

Peningkatan Kesadaran Kesehatan Kulit melalui Edukasi dan Pemeriksaan Hidrasi Kulit pada Penduduk di Kelurahan Kota Bambu, Jakarta

Enhancing Skin Health Awareness through Education and Skin Hydration Screening among Society of Kelurahan Kota Bambu, Jakarta

Catharina Sagita Moniaga^{1*}, Alexander Halim Santoso², Bryan Anna Wijaya³

¹Bagian Ilmu Kesehatan Kulit dan Kelamin, ²Bagian Gizi, ³Program Studi Profesi Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara

Kata Kunci :

Hidrasi kulit, Kadar air, Kadar minyak, Kesehatan kulit, Perawatan kulit.

ABSTRAK

Pendahuluan: Kesehatan kulit merupakan salah satu indikator penting yang mencerminkan keseimbangan antara faktor internal dan eksternal. Hidrasi, kadar minyak, dan kadar air kulit merupakan parameter utama yang menentukan elastisitas, fungsi protektif, serta penampilan kulit. Namun, kesadaran masyarakat untuk memeriksakan kondisi kulit secara komprehensif masih rendah. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan kesadaran kesehatan kulit sekaligus melakukan skrining sederhana pada masyarakat perkotaan.

Metode: Kegiatan dilaksanakan di Kelurahan Kota Bambu, Jakarta Barat, pada Juni 2025 dengan melibatkan 168 peserta dari berbagai kelompok usia. Pendekatan Plan-Do-Check-Act (PDCA) yang digunakan mencakup edukasi interaktif mengenai kesehatan kulit serta pemeriksaan menggunakan *skin analyzer* digital untuk kadar air dan minyak, dan hidrometer kulit untuk menilai hidrasi.

Hasil: Pemeriksaan menunjukkan rata-rata hidrasi kulit 58,71%, kadar air 69,08%, dan kadar minyak 32,50%, dengan variasi yang cukup luas antar individu. Hasil penelitian memperlihatkan mayoritas subjek berada pada kategori kulit normal, meskipun masih terdapat kelompok dengan kulit kering dan berminyak. Hal ini mengindikasikan adanya kebutuhan akan edukasi perawatan yang lebih terarah dan menyeluruh.

Kesimpulan: Pemeriksaan sederhana terhadap hidrasi dan komposisi kulit dapat menjadi alat skrining komunitas yang efektif. Selain memberikan gambaran kondisi kulit masyarakat, kegiatan ini juga berperan dalam mendorong kesadaran dan perubahan perilaku menuju pola hidup sehat serta perawatan kulit yang tepat.

Keywordi :

Hydration, Oil level, Skin care, Skin health, Water content

ABSTRACT

Introduction: Skin health plays a crucial role in overall well-being, as it functions not only as a protective barrier but also as an important factor influencing comfort and self-confidence. This community-based program aimed to raise awareness and conduct screening of skin health parameters, including hydration, oil levels, and water content. Method: The activity was carried out in Kelurahan Kota Bambu, West Jakarta, in June 2025, involving 168 participants of various ages. Education was provided using interactive materials, followed by skin examinations. A digital skin analyzer was used to assess oil and water levels, while a skin hydrometer measured hydration.

Results: The results showed that the mean skin hydration was 58.71%, mean water content was 69.08%, and mean oil level was 32.50%, with wide variations among participants. Data also revealed that most participants had normal skin hydration and water levels, although a smaller proportion presented with dryness or excessive oiliness. This indicates a need for more targeted and comprehensive care education.

Conclusion: These findings highlight the importance of simple community-

based skin screening to identify early risk of skin problems. Furthermore, the integration of education and individualized feedback encourages participants to adopt healthier lifestyle habits and proper skin care practices, supporting long-term skin health maintenance.

