

Penyuluhan Kesehatan Pentingnya Kelembaban Kulit Terhadap Akne Vulgaris pada Siswa SMKN 1 Kintamani

I Gde Nengah Adhilaksman Sunyamurthi Wirawan^{1*}, Adi Pratama Putra P.², Dewa Ayu Putu Ratna Juwita³

¹ Bagian Dermato-Venereologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa, Denpasar, Bali, Indonesia

² Bagian Ilmu Pendidikan Kedokteran, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa, Denpasar, Bali, Indonesia

³ Bagian IKKIKP, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa, Denpasar, Bali, Indonesia

*Email:moaixmoai@gmail.com

Abstrak

Akne vulgaris atau AV merupakan penyakit peradangan pada kelenjar sebasea yang terutama diderita oleh usia remaja dan dewasa muda. Kelembaban atau hidrasi kulit, khususnya pada wajah adalah salah satu faktor yang dapat mempengaruhi mekanisme utama dari terjadinya akne vulgaris. Usia remaja adalah usia yang sangat rentan terhadap terjadinya AV. Cuaca panas di Bali, khususnya di daerah Kintamani juga tentunya dapat mempengaruhi kelembaban kulit para remaja. Para remaja perlu mengetahui lebih banyak tentang AV dan juga gangguan kelembaban kulit yang dapat mempengaruhi pendidikan dan juga kualitas hidup mereka. Kegiatan pengabdian dengan menargetkan remaja mengenai AV dan kelembaban kulit belum banyak dilakukan di Bali. SMKN 1 Kintamani merupakan sekolah kejuruan yang berfokus pada agribisnis, yang pada tahun ajaran 2022-2023 memiliki total 174 siswa. Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada tanggal 18 Januari 2024 di SMKN 1 Kintamani. Para peserta penyuluhan dikumpulkan pada ruangan yang telah ditentukan dan diberikan leaflet mengenai kesehatan kulit serta snack. Penyuluhan dilanjutkan dengan pemaparan materi mengenai kelembaban kulit dan jerawat. Pemberian materi diselingi dengan tanya jawab dan untuk peserta yang bertanya akan diberikan bingkisan berupa buku tulis. Kuisioner diberikan setelah selesai kegiatan. Dari hasil pembagian kuisioner didapatkan dari 131 siswa dari total 150 siswa, menyatakan kegiatan dilaksanakan dengan sangat baik, 19 siswa menyatakan kegiatan sudah baik. Peserta penyuluhan, yaitu siswa-siswi SMKN 1 Kintamani telah berperan aktif dalam kegiatan PKM dengan persentase kehadiran 100% dan berpartisipasi aktif pada saat tanya jawab. Sebagian besar peserta merasa kegiatan ini berlangsung sangat baik berdasarkan kuisioner yang dibagikan pada akhir sesi.

Kata kunci : pencegahan, *acne vulgaris*, remaja

Abstract

[*Health Counseling on The Importance of Skin Moisture Against Acne Vulgaris in SMKN 1 Kintamani*]

Acne vulgaris or AV is an inflammatory disease of the sebaceous glands that mainly affects teenagers and young adults. Moisture or hydration of the skin, especially on the face, is one of the factors that can influence the main mechanism of acne vulgaris. Adolescence is an age that is very vulnerable to the occurrence of AV. The hot weather in Bali, especially in the Kintamani area can also affect the moisture of teenagers' skin. Teenagers need to know more about AV and skin disorders that can affect their education and quality of life. Community service activities targeting teenagers regarding AV and skin moisture have not been widely carried out in Bali. SMKN 1 Kintamani is a vocational school that focuses on agribusiness, which in the 2022-2023 academic year has a total of 174 students. The activities will be carried out on January 18 2024 at SMKN 1 Kintamani. The counseling participants were gathered in a designated room and given leaflets about skin health and snacks. The counseling continued with presentation of material regarding skin moisture and acne. The provision of material was interspersed with questions and answers and participants who asked questions would be given a gift in the form of a notebook. Questionnaires are given after completing the activity. From the results of the distribution of questionnaires, 131 students out of a total of 150 students stated that the activities were carried out very well, 19 students stated that the activities were good. Counseling participants, namely students from SMKN 1 Kintamani, have played an active role in preventing activities with an

attendance percentage of 100% and actively participated during question times. Most participants felt that this activity went very well based on the questionnaire distributed at the end of the session.

