

## HUBUNGAN LAMA PAPARAN SINAR MATAHARI DENGAN TERJADINYA MELASMA PADA PETANI DI KABUPATEN PRINGSEWU LAMPUNG

Lynea Salsabila Santoso<sup>1</sup>, Hari Darmawan<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara

<sup>2</sup> Bagian Ilmu Kesehatan Kulit dan Kelamin Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta

Korespondensi: [harid@fk.untar.ac.id](mailto:harid@fk.untar.ac.id)

### ABSTRAK

Melasma merupakan kelainan pigmentasi pada kulit. Gangguan ini sering terjadi pada wanita, meskipun pria juga dapat mengalaminya. Melasma seringkali muncul sebagai bercak-bercak berwarna gelap pada wajah, terutama pada area pipi, dahi, hidung, bibir atas, dan dagu. Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan melasma meliputi paparan sinar matahari berlebihan, perubahan hormonal, faktor genetik, penggunaan obat-obatan tertentu, serta faktor inflamasi dan oksidatif. Paparan sinar matahari dan sinar UV merupakan salah satu penyebab utama melasma, dan kondisi ini sering kali memburuk pada musim panas ketika paparan sinar matahari paling tinggi. Penelitian ini menggunakan metode penelitian observasi analitik cross sectional dengan sampel sebanyak 120 perempuan petani di Kabupaten Pringsewu Lampung. Berdasarkan hasil uji statistik yang didapat dari 120 responden penelitian nilai signifikansi yang didapat adalah p-value = 0,001 ( $p < 0,05$ ). Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan antara lamanya paparan sinar matahari dengan terjadinya melasma pada petani di Kabupaten Pringsewu Lampung.

**Kata-kata kunci:** Melasma, Paparan Sinar Matahari, Petani

### ABSTRACT

*Melasma is a pigmentation disorder of the skin. This disorder often occurs in women, although men can also experience it. Melasma often appears as dark patches on the face, especially on the cheeks, forehead, nose, upper lip and chin. Factors that influence the development of melasma include excessive sun exposure, hormonal changes, genetic factors, use of certain medications, as well as inflammatory and oxidative factors. Exposure to sunlight and UV rays is one of the main causes of melasma, and the condition often worsens in the summer when sun exposure is highest. This research uses a cross-sectional analytical observation research method with a sample of 120 female farmers in Pringsewu Regency, Lampung. Based on the results of statistical tests obtained from 120 research respondents, the significance value obtained was p-value = 0.001 ( $p < 0.05$ ). The results of the study showed that there was a relationship between the length of exposure to sunlight and the occurrence of melasma in farmers in Pringsewu Regency, Lampung.*

**Keywords:** Melasma, Sun Exposure, Farmers

## PENDAHULUAN

Melasma adalah gangguan pigmentasi kulit yang kompleks, meskipun tidak berbahaya secara fisik, dapat memiliki dampak psikologis yang signifikan. Gangguan ini sering terjadi pada wanita, meskipun pria juga dapat mengalaminya. Melasma seringkali muncul sebagai bercak-bercak berwarna gelap pada wajah, terutama pada area pipi, dahi, hidung, bibir atas, dan dagu. Namun, melasma juga dapat muncul pada bagian tubuh lain yang terpapar sinar matahari secara berlebihan, seperti leher, lengan, dan punggung tangan.<sup>1</sup>

Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan melasma meliputi paparan sinar matahari berlebihan, perubahan hormonal, faktor genetik, penggunaan obat-obatan tertentu, serta faktor inflamasi dan oksidatif. Paparan sinar matahari dan sinar UV merupakan salah satu penyebab utama melasma, dan kondisi ini sering kali memburuk pada musim panas ketika paparan sinar matahari paling tinggi. Selain faktor-faktor tersebut, jenis kulit juga menjadi peran penting dalam terjadinya melasma.

Kabupaten Pringsewu, yang terletak di Provinsi Lampung, Indonesia adalah salah satu wilayah yang terkenal dengan pertanian sebagai mata pencaharian

utama penduduknya. Aktivitas pertanian di wilayah ini melibatkan banyak petani yang terpaksa bekerja di bawah sinar matahari selama berjam-jam. Hal ini memunculkan kekhawatiran tentang dampak paparan sinar matahari berlebihan pada kesehatan kulit petani dan potensi peningkatan angka kejadian melasma di kalangan mereka.<sup>2</sup>

