan efektif untuk digunakan, bahkan saat ini banyak produk tabir surya yang menggabungkan kedua jenis bahan ini. (Pramesti, 2019)

2.4.2 SPF dan PA+

Dalam sediaan kosmetik skin care kita sering menemui tulisan SPF. SPF merupakan kemampuan dari tabir surya (*sunscreen*) dalam melindungi kulit terhadap paparan radiasi sinar UV. Kekuatan tabir surya (*sunscreen*) bergantung pada nilai SPF. Kadar SPF dalam tabir surya (*sunscreen*) bervariasi, berkisar 1 – 50. Idealnya gunakan tabir surya (*sunscreen*) spektrum luas yang mampu melindungi dari UV A dan UV B dengan nilai SPF diatas 15, namun tabir surya (*sunscreen*) tidak sepenuhnya dapat memproteksi kulit dari paparan sinar UV. (Minerva, 2019)

Jadi pada dasarnya angka SPF menunjukkan seberapa kuat *sunscreen* yang kita pakai memberikan perlindungan dari *sunburn*, tanpa memberikan informasi apapun mengenai waktu, melainkan pada intensitas radiasi UV yang bisa dihambat oleh *sunscreen*. Terdapat nilai SPF yang tertera merupakan proteksi surya terhadap sinar UV B, yaitu:

- a. SPF 15 kemampuan proteksi 93% terhadap sinar UVB
- b. SPF 30 kemampuan proteksi 97% terhadap sinar UVB
- c. SPF 50 kemampuan proteksi 98% terhadap sinar UVB

Label SPF merujuk pada perlindungan dari radiasi UVB, dan tidak melindungi kulit dari radiasi UVA. UVA juga bisa menyebabkan terjadinya penuaan (photo aging) atau flek hitam pada kulit, meski tidak menimbulkan rasa sakit seperti yang diakibatkan oleh UVB. Karena itu, kebanyakan *sunscreen* saat ini mengintegrasikan perlindungan sekaligus atau broad spectrum/ spektrum luas dari radiasi UVA, dengan label PA (*Protection Grade of UV A*). Jadi ketika *sunscreen* dengan label SPF dan PA (baik PA+,PA++,PA+++,PA++++), produk tersebut menawarkan perlindungan dari radiasi UVB dan UVA. Sama seperti SPF, semakin banyak tanda “+” pada PA, semakin tinggi tingkat perlindungan *sunscreen* tersebut terhadap UVA.

2.4.3 Faktor Potensi Tabir Surya (Sunscreen)

Kemampuan dari suatu tabir surya (*sunscreen*) tidak hanya tergantung dari nilai SPFnya, ada beberapa faktor yang turut menentukan potensi tabir surya (*sunscreen*) yaitu :

- a. Jenis

Tabir surya yang ideal jenisnya adalah tabir surya yang memberikan perlindungan terhadap UVA dan UVB (spektrum luas), tidak menimbulkan iritasi, mudah didapat. Selain jenis bahan pembawa dalam tabir surya juga

mempengaruhi potensi penetrasi bahan aktif ke kulit dan stabilitas seperti water resistant.

b. Cara pakai

Cara pakai menentukan efektifitas tabir surya (*sunscreen*), yang harus diperhatikan dalam mengaplikasikan tabir surya (*sunscreen*) yaitu :

- i. Pemakaiannya rutin setiap hari
- ii. Waktu pemakaian adalah 15-30 menit sebelum keluar rumah/ terpapar sinar UV dan tabir surya dibiarkan kering terlebih dahulu sebelum memakai make up.
- iii. 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.
- iv. Pemakaian sunscreen diaplikasikan diwajah sebanyak 2 ruas jari untuk perlindungan optimal yang dimana 2 ruas jari ini bukan khusus wajah saja serta gunakanlah jenis tabir surya sesuai jenis kulit jika kulit mudah jerawat dan berminyak gunakan jenis gel, namun jika kering atau normal bisa gunakan seperti jenis cream atau lotion.
- v. Pemakaian awal atau pergantian tabir surya baru dianjurkan untuk mencobanya terlebih dahulu pada sebahagian kecil area untuk menghindari efek alergi ataupun iritasi.

