

HARIAN UMUM INDEPENDEN | MEMBINA HARGA DIRI UNTUK KESEJAHTERAAN NUSA DAN BANGSA

SINGGALANG MINGGU

SINGGALANG

Pemimpin Umum: H. Basril Djabar **Wakil Pemimpin Umum:** H. ME Djabar, Robby Irwanto **Penasehat Hukum:** H. Amiruddin, SH
Pemimpin Redaksi/Penanggung Jawab: Khairul Jasmi **Pemimpin Perusahaan:** Hj. Rilianty **Dewan Redaksi:** H. Basril Djabar, Khairul Jasmi, Widya Navies, Sawir Pribadi **Redaktur Pelaksana:** Widya Navies, Sawir Pribadi **Asisten Redaktur Pelaksana:** Edwardi, **Korlip:** Gusnaldi Saman, Soesilo Abadi Piliang **Koordinator Mingguan:** A.R. Rizal **Redaktur:** Syafrizal, Hartono, Metrizal, Adi Hazwar, Lenggogeni, Eriandi, Effendi, Yuniar, **Sidang Redaksi:** Khairul Jasmi, Widya Navies, Sawir Pribadi, Soesilo Abadi Piliang, Hartono, Syafrizal, Metrizal, A.R. Rizal, Lenggogeni, Eriandi, Edwardi, Gusnaldi Saman, Yuniar, Adi Hazwar **Reporter Padang:** Syawaladi, Guspayendri, Dede Amri, Hendri Nova, Bambang Sulistio, Yoserizal, Aci Indrawadi, Deri Oktazulmi, Yunisma. **Reporter Jakarta:** Eri Satria Dharma, Yusman Mahyuddin, **Koordinator Daerah Pasaman:** Chandra Firman (Korda), Ibnu Hayat, **Pasaman Barat:** Nefran, **Tanah Datar:** Musriadi Musanif (Korda). **Budgetting:** Asrial Gindo (Korda), Martiapri Yanti **Padang Panjang:** Jasruman (Korda), **Pesisir Selatan:** Marlison (Korda), **Sijunjung:** Nasrul Rasyad (Korda), **Kota Solok:** Wannedi Saman (Korda) **Kabupaten Solok:** Rusmel Dt. Sati (Korda), **Sawahlunto:** Armadison (Korda), Subandi **Pariaman:** Darmansyah (Korda), Tommy Syamsuar, **Damanhuri, Agam:** Mursyidi (Korda), **Payakumbuh:** Jefri Ricardo Magno (Korda), **Limapuluh Kota:** Muhammad Bayu Vesky (Korda) **Solok Selatan:** Hendrison (Korda) **Dharmasraya:** Yasrizal (Korda) **Sekretaris Redaksi:** Putri Juita **Pracetak:** Altria Effendi **Kabag Percetakan:** Dasnil. M **Kabag Iklan:** Rika Yosmeri **Kabag Personalia:** Lin Iriani **Kabag Pemasaran:** Hj. Iva Tureyza Idroes (Daerah), Osmarwan (Padang) **Kabag Keuangan, Akutansi dan Pajak:** Dessi Yanti **Kabag Umum:** Jurnal **Sekretaris Pemimpin Umum:** Rosnelly **Kepala Perwakilan Usaha Jakarta:** Soeparto Har.
Alamat Redaksi/Perusahaan: Jl.Veteran No.17, Padang, 25116 **Telepon:** (0751) 25001, 36923, 38338, 37306 **Fax:** (0751) 33572 **e-mail:** hariansinggalang @Yahoo.co.id **Website:** www.singgalang.redaksi@gmail.com **Alamat Perwakilan Jakarta:** Maya Indah Building, Jalan Kramat Raya No. 3-G, Senen, Jakarta, 10450 **Telepon Iklan dan Sirkulasi:** (021) 3904751, 3904752, 3903112, 3929631 **Facs:** (021) 3929630 **Harga langganan:** (termasuk Edisi Minggu): Rp90.000 **Luar Kota Padang / Luar Provinsi Sumatra Barat:** tambah ongkos kirim **Harga eceran:** Rp.4000/eksemplar **Tarif Iklan:** Halaman satu **Black and white** @ Rp32.000/mmk **Spot colour** @ Rp60.000/mmk **Full colour** @ Rp72.000/mmk **Halaman 2 s/d Halaman 28 black and white** @ Rp16.000/mmk **Spot colour** @ Rp30.000/mmk **Full colour** @ Rp36.000/mmk **Iklan keluarga** @ Rp15.000/mmk **Iklan mini:** Tinggi maksimal 50 mm @ Rp250.000/muat **Iklan duka cita:** Rp12.500/mmk **Iklan Baris** (Min. 3 baris Maks 5 baris) @ Rp 15.000/baris **Dewan Perusahaan:** H. Me Djabar (Ketua), Hj. Rosdiaty, H. Amiruddin, SH **Supervisi Personalia:** H. Amiruddin, SH.

