

Sosialisasi Manfaat Masker Kefir Untuk Pengobatan Acne Vulgaris Pengetahuan

**Dessy Abdullah¹, Vonny Angraini², Mhd Nurhuda³, Tri Puspita⁴, Nadia Purnama
Dewi⁵, Ade Teti Vani⁶**

^{1,2,3,4,5,6} Fakultas Kedokteran, Universitas Baiturrahmah Padang, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Dessy Abdullah

E-mail: dessyabdullah@fk.unbrah.ac.id

Abstrak

Acne vulgaris (jerawat) dapat muncul pada semua usia, tetapi pengaruh hormonal yang membuat acnevulgaris lebih sering muncul pada masa remaja. Remaja yang bermasalah terhadap acne vulgaris karena kurangnya pengetahuan tentang faktor-faktor penyebabnya, penyebab acne vulgaris antara lain faktor genetik, faktor bangsa ras, faktor makanan, faktor iklim, faktor jenis kulit, faktor kebersihan, faktor penggunaan kosmetik, faktor stress, faktor infeksi dan faktor pekerjaan. Tujuan adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswi pondok pesantren al-falah tentang masker kefir untuk pengobatan jerawat. Metode yang digunakan yaitu ceramah dan diskusi. Kegiatan dibagi dalam 3 tahap : tahap persiapan , tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi. Populasi target dalam penelitian ini adalah siswi pondok pesantren al-falah yang berusia 16-18 Tahun. besar sampel yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah 30 sampel. Hasil : Hasil dari kegiatan pengabdian di pondok pesantren al-falah, didapatkan dari materi berupa post test yang meliputi 5 pertanyaan. Kesimpulan dalam kegiatan ini adalah meningkatnya pengetahuan siswi pondok pesantren al-falah tentang manfaat masker kefir sebagai pengobatan jerawat.

Kata kunci - Acne vulgaris, Masker Kefir, Remaja

Abstract

Acne vulgaris (acne) can appear at any age, but hormonal influences make acne vulgaris appear more often in adolescence. Adolescents who have problems with acne vulgaris because of a lack of knowledge about the multifactorial causes of acne vulgaris contributes to the problems faced by adolescents with the condition of acne vulgaris include genetic factors, racial factors, food factors, climate factors, skin type factors, hygiene factors, cosmetic use factors, stress factors, infection factors and occupational factors. Aims to determine the level of knowledge of Al-Falah Islamic boarding school students about kefir masks for treating acne. The method used is lecture and discussion. Activities are divided into three stages: preparation, implementation, and evaluation. The target population in this research is Al-Falah Islamic boarding school students aged 16-18 years. The sample size required in this research is 30 samples. The results of service activities at the Al-Falah Islamic boarding school were obtained from material in the form of a post-test, which included five questions. Conclusion Increased knowledge of Al-Falah Islamic boarding school students about the benefits of kefir masks as an acne treatment.

Keywords - Acne vulgaris, Kefir Mask, Teenagers

PENDAHULUAN

Acne vulgaris (jerawat) dapat muncul pada semua usia, tetapi pengaruh hormonal yang membuat acnevulgaris lebih sering muncul pada masa remaja. Selain itu, banyak faktor yang memicu terjadinya acnevulgaris, misalnya makanan dengan kadar lemak tinggi (kacang-kacangan, colkat, keju, susu, goreng-gorengan), karbohidrat, junk food dan jumlah kalori tinggi, aktivitas fisik meningkat, penggunaan kosmetik yang salah, penggunaan obat dan minuman terlarang, stres, mencuci wajah (kebersihan), kondisi kulit wajah, iklim/suhu/ lingkungan, infeksi bakteri (*Propionibacterium acnes*), dan keturunan. (Marlina & Ismainar, 2018)

