

**EDUKASI MANFAAT MASKER MADU DAN MINYAK ZAITUN
UNTUK PENCEGAHAN JERAWAT TERHADAP KETUA KAMAR
PUTRI PONDOK PESANTREN SALAFIYAH SYAFI'YAH
SUKOREJO SITUBONDO**

Rini Junaidah

Universitas Ibrahimy, Indonesia

Corresponding Author: junaidahrini254@gmail.com

Info Article	Abstract: <i>Acne (Acne) is a type of skin health problem that is often found in teenagers. Acne can interfere with a person's appearance and can cause discomfort due to the pain it causes. Honey is an ingredient that contains high antioxidants. The antioxidant properties of honey are caused by various components in honey, including flavonoids, phenolics, vitamin C, amino acids. Olive oil contains very high levels of vitamin E, vitamin E itself functions to care for the skin so it is very suitable to be used as a mixture for acne removal masks. Antioxidant substances, as a mask mixture to soften the skin. Olive oil masks can be used to rejuvenate facial skin, or remove dead skin cells from acne scars. In contrast to external acne-removing cosmetics on the market, olive oil cannot remove acne scars directly, but requires patience to achieve maximum results, but of course it is safer than chemical-based cosmetics.</i>
Received :	
02 Oktober 2024	
Revised :	
2 November 2024	
Accepted :	
01 Desember 2024	
Publication :	
30 Desember 2024	
Keywords:	
<i>Honey, Olive Oil,</i>	
<i>Acne</i>	
Kata Kunci:	
Jerawat, Madu,	
Minyak Zaitun	
Licensed Under a	Abstrak: Jerawat (Acne) adalah sejenis masalah kesehatan kulit yang sering dijumpai pada remaja. Jerawat bisa mengganggu penampilan seseorang serta bisa menimbulkan rasa ketidaknyamanan akibat nyeri yang ditimbulkan. Madu adalah bahan yang mengandung antioksidan tinggi. Sifat antioksidan dalam madu disebabkan oleh berbagai macam komponen yang ada di dalam madu, diantaranya adalah komponen flavonoid, fenolat, vitamin C, asam amino. Minyak zaitun mempunyai kandungan kadar vitamin E yang sangat tinggi, vitamin E sendiri berfungsi untuk merawat kulit sehingga sangat cocok digunakan sebagai campuran masker penghilang jerawat. Zat antioksidan, sebagai campuran masker untuk memperhalus kulit. Masker minyak zaitun dapat dimanfaatkan untuk meremajakan kulit wajah, atau menghilangkan sel kulit mati bekas jerawat. Berbeda dengan kosmetik luar penghilang jerawat yang beredar di pasaran, minyak zaitun tidak dapat menghilangkan bekas jerawat secara langsung, tetapi diperlukan ketelatenan untuk mencapai hasil yang maksimal, namun tentunya lebih aman dari pada kosmetik berbahan kimia.
<i>Creative Commons</i>	
<i>Attribution 4.0</i>	
<i>International</i>	
<i>License</i>	

INTRODUCTION

Perawatan wajah sebaiknya dimulai sejak usia muda, terutama bagi wanita yang telah mencapai usia 20-an. Seiring bertambahnya usia, elastisitas kulit mulai menurun, ditambah dengan meningkatnya polusi udara, paparan sinar matahari dengan radiasi ultraviolet yang lebih kuat, serta gaya hidup yang kurang sehat. Oleh karena itu, penting untuk melakukan perawatan secara rutin dan menyeluruh agar kulit wajah tetap cantik dan sehat. Kulit juga mencerminkan kecantikan seorang wanita. Wanita yang merawat kulitnya dengan baik akan terlihat lebih menarik dibandingkan yang tidak. Kulit yang terawat akan tampil lebih bersih, segar, dan lembut, meningkatkan daya tarik seseorang (Aniatul Hidayah, 2011: 100).