Keywords: preventing, acne vulgaris, teenagers

PENDAHULUAN

Akne vulgaris (AV) merupakan penyakit peradangan pada kelenjar sebasea yang terutama diderita oleh usia remaja dan dewasa muda. Mekanisme utama dalam patogenesis akne vulgaris yaitu adanya peningkatan sebum, perubahan keratinisasi folikuler, kolonisasi *Cutibacterium acnes*, dan inflamasi. Mekanisme terjadinya akne vulgaris masih terus diteliti dan berkembang. Kelembaban atau hidrasi kulit, khususnya pada wajah adalah salah satu faktor yang dapat mempengaruhi mekanisme utama dari terjadinya akne vulgaris⁽¹⁾.

Keseimbangan hidrasi kulit dan sebum juga diduga mempengaruhi faktor komedogenesis. Kadar air di dalam kulit yang cukup (10-20%) sangat penting dalam pencegahan AV. Hal ini disebabkan karena kulit dengan kadar air yang kurang dari 10% dapat mengakibatkan gangguan pada stratum korneum dan produksi sitokin inflamasi^(2,3).

Sebuah penelitian oleh Yamamoto dkk. menemukan bahwa AV lebih umum terjadi pada kulit dengan *transepidermal water loss* (TEWL) dan sekresi sebum yang lebih tinggi, serta hidrasi stratum korneum yang lebih rendah. Peningkatan TEWL menunjukkan bentuk AV yang lebih parah. Oleh karena itu, diperkirakan bahwa hidrasi kulit yang terkena TEWL juga merupakan penentu terjadinya AV dan dapat memengaruhi tingkat keparahan AV^(1,4). Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan, semakin rendah tingkat hidrasi kulit, maka semakin berat derajat keparahan AV⁽⁵⁾. Berdasarkan hasil penelitian yang lain, penggunaan pelembab telah terbukti memiliki kemanjuran yang baik dalam penanganan AV⁽⁶⁾.

Jerawat atau AV merupakan masalah kulit wajah yang umum terjadi, terutama pada usia remaja hingga dewasa muda. Berdasarkan data dari Global Burden of Disease (GBD) menunjukkan bahwa

jerawat terjadi pada sekitar 85% remaja berusia 12–25 tahun⁽⁷⁾. Pada masa remaja, AV dipicu oleh *Cutibacterium acnes*, di bawah pengaruh sirkulasi normal dehydroepiandrosterone (DHEA)⁽⁸⁾. Penyakit ini sering dianggap biasa dan umum terjadi, sehingga sebagian besar orang kurang memperhatikan perawatan dan pengobatannya. Padahal, apabila dibiarkan tanpa perawatan yang tepat, dapat mengakibatkan perburukan dari derajat keparahan jerawat⁽⁹⁾. Remaja dengan AV memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami mengalami penurunan kepercayaan diri, depresi, kecemasan, dan isolasi sosial⁽¹⁰⁾.

Di Indonesia, kasus AV dapat ditemukan pada 80 hingga 100% populasi. Berdasarkan studi yang pernah dilakukan, 45,6% dari penderita AV adalah remaja dan dewasa muda yang berusia 16 - 20 tahun⁽¹¹⁾. Insiden AV biasanya dimulai pada usia pubertas, kemudian mencapai puncaknya pada usia 17-21 tahun. Selama masa pubertas, terjadi proliferasi kelenjar sebasea di kulit dan produksi sebum menjadi berlebihan, serta meningkatnya konsentrasi hormon androgen, menyebabkan kondisi kulit yang kaya lipid dan perubahan komunitas mikroba pada area kulit⁽¹²⁾. Walaupun begitu, etiologi dari AV adalah multifaktor. Kondisi ini memiliki banyak penyebab, baik dari faktor internal ataupun eksternal⁽¹³⁾. Kebersihan diri merupakan faktor penting yang perlu dijaga sebagai salah satu usaha untuk mencegah timbulnya AV. Menurut penelitian yang pernah dilakukan, frekuensi mencuci wajah dapat mempengaruhi kejadian akne vulgaris⁽¹⁴⁾.