Remaja yang bermasalah terhadap acne vulgaris karena kurangnya pengetahuan tentang faktor-faktor penyebabnya, penyebab acne vulgaris antara lain faktor genetik, faktor bangsa ras, faktor makanan, faktor iklim, faktor jenis kulit, faktor kebersihan, faktor penggunaan kosmetik, faktor stress, faktor infeksi dan faktor pekerjaan. (Falakhiyyah, 2023)

Penatalaksanaan Acne Vulgaris terbagi menjadi 2 yaitu penatalaksanaan secara umum dan secara medikamentosa. Secara umum yaitu dengan menghindari pemencetan lesi dengan non higienis, memilih kosmetik yang non komedogenik, dan lakukan perawatan kulit wajah. Sedangkan secara medikamentosa dibagi menurut derajat keparahan dari Acne vulgaris itu sendiri. Pengobatan Acne vulgaris dapat dilakukan dengan cara memberikan obat-obat topikal, obat sistemik, bedah kulit atau kombinasi cara-cara tersebut. Antibiotika topikal maupun sistemik dapat mengurangi jumlah mikroba dalam folikel yang berperan dalam etiopatogenesis acne vulgaris. (Tutik & Rai Saputri, 2020)

Menurut komunitas kefir Indonesia, kefir adalah hasil fermentasi dari susu yang mengandung sekitar 60 jenis mikro-flora yang berguna (beneficial bacteria/yeast). Kefir mempunyai kandungan nutrisi yang lengkap seperti asam organik (asam laktat dan asam asetat), peptida, laktosa, vitamin, dan mineral. Menurut Nurhayati, (2016), kefir juga dipercaya baik untuk kesehatan kulit, karena kefir mempunyai kandungan asam laktat yang berperan untuk merawat kulit, seperti sebagai anti bakteri, membantu regenerasi sel kulit mati, dan mencerahkan kulit. Menurut Awlia, (2015) asam laktat merupakan pelembab dan exfoliating atau pengelupasan kulit. Menurut Usuki (2003) asam laktat mampu menghambat aktifitas enzim yang bertanggung jawab dalam pencoklatan kulit yaitu tirosinase. (Tyas & Pritasari, 2018)

Kandungan yang terdapat dalam masker kefir dapat menurunkan derajat acne vulgaris hal ini dibuktikan dengan adanya kandungan sulfur yang terbukti memiliki aktifitas penghambat pertumbuhan bakteri *P. Acne*, sebagai anti inflamasi, menyebabkan sel kulit mati terlepas dan merupakan komposisi penunjang pada terapi topikal secara medis. Lemak susu kambing bermanfaat untuk melembabkan, mengencangkan. Hal ini karena gumpalan lemak susu kambing berukuran kecil sehingga memungkinkan penetrasi pada dermis (lapisan kulit tengah) sehingga dapat melembabkan, mengencangkan kulit. Asam laktat adalah asam alfa hidroksi (AHA) ringan yang berasal dari susu asam. Asam laktat membantu dalam mencegah dan mengurangi jumlah lesi jerawat. Mekanisme kerja asam laktat pada kulit berjerawat secara topikal yaitu dengan mengurangi ketebalan lapisan stratum korneum yaitu dengan melarutkan desmosom antar sel untuk pengelupasan kulit. (Sitompul, Siregar, & Atmanto, 2016)

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dapat dirumuskan masalah pada penelitian ini, yaitu pengetahuan siswi pondok pesantren al-falah tentang masker kefir untuk pengobatan jerawat. Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswi pondok pesantren al-falah tentang masker kefir untuk pengobatan jerawat.