Copyright © 2026 Jurnal Pengabdian Masyarakat Bunda Delima
All rights reserved

Corresponding Author:
Catharina Sagita Moniaga
Email: catharina@fk.untar.ac.id

Article history

Received date : 26 November 2025

Revised date : 16 Desember 2025

Accepted date : 8 Januari 2026

1. PENDAHULUAN

Kesehatan kulit merupakan salah satu aspek penting dalam menjaga kualitas hidup, karena kulit berperan sebagai pelindung utama tubuh terhadap faktor eksternal sekaligus berkontribusi pada penampilan dan kepercayaan diri.(Baker et al., 2023; Trompette & Ubags, 2023) Kondisi kulit dipengaruhi oleh berbagai faktor, mulai dari usia, status gizi, paparan lingkungan, hingga gaya hidup sehari-hari.(Hussein et al., 2025) Di antara parameter penting yang sering digunakan untuk menilai kesehatan kulit adalah tingkat hidrasi, kadar minyak, dan kadar air di kulit. Hidrasi yang optimal menjaga elastisitas dan fungsi protektif kulit, sementara kadar minyak berperan dalam mempertahankan kelembapan alami.(McMullen, 2024; Palma et al., 2015) Sebaliknya, gangguan keseimbangan ketiga faktor tersebut dapat memicu berbagai masalah, mulai dari kulit kering, jerawat, hingga percepatan proses penuaan dini.(Chaudhary et al., 2019)

Secara global, masalah kesehatan kulit terus meningkat, terutama di daerah perkotaan yang menghadapi paparan polusi, stres, serta kebiasaan hidup tidak sehat.(Roberts, 2021; Zhang et al., 2024) Sebuah studi literatur oleh Andrini N (2023) menyatakan bahwa kulit kering dan berminyak merupakan masalah yang paling banyak dikeluhkan pada masyarakat Asia.(Andrini, 2023) Di Indonesia sendiri, meskipun data prevalensi masalah hidrasi kulit belum banyak dilaporkan secara nasional, studi lokal memperlihatkan bahwa keluhan kulit kering terutama didapatkan pada kelompok usia produktif.(Moniaga, Santoso, Gunaidi, et al., 2025)

Masyarakat perkotaan, termasuk warga Kelurahan Kota Bambu di Jakarta, menghadapi berbagai faktor risiko yang dapat memengaruhi kesehatan kulit, seperti paparan sinar matahari, polusi udara, pola makan tinggi lemak, serta penggunaan produk perawatan kulit yang kurang tepat.(Hussein et al., 2025) Kurangnya kesadaran mengenai pentingnya menjaga hidrasi kulit dan keseimbangan minyak sering kali membuat individu baru menyadari adanya masalah ketika gejala sudah cukup mengganggu. Padahal pemeriksaan sederhana terkait hidrasi dan kadar minyak kulit dapat membantu

identifikasi kondisi kulit lebih awal serta menjadi dasar dalam memberikan edukasi perawatan kulit yang sesuai.

Berdasarkan hal tersebut, kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya kesehatan kulit melalui edukasi, sekaligus melakukan pemeriksaan sederhana meliputi tingkat hidrasi, kadar minyak, dan kadar air di kulit. Diharapkan kegiatan ini dapat memberikan manfaat berupa peningkatan pengetahuan, deteksi dini masalah kulit, serta mendorong masyarakat untuk menerapkan pola hidup sehat dan perawatan kulit yang tepat guna menjaga kesehatan kulit jangka panjang.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Kelurahan Kota Bambu, Kecamatan Palmerah, Jakarta, pada bulan Juni 2025 dengan melibatkan masyarakat yang bersedia mengikuti edukasi serta pemeriksaan kesehatan kulit. Sasaran kegiatan difokuskan pada kelompok usia produktif hingga lanjut usia untuk memperoleh gambaran kondisi kulit pada populasi perkotaan yang beragam.

Pelaksanaan kegiatan menggunakan pendekatan *Plan-Do-Check-Act* (PDCA). Pada tahap *Plan*, tim pelaksana melakukan koordinasi dengan perangkat kelurahan dan menyusun materi edukasi mengenai kesehatan kulit, peran hidrasi, minyak, dan kadar air dalam menjaga fungsi kulit, serta dampak gaya hidup dan lingkungan terhadap kesehatan kulit. Tahap *Do* dilakukan dengan memberikan penyuluhan interaktif menggunakan media edukatif, dilanjutkan pemeriksaan kondisi kulit peserta.

