



## **LAPORAN AKHIR**

### **PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT SKIM MEDIA MASSA**

*Sekitar Miss V Gatal Tak Tertahankan dan Menghitam*

Oleh: Muslim Suardi (NIDN: 0014125608)

LPPM

(Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat)

**UNIVERSITAS ANDALAS**

**PADANG**

**2019**

**HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN  
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**

Judul Kegiatan: *Sekitar Miss V Gatal Tak Tertahankan dan Menghitam*

Skim : Media Massa  
Pelaksana  
a. Nama Lengkap : Dr. Muslim Suardi, MSi., Apt.  
b. NIDN : 0014125608  
c. Jabatan fungsional : Lektor Kepala  
d. Program Studi : Farmasi  
e. Fakultas : Farmasi  
f. Alamat surel (email) : [muslimsuardi@phar.unand.ac.id](mailto:muslimsuardi@phar.unand.ac.id)

Lama Kegiatan : 1 Bulan

Biaya Kegiatan Keseluruhan : Rp. 500.000,- (lima ratus ribu rupiah)

Padang, 29 Juli 2019.

Ketua LPPM Universitas Andalas



Dr.-Ing. Uyung Gatot S. Dinata, MT.

NIP. 196607091992031003

## **DAFTAR ISI**

<b>LEMBARAN PENGESAHAN</b>	<b>Halaman</b>
<b>SURAT TUGAS</b>	
<b>DAFTAR ISI</b>	
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
<b>BAB II PENDEKATAN</b>	
<b>BAB III HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
<b>BAB IV PENUTUP</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	
<b>KLIPING KORAN</b>	

# **BAB I. PENDAHULUAN**

## **1.1 Latar Belakang**

### **Permasalahan Umum**

Infeksi jamur kulit sering ditemui terjadi di daerah tropis seperti Indonesia. Kebersihan diri pribadi, dan ditunjang oleh kelembaban relatif udara sekitar yang tinggi menyebabkan seseorang mudah terkena infeksi jamur kulit. Masyarakat sering menggunakan obat sendiri untuk penyakit jenis ini. Hal tersebut dipengaruhi juga oleh iklan industri yang memproduksi obat-obat anti jamur kulit. Beberapa diantaranya dapat diperoleh secara bebas, tanpa resep dokter.

### **Permasalahan Khusus**

Infeksi jamur kulit yang menyerang alat vital wanita dapat dipicu oleh lembabnya bagian tersebut, tingkat kebersihan diri yang rendah dan dapat ditularkan dari orang lain melalui pemakaian bersama handuk, sabun mandi, pakaian dll. Bahkan penularan berasal dari pasangan hidup yang menderita infeksi jamur kulit.

Kegagalan pengobatan penyakit infeksi jamur kulit dapat disebabkan oleh penggunaan obat tidak berdasarkan advise pakar yang sesuai, takaran dan frekuensi pemakaian yang tidak tepat, lama pemberian, cara pemberian dan cara pemakaian dll.

Pengetahuan masyarakat yang rendah dan kepatuhan mengikuti nasehat pakar yang berkompeten akan berpengaruh terhadap keberhasilan pengobatan. Masalah yang timbul tidak hanya penyakitnya tidak sembuh, tetapi juga dapat menyebabkan resisten. Masyarakat sering diketahui memutuskan pengobatan apabila sudah merasa sembuh. Sedangkan yang terjadi adalah sebaliknya. Untuk itu bimbingan pengobatan dan penggunaan obat anti infeksi jamur kulit kepada masyarakat perlu dilakukan.

Mengingat pentingnya edukasi tentang penggunaan pengobatan anti jamur kulit maka pencerahan melalui media massa cetak seperti koran sangat diperlukan. Dari pengalaman menulis artikel ilmiah populer di koran, sudut Anda Bertanya Apoteker Menjawab (ABAM) sangat diminati, ditandai banyaknya pertanyaan yang masuk, komentar, dan sitasi oleh penulis artikel atau berita lain.