METODE

Metode yang digunakan yaitu ceramah dan dislusi diakhiri dengan Tanya jawab. Kegiatan ini dibagi menjadi 3 tahap yaitu tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Tahap persiapan diawali dengan memberikan pertanyaan-pertanyaan pada peserta. Tahap pelaksanaan dilakukanlah pemaparan dan diskusi 2 arah berisi tentang pengetahuan siswi tentang masker kefir dan jerawat. Tahap terakhir adalah tahap evaluasi dimana peserta diberikan pertanyaan yang sama dengan

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

pertanyaan diawal sebelum pemaparan. Tahap evaluasi bertujuan untuk melihat seberapa tingkat pemahaman peserta terhadap pemaparan masker kefir dan kegunaannya sebagai pengobatan jerawat. Bahan yang digunakan dalam penelitian ini adalah masker kefir dan Alat yang digunakan adalah kamera Hp, slide ppt. Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer siswi pondok pesantren al-falah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari kegiatan pengabdian di pondok pesantren al-falah didapatkan di awali dengan ceramah dan diskusi. Kegiatan dibagi dalam 3 tahap : tahap persiapan , tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi. Populasi target dalam penelitian ini adalah siswi pondok pesantren al-falah yang berusia 16-18 Tahun yang berjumlah 30 orang peserta. Hasil dari kegiatan pengabdian di pondok pesantren al-falah, didapatkan dari materi berupa post test yang meliputi 5 pertanyaan.

1. Apakah keringat dapat menyebabkan jerawat?
Kulit yang berkeringat yang dibiarkan kering dengan sendirinya tanpa langsung di cuci adalah penyebab utama faktor resiko timbulnya jerawat. Jik kulit sudah berkeringat bisa membuat jerawat semakin iritasi dan berkembang biak semakin banyak.
2. Kenapa stress dapat menimbulkan terjadinya jerawat?
tubuh kita menghasilkan secara berlebihan hormon yang disebut androgen yang merangsang produksi sebum berlebih, yang dapat menyebabkan jerawat. Stress juga dapat memicu peningkatan hormone kortisol pada tubuh. Hormone ini dapat meningkatkan produksi sebum oleh kulit sehingga menyebabkan peradangan pada kulit yang terjadi akibat pemicu pertumbuhan jerawat.
3. Apakah masker kefir cocok untuk semua jenis kulit?
Masker kefir bisa digunakan pada semua jenis kulit. Masker alami ini berguna sebagai eksfoliator yaitu pengelupasan sel-sel kulit mati yang terdapat dipermukaan karena mengandung senyawa kimia asam hidroksi alfa (AHA).
4. Apa efek samping dari penggunaan masker kefir?
Efek samping dari penggunaan masker kefir yaitu munculnya gatal-gatal dan juga kemerahan pada kulit. Tapi jangan khawatir jika terjadi gatal-gatal atau kulit memerah itu tandanya asam hidroksi alfa telah bekerja, dalam beberapa menit akan kembali normal dan tampak lebih baik dari sebelumnya
5. Apa manfaat dari penggunaan masker kefir?
Dapat meredakan peradangan dan jerawat, mempercepat penyembuhan luka pada kulit, melembabkan kulit, sebagai anti aging, mengangkat sel kulit mati.

Remaja yang bermasalah terhadap acne vulgaris karena kurangnya pengetahuan tentang faktor-faktor penyebabnya, penyebab acne vulgaris (multifaktorial) antara lain faktor genetik, faktor bangsa ras, faktor makanan, faktor iklim, faktor jenis kulit, faktor kebersihan, faktor penggunaan kosmetik, faktor stress, faktor infeksi dan faktor pekerjaan. Penderita biasanya mengeluh adanya ruam kulit berupa komedo, papul, pustula, nodul, dan kista dapat disertai rasa gatal, daerah-daerah yang sering muncul di muka, bahu, bagian atas dari ekstremitas superior, dada dan punggung. Infeksi dapat disebabkan oleh *Propionibacterium Acnes* yang berperan dalam iritasi epitel folikel dan mempermudah terjadinya Acne vulgaris.

Penatalaksanaan Acne Vulgaris terbagi menjadi 2 yaitu penatalaksanaan secara umum dan secara medikamentosa. Secara umum yaitu dengan menghindari pemencetan lesi dengan non higienis, memilih kosmetik yang non komedogenik, dan lakukan perawatan kulit wajah. Sedangkan secara medikamentosa dibagi menurut derajat keparahan dari Acne vulgaris itu sendiri. Pengobatan Acne vulgaris dapat dilakukan dengan cara memberikan obat-obat topikal, obat sistemik, bedah kulit atau kombinasi cara-cara tersebut. Antibiotika topikal maupun sistemik dapat mengurangi jumlah mikroba dalam folikel yang berperan dalam etiopatogenesis acne vulgaris.