Aktivitas pertanian memerlukan waktu yang lama di bawah terik matahari. Ini mengakibatkan paparan sinar matahari yang berlebihan pada kulit, dan para petani mungkin menjadi rentan terhadap masalah kesehatan kulit, termasuk melasma. Paparan sinar matahari yang berlebihan dapat memicu produksi melanin yang berlebihan dalam kulit, yang kemudian mengarah pada munculnya bercak-bercak pigmen yang merupakan ciri khas melasma. Selain itu, tanpa tindakan perlindungan yang memadai, petani mungkin juga lebih rentan terhadap kerusakan kulit akibat sinar UV, yang dapat memperburuk kondisi kulit dan mempercepat perkembangan melasma. Namun, meskipun potensi risiko tersebut, penelitian tentang hubungan antara lama paparan sinar matahari dan angka kejadian melasma pada petani di Kabupaten Pringsewu, Lampung, masih terbatas. Diperlukan penelitian yang lebih mendalam untuk memahami dampak paparan sinar

matahari pada petani dan apakah faktor-faktor tertentu, seperti jenis kulit dan penggunaan pelindung matahari dapat mempengaruhi tingkat risiko melasma pada populasi ini.<sup>3</sup>

Penelitian sebelumnya telah mengidentifikasi beberapa faktor risiko terkait melasma, seperti jenis kulit yang rentan, penggunaan pelindung matahari yang kurang, dan faktor keturunan. Namun, studi yang fokus pada petani di wilayah seperti Kabupaten Pringsewu masih diperlukan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang masalah ini.

### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan desain penelitian analitik observasional dengan pendekatan cross sectional. Besar populasi dari hasil penelitian ini sebanyak 120 orang. Besar sampel ditemukan dengan menggunakan teknik Quota Sampling. Sampel pada penelitian ini merupakan petani di Kabupaten Pringsewu Lampung yang sesuai dengan kriteria inklusi. Pengambilan data diambil dengan cara lembar kuisisioner. Analisa data penelitian ini menggunakan Uji Chi-Square untuk mengetahui hubungan antara variabel.

### **HASIL PENELITIAN**

Pengambilan data dilakukan pada bulan Februari 2024. Penelitian ini dilakukan pada petani di Kabupaten Pringsewu Lampung dengan jumlah sampel 120 orang yang memenuhi kriteria inklusi. Karakteristik sampel penelitian ini meliputi usia, riwayat keluarga dan penggunaan caping. Hasil karakteristik di tampilkan dalam tabel berikut ini.

**Tabel 1. Karakteristik Responden**

<b>Karakteristik Responden</b>	<b>Frekuensi(n)</b>	<b>Presentase(%)</b>
<b>Usia</b>		
<b>25-34 tahun</b>	21	17,5
<b>35-44 tahun</b>	37	30,8
<b>45-54 tahun</b>	41	34,2
<b>&gt;55</b>	21	17,5
<b>Riwayat Keluarga</b>		
Ada	86	71,7
Tidak Ada	34	28,3
<b>Penggunaan Caping</b>		
Ada	101	84,2
Tidak Ada	19	15,8

Tabel 1. Dari hasil penelitian, menunjukkan bahwa berdasarkan usia dari 120 orang, petani Wanita paling banyak berusia 45-54 tahun sebanyak 41 orang (34,2%) dan usia 35-44 tahun sebanyak 37 orang (30,8%). Petani bekerja dibawah paparan sinar matahari mayoritas menggunakan caping

sebanyak 101 orang (84,2 %) dan yang tidak menggunakan caping hanya 19 orang (15,8 %). Tabel tersebut pun menunjukkan bahwa terdapat 86 orang (71,7%) memiliki riwayat melasma pada keluarganya dan 34 orang (28,3 %) yang tidak memiliki riwayat pada keluarganya.

**Tabel 2. Distribusi Karakteristik Responden berdasarkan Terjadinya Melasma**

<b>Karakteristik Responden</b>	<b>Frekuensi(n)</b>	<b>Presentase(%)</b>
<b>Kejadian Melasma</b>		
Melasma	95	79,2
Tidak Melasma	25	20,8

Berdasarkan tabel 2 yang terdapat melasma sebanyak 95 orang (79,2%) dan

yang tidak mengalami sebanyak 25 orang (20,5%).

**Tabel 3. Distribusi Karakteristik Responden berdasarkan Lamanya Paparan Sinar Matahari**

Karakteristik Responden	Frekuensi(n)	Presentase(%)
<b>Lamanya Paparan Sinar Matahari</b>		
> 3 Jam/hari	92	76,7
< 3 Jam/hari	28	23,3

Berdasarkan tabel 3 diatas, menunjukkan bahwa petani yang terpapar sinar matahari >3jam sebanyak 28 orang (23,3%). >3 jam/hari sebanyak 92 orang (76,7%). Sedangkan yang terpapar sinar matahari

**Tabel 4. Distribusi Karakteristik Responden berdasarkan Derajat Keparahan Melasma**

Skor mMasi	Frekuensi(n)	Presentase(%)
0 - 7,9	72	75,8
8 - 15,9	16	16,8
16 - 24	7	7,3
Total	95	100
<b>Keterangan :</b>		
0 - 7,9	Ringan	
8 - 15,9	Sedang	
16 - 24	Buruk	

Berdasarkan tabel 4 diatas, menunjukkan derajat keparahan melasma kategori ringan dengan rentang 0-7,9 sebanyak 72 orang (75,8 %), pada kategori sedang dengan rentang 8 – 15,9 sebanyak 16 orang (16,8%) dan kategori berat dengan rentang 16-24 ada 7 orang (7,3%).

