



PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG KULIT KERING (DRY SKIN) AKIBAT KERUSAKAN SKIN BARRIER PADA REMAJA DI PHOENIX RADIO BALI OLEH FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MAHASARASWATI DENPASAR SEBAGAI PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Oleh

Ida Ayu Uttari Priyadarshini¹, Ni Luh Putu Nadia Saraswati², Ni Kadek Kanaya Anindya Praba Puja³

^{1,2,3}Fakultas Kedokteran Universitas Mahasaraswati Denpasar

Email: 1uttari@unmas.ac.id

Article History:

Received: 18-01-2025

Revised: 08-02-2025

Accepted: 21-02-2025

Keywords:

Kulit Kering (Dry Skin),
Kerusakan Skin Barrier,
Remaja, Perawatan Kulit

Abstract: Kulit kering akibat kerusakan skin barrier merupakan masalah umum yang sering dialami oleh remaja yang dapat memengaruhi aktivitas sehari-hari, menyebabkan rasa tidak nyaman, gatal dan iritasi. Jika dibiarkan, kondisi ini bisa berkembang menjadi masalah kulit yang lebih serius. Oleh karena itu, penting untuk memahami cara penanganan yang tepat. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan informasi tentang kulit kering (dry skin) akibat kerusakan skin barrier pada remaja di wilayah jangkauan siaran Phoenix Radio Bali. Sasaran pengabdian ini adalah para remaja di wilayah Denpasar dan sekitarnya yang merupakan audiens utama untuk diberikan penyuluhan mengenai penyebab, pencegahan dan cara merawat kulit dengan baik. Pengabdian dilaksanakan melalui siaran interaktif langsung di Phoenix Radio Bali 91 FM, yang juga dapat diakses kembali kapan saja melalui saluran YouTube Phoenix Radio Bali. Metode yang digunakan berupa siaran interaktif langsung, di mana dilakukan penjelasan mengenai penyebab dan cara penanganan kulit kering (dry skin) akibat kerusakan skin barrier yang banyak dialami oleh remaja. Pertanyaan dari pendengar yang diterima melalui aplikasi whatsapp maupun direct message (DM) Instagram dijawab secara langsung oleh narasumber. Wawancara dipandu oleh staf penyiar radio. Respon pendengar menunjukkan bahwa setelah mendengarkan penyuluhan dan mendapatkan jawaban atas pertanyaan mereka, mereka memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai cara menjaga kulit, seperti penggunaan produk perawatan yang sesuai, hidrasi kulit yang tepat, serta teknik non-medis seperti pijat wajah, penggunaan bahan alami, dan perlindungan dari paparan sinar UV



PENDAHULUAN

Kulit kering (*dry skin*) terjadi akibat penurunan kelembapan yang signifikan pada stratum corneum, yang mengandung sekitar 10% air dan berperan penting dalam menjaga kelembapan, elastisitas, serta perlindungan kulit terhadap faktor eksternal. Peningkatan transepidermal water loss (TEWL) yang menyebabkan penguapan air berlebihan dapat mengakibatkan kulit kehilangan kelembapan dan kering (Van Scott, 1986). Salah satu penyebab utama kulit kering adalah kerusakan pada skin barrier, lapisan pelindung yang menjaga kelembapan kulit dan melindunginya dari polusi, sinar UV, serta suhu ekstrem. Ketika skin barrier rusak, kulit menjadi lebih mudah kehilangan kelembapan dan rentan terhadap iritasi (Hendropriyono & Putra, 2022). Paparan sinar UV, baik UVA maupun UVB, dapat merusak struktur kulit pada tingkat seluler. Kerusakan ini mengganggu fungsi skin barrier, memperburuk kulit kering, dan meningkatkan risiko penuaan dini serta kanker kulit jika tidak dilindungi dengan baik (Rahmawati et al., dalam Mumtazah et al., 2020).

