

**SOSIALISASI PERAWATAN KULIT UNTUK MENCEGAH JERAWAT:
PENDEKATAN EDUKASI DI SMA PGRI Purwodadi**

Wahyu Purwanjani¹⁾; Maulita Saraswati²⁾; Iman Cahyani³⁾; Indriani Dini⁴⁾

ABSTRACT

*Published Online
September 20, 2022
This online publication
has been corrected*

Authors

- 1) Universitas An Nuur and wahyupurwanjani24@gmail.com
- 2) Universitas An Nuur and maulita27@gmail.com
- 3) Universitas An Nuur and imancahyaniputri@gmail.com
- 4) Universitas An Nuur and indrianidm17@gmail.com

Background: Acne is a common skin problem that is often experienced by teenagers, which can be influenced by various internal and external factors. A good understanding of proper skin care is very important to prevent and treat acne. **Purpose:** Increase public understanding of the importance of skin care to prevent acne. **Method:** interactive counseling that includes information on the causes of acne and skin care steps. **Results:** There was an increase in participants' understanding after the activity, with positive feedback regarding the material. **Conclusion:** This activity is effective in increasing adolescent awareness about skin care to prevent acne.

Keyword: Treatment, acne, skin

doi: -

Correspondence to:

Name : Wahyu Purwanjani
Institusi: Universitas An Nuur
Address: Purwodadi
Email:wahyupurwanjani24@gmail.com
Phone:

PENDAHULUAN

Jerawat merupakan suatu keadaan ketika pori-pori kulit tersumbat sehingga menimbulkan kantung nanah yang meradang. Jerawat tidak hanya tumbuh di wajah saja, namun bisa juga tumbuh di punggung, dada, lengan, kaki, dan lain-lain (Maharani, 2015). Jerawat biasanya dimulai pada masa pubertas dan deringkali menjadi tanda pertama dari peningkatan produksi hormon. Jerawat juga dapat terjadi pada wanita berusia 20 hingga 35 tahun yang belum pernah mengalami jerawat remaja (William dkk, 2019).

Acne vulgaris merupakan inflamasi kronik pada unit pilosebacea dengan gambaran klinis lesi polimorfik yang terdiri dari non inflamasi (komedo terbuka dan tertutup) dan lesi inflamasi (papula, pustula, dan nodul) dengan derajat inflamasi yang bervariasi (Sari dkk, 2020). Pria muda cenderung memiliki kulit yang lebih berminyak dan penyakit yang menyebar lebih parah daripada wanita muda. Wanita mungkin mengalami peningkatan lesi papulopustular sekitar 1 minggu sebelum menstruasi (William dkk, 2019).

Pada remaja, timbulnya jerawat disebabkan oleh perubahan hormonal. Saat masa pubertas dimulai, hormon tubuh akan mengalami naik turun. Hormon yang tidak stabil merangsang kelenjar sebaceous atau

kelenjar sebaceous secara berlebihan di pori-pori kulit. Jika sebum dan sel kulit mati menumpuk, pori-pori tersumbat dan bakteri mudah tumbuh di sana. Dampaknya adalah pembengkakan dan kemerahan akibat jerawat (William et al., 2016).

Upaya pencegahan dan perawatan jerawat dilakukan melalui sosialisasi serta edukasi kepada para siswa SMA PGRI Purwodadi. Salah satu langkah utama yang dilakukan adalah memberikan pemahaman tentang pentingnya menjaga kebersihan kulit dengan mencuci wajah secara rutin menggunakan pembersih yang sesuai dengan jenis kulit. Selain itu, memberikan informasi mengenai faktor-faktor yang dapat memicu jerawat, seperti produksi minyak berlebih, stres, pola makan, serta penggunaan produk kosmetik yang tidak cocok. Sosialisasi ini juga menekankan pentingnya pemilihan produk perawatan kulit yang tepat, seperti pelembap non-komedogenik dan obat jerawat berbasis bahan aktif, seperti benzoyl peroxide dan retinoid. Dalam jangka panjang, program ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pola hidup sehat serta perawatan kulit yang benar guna mengurangi risiko jerawat dan meningkatkan kepercayaan diri individu.

Pencegahan jerawat dapat dilakukan dengan menjaga kebersihan kulit wajah.

Kebersihan kulit wajah dimulai dengan mencuci muka dua kali sehari dengan sabun cuci muka atau cleanser. Selain itu, pencegahan jerawat dapat dilakukan dengan perawatan fisik seperti membersihkan komedo dengan menggunakan scrub atau porepack. Di sisi lain, jerawat akan bertambah parah apabila terlalu sering membersihkan wajah dengan sabun atau cleanser karena memicu kulit kering atau dehidrasi. Dehidrasi kulit dapat mengganggu lapisan kulit (stratum korneum) dalam proses deskuamasi alami (proses pelepasan lapisan sel kulit mati) sehingga risiko jerawat akan bertambah parah (Quairoli and Foster, 2009).

Pada dasarnya setiap individu memiliki kondisi kulit wajah yang berbeda-beda yang dipengaruhi oleh banyak faktor seperti gaya hidup dan hormon. Produk antiacne yang beredar sekarang ini memiliki kandungan dan tujuan yang bervariasi. Setiap pemilihan produk antiacne dapat disesuaikan dengan tipe wajah dan penyebab jerawat yang dimiliki. Secara umum, terdapat beberapa jenis kulit, yaitu kulit kering, kulit normal, kulit berminyak, dan kulit kombinasi. Pembagian ini didasarkan pada kandungan air dan minyak yang terdapat pada kulit. Kulit kering adalah kulit dengan kadar air kurang atau rendah. Kulit normal adalah kulit yang memiliki kadar air tinggi dan

kadar minyak rendah sampai normal. Kulit berminyak yaitu kulit yang memiliki kandungan air dan minyak yang tinggi. Kulit campuran atau resisten dalam dunia kosmetika dikenal juga dengan istilah jenis kulit kombinasi, yaitu daerah bagian tengah atau dikenal juga dengan istilah zona T (dahi, hidung, dan dagu) terkadang berminyak atau normal, bagian kulit lain cenderung lebih normal bahkan kering (Mulyawan dan Suriana, 2013).

