

Edukasi untuk meningkatkan kesehatan jiwa dan kepercayaan diri apoteker

Nadia Arifatma, Feti Al Qusnah, Merly Fevinia, Nur Muhammad Herunda Putra, Haafizah Dania

Program Studi Magister Farmasi, Universitas Ahmad Dahlan, Indonesia

Penulis korespondensi : Nadia Arifatma

E-mail : nadiarftm04@gmail.com

Diterima: 17 Januari 2026 | Direvisi: 10 Februari 2026 | Disetujui: 10 Februari 2026 | Online: 19 Februari 2026

© Penulis 2026

Abstrak

Peningkatan konsumsi kosmetik di kalangan mahasiswa kesehatan menuntut pemahaman yang memadai mengenai keamanan produk, regulasi BPOM, serta bahan aktif kosmetik, sementara tekanan akademik yang tinggi pada mahasiswa profesi apoteker juga berpotensi memengaruhi kesehatan mental mereka, sehingga diperlukan upaya edukasi yang komprehensif untuk meningkatkan literasi sekaligus mendukung kondisi psikologis. Pengabdian masyarakat ini bertujuan menilai efektivitas edukasi keamanan kosmetik terhadap peningkatan pengetahuan mahasiswa profesi apoteker serta menggambarkan kondisi kesehatan mental menggunakan instrumen PHQ-9, dengan desain one-group pretest–posttest pada 19 responden. Edukasi yang diberikan mencakup materi bahan aktif kosmetik, regulasi BPOM, cara membaca label, dan prinsip cosmetovigilance, sedangkan pengetahuan diukur melalui pretest–posttest dan kesehatan mental dinilai menggunakan PHQ-9, dengan analisis deskriptif dan uji Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil menunjukkan bahwa sebelum edukasi 88,89% responden telah memiliki pengetahuan dalam kategori baik dan meningkat menjadi 94,7% setelah edukasi, namun peningkatan tersebut tidak signifikan secara statistik ($p = 0,796$) yang kemungkinan disebabkan oleh efek langit-langit (*ceiling effect*). Selain itu, hasil skrining PHQ-9 menunjukkan bahwa 57,9% responden tidak mengalami gejala depresi, 36,8% mengalami depresi ringan, dan 5,3% mengalami depresi sedang. Secara keseluruhan, edukasi ini berperan dalam memperkuat pengetahuan mahasiswa mengenai keamanan kosmetik meskipun tidak meningkatkan skor secara signifikan, serta menegaskan pentingnya perhatian dan dukungan terhadap kesehatan mental mahasiswa profesi apoteker dalam rangka mempersiapkan mereka sebagai calon apoteker yang mampu memberikan edukasi kepada masyarakat secara aman dan berbasis bukti.

Kata kunci: edukasi kosmetik; mahasiswa apoteker; kesehatan mental; keamanan kosmetik; pemberdayaan masyarakat.

Abstract

The increasing use of cosmetic products among healthcare students requires adequate understanding of product safety, BPOM regulations, and active ingredients, while the high academic pressure experienced by pharmacy professional students may also affect their mental health, highlighting the need for educational interventions that strengthen literacy while supporting psychological well-being. This study aimed to evaluate the effectiveness of cosmetic safety education in improving knowledge among pharmacy professional students and to describe their mental health status using the PHQ-9 instrument, employing a one-group pretest–posttest design involving 19 respondents. The educational intervention covered cosmetic active ingredients, BPOM regulations, label reading, and cosmetovigilance principles, with knowledge assessed through pretest–posttest measurements and mental health evaluated using PHQ-9, followed by descriptive analysis and the Wilcoxon Signed Rank Test. The results showed that prior to the intervention, 88.89% of respondents had good knowledge, which increased to 94.7% after the intervention; however, the improvement was not statistically significant ($p = 0.796$), likely due to a ceiling effect. PHQ-9 screening indicated that 57.9% of respondents

had no depressive symptoms, 36.8% experienced mild depression, and 5.3% had moderate depression. Overall, the educational program reinforced students' knowledge of cosmetic safety despite the absence of a significant score increase and underscored the importance of psychological support for pharmacy professional students, contributing to their preparedness as future pharmacists to provide safe, evidence-based education to the community.