Pencetak: Unit Percetakan PT. Genta Singgalang Press (Padang) (Isi di luar tanggung jawab percetakan).

Penerbit: PT Genta Singgalang Press (Anggota SPS) Izin: SK Menpen RI No.007/SK/MENPEN/SIUPP/A/1985, Tanggal 24 Oktober 1985.

ANDA BERTANYA, APOTEKER MENJAWAB

Mengusir Jerawat yang "Membandel"

Diasuh oleh para Apoteker Dosen Fakultas Farmasi Unand



Abam

Pertanyaan :

Beberapa pertanyaan sena disampaikan oleh pembaca.

1. Ass, saya Rosmiati dari Bukittinggi, anak saya banyak jerawat, sudah saya bawa berobat. Tetapi yang jerawat tetap bersemi umurnya 16 tahun, apa obat yang harus saya berikan agar jerawat bisa hilang, mohon bpk jelaskan apa yang harus saya lakukan. Thanks. (081275485XXX)

2. Assalamu'alaikum WW. Bapak Apoteker yang saya hormati. Saya Roberd alamat Padang Laweh Sijunjung. Saya seorang remaja 14 tahun. Saya ingin menanyakan obat jerawat yang bisa mengobati jerawat yang mampu tidak membuat jerawat kembali. Sudah banyak coba tapi tetap tumbuh kembali. Kertang salah satunya tapi tetap tumbuh, dan juga obat kosmetik tapi perih di wajah apakah itu aman utk kulit. (085211288XXX)

3. Saya telah memencet jerawat saya untuk mempercot penyembuhannya. Tetapi setelah saya baca-baca artikel di internet, bahwa memencet jerawat hanya akan memperparah keadaan. Apa yang sebaiknya saya lakukan sebelum jerawat saya bertambah parah setelah saya memencotnya? (085396825XXX)

Jawaban :

Jerawat yang banyak dan membandel merupakan masalah kulit yang meresahkan remaja. Jerawat tidak saja meny

ebabkan penampilan yang tidak menyenangkan, tetapi juga berpotensi mengurangi rasa percaya diri penderitanya. Bahkan pernah ada orang yang rela mengakhiri hidupnya karena frustrasi dengan jerawatnya. Timbulnya jerawat pada seseorang umumnya disebabkan oleh beberapa faktor. Jerawat terjadi bila kelenjar minyak yang terangsang berlebihan pada masa puber karena peningkatan hormon tertentu. Sebab itu minyak atau lemak yang dihasilkan merupakan bahan alami yang diperlukan untuk melindungi kulit dan sebagai pelicin. Karena produksi lemak yang berlebihan, maka berpeluang untuk menyumbat folikel rambut. Keadaan ini mengakibatkan penumpukan lemak dan ukuran folikel yang tersumbat makin lama akan membesar, kemu dian pecah. Senyawaan yang bersifat dapat mengiritasi dan bakteri yang ada di kulit akan masuk, sehingga menyebabkan peradangan.

Jerawat terjadi akibat peradangan kelenjar di kulit yang ditandai dengan adanya komedo, papul, pustul, nodus, dan kista. Jerawat merupakan kelainan kulit yang bersifat umum, menyerang hampir pada semua remaja yang berusia 16-19 tahun, dan dapat berlanjut hingga usia 30 tahun. Komedo adalah kotoran yang berupa kerak lapisan kulit yang menumpuk berwarna kehitan atau putih. Ia dapat menyumbat pori-pori di kulit umumnya mengandung bakteri. Namun perlu diingat jerawat bukan disebabkan oleh bakteri. Papul adalah suatu tonjolan padat pada permukaan kulit. Pustul adalah kumpulan nanah di dalam atau di bawah lapisan kulit, sering berada folikel rambut atau pori-pori kelenjar keringat. Nodus adalah massa kecil jaringan berbentuk benjolan atau simpul.