METODE

Desain Kegiatan : Sosialisasi dengan pendekatan edukatif interaktif kepada remaja di SMA PGRI Purwodadi mengenai cara merawat kulit agar terhindar dari jerawat.

Materi: Informasi tentang struktur kulit, penyebab jerawat, langkah-langkah perawatan kulit yang benar, serta pemilihan produk perawatan yang sesuai dengan jenis kulit.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Sosialisasi:

1. Penyuluhan interaktif yang melibatkan partisipasi peserta.
2. Demonstrasi cara mencuci wajah yang benar dan memperkenalkan bahan aktif dalam produk perawatan kulit.

3. Diskusi terbuka untuk memberikan kesempatan bagi peserta untuk mengajukan pertanyaan dan berbagi pengalaman terkait masalah kulit.

Hasil dari pelaksanaan sosialisasi cara merawat kulit agar terhindar dari jerawat di SMA PGRI Purwodadi menunjukkan peningkatan pemahaman peserta mengenai pentingnya perawatan kulit yang benar. Berdasarkan evaluasi melalui kuisioner, mayoritas peserta memahami faktor-faktor penyebab jerawat, seperti produksi minyak berlebih, stres, serta penggunaan produk yang tidak sesuai dengan jenis kulit. Selain itu, peserta juga lebih memahami cara mencuci wajah yang benar dan pemilihan produk perawatan yang tepat, termasuk penggunaan bahan aktif seperti benzoyl peroxide dan retinoid.

Sesi tanya jawab yang interaktif memungkinkan peserta untuk menggali informasi lebih dalam terkait masalah kulit yang mereka alami, sehingga mereka dapat menerapkan solusi yang sesuai. Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa metode sosialisasi yang diterapkan efektif dalam meningkatkan kesadaran remaja akan pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan kulit, serta memberikan dampak positif dalam membangun kebiasaan

perawatan kulit yang lebih baik di kalangan peserta.

Pembahasan dari hasil pelaksanaan sosialisasi cara merawat kulit agar terhindar dari jerawat menunjukkan bahwa edukasi mengenai perawatan kulit yang benar sangat dibutuhkan oleh remaja, terutama dalam memahami faktor-faktor penyebab jerawat serta langkah-langkah pencegahannya. Berdasarkan hasil evaluasi, peserta mengalami peningkatan pemahaman dalam memilih produk perawatan yang sesuai dengan jenis kulit mereka dan menyadari pentingnya menjaga kebersihan wajah dengan mencuci muka secara teratur menggunakan pembersih yang tepat. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa jerawat dapat dipicu oleh produksi minyak berlebih, penggunaan produk yang tidak sesuai, serta faktor psikologis seperti stres.

Diskusi interaktif selama sosialisasi memberikan kesempatan bagi peserta untuk mengajukan pertanyaan dan mendapatkan solusi terkait permasalahan kulit mereka. Dengan adanya sosialisasi ini, peserta tidak hanya mendapatkan teori, tetapi juga panduan praktis dalam merawat kulit, yang diharapkan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Keberhasilan program ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif melalui penyuluhan

dan demonstrasi merupakan metode yang efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan remaja mengenai perawatan kulit yang sehat.

SIMPULAN

Kegiatan sosialisasi mengenai perawatan kulit untuk mencegah jerawat berhasil meningkatkan pemahaman peserta tentang faktor-faktor yang menyebabkan jerawat dan langkah-langkah perawatan yang efektif. Melalui metode penyuluhan interaktif, peserta tidak hanya memperoleh pengetahuan teoritis tetapi juga panduan praktis yang dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Evaluasi menunjukkan peningkatan pemahaman peserta, serta umpan balik positif yang menandakan keberhasilan program ini. Kegiatan sosialisasi mengenai perawatan kulit untuk mencegah jerawat berhasil meningkatkan pemahaman peserta tentang faktor-faktor yang menyebabkan jerawat dan langkah-langkah perawatan yang efektif. Melalui metode penyuluhan interaktif, peserta tidak hanya memperoleh pengetahuan teoritis tetapi juga panduan praktis yang dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Evaluasi menunjukkan peningkatan pemahaman peserta, serta umpan balik positif yang menandakan keberhasilan program ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Lestari, R. T., Gifanda, L. Z., Kurniasari, E. L., Harwiningrum, R. P., Kelana, A. P. I., Fauziyah, K., & Priyandani, Y. (2021). Perilaku mahasiswa terkait cara mengatasi jerawat. *Jurnal farmasi komunitas*, 8(1), 15.
- Rahmi, S., Meilani, D., & Barus, B. R. **SOSIALISASI PENCEGAHAN DAN PERAWATAN JERAWAT BAGI SISWA SMA NEGERI 1 NAMORAMBE.**
- Sari, P. E., Efrilia, M. E., & Kamilla, N. S. N. (2023). Pengetahuan Penderita Jerawat (Acne Vulgaris) Tentang Skincare Di Rw 013 Perumahan Mustika Grande Burangkeng Setu. *Jurnal Farmasi IKIFA*, 2(1), 61-72.
- Sifatullah, N., & Zulkarnain, Z. (2021, November). Jerawat (Acne vulgaris): Review penyakit infeksi pada kulit. In *Prosiding Seminar Nasional Biologi* (Vol. 7, No. 1, pp. 19-23).