c. Kadar

Seperti yang telah diuraikan diatas nilai SPF yang baik adalah diatas 15, namun banyak kosmetik yang dijual di pasaran mencantumkan SPF pada kemasan tetapi tidak menyantumkan jenis tabir surya yang dikandung

Beberapa penelitian mengenai foto proteksi sinar matahari menjelaskan penggunaan tabir surya topikal (yang dioles pada kulit) teratur dan adekuat dapat mencegah dari kanker kulit. Namun efektivitas suatu tabir surya di tentukan oleh beberapa hal seperti jumlah tabir surya yang dipakai cukup, waktu pemakaiannya yang tepat, reaplikasi (pengulangan) pemakaian dalam 2-4 jam serta penggunaanya rutin setiap hari. (Minerva, 2019)

2.4.4 Bentuk Tabir Surya (*Sunscreen*)

Di pasaran terdapat berbagai macam bentuk kosmetik tabir surya yang dapat disesuaikan dengan jenis kulit dan aktifitas. Bentuk kosmetik tabir surya yaitu:

a. Lotion

Bentuk tabir surya lotion cocok digunakan pada kulit normal cenderung berminyak dan kulit berminyak karena kekentalannya yang rendah, tidak lengket dan mudah merata pada kulit.

b. Cream

Tabir surya cream cocok digunakan pada kulit kering.

c. Gel

Water based gel cocok digunakan pada kulit berminyak dan pada pria.

d. Spray

Jenis tabir surya spray sudah dikenal dalam beberapa tahun ini terutama untuk anak-anak. Spray sangat cocok digunakan pada area yang luas ditubuh.

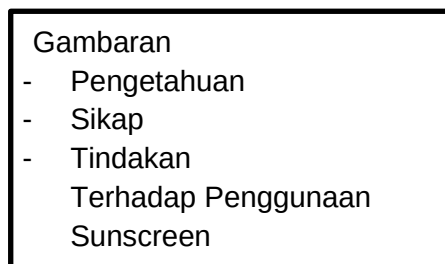
e. Stick

Bentuk tabir surya stick efektif melindungi area yang sempit/terbatas dan menonjol seperti sekitar bibir, hidung, lingkaran mata. Cocok digunakan selama aktifitas karena tahan lama dan tidak mudah mencair yang dapat mengiritasi mata. (Minerva, 2019)

Ada beberapa merek yang beredar dipasaran seperti Emina Sun Protection SPF 30, Azarine Hydra Soothe Sunscreen Gel, Biore UV Aqua Rich Watery, Vaseline Daily Sun Cream, Skin Aqua Moisture Milk, dan Pond's Protecting Day Cream Sunscreen Skin Protect. Dengan contoh gambar produk *Sunscreen* dapat dilihat pada lampiran 4.

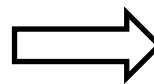
2.5 Kerangka Konsep

Variabel Bebas



Parameter

Baik
Cukup Baik
Kurang Baik
Tidak baik



Gambar 2. 2 Kerangka Konsep

2.6 Definisi Operasional

2.6.1 Pengetahuan

Pengetahuan merupakan segala sesuatu yang diketahui oleh seorang individu tentang sunscreen yang ditentukan dengan skala guttman yaitu baik, cukup baik, kurang baik, dan tidak baik.

2.6.2 Sikap

Sikap merupakan tindakan seorang individu menggunakan *sunscreen* sebagai langkah proteksi dari pajanan sinar UV dan sebagai bentuk aplikasi dari pengetahuan tentang *sunscreen* yang ditentukan dengan skala likert yaitu baik, cukup baik, kurang baik, dan tidak baik.

2.6.3 Tindakan

Tindakan adalah suatu perbuatan siswi terhadap penggunaan *sunscreen* yang ditentukan dengan skala guttman yaitu baik, cukup baik, kurang baik, dan tidak baik.