Pemilihan pengobatan dengan menggunakan antibiotik memegang peran penting dalam terapi pengobatan jerawat. Antibiotik topikal dan oral secara rutin digunakan untuk mengobati jerawat, namun jarang mempertimbangkan resiko resistensi bakteri terhadap antibiotik tersebut sehingga peningkatan kasus resistensi antibiotik banyak terjadi sehingga banyak peneliti yang mencari bahan alami sebagai pengobatan untuk jerawat, salah satunya adalah pemanfaatan kefir terhadap pengobatan jerawat.

Kandungan yang terdapat dalam masker kefir dapat menurunkan derajat acne vulgaris hal ini dibuktikan dengan adanya kandungan sulfur yang terbukti memiliki aktifitas penghambat pertumbuhan bakteri P. Acne, sebagai anti inflamasi, menyebabkan sel kulit mati terlepas dan merupakan komposisi penunjang pada terapi topikal secara medis.

Dari hasil diskusi dan Tanya jawab pre dan post didapatkan peningkatan pengetahuan siswi tentang manfaat kefir untuk pengobatan jerawat.



Gambar 1.

Kegiatan Pengabdian Masyarakat



Gambar 2.

kegiatan penyampaian materi tentang masker kefir dan jerawat



Gambar 3.

Kegiatan pengabdian masyarakat

KESIMPULAN

Dalam pengabdian masyarakat ini terlihat pengetahuan siswi pondok pesantren al-falah terhadap manfaat masker kefir untuk jerawat masih kurang. Dengan diadakannya pengabdian masyarakat dengan memaparkan manfaat masker kefir sebagai terapi untuk jerawat. Masker kefir mengandung sulfur yang terbukti memiliki aktifitas penghambat pertumbuhan bakteri P. Acne, sebagai anti inflamasi, menyebabkan sel kulit mati terlepas dan merupakan komposisi penunjang pada terapi topikal secara medis. Dapat disimpulkan kegiatan ini menambah dan meningkatkan pengetahuan siswi pondok pesantren al-falah akan kegunaan masker kefir.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayudianti P, Indramaya DM. Studi Retrospektif : Faktor Pencetus Akne Vulgaris (Retrospective Study : Factors Aggravating Acne Vulgaris). Fakt Pencetus Akne Vulgaris. 2014;26/No. 1:41-47.
- Afriyanti RN. Mikrobiologi Umum. J Major. 2015;4(6):102-109.
- Asbullah A, Wulandini P, Febrianita Y. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terhadap Timbulnya Acne Vulgaris (Jerawat) Pada Remaja Di Sman 1 Pelangiran Kabupaten Indragiri Hilir Tahun 2018. J Keperawatan Abdurrab. 2021;4(2):79-88. doi:10.36341/jka.v4i2.1603
- Cripps DJ. Current management of acne vulgaris. Wis Med J. 1973;72(9):189-191.
- Falakhyyah R. Hubungan antara timbulnya. Published online 2023.
- Gunarti SN, Farhamzah, Rismayanti. Formulasi dan Uji Stabilitas Sediaan Masker Serbuk Amylum Temulawak (Curcuma xanthorrhiza Roxb.). Pros Semin Nas Disem Penelit. 2021;(September):51-61.
- Ilmiah KT. Formulasi masker krim ekstrak buah senggani (. Published online 2020.
- Kristiani NMS, Kapantouw MG, Pandaleke TA. Hubungan Indeks Massa Tubuh dan Angka Kejadian Akne Vulgaris pada Siswa-siswi di SMA Frater Don Bosco Manado. e-CliniC. 2017;5(2). doi:10.35790/ecl.5.2.2017.18457
- Latif A, Winarti Y. The Knowledge and Patient's Behavior about Prevention of Acne Vulgaris Through Health Education in Polyclinic of Skin and Vital Organ at RSUD Panglima Sebaya Tana Paser. Published online 2017.
- Marlina H, Ismainar H. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Acne Vulgaris (Jerawat) Pada Remaja Di Smk Taruna Pekanbaru Tahun 2014. J Prot Kesehat. 2018;4(1):15-25. doi:10.36929/jpk.v4i1.28
- Movita T. Acne Vulgaris Acne Vulgaris. N Engl J Med. 2013;40(14):1343-1352.
- Nishijima S. Recent treatment for acne vulgaris. Ski Res. 2004;3(6):622-627.

