

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN BAHAYA PAPARAN SINAR  
MATAHARI DENGAN PERILAKU PENGGUNAAN  
*SUNSCREEN* PADA MAHASISWA KEPELATIHAN  
KECABANGAN OLAHRAGA UNIVERSITAS NEGERI  
JAKARTA**



*Mencerdaskan dan  
Memartabatkan Bangsa*

**ANNISA RUSYDA HAKIM  
1516620057**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN TATA RIAS  
FAKULTAS TEKNIK  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
2024**

## HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Judul : Hubungan Pengetahuan Bahaya Paparan Sinar Matahari dengan Perilaku Penggunaan Sunscreen pada Mahasiswa Kepelatihan Kccabangan Olahraga Universitas Negeri Jakarta  
Penyusun : Annisa Rusyda Hakim  
NIM : 1516620057  
Tanggal Ujian : 17 Juli 2024

Disetujui oleh :

Pembimbing I,



Nurina Ayuningtyas, M.Pd.  
NIP. 198506162015042001

Pembimbing II,



Dr. Dwi Atmanto, M.Si.  
NIP. 196305211988111001

**Pengesahan Panitia Ujian Skripsi :**

Ketua Penguji,



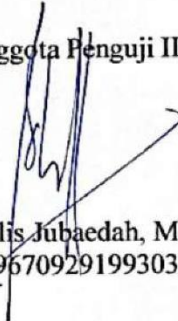
Dra. Eti Herawati, M.Si.  
NIP. 196310061989032001

Anggota Penguji I,



dr. Elvyra Yulia, Sp.Ak.  
NIP. 196810231998022004

Anggota Penguji II,



Dra. Lilis Jubaedah, M.Kes.  
NIP. 196709291993032001

Mengetahui,

Koordinator Program Studi Pendidikan Tata Rias



Dr. Nurul Hidayah, M.Pd  
NIP. 198309272008122001

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini merupakan Karya asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di Perguruan Tinggi lain.
2. Skripsi ini belum dipublikasikan, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
3. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 25 Juni 2024

Yang membuat pernyataan



Annisa Rusyda Hakim

No. Reg. 1516620057

# SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://lib.unj.ac.id)

## LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Annisa Rusyda Hakim  
NIM : 1516620057  
Fakultas/Prodi : Fakultas Teknik/Pendidikan Tata Rias  
Alamat email : [annisarusyda1302@gmail.com](mailto:annisarusyda1302@gmail.com)

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi     Tesis     Disertasi     Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Hubungan Pengetahuan Bahaya Paparan Sinar Matahari dengan Perilaku Penggunaan *Sunscreen* pada Mahasiswa Kepelatihan Kecabangan Olahraga Universitas Negeri Jakarta

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 30 Juli 2024

Penulis

(Annisa Rusyda Hakim)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan berkah dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Pengetahuan Bahaya Paparan Sinar Matahari dengan Perilaku Penggunaan *Sunscreen* pada Mahasiswa Kepelatihan Kecabangan Olahraga Universitas Negeri Jakarta” sebagai salah satu persyaratan kelulusan untuk menyelesaikan Program Studi S1 Pendidikan Tata Rias dan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini tidak dapat terwujud tanpa adanya bantuan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dan mendukung selama proses penyusunan skripsi ini, terutama kepada :

1. Dr. Uswatun Hasanah, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Teknik, Universitas Negeri Jakarta.
2. Dr. Nurul Hidayah, M.Pd., selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Tata Rias, Universitas Negeri Jakarta.
3. Nurina Ayuningtyas, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing I dan Dr. Dwi Atmanto, M.Si. selaku Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Seluruh dosen Pendidikan Tata Rias, Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan ilmu yang sangat bermanfaat dan berharga.
5. Seluruh jajaran staf Program Studi Pendidikan Tata Rias yang telah memberikan pengarahan dan dukungan.
6. Teristimewa kepada orang tua saya tersayang Bapak Zamruddin Hakim dan Ibu Shilva Syahril yang telah memberikan didikan baik, kasih sayang, perhatian, doa, dan dukungan baik secara moril maupun materil yang tidak terhitung banyaknya.
7. Saudara kandung penulis, Muhammad Ridhwan Fadhli dan Putri Nafisa Humaira yang telah memberikan doa, dukungan, bantuan dan motivasi bagi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Dinda Afia Artanti, yang senantiasa mendengarkan keluh kesah, membantu, mendukung, menyemangati, dan menemani penulis sejak awal hingga akhir proses menyelesaikan skripsi ini.
9. Sevita Putri Hertian dan Nadya Shafa Athaya, sahabat seperjuangan yang telah membantu, menemani dan mendukung penulis selama proses menyelesaikan skripsi ini, serta Ananda Fildah sahabat perjuangan semasa kuliah yang selalu menyemangati dan menemani penulis semasa perkuliahan.
10. Teman-teman Program Studi Pendidikan Tata Rias angkatan 2020 yang berjuang dan berkembang bersama dalam proses penyelesaian studi.
11. Seluruh responden yang telah memberikan waktunya untuk mengisi kuesioner penulis untuk membantu penyelesaian skripsi ini.
12. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebut satu persatu yang telah membantu proses menyelesaikan skripsi ini.