Tulisan ini akan memberi edukasi yang baik dan efektif kepada masyarakat. Dengan tulisan ini diharapkan dapat menjawab kegalauan sebagian masyarakat terutama mereka yang

mengalami atau menderita penyakit infeksi jamur kulit khususnya di sekitar kemaluan wanita.

## **1.2 Tujuan**

Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk menambah wawasan masyarakat khususnya masyarakat awam dan tenaga kesehatan terkait.

## **1.3 Manfaat**

Manfaat pengabdian kepada masyarakat ini adalah pencerahan kepada masyarakat. Dengan diperolehnya informasi tentang penyakit infeksi jamur kulit dan penggunaan obat-obat anti jamur kulit dari sumber yang berkompeten dan dapat dipercaya, maka akan mengurangi ketidakpastian dan kegalauan mereka dalam menggunakan obat anti jamur kulit khususnya pada wanita remaja.

## **1.4 Sistematika**

BAB I PENDAHULUAN

BAB II PENDEKATAN

BAB III HASIL DAN PEMBAHASAN

BAB IV PENUTUP

## **BAB II. PENDEKATAN KEGIATAN**

### **2.1 Jenis Kegiatan**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan ini berbentuk penelusuran informasi terkait melalui buku teks, jurnal, brosur obat, dan internet. Referensi yang didapat menjadi masukan untuk ditulis menjadi artikel ilmiah populer dan dipublikasi di media massa koran. Masyarakat juga dapat mengajukan pertanyaan melalui WA kepada nomor HP yang dicantumkan pada bagian akhir tulisan.

### **2.2 Masyarakat yang Menjadi Target Pencerahan/Informasi**

Masyarakat yang membutuhkan pencerahan/informasi bukan saja masyarakat Sumatera Barat, tetapi juga masyarakat secara nasional, bahkan internasional karena tulisan dipublikasi di web site Fakultas Farmasi Unand.

### **2.2. Materi Kegiatan**

Materi kegiatan adalah pencarian referensi, menyusun artikel ilmiah populer, mensubmit artikel ke media massa cetak atau koran, mengupayakan penerbitan dalam waktu yang tidak terlalu lama, mengarsipkan klipping artikel dan menerima masukan, tanggapan, atau pertanyaan baru dari masyarakat baik terkait judul artikel maupun masalah obat, makanan, kosmetik, NARKOBA, dan kesehatan secara umum.

### **2.3 Jangka Waktu**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan selama dua bulan sejak bulan Juni 2019 hingga bulan Juli 2019.

### **2.4 Media Massa dan Jangkauan Pembacanya**

Media-media massa yang menjadi sarana untuk melaksanakan pengabdian kepada masyarakat ini adalah surat kabar harian Singgalang.

Jangkauan pencerahan tidak hanya di lingkup Sumatera Barat, bahkan nasional. Peluang dibaca oleh pembaca di luar negeri juga terbuka, karena tulisan ini diunggah di Web Site Fakultas Farmasi Universitas Andalas.

## **2.5 Tahapan Kegiatan**

Tahapan kegiatan pencerahan masyarakat melalui media massa yang dilakukan untuk masing-masing topik permasalahan yang telah diamati untuk dibuatkan artikel media massa.

### **BAB III. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan metode pendekatan pada bab sebelumnya dan topik permasalahan yang memang diperlukan masyarakat dalam menggunakan obat terutama dalam hal ini adalah bagaimana pengobatan infeksi jamur kulit secara tuntas.

Dengan demikian pengabdian kepada masyarakat berupa tulisan artikel ilmiah populer di koran sudah dilaksanakan dengan menerbitkannya di koran Singgalang dan diunggah di website Fakultas Farmasi Univeraitas Andalas. Tulisan ilmiah populer dengan judul.

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat tersebut berupa 1 artikel Koran dengan judul *Sekitar Miss V Gatal Tak Terhankan dan Menghitam*

Artikel dimaksud juga telah diunggah di website Fakultas Farmasi Universitas Andalas.



#### **BAB IV. PENUTUP**

1. Pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk pencerahan kepada masyarakat melalui media massa untuk pengobatan dan penggunaan obat secara baik dan benar tanpa keraguan.
2. Masyarakat diharapkan memperoleh informasi yang baik dan benar terkait infeksi jamur kulit yang baik dan benar dari penulis yang berkompetensi dan memiliki kewenangan.