Perawatan kulit wajah bisa dilakukan dengan cara tradisional maupun modern. Perawatan modern biasanya melibatkan penggunaan krim yang mengandung bahan kimia tinggi, memberikan hasil cepat tetapi tidak selalu bertahan lama. Sementara itu, perawatan tradisional menggunakan bahan-bahan alami seperti ekstrak buah, sayuran, kuning telur, yoghurt, madu, dan minyak zaitun, yang diketahui bermanfaat untuk merawat dan memberi nutrisi pada kulit wajah (Muliyawan, 2013: 176). Semua jenis perawatan ini bertujuan untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan serta penampilan kulit, disesuaikan dengan jenis kulit masing-masing.

Madu adalah cairan kental berwarna kuning dengan rasa manis, yang memiliki banyak manfaat bergizi. Madu dihasilkan oleh lebah dari nektar atau jus manis dari berbagai tanaman. Madu alami dihasilkan dari nektar yang dikumpulkan lebah dan disimpan di sarangnya (Umarani dkk, 2015). Untuk memproduksi madu, dibutuhkan dua faktor: bunga sebagai sumber nektar dan lebah sebagai penghasilnya (Sarwono, 2011). Menurut penelitian, madu mengandung banyak mineral, tujuh vitamin B kompleks, dan vitamin C, serta telah dikenal luas sejak ribuan tahun lalu karena khasiatnya yang bermanfaat bagi manusia.

Minyak zaitun ekstra virgin (Extra Virgin Olive Oil/EVOO) adalah salah satu makanan fungsional yang bermanfaat bagi kesehatan manusia (Salazar et al., 2017). EVOO adalah jenis minyak zaitun terbaik yang diperoleh dari perasan pertama tanpa proses kimia. Setiap merek EVOO memiliki rasa yang berbeda (International Olive Council/IOC, 2017). Minyak zaitun banyak digunakan dalam masakan, kosmetik, dan industri farmasi. Komposisi minyak zaitun terdiri dari dua kelompok utama: Saponifiables, yang mencakup triasilgliserol dan asam lemak, serta Unsaponifiables, yang meliputi tokoferol dan fitosterol.

Selain bahan utama, perawatan kecantikan sering menggunakan bahan pelengkap seperti minyak. Minyak zaitun dikenal memiliki manfaat bagi kesehatan kulit karena kaya akan nutrisi dan vitamin E. Vitamin E berperan penting dalam perawatan kulit, menjadikannya pilihan ideal untuk campuran masker penghilang jerawat dan sebagai agen antioksidan. Masker minyak zaitun dapat membantu meremajakan kulit dan mengangkat sel kulit mati. Meskipun minyak zaitun tidak dapat menghilangkan bekas jerawat secara instan, kesabaran dalam penggunaannya dapat memberikan hasil yang lebih aman dibandingkan produk berbahan kimia. Penelitian ini menggunakan minyak zaitun yang dibeli dari toko kimia sebagai bahan campuran masker untuk mencapai hasil yang optimal. Madu juga dapat digunakan sebagai bahan masker untuk kulit berjerawat karena sifat humektannya, yang dapat menarik dan mempertahankan kelembapan dalam kulit, menjaga kulit tetap terhidrasi dan kenyal (Suranto, 2007).

METHOD

Bentuk Kegiatan

Kegiatan ini dilaksanakan oleh dosen Program Studi S1 Farmasi bersama mahasiswa, bekerja sama dengan ketua kamar pusat putri Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo, Situbondo. Metode yang digunakan oleh tim Pengabdian Masyarakat untuk menangani permasalahan mitra dan melaksanakan penyuluhan serta edukasi mengenai manfaat masker madu dan minyak zaitun dalam pencegahan jerawat dibagi menjadi beberapa tahapan :

Analisa Situasi

Tahap awal mengidentifikasi data dan tempat pelaksanaan di wilayah asrama pusat pondok pesantren salafiyah syafi'iyah sukorejo situbondo, melanjutkan koordinasi dengan pengurus asrama pesantren dan penanggung jawab di asrama pusat pondok pesantren salafiyah syafi'iyah sukorejo situbondo, serta menyiapkan jadwal pelaksanaan.

Persiapan

Pelaksana mempersiapkan rancangan penyuluhan, menyiapkan kuesioner pre post test, mempersiapkan surat perijinan serta mendata sasaran dan mitra.

Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dimulai dengan pembagian kuesioner pre-test untuk menilai pengetahuan awal mitra tentang manfaat madu bagi kesehatan kulit,

khususnya pada area wajah. Selanjutnya, kegiatan dilanjutkan dengan penyuluhan yang mencakup materi mengenai definisi madu dan minyak zaitun, kandungan keduanya, manfaat bagi kesehatan secara umum, manfaat bagi kesehatan kulit, serta penjelasan tentang jerawat, faktor-faktor penyebab jerawat, dan cara pencegahannya. Penyuluhan ini juga membahas cara mencegah jerawat dengan masker madu dan minyak zaitun, termasuk langkah-langkah pembuatannya. Setelah penyuluhan selesai, kuesioner post-test diberikan untuk mengukur peningkatan pengetahuan dan pemahaman mitra mengenai manfaat masker madu dan minyak zaitun sebagai pencegahan jerawat.

RESULTS AND DISCUSSION

Hasil

Edukasi dan penyuluhan tentang manfaat masker madu dan minyak zaitun untuk pencegahan jerawat dilaksanakan untuk ketua kamar pusat putri Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo, Situbondo. Pelatihan ini diikuti oleh 30 santri putri dan dilaksanakan di ruang kelas Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ibrahimy Sukorejo.

Saat apersepsi mengenai pemanfaatan masker madu dan minyak zaitun, banyak mitra yang belum mengetahui manfaat keduanya untuk kulit, sebelumnya mereka hanya mengira bahwa madu dan minyak zaitun bermanfaat untuk kesehatan tubuh. Meskipun demikian, mitra menunjukkan antusiasme tinggi selama kegiatan berlangsung, dan beberapa pertanyaan diajukan mengenai materi yang belum mereka pahami.

Pemilihan lokasi di Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo ini didasarkan pada fakta bahwa sebagian santri belum familiar dengan penggunaan madu dan minyak zaitun untuk perawatan kulit, khususnya untuk wajah. Sebagian besar santri hanya mengetahui cara mengonsumsi madu sebagai minuman.

Kegiatan ini berlangsung selama 150 menit, yang mencakup apersepsi tentang pemanfaatan madu dan minyak zaitun untuk mencegah jerawat, pengenalan, penyampaian materi, sesi tanya jawab, serta praktik demonstrasi pembuatan masker. Setelah pelatihan, santri putri menjadi lebih sadar akan pentingnya manfaat madu dan minyak zaitun untuk kulit, termasuk sebagai pencegahan jerawat, pelembab kulit, serta pencegahan iritasi pada kulit yang luka, berkat kandungan zat antioksidan yang tinggi dalam keduanya. Mereka juga telah diajarkan cara membuat masker madu dan minyak zaitun secara langsung

Gambar 3.1 Penyampain materi dan sosialisasi



Sumber : Tim PkM Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ibrahimy 2024

Kulit adalah lapisan terluar yang melindungi seluruh tubuh dan semua organ di dalamnya. Kondisi kulit yang sehat, segar, halus, bersih, dan kenyal merupakan impian banyak orang, terutama wanita. Setiap noda, flek, komedo, atau jerawat yang muncul akan langsung terlihat ketika seseorang melihat ke cermin. Menurut Sulastomo (2013: 155), "Kulit adalah organ terbesar dan terluar yang melindungi tubuh dari pengaruh lingkungan dan mikroorganisme. Kulit juga mencerminkan kesehatan seseorang." Hal ini menunjukkan bahwa kondisi kulit dapat menjadi indikator kesehatan individu. Namun, banyak orang juga mengalami berbagai penyakit atau kelainan kulit, terutama di wajah (Aini, 2019).

Salah satu masalah kulit yang sering mengganggu kepercayaan diri adalah jerawat. Jerawat dapat menjadi sumber kekhawatiran, khususnya bagi wanita. Secara umum, jerawat disebabkan oleh penyumbatan pori-pori yang disertai peradangan pada saluran kelenjar minyak. Penyumbatan ini mengakibatkan sekresi minyak terhambat, membesar, dan akhirnya berkembang menjadi jerawat (Muliyawan dan Suriana, 2013: 118).