Doa dan harapan penulis semoga Allah SWT senantiasa membalas segala kebaikan dan kemurahan hati yang telah mereka berikan. Penulis menyadari bahwa

masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis menerima kritik dan saran dari semua pihak. Akhir kata, penulis berharap penelitian ini dapat bermanfaat bagi penulis dan pembaca khususnya untuk mahasiswa pada Program Studi Pendidikan Tata Rias Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 8 Juli 2024



Annisa Rusyda Hakim



**HUBUNGAN PENGETAHUAN BAHAYA PAPARAN SINAR MATAHARI  
DENGAN PERILAKU PENGGUNAAN *SUNSCREEN* PADA  
MAHASISWA KEPELATIHAN KECABANGAN OLAHRAGA  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**Annisa Rusyda Hakim**

**Dosen Pembimbing : Nurina Ayuningtyas, M.Pd. dan Dr. Dwi Atmanto,  
M.Si.**

**ABSTRAK**

Indonesia, terletak di garis khatulistiwa, memiliki iklim tropis dengan paparan sinar matahari yang intens dan kelembaban tinggi, meningkatkan risiko kesehatan kulit dari radiasi ultraviolet (UV). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan mahasiswa kepelatihan cabang olahraga tentang bahaya paparan sinar matahari dengan perilaku penggunaan *sunscreen*. Data dikumpulkan melalui tes pengetahuan dan kuesioner perilaku yang dilakukan pada 38 mahasiswa melalui teknik pengumpulan sampel *purposive sampling*. Hasil menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki pengetahuan tentang bahaya paparan sinar matahari dengan nilai *mean* sebesar 7,74 dan nilai *mean* perilaku penggunaan *sunscreen* sebesar 52,61. Pada hasil analisis uji linearitas menunjukkan hubungan linear yang signifikan antara pengetahuan dan perilaku ( $p = 0,949$ ). Pada uji parsial (uji-t) hasil yang didapatkan ialah nilai signifikansi sebesar 0,760. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa  $0,760 > 0,050$  yang mengindikasikan bahwa  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak dengan arti variabel independen (X) tidak terdapat hubungan yang signifikan terhadap variabel dependen (Y). Melalui uji koefisien determinasi, di dapatkan nilai 0,003 yang memiliki arti bahwa hubungan variabel X (pengetahuan bahaya paparan sinar matahari dengan variabel Y (perilaku penggunaan *sunscreen* pada mahasiswa kepelatihan cabang olahraga) hanya berkontribusi sebesar 0,3%. Sementara sisanya yaitu 99,7% merupakan faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Melalui penelitian ini disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan bahaya paparan sinar matahari dengan perilaku penggunaan *sunscreen* pada mahasiswa kepelatihan cabang olahraga universitas negeri jakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan uji statistik menggunakan SPSS.

**Kata kunci :** Paparan sinar matahari, Perilaku penggunaan *sunscreen*, *Sunscreen*

**RELATION BETWEEN KNOWLEDGE OF THE DANGERS OF SUN EXPOSURE AND THE BEHAVIOR OF USING SUNSCREEN ON SPORTS COACHING STUDENTS AT THE STATE UNIVERSITY OF JAKARTA.**

***Annisa Rusyda Hakim***

***Supervisor: Nurina Ayuningtyas, M.Pd. dan Dr. Dwi Atmanto, M.Si.***

**ABSTRACT**

Indonesia, located on the equator, has a tropical climate with intense sun exposure and high humidity, increasing health risks from ultraviolet (UV) radiation. This study aims to determine the relationship between the knowledge of sports coaching students about the dangers of sun exposure with the behavior of using sunscreen. Data were collected through knowledge tests and behavior questionnaires conducted on 38 students through a purposive sampling technique. The results show that students have knowledge about the dangers of sun exposure with a mean value of 7.74 and a mean value of sunscreen use behavior of 52.61. The linearity test analysis results showed a significant linear relationship between knowledge and behavior ( $p = 0.949$ ). In the partial test (t-test) the result obtained is a significance value of 0.760. Therefore, it can be concluded that  $0.760 > 0.050$  which indicates that  $H_0$  is accepted and  $H_a$  is rejected, meaning that the independent variable (X) has no significant relationship with the dependent variable (Y). Through the coefficient of determination test, a value of 0.003 was obtained, which means that the relationship between variable X (knowledge of the dangers of sun exposure with variable Y (behavior of using sunscreen on sports coaching students) only contributed 0.3%. While the remaining 99.7% is another factor not examined in this study. Through this study, it was concluded that there was no relationship between knowledge of the dangers of sun exposure and the behavior of using sunscreen on sports coaching students at the state university of Jakarta. This study uses a quantitative approach with statistical tests using SPSS.