Jerawat dapat disebabkan pengaruh dari dalam dan luar tubuh. Pengaruh dari dalam tubuh terjadi karena peningkatan jumlah dan konsistensi

lemak yang dikeluarkan kulit akibat berbagai faktor seperti keturunan, bangsa, hormonal, cuaca, jasad renik, makanan, dan stres. Jerawat tipe ini disebut sebagai jerawat vulgaris. Pengaruh dari luar tubuh berupa penutupan atau penyempitan saluran kelenjar. Perut tumpukan saluran kelenjar oleh bahan dari luar dapat terjadi karena pemakaian kosmetika, terpapar bahan kimia, dan lain-lain. Jerawat tipe ini disebut jerawat venenata. Sedangkan jerawat yang disebabkan saluran keluar kelenjar menyempit terjadi karena terpapar radiasi sinar lewat ungu, sinar matahari atau sinar radio aktif. Jerawat tipe ini disebut juga jerawat fisik.

Penatalaksanaan jerawat meliputi upaya pencegahan munculnya jerawat dan usaha menghilangkannya. Mengingat penyebab terjadinya jerawat akibat pengaruh berbagai faktor sekaligus, maka kedua usaha tersebut harus dilakukan bersamaan.

Untuk mencegah terjadinya jerawat, maka yang perlu dilakukan adalah menghindari peningkatan jumlah lemak sebum dan perubahan isi sebum. Berbagai cara dapat dilakukan seperti menghindari faktor pemicu terjadinya jerawat, diet rendah lemak, membersihkan kulit dari kotoran dan jasad renik.

Penyebabnya yang kompleks, tidak ada pengobatan baku untuk pengendalian jerawat. Masalah yang perlu diperhatikan adalah tingkat keparahan dan faktor perorang. Terapi yang mungkin dilakukan adalah pengobatan melalui obat luar di kulit, obat dalam atau sistemik dan bedah kulit.

Pengobatan melalui kulit atau topikal terutama ditujukan untuk mencegah pembentukan komedo menekan peradangan dan mempercepat penyerapan bahan lesi. Bahan obat yang biasa digunakan adalah bahan anti iritasi, antibiotika topikal, anti peradangan topikal. Peng

obatan sistemik ditujukan untuk menekan aktifitas jasad renik, mengurangi reaksi radang, menekan produksi sebum dan mempengaruhi keseimbangan hormonal. Golongan obat sistemik yang biasa dipakai adalah antibiotik, obat hormonal, Vitamin A dan anti inflamasi non-steroid sedangkan tindakan pembedahan kulit ditujukan untuk memperbaiki jaringan parut akibat jerawat meradang yang berat. Bedah kulit yang akan dilakukan disesuaikan dengan jenis kulit dan tingkat keparahan jaringan parut yang terjadi. Komedo muncul karena penumpukan minyak yang berlebihan yang disebut sebum serta bagian kulit yang mati. Munculnya komedo dapat disebabkan oleh pengeluaran atau sekresi lemak yang berlebihan, menumpuknya sel kulit yang mati, kebersihan kulit yang tidak terjaga, panyumatan pori-pori karena make up dan kotoran, pengaruh polusi udara, dan udara panas.

Berbagai cara dapat dilakukan salah satu zat yang dapat digunakan untuk menangan jerawat, dapat mengurangi jumlah *Propionibacterium acnes* yang merupakan bakteri penyebab infeksi jerawat. Senyawaan ini umumnya digunakan untuk pengobatan jerawat yang sering terjadi, aman untuk dewasa, anak-anak, dan bahkan ibu

atau pH yang tidak terlalu basa. Ingat, pembersihan yang berlebihan tidak baik bagi kulit wajah. Oleskan krim tabir surya sebelum bepergian. Hindari paparan sinar matahari yang berlebihan. Untuk menambah nutrisi, pada malam hari, gunakan krem yang sesuai. Usakan secara tipis dan merata pada kulit wajah. Segarkan wajah dengan buah-buahan seperti tomat, bahkan kulit pisang emas yang akan terbuangpun dapat membantu. Bilas dengan air bersih setelah beberapa menit. Tindakan ini juga dapat untuk mencegah dan mengurangi kerut pada kulit wajah. Perhatikan makan an yang dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya jerawat. Batasi konsumsi cokelat, kacang-kacangan, gorengan, santan, dan daging berlemak. Kebiasaan hidup sehat dan cukup gizi perlu ditingkatkan. Cukup makan sayur dan buah segar cukup tidur dan istirahat, hindari stress.