## LAMPIRAN

Kliping tulisan berupa artikel ilmiah berjudul *Sekitar Miss V Gatal Tak Terhankan dan Menghitam*

Artikel dimaksud sudah diterbitkan Harian Singgalang Minggu, tanggal 28 Juli 2019.



# terapi dan kesehatan

SINGGALANG MINGGU » 28 Juli 2019 (25 Zulkaedah 1440 H) » Halaman 8-15

## Makanan Penderita Kolesterol

**KOLESTEROL** bukan hanya kolesterol jahat atau LDL karena pada dasarnya kolesterol memang dibutuhkan oleh tubuh, tetapi kolesterol yang baik atau HDL. Mengonsumsi makanan yang mengandung kolesterol tinggi apalagi kolesterol jahat tentu saja berbahaya bagi tubuh. Namun jika mengonsumsi makanan berkolesterol baik seperti di bawah ini, tubuh jauh lebih sehat dan pastinya fungsi tubuh berjalan lebih baik.

### Alpukat

Buah yang kita kerap kira memiliki kadar lemak tinggi dan tak baik bagi tubuh sebenarnya bagus untuk kesehatan lho. Kandungan lemak dan kolesterol di dalam buah ini termasuk yang baik dan bahkan memakannya akan membantu agar kolesterol tinggi bisa turun. Nutrisi berupa lemak tak jenuh tunggal dan asam lemak juga tinggi.

### Biji Rami

Biji rami adalah salah satu sumber makanan yang mengandung serat tinggi sekaligus menawarkan

baik konsumsi biji rami dengan menyajikannya lebih dulu, barulah diolah dan dikonsumsi.

### Minyak Zaitun

Sumber kolesterol baik lainnya adalah minyak zaitun yang siap meningkatkan kadar HDL, rendah dalam lemak, dan kandungan lemak sehat di dalam minyak ini sehingga banyak yang mengonsumsi sebagai cara menurunkan berat badan maupun cara menyehatkan jantung.

### Minyak Zaitun

Jika senang mengonsumsi salad, maka jadikan dressingnya. Hanya saja, tak dianjurkan mengonsumsi secara berlebihan atau kebanyakan walaupun minyak ini dikenal sehat. Minyak zaitun tetap memiliki kalori yang tinggi di dalamnya, maka memang perlu mengonsumsi secukupnya namun rutin.

### Biji Chia

Setelah biji rami, ada pula chia seeds atau biji chia yang merupakan sumber makanan yang mengandung omega-3 nabati, menurunkan HDL atau kolesterol baik. Cukup tambahkan

serai; boleh juga jika ingin mencampurkannya ke makanan yang dipanggang apabila tak suka teksturnya langsung.

### Kacang-kacangan

Sumber serat larut seperti kacang merah, kacang polong, ataupun lentil adalah sumber kolesterol baik juga lho. Jadi ketika LDL tinggi, ingatlah mengonsumsi kacang-kacangan tapi jangan pula sampai berlebihan karena asupan kalori perlu juga diperhatikan untuk mencegah gangguan pencernaan sekaligus memaksimalkan penyerapan kolesterol buruk.

### Ikan Berlemak

Ikan berlemak lemak omega-3 tinggi juga adalah makanan yang menawarkan kolesterol baik bagi tubuh. Maka dari itu bagi penderita ikan sarden, tuna, kembung dan salmon, merupakan pilihan yang baik. Namun, konsumsi secara rutin tentu berlebihan mampu menjadi penyebab untuk turunnya kadar kolesterol

an kaya air dan serat ini bukan hanya mampu menjadi cara menurunkan berat badan, ketika ingin berdiet, kadar kolesterol baik pun dapat meningkat karena konsumsi buah-buahan ini secara rutin. Kita bisa jadikan buah tersebut sebagai jus, smoothie, topping serai, atau dimakan langsung sebagai camilan sehat.