Pemeriksaan kulit dilakukan menggunakan dua instrumen utama. *Skin analyzer digital portabel* digunakan untuk menilai kadar air dan kadar minyak kulit, dengan pemeriksaan dilakukan pada area lengan bawah yang telah dibersihkan dengan kapas alkohol, sesuai prosedur standar non-invasif. Sementara itu, hidrometer kulit digunakan untuk mengukur tingkat hidrasi kulit dengan satuan persen (%), yang memberikan gambaran kelembapan permukaan kulit secara kuantitatif. Seluruh pemeriksaan dilakukan dalam posisi duduk santai dan dicatat secara langsung oleh tim pemeriksa.

Pada tahap *Check*, hasil pemeriksaan dianalisis untuk memperoleh distribusi status hidrasi, kadar minyak, dan kadar air kulit pada peserta. Pemahaman masyarakat terhadap materi edukasi juga dievaluasi menggunakan pre-test dan post-test singkat. Selanjutnya, tahap *Action* dilakukan dengan memberikan konseling singkat terkait hasil pemeriksaan individu, termasuk rekomendasi pola hidup sehat, asupan cairan, serta penggunaan perawatan kulit dasar yang sesuai dengan kondisi masing-masing peserta.

Kegiatan ini dilaksanakan melalui kolaborasi antara Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, perangkat kelurahan, serta mahasiswa yang berperan sebagai fasilitator lapangan. Dengan pendekatan ini, kegiatan diharapkan dapat memberikan manfaat langsung berupa peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan kulit sebagai bagian integral dari kesehatan tubuh secara keseluruhan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Kelurahan Kota Bambu, Jakarta Barat, berhasil melibatkan sebanyak 168 peserta, terdiri atas 54 laki-laki (32,1%) dan 114 perempuan (67,9%) dari berbagai kelompok usia. Rata-rata usia peserta adalah 49,10 tahun dengan rentang 9 hingga 96 tahun, mencerminkan keterlibatan kelompok usia yang cukup beragam mulai dari anak hingga lanjut usia. Hasil pemeriksaan kesehatan kulit menunjukkan bahwa rata-rata hidrasi kulit peserta adalah 58,71%, kadar air 69,08%, dan kadar minyak 32,50%. Ketiga parameter tersebut memiliki rentang yang cukup luas, menggambarkan adanya variasi kondisi kulit di antara peserta. Gambaran karakteristik responden selengkapnya disajikan pada Tabel 1, sedangkan dokumentasi jalannya kegiatan ditampilkan pada Gambar 1.