Keywords: cosmetic education; pharmacy students; mental health; cosmetic safety; community empowerment.

PENDAHULUAN

Industri kosmetik terus berkembang pesat dan menjadikan produk perawatan kulit sebagai kebutuhan esensial, terutama bagi generasi milenial dan Gen Z yang memiliki kepedulian tinggi terhadap self-care dan estetika. Namun, peningkatan konsumsi ini seringkali tidak diimbangi dengan pemahaman yang memadai mengenai keamanan, komposisi bahan aktif, serta cara penggunaan yang tepat. Studi Alsharif et al., (2022) menunjukkan bahwa meskipun 80% responden rutin menggunakan skincare, sebagian besar tidak memahami kandungan aktif seperti retinol atau AHA/BHA yang mereka aplikasikan. Keterbatasan pengetahuan ini berdampak langsung pada kemampuan konsumen dalam memilih produk yang aman, memeriksa legalitas BPOM, serta mengidentifikasi produk palsu atau berisiko, sebagaimana ditemukan oleh Yayehrad et al., (2023) pada pengguna produk pemutih kulit.

Minimnya pemahaman mengenai keamanan kosmetik juga tercermin dalam rendahnya kesadaran tentang sistem cosmetovigilance. Geetha et al., (2023) melaporkan bahwa hanya 10% mahasiswa kesehatan memahami prosedur pelaporan efek samping kosmetik, yang berpotensi menyebabkan underreporting dan menghambat efektivitas pengawasan keamanan produk. Di sisi lain, budaya beauty instant dan dominasi media sosial semakin mendorong penggunaan produk dengan klaim hasil cepat tanpa verifikasi keamanan, sehingga meningkatkan kasus iritasi, breakout, atau hiperpigmentasi (Alahmadi et al., 2025).

Dampak penggunaan kosmetik yang tidak aman tidak hanya bersifat fisik, tetapi juga psikologis. Masalah kulit yang muncul akibat penggunaan produk yang tidak sesuai dapat menurunkan kepercayaan diri dan memengaruhi kesehatan mental, terutama pada remaja dan dewasa muda (Samuels et al., 2020). Kesehatan psikologis juga penting bagi mahasiswa farmasi dan calon apoteker, yang dalam praktiknya dituntut untuk memberikan informasi dan edukasi berbasis bukti kepada masyarakat (Tuahuns et al., 2025). Tingginya beban akademik dan ekspektasi sosial berpotensi memengaruhi kesejahteraan mental mereka, yang pada akhirnya berdampak pada kualitas pelayanan (Shangra et al., 2021).

Berdasarkan kompleksitas tersebut, program edukasi mengenai keamanan kosmetik menjadi sangat strategis bagi mahasiswa farmasi dan calon apoteker. Selain meningkatkan literasi mereka sebagai konsumen, program ini juga mempersiapkan mereka sebagai tenaga kesehatan masa depan yang mampu memberikan edukasi yang tepat, ilmiah, dan berbasis bukti kepada masyarakat mengenai penggunaan kosmetik yang aman dan rasional.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dan edukasi ini dilaksanakan pada tanggal 10 Agustus 2025 di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Magelang (UNIMMA) sebagai bagian dari Program Pemberdayaan Umat. Mitra sasaran kegiatan adalah mahasiswa Farmasi dan mahasiswa Profesi Apoteker UNIMMA yang mengikuti kegiatan secara luring, dengan jumlah peserta sebanyak 19 orang. Sasaran dipilih karena kelompok ini merupakan calon tenaga kesehatan yang berperan penting dalam memberikan edukasi terkait keamanan kosmetik kepada masyarakat.

Pelaksanaan kegiatan terdiri atas tiga tahap utama, yaitu tahap persiapan, tahap kegiatan, dan tahap evaluasi. Tahap persiapan meliputi penyusunan materi edukasi mengenai keamanan kosmetik yang mencakup bahan aktif, regulasi BPOM, cara membaca label kosmetik, serta prinsip dasar

cosmetovigilance, penyusunan instrumen evaluasi berupa kuesioner pre-test dan post-test serta instrumen PHQ-9, dan koordinasi dengan dosen pembimbing serta pihak fakultas terkait teknis pelaksanaan kegiatan. Tahap kegiatan diawali dengan pembukaan dan penjelasan tujuan kegiatan, kemudian peserta diminta mengisi kuesioner pre-test untuk mengukur tingkat pengetahuan awal serta kuesioner PHQ-9 untuk menggambarkan kondisi kesehatan psikologis. Selanjutnya, intervensi edukasi diberikan melalui pemaparan materi secara interaktif menggunakan media presentasi berbasis slide, dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab. Setelah seluruh materi disampaikan, peserta diminta mengisi kuesioner post-test untuk menilai perubahan tingkat pengetahuan setelah edukasi.