Pada remaja, kulit kering sering kali terjadi seiring dengan perubahan hormon yang terjadi selama masa pubertas. Perubahan hormon ini dapat mempengaruhi produksi sebum, yaitu minyak alami yang berfungsi untuk menjaga kelembapan kulit. Ketidakseimbangan produksi sebum yang terjadi pada remaja dapat mengurangi kemampuan kulit untuk mempertahankan kelembapan, yang menyebabkan kulit menjadi lebih kering dan mudah teriritasi. Selain itu, penurunan kadar lipid di lapisan epidermis selama pubertas turut memperburuk kemampuan kulit dalam menjaga kelembapan, yang berujung pada kondisi kulit yang lebih rentan terhadap gangguan (Kusumaningrum & Widayati, 2017). Dengan adanya perubahan hormonal ini, kulit remaja lebih mudah mengalami gangguan seperti kulit kering, jerawat dan eksim yang jika tidak segera ditangani dapat berkembang menjadi masalah kulit yang lebih serius.

Selain faktor internal yang disebabkan oleh perubahan hormon, faktor eksternal juga memainkan peran penting dalam memperburuk kondisi kulit kering pada remaja. Paparan sinar UV yang berlebihan tanpa perlindungan yang memadai, suhu dan kelembapan lingkungan yang ekstrem, serta penggunaan produk perawatan kulit yang tidak sesuai dengan jenis kulit dapat merusak skin barrier, memperburuk TEWL, dan menyebabkan kulit kehilangan kelembapannya. Kebiasaan buruk dalam merawat kulit, seperti mencuci wajah dengan air panas, eksfoliasi berlebihan, serta penggunaan produk yang mengandung bahan kimia seperti alkohol, pewarna, atau wewangian, dapat memperburuk kondisi kulit kering dan menyebabkan iritasi (Alodokter, n.d.; Hendropriyono & Putra, 2022). Selain itu, kebiasaan buruk dalam gaya hidup, seperti kurangnya asupan air dan diet yang tidak sehat, turut mempengaruhi kesehatan kulit remaja.

Kulit kering yang tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan berbagai masalah kulit lainnya, seperti jerawat, eksim, atau dermatitis atopik. Kondisi kulit yang buruk juga dapat menurunkan rasa percaya diri remaja, terutama karena mereka cenderung lebih sensitif terhadap penampilan fisik mereka pada masa pubertas. Gangguan kulit yang disebabkan oleh kulit kering ini tidak hanya berpengaruh pada kondisi fisik, tetapi juga dapat menurunkan kesehatan mental remaja, seperti meningkatkan kecemasan sosial dan perasaan tidak puas terhadap diri sendiri. Oleh karena itu, penting bagi remaja untuk memahami pentingnya perawatan kulit yang tepat guna menghindari masalah kulit yang lebih parah dan menjaga kesehatan fisik serta mental mereka secara keseluruhan (Butarbutar & Chaerunisaa, 2020).



Pendidikan mengenai perawatan kulit yang tepat sangat penting untuk membantu remaja menjaga kesehatan kulit mereka. Dengan memberikan informasi yang benar mengenai faktor-faktor yang menyebabkan kulit kering serta langkah-langkah pencegahan yang efektif, remaja dapat belajar cara merawat kulit mereka dengan benar. Penyuluhan kesehatan ini tidak hanya meliputi pemilihan produk yang tepat untuk merawat kulit, seperti pelembap yang sesuai dan tabir surya, tetapi juga kebiasaan sehari-hari yang dapat mendukung kesehatan kulit, seperti menghindari mandi dengan air panas dan melindungi kulit dari paparan sinar UV yang berlebihan. Edukasi yang tepat mengenai kesehatan kulit akan membantu remaja memahami pentingnya menjaga skin barrier mereka dan menjaga kelembapan kulit agar tetap sehat dan terlindungi dari faktor eksternal yang merusak.

Penyuluhan kesehatan mengenai kulit kering pada remaja yang dilaksanakan oleh Fakultas Kedokteran Universitas Mahasaraswati Denpasar merupakan bagian dari program pengabdian kepada masyarakat yang bertujuan untuk memberikan edukasi dan informasi yang relevan mengenai cara merawat kulit secara efektif. Penyuluhan ini difokuskan pada pemahaman tentang kulit kering akibat kerusakan skin barrier yang sering dialami oleh remaja. Salah satu media yang dipilih untuk menyampaikan penyuluhan ini adalah Phoenix Radio Bali, yang memiliki jangkauan luas dan dapat menjangkau audiens remaja di wilayah Denpasar dan sekitarnya. Penyuluhan melalui siaran interaktif di radio memungkinkan informasi disampaikan dengan cara yang menarik dan mudah dipahami oleh remaja.