**Tabel 5. Distribusi Karakteristik Responden berdasarkan Tingkat Kualitas Hidup**

Skor MelasQoL	Frekuensi(n)	Presentase(%)
10 - 39	112	93,3
40 - 54	3	2,5
55 - 70	5	4,2
Total	120	100

**Keterangan :**

10 - 39	Baik
40 - 54	Sedang
55 - 70	Buruk

Berdasarkan tabel 5 diatas, menunjukkan tingkat kualitas hidup pada 112 orang (93,3%) masuk ke dalam kategori baik atau dalam rentang 10-39, 3 orang (2,5%)

memiliki kategori sedang dengan rentang 40-54, dan 5 orang (4,2%) pada kategori buruk dengan rentang 55-70.

**Tabel 6. Hubungan Melasma dengan Paparan Sinar Matahari.**

Kejadian Melasma	Lamanya paparan				Total		p-Value
	>3jam/hari		<3jam/hari		f	%	
	f	%	f	%			
Melasma	82	89,1	13	44,8	95	100	<b>0,001</b>
Tidak Melasma	10	10,9	15	46,4	25	100	
<b>Total</b>	92		28		120		

Berdasarkan tabel 6, yang mengalami melasma dengan lama paparan sinar matahari < 3jam/hari sebanyak 82 orang (89,1%) dan 10 responden (10,9%) yang memiliki lama paparan sinar matahari > 3jam/hari tidak mengalami melasma, sedangkan didapatkan 13 orang (44,8%) yang memiliki melasma bekerja < 3 jam/hari dan 15 orang (46,4%) tidak melasma.

## **PEMBAHASAN**

Dalam penelitian ini, pengambilan sampel dilakukan pada petani wanita di Kabupaten Pringsewu Lampung pada bulan Februari 2024 dengan jumlah 120 orang. Hasil penelitian diketahui bahwa 95 orang ( 79,2%) mengalami melasma dan 25 orang ( 20,8%) tidak mengalami melasma. Keadaan ini menunjukkan bahwa wanita usia 34-54 tahun beresiko terjadinya melasma. Mayoritas petani wanita di Kabupaten Pringsewu Lampung menggunakan caping saat bekerja untuk melindungi dari paparan sinar matahari.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa 71,7% sampel mempunyai riwayat keluarga yang menderita melasma dan hasil penelitian sesuai dengan pembahasan pada penelitian sebelumnya yang dilakukan di Praktek Swasta Dokter Spesialis Kulit dan Kelamin Kota Banda

Aceh. Penelitian tersebut menyatakan bahwa 45,5% mempunyai riwayat keluarga yang mengalami melasma. Dalam studi epidemiologi menunjukkan bahwa adanya kaitan antara predisposisi genetik dengan terjadinya melasma.<sup>4</sup>

Hasil penelitian menunjukkan petani wanita yang bekerja dibawah paparan sinar matahari >3jam/hari sebanyak 92 orang (76,7%) dan yang bekerja <3jam/hari sebanyak 28 orang (23,3%). Hasil penelitian sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan pada wanita petugas jalan di Dinas Lingkungan Hidup Kota Batam yang menyatakan bahwa wanita penyapu jalan yang terpapar sinar matahari >3jam/hari sebanyak 42 orang (70,7%) dan yang bekerja <3jam/hari sebanyak 18 orang ( 30%).<sup>5</sup> Hal tersebut dikarenakan area yang dikerjakan memiliki luas yang berbeda.

Dari hasil penelitian yang di dapatkan pada petani di Kabupaten Pringsewu Lampung paling banyak berada pada derajat ringan sebanyak 72 orang (75,8 %). Hasil ini serupa dengan penelitian yang dilakukan di Rumah Sakit Dustira Cimahi dimana pada penelitiannya, didapatkan dari 62 responden sebanyak 51 orang mengalami melasma dengan derajat keparahan ringan. Sedikit berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Tursina,

dimana pada penelitiannya, derajat keparahan melasma kategori sedang merupakan jumlah yang terbanyak yaitu sejumlah 15 orang dari total 33 responden. Hal ini mungkin terjadi karena adanya perbedaan jumlah sampel, karakteristik, dan cara penilaian derajat keparahan melasma.<sup>6-7</sup>