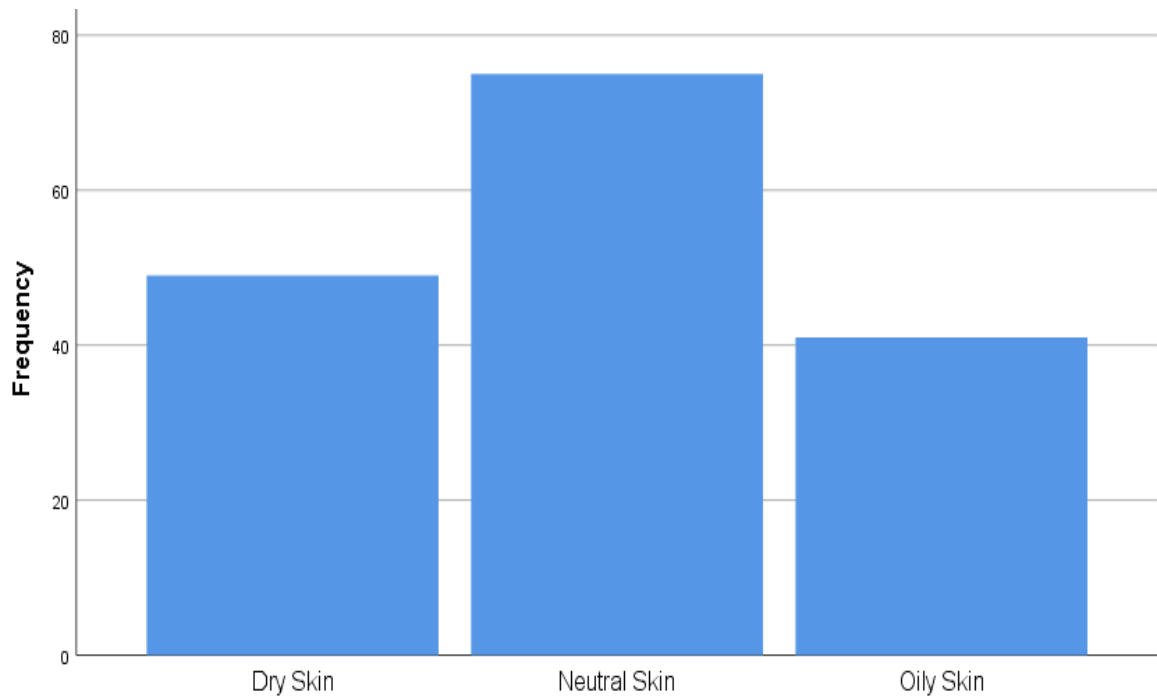
Tabel 1. Karakteristik Responden

Parameter	Hasil	Mean (SD)	Median (Min-Max)
Usia (tahun)		49.10 (13.9)	51.50 (09 – 96)
Jenis Kelamin			
• Laki-laki	54 (32.1%)		
• Perempuan	114 (67.9%)		
Hidrasi Kulit (%)		58.71 (3.65)	59.00 (35 – 65)
Kadar Air (%)		69.08 (15.96)	67.95 (28.4 – 99.9)
Kadar Minyak (%)		32.50 (7.96)	31.1 (15.9 – 69.7)