Derajat keparahan AV dapat digolongkan menjadi derajat ringan, sedang, hingga berat⁽¹³⁾. Sekitar 15-20% penderita AV, diperkirakan mengalami AV derajat sedang hingga berat⁽¹⁵⁾.

Kecamatan Kintamani adalah salah satu daerah di Bali dengan daya tarik wisata yang tinggi. Usia remaja adalah usia yang

sangat rentan terhadap terjadinya AV. Cuaca panas di Bali, khususnya di daerah Kintamani juga tentunya dapat mempengaruhi kelembaban kulit para remaja. Hal ini bisa saja mengganggu aktifitas belajar bahkan mempengaruhi kualitas hidup mereka. Para remaja perlu mengetahui lebih banyak tentang AV dan juga gangguan kelembaban kulit yang dapat mempengaruhi pendidikan dan juga kualitas hidup mereka.

SMKN 1 Kintamani merupakan sekolah kejuruan yang berfokus pada agribisnis, yang beralamat di Plaga, Belantih, Kecamatan Kintamani, Kabupaten Bangli Provinsi Bali. Sekolah ini pada tahun ajaran 2022-2023 memiliki total 174 siswa. Jumlah siswa-siswi SMKN 1 Kintamani ini merupakan sasaran yang tepat untuk dilakukan penyuluhan mengenai AV dan kelembaban kulit.

Mitra pada PKM ini adalah guru dan murid SMKN 1 Kintamani, terdiri dari 29 orang guru, 79 siswa laki-laki dan 95 siswa perempuan. Pendidikan guru adalah sarjana.



Gambar 1. SMKN 1 Kintamani

METODE

Kerangka Kerja Pengabdian

Pelaksanaan kegiatan ini dibantu oleh pihak SMKN 1 Kintamani. Langkah awal yang diambil sebelum melaksanakan kegiatan adalah dengan menghubungi pihak mitra dari SMKN 1 Kintamani melalui telepon dan pesan singkat. Sebelum memastikan tanggal pasti untuk melaksanakan kegiatan, tim pengusul melakukan perjanjian dan bertemu langsung dengan mitra di SMKN 1 Kintamani untuk membicarakan mengenai

kegiatan yang akan dilakukan. Pada pertemuan ini dilakukan diskusi untuk menentukan jadwal kegiatan, lokasi atau ruangan yang akan digunakan, sarana yang dibutuhkan, serta jumlah peserta yang akan mengikuti kegiatan. Pelaksanaan kegiatan ditetapkan pada tanggal 18 Januari 2024 di SMKN 1 Kintamani. Pengarahan dan pemberian rundown acara dilaksanakan sebelum acara dimulai. Pengarahan ini dihadiri oleh 2 guru dan 3 pengurus OSIS.

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan empat langkah, yaitu :

1. Survei
Langkah ini dilakukan untuk mengidentifikasi kebutuhan para remaja di daerah yang direncanakan.
2. Pendekatan dengan Pihak Sekolah
Pendekatan dilakukan dalam koordinasi untuk penentuan waktu pelaksanaan kegiatan, pengurusan administrasi kegiatan, pengumpulan peserta kegiatan, dan koordinator pada hari pelaksanaan kegiatan. Tim pelaksana pengabdian dan mitra akan berkoordinasi sebelum, saat, dan setelah pelaksanaan kegiatan pengabdian.
3. Sosialisasi Kegiatan
Tim pengabdian akan melakukan sosialisasi kegiatan kepada siswa SMKN 1 Kintamani setelah proposal disetujui.
4. Paparan Materi
Paparan materi mengenai AV dan kelembaban kulit akan diberikan kepada para remaja.

Evaluasi pelaksanaan pengabdian akan dilakukan dengan pemberian kuisioner. Tim pengabdian akan memberikan kuisioner kepada seluruh peserta yang hadir setelah penyuluhan, kemudian akan dikumpulkan. Melalui kuisioner tersebut akan didapatkan data mengenai respon, kekurangan, dan kelebihan kegiatan yang dilaksanakan sehingga bisa dijadikan acuan untuk perbaikan pada kegiatan pengabdian selanjutnya.

Dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini, mitra akan menyediakan tempat atau lokasi pendampingan, serta sarana dan prasarana seperti kursi atau meja yang diperlukan selama proses persiapan, pelaksanaan hingga evaluasi kegiatan.

Analisis data

Untuk mengukur tingkat keberhasilan dan capaian kegiatan, maka solusi yang ditawarkan dengan memberikan edukasi dan pelatihan yang bertujuan mengubah pola hidup/prilaku melalui edukasi kesehatan reproduksi remaja. Solusi yang ditawarkan untuk menyelesaikan masalah yang ada diantaranya dapat dilihat pada Tabel 1.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Para peserta penyuluhan dikumpulkan pada ruangan yang telah ditentukan dan diberikan leaflet mengenai kesehatan kulit serta snack. Penyuluhan dilanjutkan dengan pemaparan materi mengenai kelembaban kulit dan jerawat. Pemberian materi diselingi dengan tanya jawab dan untuk peserta yang bertanya akan diberikan bingkisan berupa buku tulis.

Kuisisioner diberikan setelah selesai kegiatan. Dari hasil pembagian kuisioner didapatkan dari 131 siswa dari total 150 siswa, menyatakan kegiatan dilaksanakan dengan sangat baik, 19 siswa menyatakan kegiatan sudah baik.

Pada kegiatan ini terdapat beberapa kendala, yaitu terkait waktu pelaksanaan yang berdekatan dengan hari libur sekolah serta hari raya keagamaan, dan juga lokasi penyuluhan yang cukup jauh. Untuk mengatasi kendala tersebut, dilakukan diskusi dengan pihak sekolah dan telah ditentukan tanggal pelaksanaan penyuluhan yang dapat dihadiri oleh para siswa.

Evaluasi hasil kegiatan dilakukan dengan melaksanakan pre dan posttest. Didapatkan peningkatan pengetahuan mitra pada hasil posttest dibandingkan dengan pretest. Selain itu juga dilaksanakan penilaian terhadap rencana pelaksanaan penyuluhan lebih lanjut, khususnya terkait kesehatan kulit.

Rencana tahapan selanjutnya yang dapat dilakukan adalah melakukan sosialisasi hasil kegiatan, serta melakukan penyuluhan lanjutan.

Tabel 1. Tabel Solusi Permasalahan

Permasalahan	Solusi	Target capaian
1. Pengetahuan tentang AV yang masih kurang di kalangan siswa SMKN 1 Kintamani.	1) Penyuluhan pengetahuan tentang AV 2) Pemberian leaflet kesehatan tentang AV	<ul style="list-style-type: none">• 80% siswa SMKN 1 Kintamani mendapat penyuluhan• 100% siswa SMKN 1 Kintamani yang hadir mendapatkan leaflet kesehatan
2. Pengetahuan tentang pentingnya kelembaban kulit masih kurang di kalangan siswa SMKN 1 Kintamani.	1) Penyuluhan tentang pentingnya kelembaban kulit 2) Edukasi mengenai jenis -jenis pelembab kulit	<ul style="list-style-type: none">• 80% siswa SMKN 1 Kintamani mendapat penyuluhan• 100% siswa SMKN 1 Kintamani yang hadir mendapatkan edukasi mengenai jenis pelembab kulit