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license



- Nurhayati Y. Analisa TPC , Bakteri Asam Laktat, dan Daya Simpan Masker Kefir Susu Kambing. Published online 2016:1-12.
- Pritasari OK. Penilaian Organoleptik Sebagai Analisa Sensori pada Produk Masker Badan dari Buah Naga (*Hylocereus Polyrhizus*). *J Beauty Cosmetol*. 2019;1:32-39. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jkk/article/view/6484>
- Rindi Novitri Antika. Peningkatan Pemahaman Remaja Tentang Bakteri *Propionibacterium Acnes* Bagi Kesehatan Kulit. *Din J Pengabdian Kpd Masy*. 2020;4(3):557-562. doi:10.31849/dinamisia.v4i3.3499
- Roosdiana Muin*, Diah Anggraini FM. ketersediaan masker kefir. Published online 2016:1-23.
- Safitri MF, Swarastuti A. Kualitas kefir berdasarkan konsentrasi kefir grain. *J Apl Teknol Pangan*. 2013;2(2):87-92.
- Schwarz P, Body JJ, Cáp J, et al. یسی غذا مواد یمی ش. *Eur J Endocrinol*. 2014;171(6):727-735.
- Sitompul A, Siregar JS, Atmanto D. Perbedaan Hasil Pengurangan Jerawat pada Kulit Wajah Menggunakan Masker Kefir Susu Kambing. *J Pendidik Tek dan Vokasional*. 2016;2(2):42-49.
- Sifatullah N, Zulkarnain Z. Jerawat (*Acne vulgaris*): Review penyakit infeksi pada kulit. *Pros Semin Nas Biol*. 2021;(November):19-23.
- Sulmiyati S, Said NS, Fahrodi DU, Malaka R, Fatma F. Perbandingan Kualitas Fisiokimia Kefir Susu Kambing dengan Kefir Susu Sapi (COMPARISON OF PHYSIOCHEMICAL QUALITY OF GOAT MILK KEFIR WITH COW MILK KEFIR). *J Vet*. 2018;19(2):263. doi:10.19087/jveteriner.2018.19.2.263
- Tutik TT, Rai Saputri GA. Uji Efektifitas Kefir Susu Kambing Dengan Inokulum Ragi Tape Terhadap Bakteri Penyebab Jerawat (*Propionibacterium Acnes*). *J Farm Malahayati*. 2020;3(1):79-88. doi:10.33024/jfm.v3i1.3011
- Tyas DR, Pritasari OK. Pengaruh Penambahan Tepung Kulit Buah Naga Merah (*Hylocereus polyrhizus*) Terhadap Sifat Fisik Masker Wajah Berbahan Dasar Tepung Kefir Susu Sapi Untuk Anti Aging. *e- J*. 2018;07(3):32-40.
- Venny. Formulasi Essence Masker Kertas Kefir Kolostrum-Angga Putra Pribadi 11171126-1-18. 2017;(09).
- Widyarti S, Widodo., AF. Swaidatul M. Formulasi Masker Alami Berbahan Dasar Bengkoang dan Jintan Hitam untuk Mengurangi Kerutan pada Kulit Wajah. *J Care*. 2016;4(3):9-20.