Melalui program ini, diharapkan para remaja dapat memperoleh informasi yang bermanfaat mengenai penyebab kulit kering dan cara-cara pencegahannya. Penyuluhan ini juga bertujuan untuk meningkatkan kesadaran remaja akan pentingnya menjaga kesehatan kulit mereka melalui pemilihan produk yang tepat dan kebiasaan perawatan yang mendukung. Dengan penyuluhan yang tepat dan penggunaan media yang tepat sasaran, informasi mengenai perawatan kulit yang benar dapat sampai kepada remaja dengan cara yang menyenangkan dan mudah dipahami. Selain itu, penyuluhan ini juga bertujuan untuk mendorong perubahan perilaku remaja dalam merawat kulit, guna mengurangi dampak negatif kulit kering yang dapat mengganggu kehidupan sehari-hari mereka.

Sebagai bagian dari pengabdian masyarakat, Fakultas Kedokteran Universitas Mahasaraswati Denpasar berkomitmen untuk memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan kesehatan kulit remaja di wilayah Denpasar dan sekitarnya. Melalui penyuluhan ini, diharapkan remaja dapat lebih memahami bagaimana menjaga kulit mereka dengan baik, sehingga dapat mengurangi risiko masalah kulit yang lebih serius di kemudian hari dan meningkatkan kualitas hidup mereka. Selain itu, diharapkan program ini dapat memperkuat peran Fakultas Kedokteran Universitas Mahasaraswati Denpasar dalam mendukung kesehatan masyarakat, khususnya di kalangan remaja, dengan cara yang relevan dan tepat sasaran.

METODE

Metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dimulai dengan survei dan diskusi bersama calon mitra kerja, yang bertujuan untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai karakteristik audiens sasaran, yaitu kelompok pendengar Phoenix Radio Bali. Informasi yang diperlukan dikumpulkan melalui serangkaian konsultasi, konsolidasi, dan diskusi dengan manajer produksi, penyiar, serta tim kreatif lainnya. Berdasarkan hasil diskusi tersebut, disusun rancangan program siaran interaktif yang



bertujuan untuk memberikan edukasi kepada remaja mengenai penyebab, dampak, serta cara perawatan yang tepat untuk mencegah dan mengatasi kulit kering akibat kerusakan skin barrier.

HASIL

Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan ini dilakukan melalui siaran interaktif di Phoenix Radio Bali selama satu jam penuh, dengan materi yang terbagi dalam beberapa sesi, sebagai berikut:

1. Pengertian kulit kering (dry skin) dan penyebab utama kerusakan skin barrier pada remaja.
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi kerusakan skin barrier, termasuk perubahan hormon pada masa pubertas, paparan sinar UV, dan penggunaan produk perawatan kulit yang tidak sesuai.
3. Dampak kulit kering akibat kerusakan skin barrier terhadap kesehatan kulit dan kualitas hidup remaja, termasuk potensi timbulnya gangguan kulit lainnya.
4. Cara pencegahan dan perawatan kulit kering pada remaja, termasuk pemilihan produk pelembap yang tepat, penggunaan tabir surya, dan kebiasaan perawatan kulit yang baik.
5. Tanya jawab dan diskusi interaktif dengan pendengar, yang dapat dilakukan melalui saluran telepon atau pesan yang dikirimkan ke Phoenix Radio Bali.
6. Penutupan, dengan rangkuman informasi penting dan ajakan untuk menerapkan perawatan kulit yang tepat.



Gambar 1. Pelaksanaan Penyuluhan Kesehatan Kulit

Ketercapaian Kegiatan

Kegiatan ini dilaksanakan selama 1 jam penuh secara "on air" di Phoenix Radio Bali. Penyuluhan dimulai setelah tim pengabdian masyarakat menyusun materi yang relevan tentang perawatan kulit dan kerusakan skin barrier, yang disampaikan melalui siaran radio.



Materi penyuluhan ini disusun dalam bentuk makalah singkat yang mengulas tentang penyebab dan penanganan skin barrier yang rusak, baik melalui perawatan medis maupun non-medis. Makalah tersebut disusun dalam waktu 4 hari, kemudian diserahkan kepada tim Phoenix Radio Bali untuk pengecekan materi siaran. Materi yang disampaikan bersumber dari buku-buku, jurnal dan kepustakaan ilmiah yang memenuhi kaidah ilmiah serta berbasis bukti. Tim penyuluhan memastikan bahwa naskah siaran radio ini selesai tepat waktu dan sesuai dengan standar yang ditetapkan.