Acne vulgaris adalah jenis jerawat yang biasanya muncul selama masa pubertas, sering kali disertai kulit berminyak dan komedo, serta meninggalkan bekas berupa pustula dan papula. Acne vulgaris umumnya terjadi pada remaja usia 14-17 tahun untuk wanita dan 16-19 tahun untuk pria (Wasitaadmaja, 2011: 254). Jenis jerawat ini dapat muncul di wajah, dada, punggung, dan lengan atas (Florentinus dan Amadeus, 2014: 8).

Namun, acne vulgaris dapat sembuh dengan sendirinya atau melalui perawatan wajah yang rutin.

Jerawat merupakan kondisi di mana pori-pori kulit tersumbat sehingga menimbulkan kantung nanah yang meradang. Ini adalah penyakit kulit yang banyak diderita orang. Jerawat tidak hanya muncul di wajah, tetapi juga dapat muncul di punggung, dada, lengan, dan kaki. Umumnya, jerawat terjadi pada masa remaja ketika tubuh sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan, yang berhubungan dengan peningkatan kadar hormon androgen pada pria dan estrogen pada wanita. Hormon-hormon ini dapat meningkatkan produksi kelenjar sebum, dan kelebihan produksi ini menjadi penyebab terbentuknya jerawat (Sutono dan Marisa, 2014: 18). Pada remaja pria, jerawat biasanya memuncak antara usia 16-19 tahun, sedangkan pada wanita antara usia 14-17 tahun. Secara umum, sekitar 80% orang yang berusia 12-44 tahun mengalami masalah jerawat (Florentinus dan Amadeus, 2014: 2).

Pengurangan jerawat dapat dilakukan agar wanita dapat tampil cantik dan percaya diri melalui perawatan kulit wajah. Perawatan ini dibagi menjadi dua kategori: perawatan dari dalam, yang melibatkan konsumsi makanan bergizi tanpa lemak, dan perawatan dari luar, seperti penggunaan masker madu (Moussa et al., 2012).

Meskipun perawatan tradisional mulai tergeser oleh metode modern, tren "back to nature" membuat banyak orang kembali melirik ramuan tradisional. Hal ini terutama disebabkan oleh efek samping yang sering ditimbulkan oleh bahan kimia dalam produk modern. Banyak orang, termasuk santri, lebih memilih kosmetika tradisional. Masker, yang dapat dibuat dari berbagai bagian tanaman (seperti bunga, akar, dan daun) serta dari bahan hewani (seperti lemak, minyak, dan madu), menjadi pilihan populer (Aini, 2019). Madu, yang dihasilkan oleh lebah dari nektar bunga, adalah cairan kental dengan rasa manis alami dan mengandung antioksidan tinggi. Madu tidak hanya bermanfaat untuk kesehatan, tetapi juga untuk menjaga kelembapan kulit, mencegah jerawat, gatal, dan iritasi. Kandungan antioksidan dalam madu dapat menghambat bakteri penyebab jerawat, *Propionibacterium acnes*, dan memiliki efek antiinflamasi yang mengurangi kemerahan akibat jerawat. Madu juga membantu memulihkan kulit yang terpengaruh jerawat.