Benzoil peroksida adalah salah satu zat yang dapat digunakan untuk menangan jerawat, dapat mengurangi jumlah *Propionibacterium acnes* yang merupakan bakteri penyebab infeksi jerawat. Senyawaan ini umumnya digunakan untuk pengobatan jerawat yang sering terjadi, aman untuk dewasa, anak-anak, dan bahkan ibu



dapat menyebabkan tetanus. Infeksi yang terjadi tidak saja akan menyebabkan bekas luka beru pa pori yang besar, tetapi juga dapat meninggalkan jaringan parut. Dengan demikian tindakan yang dilakukan peranya 085396825XXX, harus dihindari. Upaya untuk mengeluarkan nanah dan lemak yang menumpuk, harus dilakukan dengan hati-hati menggunakan alat dan keadaan lingkungan yang bebas kuman. Tindakan ini sebaiknya hanya dapat dilakukan oleh pakar yang sudah terlatih, berpengalaman dan profesional. Untuk Roberd di Padang Laweh. Upaya sendiri hanya dapat untuk tindakan awal dengan berbagai tindakan seperti yang sudah dijelaskan di atas. Pengobatan sendiri hanya dapat dilakukan menggunakan obat bebas atau bebas terbatas yang dapat dibeli tanpa resep. Itupun sebaiknya melalui saran apoteker di apotik. Hindari percobaan-coba dalam menggunakan obat keras. Setiap menggunakan kosmetik perlu diuji coba dalam jumlah kecil pada bagian kulit yang paling tipis seperti di belakang telinga. Bila mengiritasi, timbul warna merah atau bahkan perih, jangan gunakan. Ada kosmetik yang tidak sesuai untuk kulit seseorang atau mungkin juga produknya yang kurang bagus atau tidak memenuhi syarat.

Ibu Rosmiati dari Bukittinggi dan Roberd di Padang Laweh. Pada usia remaja penyebab timbulnya jerawat umumnya adalah karena ketidakseimbangan hormon yang alami terjadi di samping sebab lain. Jadi selagi hormon tersebut masih beresih, maka selama itu pula akan timbul jerawat. Pada mulanya jerawat tentunya tidak begitu banyak, tetapi karena menanggapiya terlalu serius dan berlebihan akan menyebabkan ketegangan alias stress. Keadaan inilah yang memperparah dan memper lama timbulnya jerawat. Tanpa disengaja anak remaja sering mengusap dan bahkan dengan sengaja memencet jerawatnya.

Hal ini justru akan dapat menyebabkan infeksi oleh bakteri normal atau kuman yang banyak di kulit wajah dan di jari. Bukan tidak mungkin, karena tangan yang kotor terbawa pula bakteri patogen yang dapat menyebabkan penyakit. Lebih berbahaya lagi bila terdapat bakteri tertentu yang

Bagi pembaca yang ingin menanyakan segala sesuatu tentang obat, makanan dan kosmetik dapat menghubungi kami (Apoteker) melalui SMS di nomor 081363497648. Sehubungan dengan banyaknya pertanyaan masyarakat yang perlu dijawab, pembaca harap bersabar menunggu giliran. Prioritas jawaban ditunjukkan untuk penanya yang mencahkan alamat lengkap dan seberapa pentingnya pertanyaan yang diajukan terhadap kemasyarakatan masyarakat.

Tim pengasuh berhak membalas pertanyaan untuk menghindari hal-hal yang dianggap kurang tepat seperti merenyung kepentingan pema saran produk obat dll.

Pembaca dapat mengunduh semua arti ke ABAM yang sudah pernah ditambahkan di Singgalang Ming gu pada Web Site Fakultas Farmasi Unand: farmasi.unand.ac.id. Terima kasih. Dr. Muslim: Suardi, MSi, Apt.