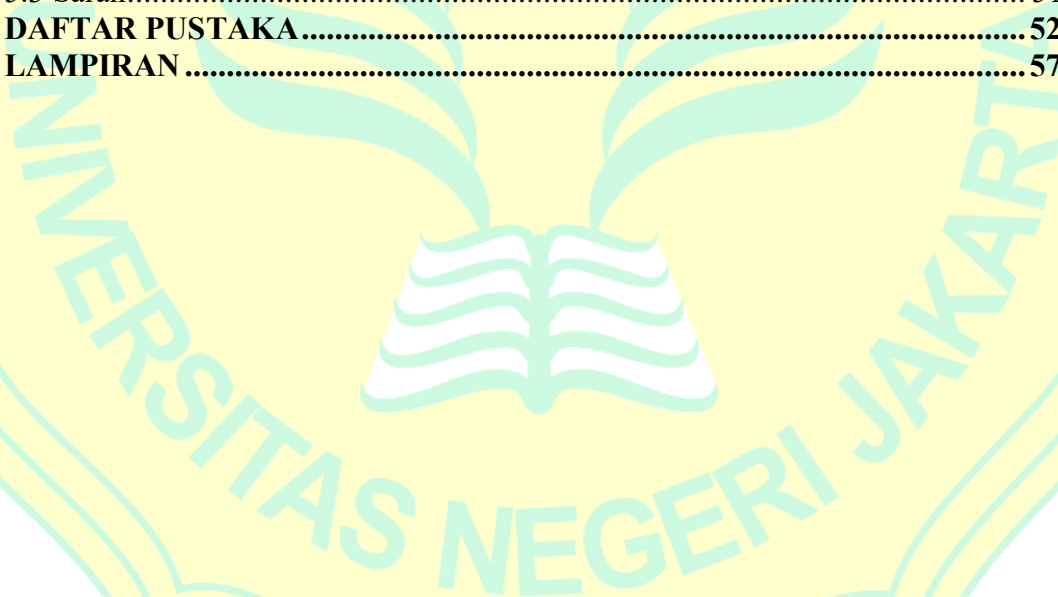
**Keywords:** *Sun exposure, Sunscreen, Sunscreen use behaviour*



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI</b> .....	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI</b> .....	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>v</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	4
1.3 Pembatasan Masalah .....	4
1.4 Perumusan Masalah .....	5
1.5 Tujuan Penelitian .....	5
1.6 Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
2.1 Perilaku Penggunaan <i>Sunscreen</i> pada Mahasiswa Keperawatan Kecabangan Olahraga Universitas Negeri Jakarta.....	6
2.1.1 Perilaku Penggunaan <i>Sunscreen</i> .....	6
2.1.2 Mahasiswa Keperawatan Kecabangan Olahraga Universitas Negeri Jakarta .....	18
2.2 Pengetahuan Bahaya Paparan Sinar Matahari .....	19
2.2.1 Pengetahuan .....	19
2.2.2 Bahaya Paparan Sinar Matahari .....	21
2.3 Penelitian yang Relevan .....	24
2.4 Kerangka Pemikiran.....	25
2.5 Hipotesis Penelitian.....	26
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
3.1 Tujuan Penelitian .....	27
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian.....	27
3.3 Metode Penelitian .....	27
3.4 Populasi dan Sampel .....	27
3.5 Teknik Pengumpulan Data .....	28
3.5.1 Instrumen Variabel Terikat Y (Perilaku Penggunaan <i>Sunscreen</i> pada mahasiswa Keperawatan Kecabangan Olahraga) .....	28
3.5.1.1 Definisi Konseptual .....	28
3.5.1.2 Definisi Operasional .....	29
3.5.1.3 Kisi-kisi Instrumen .....	29
3.5.1.4 Jenis Instrumen .....	30
3.5.1.5 Pengujian Validitas dan Penghitungan Reliabilitas .....	30
3.5.2 Instrumen Variabel Bebas X (Pengetahuan mengenai Bahaya Paparan Sinar Matahari) .....	32
3.5.2.1 Definisi Konseptual .....	32
3.5.2.2 Definisi Operasional .....	32
3.5.2.3 Kisi-kisi Instrumen .....	33