Tahap evaluasi dilakukan untuk menilai efektivitas kegiatan edukasi. Teknik evaluasi yang digunakan adalah evaluasi kuantitatif melalui perbandingan skor pre-test dan post-test pengetahuan keamanan kosmetik serta analisis deskriptif hasil skrining PHQ-9. Indikator penilaian meliputi peningkatan skor rata-rata pengetahuan, perubahan persentase kategori tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi, serta distribusi kategori skor PHQ-9 sebagai gambaran kondisi kesehatan mental peserta. Prosedur analisis dilakukan secara deskriptif dan dilanjutkan dengan uji Wilcoxon Signed Rank Test untuk melihat perbedaan skor pre-test dan post-test. Seluruh data dikumpulkan secara anonim melalui Google Form, dan partisipasi peserta dalam kegiatan dianggap sebagai bentuk persetujuan mengikuti pengabdian masyarakat, sehingga aspek etika akademik dan kerahasiaan data tetap terjaga.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program Pemberdayaan Umat (PRODAMAT) bertema “Edukasi untuk Meningkatkan Kesehatan Jiwa dan Kepercayaan Diri Apoteker” dilaksanakan pada 10 Agustus 2025 di Universitas Muhammadiyah Magelang dengan peserta berjumlah 25 mahasiswa profesi apoteker. Sebanyak 19 responden mengisi kuesioner pengabdian masyarakat dan menjadi dasar analisis hasil. Tujuan utama kegiatan adalah meningkatkan pemahaman mengenai keamanan kosmetik, regulasi BPOM, dan bahan aktif, serta menilai kondisi kesehatan mental mahasiswa menggunakan screening PHQ-9.

Karakteristik Responden

Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (79%) dan seluruhnya berusia >20 tahun. Karakteristik ini dapat memengaruhi tingkat kepedulian terhadap topik kosmetik, mengingat perempuan cenderung lebih aktif mengonsumsi dan mempelajari produk perawatan kulit, sebagaimana dijelaskan (Abdulkadir & Akuba 2022).

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Jumlah	Persentase
Laki-laki	4	21%
Perempuan	15	79%
Usia >20 tahun	19	100%

Pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh faktor pendidikan, pengalaman, dan lingkungan. Mahasiswa profesi apoteker umumnya telah memiliki pengetahuan dasar kosmetik dari perkuliahan, sehingga diperkirakan sudah memiliki literasi awal yang baik sebelum intervensi edukasi diberikan (Susanti *et al.*, 2024).

Kondisi Kesehatan Mental Responden (PHQ-9)

Skrining dengan PHQ-9 menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak mengalami gejala depresi (57,9%), sementara sisanya berada pada kategori depresi ringan (36,8%) dan depresi sedang (5,3%). Tidak ditemukan peserta dalam kategori depresi berat. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh tekanan akademik menjelang pengumuman kelulusan program profesi.

Tabel 2. Hasil Skrining Depresi PHQ-9

Kategori	Nilai	Persentase
Tidak ada gejala	0–4	57.90%
Depresi ringan	5–9	36.80%
Depresi sedang	10–14	5.30%
Depresi cukup parah	15–19	0%
Depresi parah	>20	0%

Menurut Haswita *et al.*, (2025), PHQ-9 merupakan instrumen yang efektif untuk deteksi dini gejala depresi dan penting untuk mengidentifikasi apakah individu membutuhkan tindak lanjut profesional.

Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi

Sebelum edukasi, sebagian besar responden telah memiliki pengetahuan yang baik mengenai keamanan kosmetik, regulasi BPOM, serta kandungan bahan aktif kosmetik (88,89% kategori baik). Setelah edukasi, persentase pengetahuan kategori baik meningkat menjadi 94,7%, sedangkan kategori cukup menurun menjadi 5,26%.