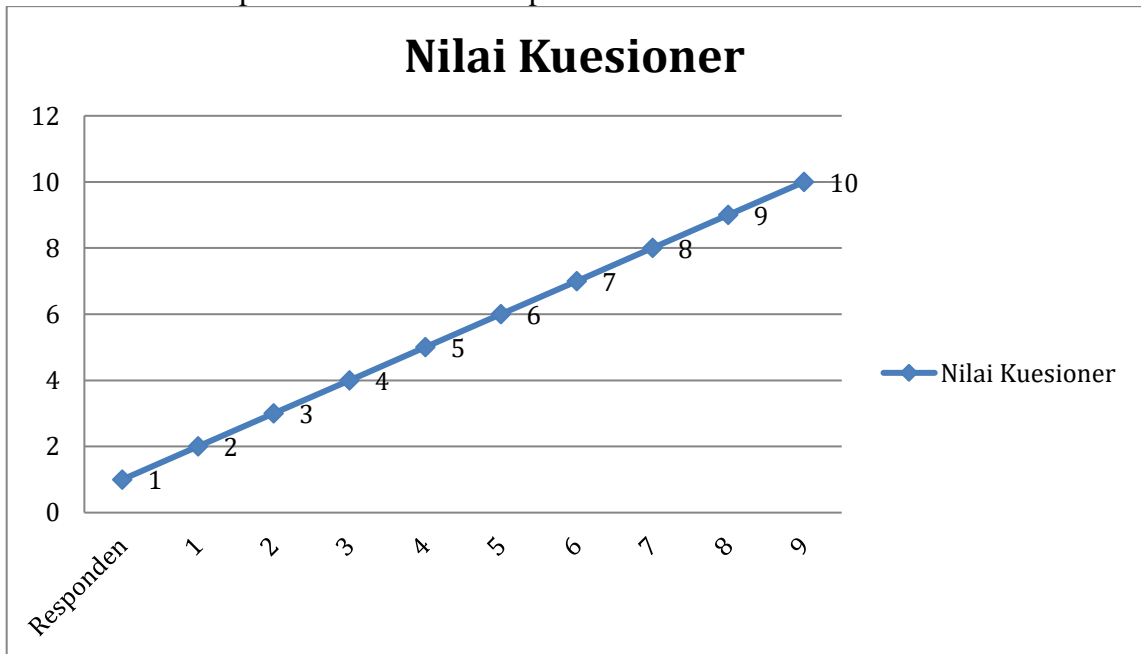
Sejak zaman Mesir kuno, madu sangat berharga dan digunakan untuk kesehatan, kecantikan, serta dalam upacara adat. Madu kaya akan gula, vitamin, mineral, dan enzim, sehingga banyak digunakan dalam makanan, obat-obatan, dan produk kecantikan. Produk kosmetik seperti sabun, lotion, dan sampo sering memanfaatkan madu sebagai bahan dasar. Siregar (2012: 88) mencatat bahwa madu menawarkan antioksidan yang

luar biasa dan dapat membersihkan kulit serta meningkatkan elastisitasnya. Penelitian sebelumnya oleh Vallianoul et al. (2014) dan Sabry (2009) menunjukkan bahwa madu juga memiliki khasiat antiinflamasi dan dapat membunuh bakteri penyebab jerawat

Selain bahan utama, perawatan kecantikan juga menggunakan bahan pelengkap seperti minyak. Minyak zaitun, yang dikenal memiliki banyak manfaat untuk kesehatan wajah, sering digunakan dalam masker. Kandungan vitamin E yang tinggi dalam minyak zaitun sangat baik untuk merawat kulit, menjadikannya cocok sebagai campuran masker untuk menghilangkan jerawat dan memperhalus kulit. Masker minyak zaitun dapat membantu meremajakan wajah dan menghilangkan sel kulit mati, meskipun memerlukan ketelatenan untuk hasil yang maksimal.

Minyak zaitun banyak digunakan dalam berbagai olahan makanan dan kosmetik. Komposisinya terdiri dari dua kelompok utama: Saponifiables (98% dari total) yang mencakup triasilgliserol dan asam lemak, serta Unsaponifiables (1-2%) yang terdiri dari tokoferol dan fenolik. Asam lemak tak jenuh tunggal, terutama asam oleat, merupakan komponen utama minyak zaitun, sedangkan asam lemak jenuh dan tak jenuh ganda hadir dalam jumlah kecil.

Gambar 3.2. Rekapitulasi Kuesioner Responden



Sumber : Tim PkM Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ibrahimy 2024

Berdasarkan gambar di atas, terlihat adanya peningkatan pengetahuan mitra mengenai pencegahan jerawat di kalangan santri Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo Situbondo. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan tentang jerawat

(acne vulgaris) di kalangan santri, terutama di asrama pusat, cukup baik. Sebagian responden memiliki pemahaman yang baik tentang pengobatan jerawat, pengetahuan yang cukup tentang pencegahan jerawat, tetapi kurang memahami faktor-faktor penyebab jerawat.

Dari hasil kuesioner, sebanyak 76% responden menyadari bahwa penggunaan bedak padat (compact powder) tidak dapat mencegah jerawat. Menurut *Journal of the American Academy of Dermatology*, bedak padat adalah salah satu jenis produk yang sering menyebabkan jerawat (Afriyanti, 2015). Selain itu, 66% responden mengetahui bahwa berolahraga secara rutin adalah salah satu cara untuk mencegah jerawat. Olahraga membantu mengeluarkan racun melalui keringat, meningkatkan detak jantung dan aliran darah, sehingga membantu mendistribusikan lebih banyak vitamin, mineral, dan oksigen ke kulit, menjadikannya lebih cerah (Farmaku, 2020).