3.5.2.4 Jenis Instrumen.....	33
3.5.2.5 Pengujian Validitas dan Penghitungan Reliabilitas .....	34
3.6 Teknik Analisis Data.....	35
3.7 Hipotesis Statistika.....	38
<b>BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1 Deskripsi Data.....	39
4.1.1 Pengetahuan Bahaya Paparan Sinar Matahari .....	39
4.1.2 Perilaku Penggunaan <i>Sunscreen</i> pada Mahasiswa Kepelatihan Kecabangan Olahraga .....	41
4.2 Pengujian Persyaratan Analisis Data .....	43
4.2.1 Uji Normalitas .....	43
4.2.2 Uji Linearitas.....	43
4.3 Pengujian Hipotesis.....	44
4.3.1 Uji Korelasi .....	44
4.3.2. Uji Regresi Linear Sederhana .....	45
4.3.3 Uji Parsial (Uji-T) .....	46
4.3.4 Koefisien Determinasi .....	47
4.4 Pembahasan Hasil Penelitian.....	47
<b>BAB 5 KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN</b>	
5.1 Kesimpulan.....	50
5.2 Implikasi .....	50
5.3 Saran.....	51
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>52</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>57</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1. Kisi-Kisi Interumen Perilaku Penggunaan <i>Sunscreen</i> .....	29
Tabel 3. 2 Jenis Instrumen Bobot Skor Skala Likert .....	30
Tabel 3. 3 Kisi-Kisi Instrumen Pengetahuan Bahaya Paparan Sinar Matahari.....	33
Tabel 3. 4 Jenis Instrumen Bobot Skor Skala Guttman .....	34
Tabel 4. 1 Hasil Data Variabel X.....	39
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Variabel X.....	40
Tabel 4. 3 Hasil Data Variabel Y.....	41
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Variabel Y.....	42
Tabel 4. 5 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov Smirnov .....	43
Tabel 4. 6 Hasil Uji Linearitas .....	43
Tabel 4. 7 Hasil Uji Korelasi.....	44
Tabel 4. 8 Keeratan Korelasi Pearson.....	44
Tabel 4. 9 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana .....	45
Tabel 4. 10 Hasil Uji Parsial (Uji-T) .....	46
Tabel 4. 11 Hasil Uji Koefisien Determinasi .....	47



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Penampang Struktur Lapisan Pada Kulit .....	11
Gambar 4. 1 Grafik Histogram Variabel X (Pengetahuan Bahaya Paparan Sinar Matahari).....	41
Gambar 4. 2 Grafik Histrogram Variabel Y (Perilaku Penggunaan <i>Sunscreen</i> pada Mahasiswa Kepelatihan Kecabangan Olahraga) .....	43
Gambar 4. 3 Grafik Persamaan Regresi.....	46



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Instrumen Penelitian Variabel X Sebelum Uji Validitas dan Uji Reliabilitas .....	58
Lampiran 2. Hasil Uji Validitas dan Uji Reliabilitas Variabel X (Pengetahuan Bahaya Paparan Sinar Matahari) .....	61
Lampiran 3. Instrumen Penelitian Variabel X Setelah Uji Validitas dan Uji Reliabilitas .....	63
Lampiran 4. Instrumen Kuesioner Variabel Y Sebelum Uji Validitas dan Uji Reliabilitas .....	66
Lampiran 5. Hasil Uji Validitas dan Uji Reliabilitas Variabel Y (Perilaku Penggunaan <i>Sunscreen</i> pada Mahasiswa Kepelatihan Cabang Olahraga Universitas Negeri Jakarta) .....	68
Lampiran 6. Instrumen Kuesioner Variabel Y Setelah Uji Validitas dan Uji Reliabilitas .....	70
Lampiran 7. Data Jawaban Responden Variabel X Tes Pengetahuan Bahaya Paparan Sinar Matahari .....	71
Lampiran 8. Perhitungan Skor Pengetahuan Bahaya Paparan Sinar Matahari Berdasarkan Jenis Kelamin .....	73
Lampiran 9. Data Jawaban Responden Variabel Y Kuesioner Perilaku Penggunaan <i>Sunscreen</i> pada Mahasiswa Kepelatihan Cabang Olahraga Universitas Negeri Jakarta.....	74
Lampiran 10. Perhitungan Skor Perilaku Penggunaan <i>Sunscreen</i> pada Mahasiswa Kepelatihan Cabang Olahraga Berdasarkan Jenis Kelamin.....	76
Lampiran 11. Hasil Uji Persyaratan Analisis .....	77
Lampiran 12. Hasil Pengujian Hipotesis.....	79
Lampiran 13. Lembar Persetujuan Seminar Proposal .....	80
Lampiran 14. Surat Permohonan Izin Observasi Persiapan Skripsi .....	81