Partisipasi Masyarakat

Masyarakat menunjukkan partisipasi aktif dalam penyuluhan ini, terutama melalui media pesan. Tercatat ada 6 orang yang mengirimkan pertanyaan melalui aplikasi WhatsApp. Karena keterbatasan waktu, tidak semua pertanyaan dapat dijawab secara langsung on air, namun tim pengabdian masyarakat berusaha memberikan jawaban dan solusi untuk pertanyaan yang belum terjawab melalui pesan WhatsApp. Partisipasi ini mencerminkan ketertarikan tinggi masyarakat untuk memahami lebih lanjut mengenai kulit kering dan cara penanganannya.

KESIMPULAN

Penyuluhan kesehatan mengenai kulit kering (*dry skin*) akibat kerusakan skin barrier pada remaja yang dilaksanakan oleh Fakultas Kedokteran Universitas Mahasaraswati Denpasar melalui siaran interaktif di Phoenix Radio Bali berhasil mencapai tujuannya dengan baik. Kegiatan ini memberikan informasi yang bermanfaat tentang penyebab, dampak dan cara perawatan kulit yang tepat, serta meningkatkan kesadaran masyarakat, terutama remaja, mengenai pentingnya menjaga kesehatan kulit. Partisipasi aktif pendengar, yang tercatat mengirimkan 6 pertanyaan melalui WhatsApp, menunjukkan ketertarikan tinggi terhadap topik ini. Meskipun keterbatasan waktu membatasi jawaban langsung, tim pengabdian masyarakat berusaha memberikan solusi melalui pesan. Penyuluhan ini tidak hanya memberikan informasi berbasis bukti tetapi juga mendorong perubahan perilaku perawatan kulit yang dapat membantu remaja menghindari masalah kulit yang lebih serius di masa depan, sekaligus memperkuat peran universitas dalam pengabdian kepada masyarakat.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Tim pengabdian mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Direktur Phoenix Radio Bali, Tim Kreatif, dan Tim Penyiar atas izin, waktu, serta fasilitas yang diberikan untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Rektor Universitas Mahasaraswati Denpasar dan Ketua LPPM atas dukungan dana dan kepercayaan yang diberikan untuk menyukseskan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Alodokter. (n.d.). Mengenal skin barrier, garda depan pelindung kulit. Dapat diakses pada <https://www.alodokter.com/mengenal-skin-barrier-garda-depan-pelindung-kulit>
- [2] Butarbutar, M. E. T., & Chaerunisaa, A. Y. (2020). Peran pelembab dalam mengatasi kondisi kulit kering. *Majalah Farmasetika*, 6(1), 56-69.
- [3] Hendropriono, A., & Putra, B. O. D. (2022). Perancangan Visual Kampanye "Makin Pede"



- Mengenai Upaya Menjaga Skin Barrier untuk Remaja Oleh Svetlyne. co. BHAGIRUPA, 2(2), 6-15.
- [4] Kusumaningrum, A. A., & Widayati, R. I. (2017). Efektivitas macadamia oil 10% dalam pelembab pada kulit kering (Doctoral dissertation, Faculty of Medicine).
- [5] Mumtazah, E. F., Salsabila, S., Lestari, E. S., Rohmatin, A. K., Ismi, A. N., Rahmah, H. A., Mugiarto, D., Daryanto, I., Billah, M., Salim, O. S., Damaris, R., Astra, A. D., Zainudin, L. B., Noorrizka, G., & Ahmad, V. (2020). Pengetahuan Mengenai Sunscreen Dan Bahaya. *Jurnal Farmasi Komunitas*, 7(2), 63–68.
- [6] Rahmawaty, A. (2020). Peran Perawatan Kulit (Skincare) yang Dapat Merawat atau Merusak Skin Barrier. *Berkala Ilmiah Mahasiswa Farmasi Indonesia (BIMFI)*, 7(1), 005-010.
- [7] Van Scott, E. J. (1986). Dieullangard. Xerosis (dry skin, xeroderma) in: practical management of dermatologic patient, Athur Rook.