Tabel 3. Pengetahuan Responden Sebelum Edukasi

Kategori	Persentase
Baik (80–100)	88,89%
Cukup (60–79)	16,67%
Kurang (<60)	0%

Tabel 4. Pengetahuan Responden Sesudah Edukasi

Kategori	Persentase
Baik (80–100)	94,7%
Cukup (60–79)	5,26%
Kurang (<60)	0%

Kata kunci adalah label manuskrip Anda, oleh karena itu, kata kunci harus mewakili konten dan meng-*highlight* manuskrip Anda. Gunakan hanya singkatan-singkatan yang sudah lazim digunakan. misalnya DNA. Setiap kata/frasa pada kata kunci sebaiknya dipisahkan dengan titik koma/semicolon (;).

Analisis Statistik Perbedaan *Pretest* dan *Posttest*

Uji normalitas menggunakan *Shapiro–Wilk* menunjukkan bahwa data *pretest* berdistribusi normal ($p = 0.063$), sedangkan data *posttest* tidak berdistribusi normal ($p = 0.009$). Oleh karena itu, uji beda dilakukan menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Tabel 5. Uji Normalitas *Shapiro–Wilk*

Variabel	Statistik	<i>p-value</i>	Keterangan
<i>Pretest</i>	0.944	0.063	Normal
<i>Posttest</i>	0.889	0.009	Tidak normal

Tabel 6. Hasil Uji Beda Wilcoxon

Variabel	n	z	p-value	Keterangan
<i>Pretest vs Posttest</i>	19	-0.258	0.796	Tidak signifikan

Hasil uji menunjukkan bahwa peningkatan skor tidak signifikan secara statistik ($p > 0.05$). Meskipun demikian, peningkatan persentase pada kategori pengetahuan baik tetap menunjukkan manfaat edukasi secara praktis.

Penyebab tidak signifikannya perubahan dapat dijelaskan oleh ceiling effect, yaitu kondisi ketika mayoritas responden telah memiliki skor pengetahuan tinggi sebelum intervensi, sehingga ruang peningkatan sangat terbatas. Selain itu, instrumen pretest–posttest yang lebih fokus pada konsep dasar kemungkinan belum cukup sensitif untuk menangkap peningkatan pemahaman konseptual yang lebih mendalam.

Walaupun peningkatan pengetahuan tidak signifikan secara statistik, kegiatan edukasi tetap memberikan dampak positif dalam memperkuat literasi peserta terkait keamanan kosmetik. Hal ini penting mengingat apoteker memiliki peran strategis sebagai health educator dan gatekeeper yang memastikan masyarakat menggunakan kosmetik yang aman, terstandar, dan sesuai regulasi. Peningkatan pemahaman juga berkontribusi pada kepercayaan diri mahasiswa dalam memberikan konseling kosmetik dan edukasi kesehatan.

Program ini juga menyoroti pentingnya memperhatikan kesehatan mental mahasiswa profesi apoteker. Dengan adanya sebagian kecil responden yang mengalami gejala depresi ringan hingga sedang, diperlukan dukungan psikologis berkelanjutan agar mahasiswa mampu menjalankan peran profesional secara optimal.

Sebagai bentuk dokumentasi pelaksanaan program, pada bagian lampiran disertakan foto-foto kegiatan yang menggambarkan proses pelaksanaan acara, partisipasi mahasiswa profesi apoteker, serta suasana kegiatan secara keseluruhan.

**Gambar 1.** Pemberian materi klinis



Gambar 2. Pemberian materi industri



Gambar 3. Suasana kelas ketika pelaksanaan pemberdayaan berlangsung

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan Program Pemberdayaan Umat (PRODAMAT) bertema “Edukasi untuk Meningkatkan Kesehatan Jiwa dan Kepercayaan Diri Apoteker” telah terlaksana di Universitas Muhammadiyah Magelang dengan baik. Program ini bertujuan meningkatkan pemahaman mahasiswa profesi apoteker mengenai keamanan kosmetik sekaligus memperhatikan aspek kesehatan mental. Setelah edukasi, terjadi peningkatan pengetahuan dari 88,9% menjadi 94,7%, yang menunjukkan adanya penguatan

pemahaman peserta. Hasil screening PHQ-9 juga memperlihatkan mayoritas peserta berada pada kategori tanpa gejala depresi, sementara sebagian kecil menunjukkan gejala ringan hingga sedang.