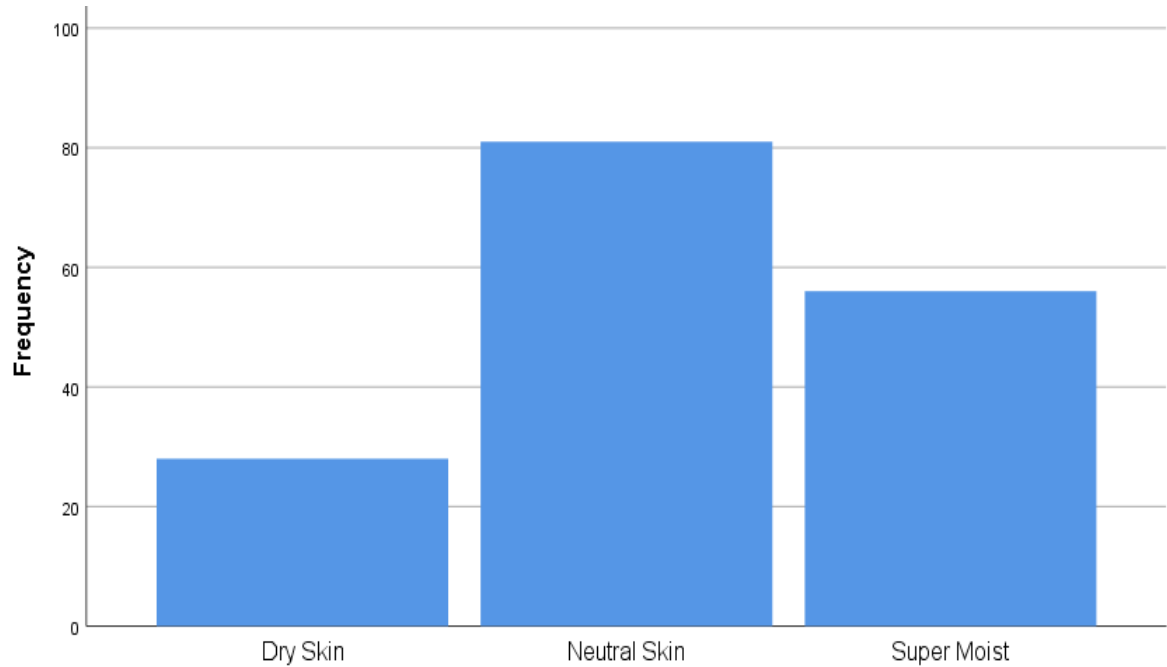


Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat

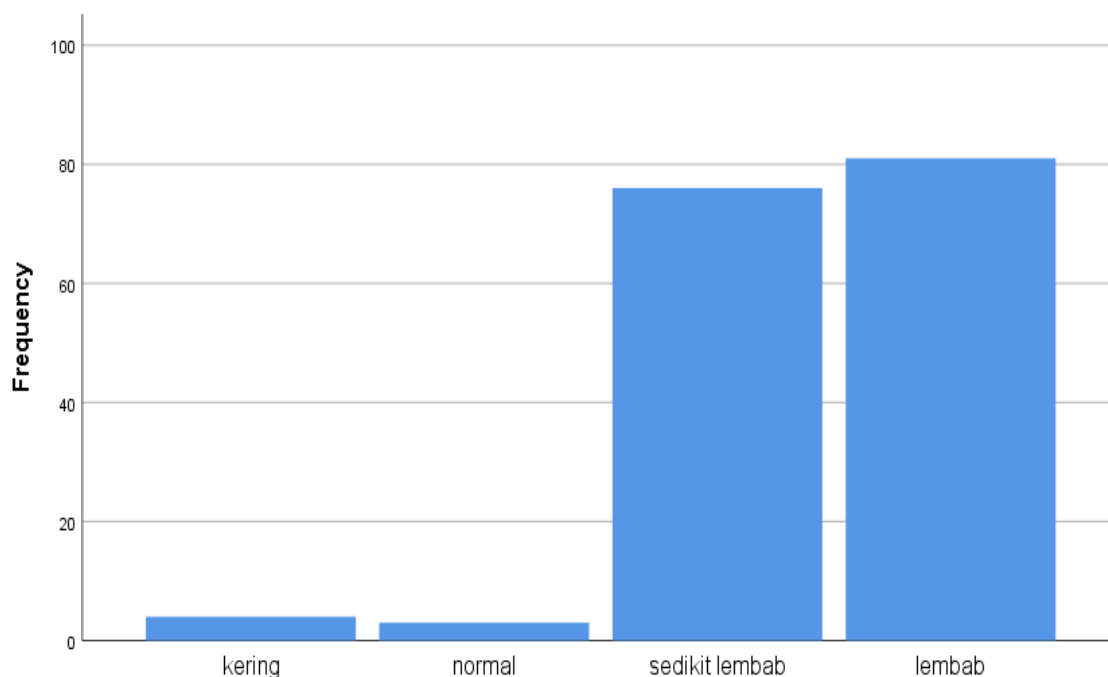
Berdasarkan hasil klasifikasi kadar minyak kulit, sebagian besar peserta berada pada kategori kulit normal (47,6%), diikuti oleh kulit kering (26,8%) dan kulit berminyak (25,6%). Distribusi ini divisualisasikan pada Gambar 2, yang memperlihatkan dominasi kulit normal namun tetap ada proporsi kelompok dengan kondisi kulit berminyak maupun kering. Sementara itu, klasifikasi kadar air kulit menunjukkan bahwa mayoritas peserta berada pada kategori kulit normal sebanyak 90 orang (53,6%), diikuti kulit kategori kulit *super moist* sebanyak 56 orang (33,3%) dan kategori kulit kering sebanyak 22 orang(13,1%), sebagaimana terlihat pada Gambar 3.



