

**HUBUNGAN FREKUENSI DAN DURASI BERSEPEDA TERHADAP
KEJADIAN MELASMA PADA ANGGOTA *WOMEN CYCLING*
COMMUNITY DI KOTA SEMARANG**

SKRIPSI



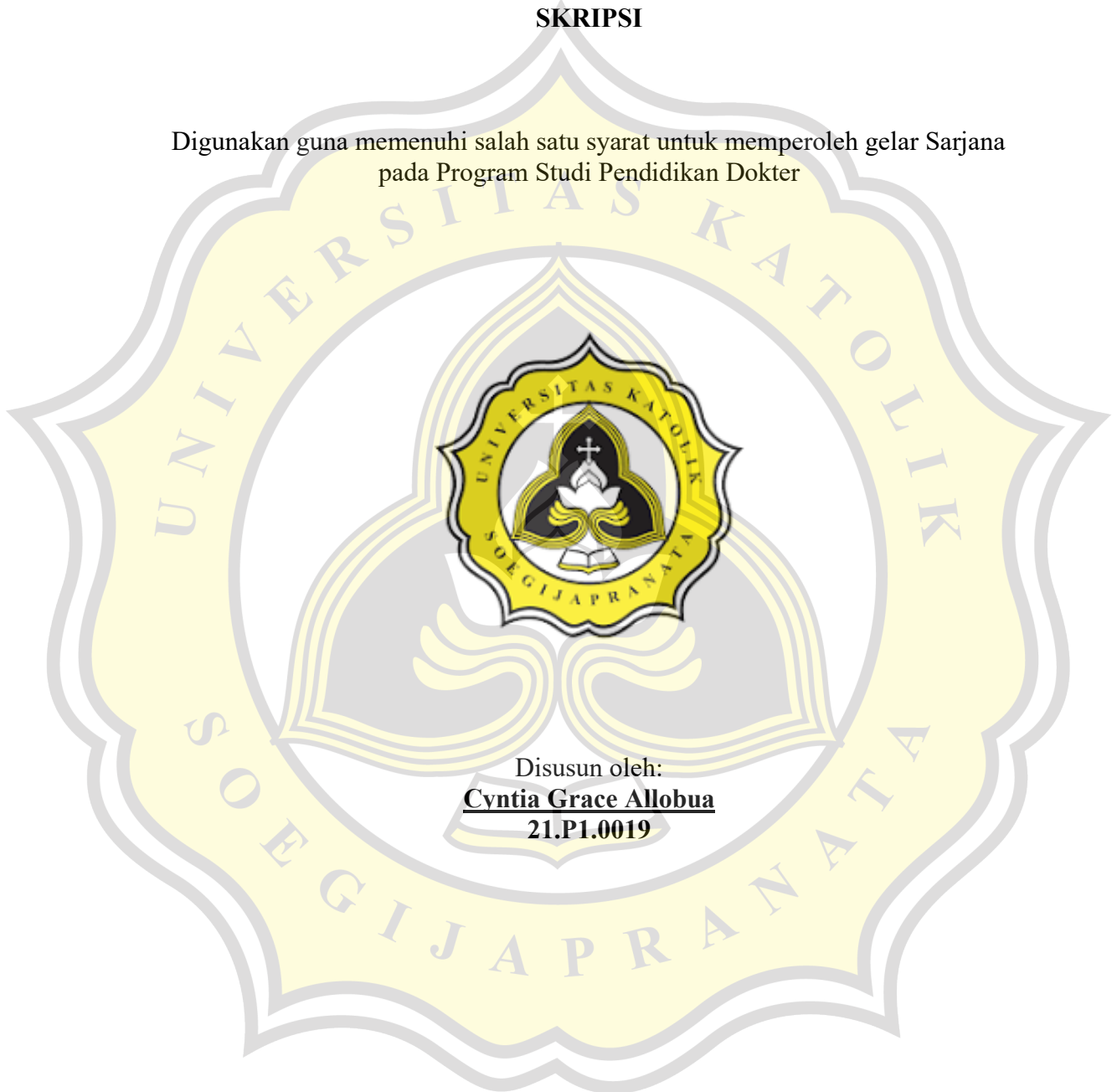
Disusun oleh:
Cyntia Grace Allobua
21.P1.0019

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2025**

**HUBUNGAN FREKUENSI DAN DURASI BERSEPEDA TERHADAP
KEJADIAN MELASMA PADA ANGGOTA *WOMEN CYCLING*
COMMUNITY DI KOTA SEMARANG**

SKRIPSI

Digunakan guna memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana
pada Program Studi Pendidikan Dokter



Disusun oleh:
Cyntia Grace Allobua
21.P1.0019

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2025**

ABSTRAK

Latar Belakang: Melasma merupakan kondisi hipermelanosis yang ditandai dengan munculnya bercak berwarna coklat hingga abu-abu kecoklatan pada kulit, terutama di area wajah yang sering terpapar sinar matahari. Aktivitas bersepeda di luar ruangan berpotensi meningkatkan paparan radiasi ultraviolet (UV). Frekuensi bersepeda (berapa kali per minggu) dan durasi bersepeda (lama waktu dalam jam/menit) yang dihabiskan di luar ruangan berpotensi meningkatkan kejadian melasma

Tujuan: Mengetahui hubungan antara frekuensi dan durasi bersepeda terhadap kejadian melasma pada anggota *Women Cycling Community* di kota Semarang.

Metode: Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian observasi analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah dan besaran sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *total sampling*. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner dan observasi melalui foto wajah responden yang dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *fisher's exact test*.

Hasil: Hasil uji statistik *fisher's exact test* menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna ($p=0.032$) antara frekuensi bersepeda dengan kejadian melasma, dan hubungan yang tidak bermakna ($p=0.138$) antara durasi bersepeda dengan kejadian melasma.

Kesimpulan: Terdapat hubungan bermakna antara frekuensi bersepeda dan kejadian melasma pada anggota komunitas *Women Cycling Community* di kota Semarang. Tidak terdapat hubungan bermakna antara durasi bersepeda dan kejadian melasma pada anggota komunitas *Women Cycling Community* di Kota Semarang.

Kata Kunci: Frekuensi bersepeda, durasi bersepeda, kejadian melasma

ABSTRACT

Background: Melasma is a hypermelanosis condition characterized by the appearance of brown to brownish gray spots on the skin, especially in areas of the face that are often exposed to sunlight. Outdoor cycling activities have the potential to increase exposure to ultraviolet (UV) radiation. Frequency of cycling (how many times per week) and duration of cycling (length of time in hours/minutes) spent outdoors have the potential to increase the incidence of melasma

Objective: To determine the relationship between frequency and duration of cycling and the incidence of melasma in members of the Women's Cycling Community in the city of Semarang.

Method: The type of research carried out is analytical observation research with approach cross sectional. The number and size of samples used in this research are total sampling. Data was collected using questionnaires and observations through photos of respondents' faces which were analyzed univariate and bivariate using Fisher's exact test.

Results: Statistical test results Fisher's exact test showed that there was a significant relationship ($p=0.032$) between cycling frequency and the incidence of melasma, and a non-significant relationship ($p=0.138$) between cycling duration and the incidence of melasma.

Conclusion: There is a significant relationship between the frequency of cycling and the incidence of melasma in members of the Women Cycling Community community in the city of Semarang. There is no significant relationship between the duration of cycling and the incidence of melasma in members of the Women Cycling Community in the city of Semarang.

Keywords: Frequency of cycling, duration of cycling, incidence of melasma