### Gandum Utuh

Makanan lainnya yang berkolesterol baik adalah makanan seperti roti gandum, gandum utuh, dan tahu memawakan lemak larut sehingga baik untuk kesehatan tubuh. Seperti kita tahu, gandum utuh pun menjadi makanan yang dianjurkan bagi para penderita jenis penyakit jantung, jadi tak ada salahnya mulai mengonsumsi gandum utuh sehari-hari.

Bila ingin kadar HDL naik dan stabil, maka alangkah baiknya jika mulai meminum air putih yang banyak. Serat yang baik agar LDL tak gampang melonjak. Serat dan lemak nabati akan meminimalisir risiko HDL rendah sehingga tubuh bisa tetap sehat oleh sebab

### ANDA BERTANYA, APOTEKER MENJAWAB

## Sekitar Miss V Gatal tak Tertahankan dan Menghijam

Oleh: Dr. Muslim Suardi, Msi., Apt.



**Pertanyaan:**  
**SALAM** Pak Apoteker saya nomor 1. Aku, Mps, 23 tahun. Aku Mau tanya. Aku sudah hamil 5 minggu. Mengalami gatal-gatal yang luar biasa di area sekitar Miss V. Sekarang agak menghijam. Kita temen yang juga tenaga kesehatan, itu gatal akibat jamur kulit. Kurang pede dan stress Pak. Warna kulit yang menghijam dapatkan berubah kembali menjadi normal? Berapa hari bisa sembuh? Bolehkan menggunakan krim pemutih yang ada di pasaran? Terima kasih atas jawabannya.

### Jawaban:

Anda Mps. Lipatan daerah sekitar alat kelamin wanita terasa sangat gatal dan menghitam tentu saja sangat tidak nyaman. Gatal bisa saja disebabkan oleh jamur, alergi, keputihan atau sebab-sebab lain. Berdasarkan keterangan anda kemungkinan besar memang infeksi jamur. Namun pemeriksaan oleh tenaga kesehatan yang kompeten dan berwenang tetap diperlukan. Demikian juga penggunaan obat-obatan infeksi jamur sama seperti infeksi jamur maka penjelasan dan nasihat perlu diikuti.

jamur merupakan mikroba atau kuman kecil yang masa inkubasinya lamanya waktu mulai terinfeksi hingga munculnya gejala

(0813797014XX)



# olesterol

... dan serat ini bukan hanya mampu menurunkan kolesterol, tetapi juga mengurangi berat badan ketika ingin berdiet. Kadar kolesterol baik pun dapat meningkat karena konsumsi buah-buahan secara rutin. Kita bisa makan buah tersebut sebagai smoothie, toping salad, atau dimakan langsung sebagai camilan sehat.

**Gandum Utuh**  
Makanan lainnya yang berkolesterol baik adalah makanan seperti roti gandum. Gandum utuh diketahui menawarkan lemak larut sehingga baik untuk kesehatan tubuh. Seperti kita tahu, gandum utuh pun menjadi makanan yang dianjurkan bagi para penderita jenis penyakit jantung. Jadi tak ada salahnya mulai mengasap gandum utuh sehari-hari.

Bila ingin kadar HDL naik dan simbul, maka alangkah baiknya kini mulai memilih asupan berkelesterolan baik agar LDL tak gampang melonjak. Serat dan lemak nabati akan meminimalisir risiko HDL rendah sehingga tubuh bisa tetap sehat, oleh sebab itu sebagai deretan rekomendasi makanan kolesterol baik tersebut bermanfaat ya. (puput)

... secara perlahan. Namun efek ini juga bisa disebabkan dampak metabolisme tubuh setelah minum kopi setiap hari.

## Kolesterol Meningkat

Minum kopi setiap hari juga bisa meningkatkan kolesterol dengan sangat cepat. Efek ini bisa terjadi jika sudah terbiasa minum kopi dengan susu dan gula. Campuran kopi dan susu menyebabkan kolesterol bisa meningkatkan kadar LDL secara perlahan di pagi. Karena itu jika kita ingin minum kopi tiap hari maka pilih jenis minuman kopi tanpa gula, susu dan susu.