Gambar 2. Pertemuan awal PKM bersama kepala sekolah SMKN 1 Kintamani



Gambar 3. Pemberian materi penyuluhan

KESIMPULAN

Peserta penyuluhan, yaitu siswa-siswi SMKN 1 Kintamani telah berperan aktif dalam kegiatan PKM dengan persentase kehadiran 100% dan berpartisipasi aktif pada saat tanya jawab. Sebagian besar peserta merasa kegiatan ini berlangsung sangat baik berdasarkan kuisioner yang dibagikan pada akhir sesi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa, serta seluruh tenaga pendidik, staf, dan siswa-siswi SMKN 1 Kintamani yang telah membantu dan mendukung pelaksanaan kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Yolanda MO, Jusuf NK, Putra IB. Lower facial skin hydration level increases acne vulgaris severity level. *Bali Med J* [Internet]. 2021 Dec 30;10(3):1081–4. Available from: <https://balimedicaljournal.org/index.php/bmj/article/view/2195>
2. Saeed Alanazi M, Mohamed Hammad S, Elwan Mohamed A. Prevalence and psychological impact of Acne vulgaris among female secondary school students in Arar city, Saudi Arabia, in 2018. *Electron Physician* [Internet]. 2018 Aug 25;10(8):7224–9. Available from: <http://www.ephysician.ir/index.php/browse-issues/10/8/1084-7224>
3. Jusuf NK, Putra IB, Sari L. Differences of Microbiomes Found in Non-Inflammatory and Inflammatory Lesions of Acne Vulgaris. *Clin Cosmet Investig Dermatol* [Internet]. 2020;13:773–80. Available from: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/33122933>
4. Yamamoto A, Takenouchi K, Ito M. Impaired water barrier function in acne vulgaris. *Arch Dermatol Res* [Internet]. 1995 Feb;287(2):214–8. Available from: <http://link.springer.com/10.1007/BF01262335>
5. Hanif RA. Hubungan Tingkat Hidrasi Kulit Wajah Dengan Derajat Keparahan Akne Vulgaris Pada Mahasiswa Angkatan 2019 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. *Fak Kedokt Univ Muhammadiyah Sumatera Utara Medan*. 2023;3(2):6.
6. Goh CL, Abad-Casintahan F, Aw DCW, Baba R, Chan LC, Hung NT, et al. South-East Asia study alliance guidelines on the management of acne vulgaris in South-East Asian patients. *J Dermatol* [Internet]. 2015 Oct 25;42(10):945–53. Available from: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/1346-8138.12993>
7. Marshalia V. Perancangan Pemanfaatan IoT dan Machine Learning Untuk Sistem Monitoring Kesehatan Kulit Wajah Berjerawat. 3(1):135–45.

8. Sifatullah N, Zulkarnain. Jerawat (Acne vulgaris): Review Penyakit Infeksi Pada Kulit. Pros Biol Achiev Sustain Dev Goals [Internet]. 2021; (November):19–23. Available from: <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb>
9. Saherna J, Suroto S, Hadrianti D, Agustina A, Rasyidah R. Hubungan Derajat Acne Vulgaris Berdasarkan Jenis Kulit Wajah dan Moisturizer terhadap Penggunaan Masker Medis. J CITRA KEPERAWATAN [Internet]. 2023 Jun 7;11(1):54–60. Available from: <http://ejurnal-citrakeperawatan.com/index.php/JCK/article/view/298>
10. Nabila Jingga Permatasari, Tan ST. Efficacy of Topical Niacinamide on Skin Hydration of Adolescents with Acne Vulgaris: An Experimental Study on the Adolescent Community in Jakarta, Indonesia. Biosci Med J Biomed Transl Res [Internet]. 2024 Jun 26;8(9):4987–95. Available from: <https://www.bioscmed.com/index.php/bsm/article/view/1078>
11. Sutrisno AR, Jusuf NK, Putra IB. Correlation between stress scale and severity of acne vulgaris. Bali Med J. 2020;9(1):376–9.
12. Zhou L, Liu X, Li X, He X, Xiong X, Lai J. Epidermal Barrier Integrity is Associated with Both Skin Microbiome Diversity and Composition in Patients with Acne Vulgaris. Clin Cosmet Investig Dermatol [Internet]. 2022 Sep;Volume 15:2065–75. Available from: <https://www.dovepress.com/epidermal-barrier-integrity-is-associated-with-both-skin-microbiome-di-peer-reviewed-fulltext-article-CCID>
13. Chilicka K, Gold MH, Nowicka D. Acne vulgaris and the most popular and new cosmetological treatments. J Cosmet Dermatol [Internet]. 2023 Jul 16;22(7):1946–50. Available from: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/jocd.15757>
14. Sole FRT, Suling PL, Kairupan TS. Hubungan antara Mencuci Wajah dengan Kejadian Akne Vulgaris pada Remaja Laki-laki di Manado. e-CliniC [Internet]. 2019 Dec 31;8(1). Available from: <https://ejurnal.unsrat.ac.id/index.php/eclinic/article/view/28310>
15. Wasitaatmadja S, Arimuko A, Norawati L, Bernedette I, Legiawati L. Pedoman tatalaksana akne di Indonesia. 2nd ed. Jakarta: Centra communications; 2016. 1–16 p.