Gambar 2. Distribusi Klasifikasi Kadar Minyak Pada Kulit



Gambar 3. Distribusi Klasifikasi Kadar Air Pada Kulit



Gambar 4. Distribusi Klasifikasi Hidrasi Kulit

Pada pengukuran hidrasi kulit menggunakan hidrometer, sebagian besar peserta dikategorikan memiliki kulit lembab (48,2%) dan sedikit lembab (45,2%), sedangkan proporsi dengan kulit normal (3%) dan kering (3,6%) jauh lebih rendah. Distribusi frekuensi ini ditampilkan pada Gambar 4. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar masyarakat memiliki kondisi hidrasi yang cukup baik, masih terdapat kelompok kecil dengan kulit kering yang berisiko mengalami masalah kulit. Hal ini menegaskan pentingnya edukasi mengenai perawatan kulit dan hidrasi yang adekuat untuk menjaga kesehatan kulit jangka panjang.

Kesehatan kulit mencerminkan keseimbangan antara faktor internal seperti usia, hormon, dan status gizi, serta faktor eksternal seperti iklim, polusi, dan gaya hidup.(Skowron et al., 2021) Warga perkotaan seperti di Kelurahan Kota Bambu menghadapi paparan polutan, stres, dan aktivitas fisik yang rendah, yang dapat mempercepat kerusakan kulit. Oleh karena itu, pemeriksaan sederhana terkait hidrasi, kadar minyak, dan kadar air kulit menjadi langkah penting untuk memahami kondisi dasar kulit masyarakat. Pemeriksaan ini juga membantu dalam merancang strategi edukasi yang lebih tepat sasaran.

Hasil ini konsisten dengan penelitian yang melaporkan bahwa iklim tropis relatif menjaga kelembaban kulit dibandingkan wilayah subtropis atau kering. Kelembaban udara yang tinggi di lingkungan tropis dapat memperlambat hilangnya air dari lapisan

epidermis.(Salsabila & Wardhana, 2024) Namun, faktor usia tetap memengaruhi karena kemampuan kulit dalam menahan air cenderung menurun seiring bertambahnya usia.(Choi, 2019) Temuan ini menegaskan perlunya perawatan khusus bagi kelompok usia lanjut untuk mempertahankan fungsi kulit yang optimal.

Gaya hidup dan perilaku perawatan juga berperan besar terhadap kesehatan kulit.(Nabila & Handayani, 2021) Studi menunjukkan bahwa kebiasaan mencuci wajah berlebihan dan penggunaan produk yang tidak sesuai jenis kulit dapat mengganggu keseimbangan kadar minyak alami.(Sari et al., 2023) Hal ini sejalan dengan kenyataan bahwa masyarakat perkotaan cenderung terpapar iklan kosmetik yang mendorong penggunaan produk tanpa mempertimbangkan kecocokan individu.(Putri et al., 2025) Oleh sebab itu, edukasi personalisasi perawatan kulit menjadi kunci dalam menjaga keseimbangan minyak dan hidrasi.

Keseimbangan kadar minyak dan air pada kulit sangat penting untuk mempertahankan fungsi barrier.(Putri et al., 2025) Kulit dengan kadar minyak rendah lebih mudah kehilangan air sehingga menjadi kering, sedangkan kulit dengan kadar minyak berlebih berisiko mengalami jerawat atau dermatitis.(W et al., 2024) Penilaian sederhana terhadap kedua parameter ini dapat membantu memberikan konseling individual, misalnya dalam pemilihan pelembap, pengaturan asupan cairan, serta rekomendasi kebiasaan perawatan. Dengan pendekatan ini, pencegahan masalah kulit dapat dilakukan lebih dini.

Studi oleh Tutik FD, et al. (2024) menunjukkan bahwa hidrasi kulit yang baik tidak hanya meningkatkan kenyamanan, tetapi juga memperlambat proses penuaan dan menurunkan risiko gangguan kulit kronis.(Tutik et al., 2025) Kulit yang lembab berfungsi lebih baik dalam melindungi tubuh dari polusi dan mikroorganisme.(Nazwa et al., 2025) Kondisi ini juga mendukung regenerasi kulit sehingga tampilan tetap sehat. Maka, meskipun sebagian besar masyarakat menunjukkan kondisi kulit yang cukup baik, tetap dibutuhkan edukasi berkelanjutan untuk mempertahankan hasil tersebut.

Secara keseluruhan, pemeriksaan hidrasi, kadar minyak, dan kadar air kulit terbukti dapat menjadi metode skrining komunitas yang sederhana, murah, dan efektif.(Moniaga, Santoso, Christian, et al., 2025) Pemeriksaan ini memberikan data objektif yang dapat langsung ditindaklanjuti melalui edukasi kesehatan. Kegiatan ini juga membantu meningkatkan kesadaran masyarakat bahwa kulit merupakan bagian penting dari kesehatan umum. Dengan pendekatan ini, masyarakat didorong untuk lebih peduli dalam merawat kulit sekaligus menjaga kualitas hidup secara menyeluruh.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil memberikan gambaran mengenai kondisi kulit masyarakat perkotaan, khususnya terkait hidrasi, kadar minyak, dan kadar air kulit. Temuan memperlihatkan bahwa sebagian besar peserta memiliki kulit dengan hidrasi dan kelembaban yang cukup baik, meskipun masih terdapat kelompok kecil dengan kondisi kulit kering yang memerlukan perhatian lebih. Variasi yang ditemukan menunjukkan adanya pengaruh faktor usia, gaya hidup, dan lingkungan terhadap kesehatan kulit. Pemeriksaan sederhana yang dilakukan terbukti bermanfaat untuk memberikan informasi awal dan menjadi dasar edukasi perawatan kulit yang sesuai. Melalui pendekatan ini, masyarakat tidak hanya memperoleh pengetahuan, tetapi juga terdorong untuk lebih peduli dalam menjaga kesehatan kulit sebagai bagian dari upaya meningkatkan kualitas hidup secara menyeluruh.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Andrini, N. (2023). Karakteristik Dan Perawatan Kulit Untuk Orang Asia. *Karakteristik Dan Perawatan Kulit Untuk Orang Asia*, 4(3), 14–23. <https://jurnal.umsu.ac.id/index.php/JPH>
- Baker, P., Huang, C., Radi, R., Moll, S. B., Jules, E., & Arbiser, J. L. (2023). Skin Barrier Function: The Interplay of Physical, Chemical, and Immunologic Properties. *Cells*, 12(23), 1–15. <https://doi.org/10.3390/cells12232745>
- Chaudhary, M., Khan, A., & Gupta, M. (2019). Skin Ageing: Pathophysiology and Current Market Treatment Approaches. *Current Aging Science*, 13(1), 22–30. <https://doi.org/10.2174/1567205016666190809161115>
- Choi, E. H. (2019). Aging of the skin barrier. *Clinics in Dermatology*, 37(4), 336–345. <https://doi.org/10.1016/j.clindermatol.2019.04.009>
- Hussein, R. S., Bin Dayel, S., Abahussein, O., & El-Sherbiny, A. A. (2025). Influences on Skin and Intrinsic Aging: Biological, Environmental, and Therapeutic Insights. *Journal of Cosmetic Dermatology*, 24(2). <https://doi.org/10.1111/jocd.16688>
- McMullen, R. L. (2024). The benefits and challenges of treating skin with natural oils. *International Journal of Cosmetic Science*, 46(4), 553–565. <https://doi.org/10.1111/ics.12960>
- Moniaga, C. S., Santoso, A. H., Christian, F., Adam, M., Rafi, A., Kevin, M., & Pratama, D. (2025). Skrining Kesehatan Kulit Remaja Berbasis Sekolah : Analisis Kadar Minyak , Air , dan Hidrasi Kulit di SMA Tarakanita Citra Raya. *Jurnal Pengabdian West Science*, 04(07), 997–1006.

- Moniaga, C. S., Santoso, A. H., Gunaidi, F. C., Zhalila, Z., & Marcella, A. (2025). Peningkatan Kesadaran Akan Pentingnya Kelembaban Kulit Melalui Skrining Hidrasi Kulit Pada Masyarakat Kelurahan Tanjung Duren Selatan. *Jurnal ABDIMAS Indonesia*, 3(2), 131–137. <https://doi.org/10.59841/jurai.v3i2.2870>
- Nabila, Y. A., & Handayani, S. (2021). The Effect of Lifestyle on Skin Aging. *Berkala Ilmu Kesehatan Kulit Dan Kelamin*, 3(2), 110–115.
- Nazwa, Salsabila, R. P., Nasir, M., Firdus, & Rizki, A. (2025). EFEK POLUSI UDARA TERHADAP KESEHATAN KULIT. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(2), 6078–6086.
- Palma, L., Marques, L. T., Bujan, J., & Rodrigues, L. M. (2015). Dietary water affects human skin hydration and biomechanics. *Clinical, Cosmetic and Investigational Dermatology*, 8, 413–421. <https://doi.org/10.2147/CCID.S86822>
- Putri, I. S., Putri, I. A., Aulia, K., Kusumastuti, S. L., Farida, F., Mastini, N. M. A., Elby, Q. S., Yuniarti, W. A., Zahra, N., Septriana, & Nadilla. (2025). Pemilihan Kosmetik Baik sebagai Perawatan Kulit Wajah bagi Mahasiswa Universitas Negeri Semarang. *JURNAL POTENSIAL*, 4(1), 35–42.
- Roberts, W. (2021). Air pollution and skin disorders. *International Journal of Women's Dermatology*, 7(1), 91–97. <https://doi.org/10.1016/j.ijwd.2020.11.001>
- Salsabila, E. B., & Wardhana, Y. W. (2024). PENGUJIAN KEMAMPUAN PRODUK TABIR SURYA MEMPERTAHANKAN KELEMBAPAN KULIT PADA WANITA. *Farmaka*, 22, 66–73.
- Sari, A. R., Ramadhanty, P. K., Anggraeni, N., & Firmansyah, Y. (2023). Exploring the Connection Between Facial Skin Cleansing Habits and Acne Vulgaris: A Comprehensive Review. *Medicor: Journal of Health Informatics and Health Policy*, 1, 25–30.
- Skowron, K., Bauza-kaszewska, J., Kraszewska, Z., Wiktorczyk-kapischke, N., Grudlewska-buda, K., Kwiecińska-piróg, J., Walecka-zacharska, E., Radtke, L., & Gospodarek-komkowska, E. (2021). Human skin microbiome: Impact of intrinsic and extrinsic factors on skin microbiota. *Microorganisms*, 9(3), 1–20. <https://doi.org/10.3390/microorganisms9030543>
- Trompette, A., & Ubags, N. D. (2023). Skin barrier immunology from early life to adulthood. *Mucosal Immunology*, 16(2), 194–207. <https://doi.org/10.1016/j.mucimm.2023.02.005>
- Tutik, F. D., Qomariyah, L. N., Putri, M. Y., Aulia, H. R., Dwi, E., Farmasi, P., Kesehatan, F. I., Lamongan, U. M., & Timur, J. (2025). Manfaat Ceramide untuk Perawatan Kulit : Review. *Majalah Farmasetika*, 10(1), 1–16.

- W, L. Y., Kurniawan, J., Gunaidi, F. C., Alifia, T. P., & Syarifah, A. G. (2024). No TitleKegiatan Penapisan Kadar Air Dan Minyak Kulit Pada Populasi Dewasa Di SMP Kalam Kudus Jakarta. JURNAL KABAR MASYARAKAT, 2(2).
- Zhang, H., Wang, M., Zhao, X., Wang, Y., Chen, X., & Su, J. (2024). Role of stress in skin diseases: A neuroendocrine-immune interaction view. Brain, Behavior, and Immunity, 116(March 2023), 286–302. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2023.12.005>