## Hipertensi

Minum kopi setiap hari akan menyebabkan tekanan darah tinggi secara perlahan dan terus meningkat. Dalam waktu yang lama maka menjadi hipertensi dan biasanya efek ini terjadi dalam waktu yang lama. Kopi bisa menyebabkan efek pada pembuluh darah yang kemudian membuat beberapa pembuluh darah tersebut oleh plak dan kolesterol yang sudah tertimbun. Ini adalah yang

ANDA BERTANYA, APOTEKER MENJAWAB

## Sekitar Miss V Gatal tak Tertahankan dan Menghitam

Oleh: Dr. Muslim Suardi, MSi., Apt.



### Pertanyaan :

**SALAM** Pak Apoteker yang saya hormati. Aku, MPS, 23 tahun, AKU Mau tanya. Aku sudah hampir seminggu mengalami gatal-gatal yang luar biasa di area sekitar Miss V. Sekarang agak menghitam. Kata temenku yang juga tenaga kesehatan, itu gatal akibat jamur kulit. Kurang pede dan stress Pak. Warna kulit yang menghitam apakah berubah kembali menjadi normal? Berapa hari bisa sembuh? Bolehkan menggunakan krim pemutih yang ada di pasaran? Terima kasih atas jawabannya.

(0813797014XX)

### Jawaban:

Ananda MPS. Lipatan daerah sekitar alat kelamin wanita terasa sangat gatal dan menghitam tentu saja sangat tidak nyaman. Gatal bisa saja disebabkan oleh jamur, alergi, keputihan atau sebab-sebab lain. Berdasarkan ketelanjangan ananda kemungkinan besar memang infeksi jamur. Namun pemeriksaan oleh tenaga kesehatan yang kompeten dan berwenang tetap diperlukan. Demikian juga penggunaan obatnya perlu bantuan apoteker. Kalau memang infeksi jamur maka penjelasan dan nasehat berikut perlu diikuti.

Jamur merupakan mikroba atau kuman kecil yang masa inkubasinya, lamanya waktu mulai terinfeksi hingga munculnya gejala penyakit, umumnya lebih lama dibandingkan infeksi kuman kecil lainnya seperti bakteri. Bisa saja infeksi sudah berlangsung tetapi gejalanya ataupun tampilannya belum teramati. Pengobatannya, membutuhkan waktu yang lebih lama dan lebih sulit. Gatal dalam seminggu karena jamur biasanya belum berubah menjadi gelap. Kalau memang sudah mulai menjadi hitam, kemungkinan sekali infeksi sudah lebih lama. Makin lama infeksi jamur yang diderita atau makin lama maka jenis obatnya kemungkinan tidak sama dengan infeksi yang belum begitu lama.

Apakah ananda sudah pernah berobat? Apakah menggunakan obat sendiri atau melalui resep dokter dan/atau apoteker? Kalau menggunakan sendiri, obat, cara penggunaan, dan lama pemakaian mungkin tidak sesuai sehingga pengobatan tidak tuntas. Akibatnya kumannya bisa kebal atau resistensi, dan penyakitnya semakin susah disembuhkan.

Demikian juga kemungkinan pengobatannya menjadi lebih lama. Apalagi kalau sudah menggunakan obat atau beberapa obat yang jenis, dosis atau cara pemakaiannya yang kurang tepat. Tergantung jenis dan lama infeksi, dalam 14 hari ada peluang untuk sembuh, asalkan pengobatannya dan cara pemakaian obatnya sudah tepat. Tetapi untuk menghilangkan bekas infeksi jamur yang berwarna hitam membutuhkan waktu yang cukup lama. Setidaknya bila pengobatannya tepat dan tuntas, tampilan kulitnya sudah jauh berubah.