CONCLUSION

Berdasarkan pemaparan seluruh kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang Edukasi dan Penyuluhan Manfaat Masker Madu dan Minyak Zaitun Untuk Mencegah Terjadinya Jerawat Terhadap Ketua Kamar Pusat Santri Putri Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Situbondo, maka dapat disimpulkan bahwa sejumlah target luaran telah dapat dicapai, meningkatkan pengetahuan dan pemahaman para santri putri tentang pemanfaatan madu dan minyak zaitun untuk pencegahan terjadinya jerawat, santri putri mampu serta dapat membuat dan mempraktikkan masker madu dan minyak zaitun sendiri.

ACKNOWLEDGEMENTS

Terimakasih penulis ucapkan kepada berbagai Pihak yang terkait. Kepada Ketua LPPM Universitas Ibrahimy yang memberikan sumbangsih perijinan dan penyusunan laporan kegiatan, Terimakasih kepada Santri Putri Asrama Pusat Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo Situbondo, Kepada Para Dosen dan Seluruh Mahasiswa.

REFERENCES

- Adji Suranto. (2007). *TERAPI MADU*. Jakarta: Penebar Swadaya. Hal 26-40
- Al Fady, M.F. (2015). *MADU DAN LUKA DIABETIK*. Yogyakarta: Gosyen Publishing

- Farmaku. (2020). PANDUAN LENGKAP JALANI POLA HIDUP SEHAT YANG BAIK DAN BENAR. Diambil kembali dari farmaku.com: <https://www.farmaku.com/artikel/pola-hidup-sehat-yang-baik-dan-benar/>
- Florentinus W,G dan Amadeus A,D,. (2014). JERAWAT YANG MASIH PERLU ANDA KETAHUI. Penerbit Graha Ilmu.Yogyakarta. 1, 8, 19, 39-4
- Hidayah Aniatul. (2011). HERBAL KECANTIKAN. Yogyakarta; Citra Media.
- Kusantanti, Herni,dkk. (2008). TATA KECANTIKAN KULIT Jilid 1. Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Kejuruan/Departemen Pendidikan Nasional. Jakarta.
- International Olive Council (IOC). (2013). STANDART OF OLIVE OIL. Diakses 27 Januari 2018
- Mulyawan, Dewi dan Neti Suriana. (2013). CANTIK A-Z. Jakarta : PT. Alex Media Komputindo Gramedia.
- Moussa A, Noureddine D, Mohamed HS, Abdelmelek M, Saad A. (2012) ANTIBACTERIAL ACTIVITY OF VARIOUS HONEY TYPES OF ALGERIA AGAINST STAPHYLOCOCCUS AUREUS AND STREPTOCOCCUS PYOGENES. Asian Pac J Trop Med 2012; 5(10): 773-6. [http://dx.doi.org/10.1016/S1995- 7645(12)60141-2] [PMID: 23043914]
- Salazar et al. (2014). C-REACTIVE PROTEIN: AN IN-DEPTH LOOK INTO STRUCTURE, FUNCTION, AND REGULATION. International Scholarly Research Notices. Volume 2014. <http://dx.doi.org/10.1155/2014/653045>
- Sarwono. (2011). PSIKOLOGI REMAJA. Edisi Revisi. Jakarta: Rajawali Pers.
- Suranto, Adji. (2008). KHASIAT DAN MANFAAT MADU HERBAL. Jakarta Selatan: agromedia Pustaka.
- Syarif M Wasitaatmadja. (2011). ILMU PENYAKIT KULIT DAN KELAMIN. Edisi 6. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Umarani, R., Aadhavan, E. K., & Faisal, M. M. (2015). UNDERSTANDING POOR STORAGE POTENTIAL OF RECALCITRANT SEEDS. Current science, 2023–2034.
- Wulansari, D. (2018). MADU SEBAGAI TERAPI KOMPLEMENTER. Yogyakarta: Graha Ilmu.