Kualitas hidup pada dermatologi umumnya diukur menggunakan instrumen DLQI, Skindex-16, dan masih banyak jenis lainnya. Namun pada tahun 2003 Balkrishnan et al mengembangkan instrumen kualitas hidup spesifik melasma yaitu Melasma Quality of Life Index (Melas-QoL). Pada hasil penelitian didapatkan, sebanyak 112 orang (93,3%) masuk ke dalam kategori baik yang berarti para petani tidak terlalu memikirkan penampilannya. Hal ini bisa disebabkan karena kurangnya pengetahuan mengenai melasma dan pengobatannya. Hasil penelitian ini bertolak belakang dengan penelitian yang dilakukan di Blora, Jawa Tengah yang melaporkan bahwa adanya hubungan antara melasma dengan kualitas hidup pada penderita melasma dengan menggunakan instrumen Dermatology Life Quality Index (DLQI) yang didapatkan tingkat kualitas hidup terbanyak adalah kualitas hidup rendah 36%, sedangkan pada sampel yang tidak

melasma memiliki tingkat kualitas hidup terbanyak adalah kualitas hidup baik 76%.<sup>8</sup>

Berdasarkan hasil uji statistik yang didapat dari 120 responden penelitian nilai signifikansi yang didapat adalah p-value = 0,001 ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara lamanya paparan sinar matahari dengan terjadinya melasma pada petani di Kabupaten Pringsewu Lampung. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan pada wanita petugas jalan di Dinas Lingkungan Hidup Kota Batam pada tahun 2021 yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara lamanya paparan sinar matahari pada terjadinya melasma dengan p-value 0,000.5

## **KESIMPULAN**

Hasil penelitian menyimpulkan bahwa 86 orang (71,7%) memiliki riwayat keluarga yang mengalami melasma. Didapatkan 101 orang (84,2%) wanita petani menggunakan caping saat bekerja. Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa usia yang paling sering terjadi melasma berusia 45-54 tahun sebanyak 41 orang (34,2%). Bekerja dibawah paparan sinar matahari > 3jam/hari berdampak besar terjadinya melasma. Dari hasil penelitian didapatkan sebanyak 82 orang (89,1%). Terdapat

hubungan yang signifikan antara lamanya paparan sinar matahari dengan terjadinya melasma pada petani di Kabupaten Pringewu Lampung dengan p-value 0,001.

### **SARAN**

Dengan mengetahui hasil penelitian ini diharapkan para petani menggunakan caping saat bekerja agar para petani dapat menjaga diri dari paparan sinar matahari. Diharapkan institusi pendidikan dapat mencari pengetahuan dan dapat menambah lagi koleksi buku-buku dan jurnal-jurnal mengenai kesehatan dan kejadian melasma.

**DAFTAR PUSTAKA**

1. Mpfana, N., Chibi, B., Gqaleni, N., Hussein, A., Finlayson, A. J., Kgarosi, K., & Dlova, N. C. (2023). Melasma in people with darker skin types: a scoping review protocol on prevalence, treatment options for melasma and impact on quality of life. *Systematic Reviews*, 12(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s13643-023-02300-7>
2. Sudrajat, A. A.-M. S. (2021). Pengaruh Faktor Risiko Terjadinya Katarak Terhadap Katarak Senil Pada Petani di Wilayah Kerja Puskesmas Tempurejo Kabupaten Jember. 10(2), 6.
3. Safitri, M., Hikmawati, D., & Andarini, M. Y. (2020). Hubungan Lama Paparan Sinar Matahari dengan Angka Kejadian Melasma pada Juru Parkir di Kecamatan Bandung Wetan. *Prosiding Pendidikan Dokter*, 344–347.
4. Indragiri, S., & Salihah, L. (2019). Hubungan Pengawasan Dan Kelengkapan Alat Pelindung Diri Dengan Tingkat Kepatuhan Penggunaan Alat Pelindung Diri. *Jurnal Kesehatan*, 10(1), 5–11. <https://doi.org/10.3816/jk.v10i1>.
5. Batubara, S., dkk. 2021. "Hubungan Lamanya Paparan Sinar Matahari dengan Kejadian Melasma pada Wanita Petugas Penyapu Jalan di Dinas Lingkungan Hidup Kota Batam," *Zona Kedokteran: Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Batam*, 11(3), hal. 76–82.
6. Tursina D. Hajar S. Inggriyani CG. Hubungan Derajat Keparahan Melasma dengan Kualitas Hidup pada Pasien Melasma di Praktek Swasta Dokter Spesialis Kulit dan Kelamin Kota Banda Aceh. 2017;2:18–23.
7. Permanawati VI, Walujo A, Nurlaela L. Hubungan Antara Derajat Keparahan Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien