



EDUKASI KESEHATAN BIBIR DAN PEMBUATAN LIP BALM DI SMK FARMASI KRISTEN PENABUR JAKARTA

Sherly Tandi Arrang^{1*}, Kardiana Purnama Dewi², Yohanes Eko Adi Prasetyanto¹,
Vivian¹, Caitlin Leticia Apin¹, Faja Safira Anashiah¹, Fardhah Hamidah¹, Kezia Carita
Winda¹, Louisa Margareta¹, Sheila Calvino¹, Yohanes Baptista Inizio¹, Yonathan
Kristoforus¹

¹Program Studi Farmasi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Katolik Indonesia
Atma Jaya, Jakarta, Indonesia

²Departemen Ilmu Penyakit Kulit dan Kelamin, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan,
Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya, Jakarta, Indonesia

* Penulis Korespondensi : sherly.tandiarrang@atmajaya.ac.id

Abstrak

Bibir kering adalah salah satu masalah yang hampir dialami oleh semua orang. Ciri-ciri bibir kering yaitu bibir tampak bersisik, pecah- pecah, dan kering. Ada beberapa faktor yang memengaruhi bibir kering, yaitu kekurangan vitamin, kebiasaan mengelupas bibir, paparan sinar matahari yang berlebihan, kekurangan cairan, dan kondisi cuaca kering maupun dingin. Salah satu cara mengatasi bibir kering adalah menggunakan pelembab bibir atau lip balm. Sejak usia dini, kesehatan bibir perlu dijaga terutama anak usia remaja. Untuk itu dilakukan edukasi mengenai kesehatan bibir dan cara membuat lip balm pada siswa SMK Farmasi Kristen Penabur Jakarta. Dengan rangkaian kegiatan tersebut, diharapkan peserta (siswa) dapat memahami pentingnya kesehatan kulit bibir, mampu membuat lip balm sederhana dengan komposisi bahan yang aman, dan agar peserta bisa lebih pintar dalam memilih sediaan lip balm yang sesuai dengan kondisi kulit. Kegiatan edukasi berupa pemaparan materi tentang kesehatan bibir dibawakan oleh seorang dokter spesialis kulit dan kelamin, dan kemudian dilanjutkan dengan workshop pembuatan sediaan lip balm. Evaluasi kegiatan dilaksanakan dengan pre-test dan post-test. Jumlah peserta yang hadir adalah 47 orang dan mayoritas adalah perempuan sebanyak 29 siswi (61,70%). Hasil pre-test, 31,91% peserta memiliki tingkat pengetahuan baik, dan hasil post-test terjadi peningkatan tingkat pengetahuan baik yaitu 89,36%.

Kata kunci: Bibir Kering, Lip Balm, Remaja



Abstract

Dry lips are a problem that almost everyone experiences. The characteristics of dry lips are that they appear scaly, chapped, and dry. Several factors influence dry lips: Vitamin deficiencies, peeling lips, excessive exposure to sunlight, lack of fluids, and dry or cold weather conditions. One way to deal with dry lips is to use lip moisturizer or lip balm. Lip health needs to be maintained from an early age, especially in teenagers. For this reason, education was carried out regarding lip health and how to make lip balm for students at SMK Farmasi Kristen Penabur, Jakarta. With this series of activities, it is hoped that participants (students) will be able to understand the importance of healthy lip skin, be able to make simple lip balm with a safe ingredient composition, and so that participants can be more thoughtful in choosing lip balm preparations that suit their skin condition. A dermatologist presented lip health education and then a workshop on making lip balm products. Evaluation of activities is carried out using pretest and posttest. The number of participants who attended was 47; the majority were female (61.70%). The pretest results showed that 31.91% of participants had a good level of knowledge, while the posttest results showed an increase in good knowledge, namely 89.36%.

Keywords: *Dry Lip, Lip Balm, Teen*



Pendahuluan

Merawat kesehatan bibir merupakan hal yang sama pentingnya dengan merawat kesehatan tubuh lainnya. Hal ini dikarenakan bibir sangat rentan terhadap perubahan lingkungan yang dapat menyebabkan kerusakan bibir, seperti kering dan pecah-pecah. Kondisi ini tentu saja tidak hanya mengganggu penampilan, namun juga bisa berpengaruh pada kondisi kesehatan (Hidayah & Resti Erwiyani, 2022). Bibir kering merupakan kondisi yang tidak diinginkan oleh siapapun, namun sering terjadi pada berbagai jenis kelamin dan kalangan usia, termasuk usia remaja. Pada dasarnya, bibir membentuk perpanjangan dari membran mukosa ke kulit luar yang ditutupi oleh lapisan stratum korneum yang tipis, tidak memiliki rambut atau kelenjar keringat dan memiliki fungsi pelindung kulit yang buruk serta kapasitas kelembaban yang rendah. Hal inilah yang kemudian dapat menyebabkan kulit bibir mudah kering, pecah-pecah, hingga berdarah (Kim *et al.*, 2021; Trookman *et al.*, 2009).

Berdasarkan data hasil penelitian yang dilakukan oleh Farsi (2007), diketahui sebesar 37,5% sampel (pasien) mengeluhkan bibir kering yang diakibatkan laju aliran air liur yang rendah dengan prevalensi sebesar 33,3% terjadi pada anak-anak, 44,4% terjadi pada remaja, dan 35,3% terjadi pada dewasa. Perbedaan jenis kelamin secara statistik juga menyebutkan bahwa bibir kering terjadi pada laki-laki yaitu sebesar 51,2% dan perempuan yaitu sebesar 23,2% (Farsi, 2007). Adanya penurunan laju aliran air liur memiliki relevansi klinis yang besar dimana jika laju alir liur rendah akan berdampak pada terganggunya beberapa fungsi air liur dalam tubuh (Farsi, 2007; Güneş *et al.*, 2012). Penelitian lain di Swedia, ditemukan kasus xerostomia (mulut kering) lebih banyak terjadi pada perempuan (61,2%) (Adolfsson *et al.*, 2022).

Tidak hanya jumlah air liur, terdapat beberapa faktor penyebab terjadinya bibir kering terutama pada remaja, yaitu dehidrasi, perubahan cuaca, kurang vitamin, paparan sinar matahari, kebiasaan seperti menjilat atau menggigit bibir, serta dapat disebabkan karena obat/penyakit tertentu (Adolfsson *et al.*, 2022; Hidayah & Erwiyani, 2022). Ketika tubuh kekurangan cairan atau dehidrasi, tanpa disadari merupakan gejala awal gangguan kesehatan tubuh yang ditunjukkan dengan kondisi kulit yang kering, termasuk di area bibir. Adanya perubahan cuaca yang cukup ekstrim juga dapat menyebabkan bibir kering. Pada suhu dingin terjadi vasokonstriksi pembuluh darah di bawah bibir yang menyebabkan berkurangnya perpindahan kelembaban dari kapiler menuju jaringan sehingga mengakibatkan bibir kering (Madans *et al.*, 2012). Bibir yang kering juga dapat menjadi sinyal bahwa tubuh mengalami defisiensi nutrisi tertentu, salah satunya adalah kekurangan vitamin B terutama vitamin B2, zat besi, seng, dan vitamin C (Lešić *et al.*, 2024). Paparan sinar matahari juga dapat menyebabkan kerusakan pada struktur kulit bibir yang membuat bibir pada bagian bawah menjadi keras dan kering (Hidayah & Erwiyani, 2022). Kebiasaan menjilat dan menggigit bibir ketika bibir dalam kondisi kering justru akan memperburuk bibir kering dimana air liur mengandung enzim pencernaan yang mengganggu lapisan pelindung bibir. Itulah alasan utama mengapa masalah bibir kering dan pecah-pecah menjadi lebih serius (Kurniawati, 2023).

Salah satu cara untuk mengatasi bibir kering dan meningkatkan kelembaban bibir adalah dengan penggunaan *lip balm* (Dharma *et al.*, 2022; Kurniawati, 2023). Untuk itu, dilakukan edukasi kesehatan bibir dan pembuatan *lip balm* pada remaja atau siswa/i SMA, yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran mengenai pentingnya merawat kesehatan bibir dan peserta mampu membuat *lip balm* sederhana dengan komposisi bahan yang aman, serta dapat lebih bijak memilih sediaan *lip balm* yang sesuai dengan kondisi kulit.

Metode Pelaksanaan

Edukasi kesehatan bibir dan pembuatan *lip balm* dilaksanakan pada tanggal 26 April 2024. Peserta dari edukasi ini adalah siswa-siswi kelas 10 dan 11 SMK Farmasi BPK Penabur, Jakarta Pusat, dengan rentang usia 16-17 tahun. Kegiatan ini terdiri dari dua kegiatan, yaitu seminar kesehatan bibir yang dibawakan oleh dr. Kardiana Purnama Dewi, Sp. DVE, FINS-DV (*dermatologist*) dan *workshop* pembuatan *lip balm*. Informasi materi edukasi dan pembuatan *lip balm* juga disajikan dalam buku saku. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah ceramah interaktif, yang bertujuan untuk memberikan informasi kesehatan bibir secara merata kepada peserta.

Workshop pembuatan *lip balm* (gambar 2) dilakukan dengan membagi peserta ke dalam beberapa kelompok kecil. Peserta mengikuti prosedur pembuatan *lip balm* yang ditunjukkan dalam video dan diawasi oleh penanggung jawab kelompok untuk memastikan bahwa mereka memahami fungsi bahan dan proses pembuatan *lip balm* sederhana.

Pelaksanaan *pre-test* dan *post-test* (10 soal) pada kegiatan ini dilakukan untuk mengevaluasi pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi diberikan. Tingkat pengetahuan dari hasil *pre-test* dan *post-test*, dikategorikan menjadi 3 yaitu baik (skor >80), cukup (skor 60-80), dan kurang (skor <60) (Ni'mah & Muniroh, 2016).

Berikut bahan dan alat yang diperlukan untuk pembuatan *lip balm*, meliputi:

Tabel 1. Bahan dan alat untuk pembuatan *lip balm*

Bahan	Jumlah (satuan)
Cera alba	96 gram
Oleum cacao	100 gram
Minyak zaitun	10 ml
Propilen glikol	25 ml
Span 80	100 ml
Pewangi dan perasa	1 botol
Alat	Jumlah (buah)
Hot plate	5
Gelas ukur 5 ml	5
Sendok kayu	5
Spatula	15
Pipet tetes	20
Gelas Beaker 250 ml	5
Cawan porselen/penguap	10
Batang pengaduk	5

Indikator tingkat kepuasan peserta dari kegiatan edukasi dan pembuatan *lip balm* ini diukur berdasarkan hasil pengisian formulir secara online (g-form). Penilaiannya dengan menggunakan skala *likert* (1-5):

1 = sangat tidak baik

2 = tidak baik

3 = netral

4 = baik

5 = sangat baik

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan edukasi kesehatan bibir ini dilaksanakan di SMK Farmasi Kristen Penabur Jakarta, yang merupakan sekolah kejuruaan Farmasi, yang setara dengan level sekolah menengah atas. Sejumlah siswa-siswi dikumpulkan dalam aula sekolah untuk mendengarkan materi edukasi dan juga untuk *workshop* pembuatan *lip balm* (Gambar 1).



Gambar 1. Peserta edukasi kesehatan bibir dan pembuatan *lip balm*

Jumlah peserta yang terlibat dalam kegiatan edukasi kesehatan bibir (gambar 2) dan pembuatan *lip balm* adalah 47 orang (gambar 3), dan mayoritas dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 29 orang (61,70%) di tabel 2. Berdasarkan dari salah satu penelitian terkait jenis kelamin mahasiswa farmasi di Makassar, didapatkan mayoritas mahasiswa farmasi berjenis kelamin perempuan (Ismail, 2022).

Tabel 2. Karakteristik peserta kegiatan

No	Karakteristik	Jumlah (n)	%	
1	Jenjang Kelas	Kelas 10	22	46,81%
		Kelas 11	25	53,19%
2	Jenis Kelamin	Perempuan	29	61,70%
		Laki-laki	18	38,30%



Gambar 2. Suasana kegiatan edukasi kesehatan bibir



Gambar 3. Kegiatan pembuatan lip balm

Tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah edukasi dapat dilihat pada tabel 3. Jumlah responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik sebelum edukasi adalah 31,91%. Setelah edukasi, jumlah responden dengan tingkat pengetahuan baik meningkat menjadi 89,36%. Hasil *post-test* menunjukkan kegiatan edukasi cukup berhasil dan pengetahuan terkait kesehatan bibir meningkat. Penelitian yang dilakukan oleh Pakpahan *et al.* (2022) pada siswa SD, ditemukan bahwa baik ceramah, maupun komik, memiliki efektivitas yang sama dalam meningkatkan pengetahuan peserta (Pakpahan *et al.*, 2022). Penelitian lain juga menunjukkan hal yang serupa, bahwa edukasi dengan metode ceramah atau audiovisual dapat meningkatkan pengetahuan (Sukmawati *et al.*, 2022).

Tabel 3. Tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi

Tingkat Pengetahuan	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>	
	n	%	n	%
Kurang (<60)	3	6,38	0	0
Cukup (60-80)	29	61,70	5	10,64
Baik (>80)	15	31,91	42	89,36

Hasil evaluasi tingkat kepuasan terhadap kegiatan edukasi dan pembuatan lip balm, didapatkan bahwa sebanyak 74,47% peserta merasa sangat puas dengan kegiatan pengabdian masyarakat yang diadakan. Mayoritas peserta (72,34%) merasa topik yang dibawakan sangat sesuai dengan kebutuhannya. Sebanyak 63,83% peserta menyatakan kegiatan edukasi yang dilakukan dapat membuat perubahan di masyarakat. Sebagian besar peserta (68,09%) merasa waktu yang digunakan dalam kegiatan sudah cukup. Sebagian besar dari siswa (80,85%) juga akan sangat bersedia untuk berpartisipasi jika terdapat acara lain yang serupa di waktu yang akan datang. Hasil evaluasi peserta membuktikan bahwa acara edukasi dan pembuatan



lipbalm telah berjalan dengan lancar dan sebagian besar peserta yang mengikuti acara ini merasa sangat puas.

Simpulan dan Saran

Terdapat peningkatan pengetahuan dari “kategori baik” sebelum dan sesudah edukasi sebesar 57,45%. Mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik setelah edukasi yaitu 89,36%. Beberapa saran yang disampaikan oleh peserta adalah menambah waktu sesi tanya jawab dengan narasumber agar lebih banyak peserta yang dapat bertanya dan melaksanakan *workshop* pembuatan sediaan lainnya, seperti hair tonik dan *hand cream*.

Ucapan Terimakasih

Ucapan terima kasih kepada LPPM Unika Atma Jaya (Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya) untuk dukungan dana yang diberikan pada kegiatan edukasi kesehatan bibir dan *workshop lip bam*.

Daftar Referensi

- Adolfsson, A., Lenér, F., Marklund, B., Mossberg, K., & Çevik- Aras, H. (2022). Prevalence of dry mouth in adult patients in primary health care. *Acta Odontologica Scandinavica*, 80(8), 605–610. <https://doi.org/10.1080/00016357.2022.2069282>
- Dharma, N. M., Suen, S., Ocha, N. P., Intansari, I., Gede, I., Suradnyana, M., Nyoman, N., Mendra, Y., Putu, N., & Antari, U. (2022). Formulasi dan Evaluasi Mutu Fisik Lip balm dari Ekstrak Kulit Buah *Hylocereus lemairei* dengan Variasi Konsentrasi Cera Alba Formulation and Physical Quality Evaluation of *Hylocereus lemairei* Rind Extract Lip Balm with Cera Alba Concentration Variations. In *Jurnal Integrasi Obat Tradisional* • (Vol. 2, Issue 1). <https://usadha.unmas.ac.id>
- Farsi, N. M. A. (2007). Signs of oral dryness in relation to salivary flow rate, pH, buffering capacity and dry mouth complaints. *BMC Oral Health*, 7. <https://doi.org/10.1186/1472-6831-7-15>
- Güneş, Z., Denat, Y., Müezzinoğlu, M., Sen, S., Yılmaz, S., & Atlı, E. (2012). The risk factors effecting the dry mouth in inpatients in Hospital in west Anatolia. *Journal of Clinical Nursing*, 21(3–4), 408–414. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2702.2011.03898.x>
- Hidayah, F., & Resti Erwiyani, A. (2022). Tingkat Pengetahuan, Sikap, dan Penggunaan Lip Balm untuk Perawatan Bibir di Kalangan Mahasiswa Farmasi Universitas Ngudi Waluyo. *Pro Health Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 4(1). <https://doi.org/10.35473/prohealth.v4i1.1553>
- Ismail, W. M. (2022). Edukasi Serta Pemberian Vaccine Booster Covid 19 Pada Masyarakat Dan Tenaga Medis RSUD Madani Medan. *Martabe : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(8), 2740–2746. <https://doi.org/10.31604/jpm.v5i8.2740-2746>



- Kim, J., Yeo, H., Kim, T., Jeong, E., Lim, J. M., & Park, S. (2021). Relationship between lip skin biophysical and biochemical characteristics with corneocyte unevenness ratio as a new parameter to assess the severity of lip scaling. *International Journal of Cosmetic Science*, 43(3), 275–282. <https://doi.org/10.1111/ics.12692>
- Kurniawati, E. (2023). Edukasi Dan Pelatihan Pembuatan Lipbalm sebagai Upaya Menjaga Kesehatan Kulit. *Journal of Innovation in Community Empowerment*, 5(2), 103–108. <https://doi.org/10.30989/jice.v5i2.969>
- Lešić, S., Ivanišević, Z., Špiljak, B., Tomas, M., Šoštarić, M., & Včev, A. (2024). The Impact of Vitamin Deficiencies on Oral Manifestations in Children. *Dentistry Journal*, 12(4), 109. <https://doi.org/10.3390/dj12040109>
- Madans, A., Pilarz, K., Pitner, C., & Prasad, S. (2012). *Ithaca Got Your Lips Chapped? A Performance Analysis of Lip Balm BEE 4530*.
- Ni'mah, C., & Muniroh, L. (2016). Hubungan Tingkat Pendidikan, Tingkat Pengetahuan dan Pola Asuh Ibu dengan Wasting dan Stunting pada Balita Keluarga Miskin. *Media Gizi Indonesia*, 10(1), 84–90. <https://doi.org/10.20473/mgi.v10i1.84-90>
- Pakpahan, O., Lestari, S., & Mahmiyah, E. (2022). Perbandingan Efektivitas Metode Ceramah dan Membaca Komik terhadap Tingkat Pengetahuan Kesehatan Gigi dan Mulut di SD Negeri 13 Sungai Ambawang. In *Journal of Dental Therapist* (Vol. 1, Issue 1). <http://jtk.poltekkes-pontianak.ac.id/index.php/JDT/index>
- Sukmawati, I., Kusumawaty, J., Nurapandi, A., Lestari, D. A., Noviaty, E., & Rahayu, Y. (2022). Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ceramah dan Audiovisual terhadap Pengetahuan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). *Healthcare Nursing Journal*, 4(2), 333–341.
- Trookman, N. S., Rizer, R. L., Ford, R., Mehta, R., & Gotz, V. (2009). Clinical assessment of a combination lip treatment to restore moisturization and fullness. *The Journal of Clinical and Aesthetic Dermatology*, 2(12), 44–48.