Warna kulit yang menjadi gelap atau menghitam karena terinfeksi jamur disebabkan terjadinya hiperpigmentasi, yakni munculnya zat warna kulit yang berlebihan sama seperti flek hitam. Ia juga dapat disebabkan oleh berbagai keadaan atau penyakit lain seperti produksi hormon tertentu yang berlebihan, gangguan kelenjar di ginjal, hipertiroid, kelebihan hormon insulin, penumpukan zat besi menahun, penyakit darah, kehamilan, penggunaan obat

yang gelap tersebut dapat dikurangi menggunakan krim pemutih. Hati-hati menggunakan krim pemutih. Ada krim pemutih yang dilarang untuk diedarkan, palsu, atau mengandung zat berhasiat melebihi jumlah yang diizinkan. Krim pemutih yang mengandung merkuri atau air raksa jangan digunakan. Krim hidrokuinon dengan kadar rendah yakni 2 persen dapat digunakan. Menggunakan krim hidrokuinon dengan kadar yang lebih tinggi perlu dipertimbangkan dengan seksama melalui konsultasi dengan pakar yang sesuai. Pemakaian krim pemutih yang mengandung hidrokuinon kadar tinggi, justru dapat memicu timbulnya bintik-bintik hitam. Pilihlah krim pemutih yang diizinkan untuk diedarkan di pasaran. Nasehat dan petunjuk yang diberikan dengan pakar terkait termasuk apoteker tetap diperlukan.

Warna kulit yang menjadi gelap dibandingkan biasanya karena infeksi jamur dapat kembali hampir seperti semula. Sepintas tidak jelas tampak perbedaan warna kulit dengan yang disekitarnya. Susah dibedakan dengan kulit yang sehat atau yang tidak pernah terinfeksi jamur. Tanpa menggunakan obatpun lambat laun warna gelap berangsur-angsur dapat berkurang, hanya membutuhkan waktu yang sangat lama bisa dalam beberapa bulan.

Ananda MPS yang sedang galau. Pengobatan infeksi jamur sama seperti infeksi kuman lainnya harus menggunakan obat, takaran, cara penggunaan, dan lama pengobatan yang tepat. Tergantung jenis dan berat-ringannya penyakit, maka pengobatannya mungkin saja tidak hanya menggunakan salep atau krim pada kulit tetapi sekaligus juga obat tablet yang diminum. Sebagian besar obat-obat tersebut tidak diperbolehkan untuk digunakan oleh ibu hamil, menyusui, atau bahkan bagi ibu-ibu yang dalam waktu dekat ingin mendapat momongan. Hal ini disebabkan karena obat-obat tersebut masih ada dalam darah, masuk ke janin, dan jaringan si ibu setelah beberapa lama dan dapat mengganggu tumbuh kembang janin. Kehamilan sebaiknya tidak terjadi dalam waktu satu bulan setelah minum tablet terakhir. Untuk itu konsultasi langsung dengan pakar yang sesuai dan/atau apoteker sangat perlu dilakukan.

Ananda MPS, rasa galau dan apalagi stress memang dapat dimaklumi. Tetapi melalui pengobatan yang tepat dan tidak coba-coba, penyakit gatal jamur yang dialami dapat diobati. Jadi ananda tidak perlu galau berlebihan atau stress. Keadaan tersebut justru akan mengganggu keberhasilan pengobatan. Dengan perkembangan obat-obat yang semakin hari semakin maju tidak ada alasan untuk galau yang berlebihan atau stress.

Rubrik ini diasuh oleh Apoteker dan tidak dimaksudkan untuk menggantikan peran konsultasi langsung dengan dokter dan/atau apoteker. Bagi pembaca yang ingin menanyakan segala sesuatu tentang obat, makanan, NARKOBA dan kosmetik dapat menghubungi kami melalui SMS dan WA ke nomor 081363497648. Pertanyaan akan dijawab dalam artikel yang diterbitkan oleh surat kabar Singgalang setiap hari Minggu. Artikel yang sudah diterbitkan akan diunggah dalam website Fakultas Farmasi Unand Padang, [farmasi.unand.ac.id](http://farmasi.unand.ac.id). Sehubungan dengan banyaknya pertanyaan masyarakat yang perlu dijawab, pembaca harap bersabar menunggu giliran. Prioritas jawaban ditujukan untuk penanya yang mencantumkan alamat lengkap dan seberapa pentingnya pertanyaan yang diajukan terhadap kemaslahatan masyarakat. Tim pengasuh berhak memperbaiki pertanyaan untuk menghindari hal-hal yang diang