Program edukasi serupa disarankan untuk dilaksanakan secara berkelanjutan dan terintegrasi dalam kegiatan akademik mahasiswa profesi apoteker. Selain itu, diperlukan upaya pendampingan kesehatan mental bagi peserta yang menunjukkan gejala depresi, guna mendukung kesiapan psikologis dan profesionalisme apoteker di masa mendatang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Muhammadiyah Magelang, dosen pembimbing, serta seluruh peserta yang telah mendukung dan berpartisipasi dalam kegiatan ini. Apresiasi khusus diberikan kepada mahasiswa profesi apoteker yang telah meluangkan waktu mengikuti edukasi dan pengisian kuesioner.

DAFTAR RUJUKAN

- Abdulkadir, W. S., & Akuba, J. (2022). Pemberdayaan Siswa Sekolah Dasar Dalam Pelatihan Dan Edukasi Apoteker Cilik Dalam Rangka Pencapaian Desa Peduli Kesehatan Di Kecamatan Pagimana. *Jurnal Sibermas (Sinergi Pemberdayaan Masyarakat)*, 11(1), 77–85. <https://doi.org/10.37905/sibermas.v11i1.12044>
- Alahmadi, M., AlShehri, S., almajhad, A., Alfakher, R., Alsulami, A., Alghamdi, S., & Hakami, S. (2025). Knowledge, Attitude and Practice Towards Skin-Lightening Products Among Females of the General Population in Saudi Arabia. *Majmaah Journal of Health Sciences*, 13(3), 47. <https://doi.org/10.5455/mjhs.2025.03.006>
- Alsharif, S. H., Alqahtani, S. H., Alqarehi, R. M., Alsayed, M. A., Alzahrani, A. S., Alharthi, A. M., Alruwaili, A. S., & AlFada, M. A. (2022). Knowledge, Attitudes, and Practices Regarding Skin Care in Saudi Arabia: A Cross-Sectional, Survey-Based Study. *Cureus*, 14(12). <https://doi.org/10.7759/cureus.32490>
- Geetha Yohini G., D., M., T., I., K., R. A., R. M., S. R., & Narasimha Murthy K. M. (2023). Cosmetovigilance: knowledge, attitude and practice study. *International Journal of Basic & Clinical Pharmacology*, 12(3), 434–438. <https://doi.org/10.18203/2319-2003.ijbcp20231124>
- Haswita, H., Nabila, S. V., & Anggari, R. S. (2025). Hubungan Pola Komunikasi Keluarga dengan Risiko Depresi berdasarkan Screening Depresi PHQ-9 pada Remaja. *Nursing Information Journal*, 4(2), 65–73. <https://doi.org/10.54832/nij.v4i2.881>
- Samuels, D. V., Rosenthal, R., Lin, R., Chaudhari, S., & Natsuaki, M. N. (2020). Acne vulgaris and risk of depression and anxiety: A meta-analytic review. *Journal of the American Academy of Dermatology*, 83(2), 532–541. <https://doi.org/10.1016/j.jaad.2020.02.040>
- Shangra, A. M., Silvers, J., Warholak, T., & Vadiiei, N. (2021). Prevalence of anxiety and depressive symptoms among pharmacy students. *American Journal of Pharmaceutical Education*, 85(2), 102–106. <https://doi.org/10.5688/ajpe8166>
- Susanti, A. E., Suminarhati, H., Perawat, P., & Planning, D. (2024). *Perawat Dalam Penyusunan Discharge Planning the Relationship Between the Level of Knowledge and the Behavior of Nurses in the Preparation in the Inpatient Room of a Private Yogyakarta Hospital*. 6(2).
- Tuahuns, F., Sabrina, A., & Savitri, F. (2025). Edukasi Cara Meningkatkan Kepercayaan Diri pada Siswa SMK Farmasi dalam Perhitungan Farmasi. *Pengabdian Pendidikan Indonesia*, 3(01), 1–8. <https://doi.org/10.47709/ppi.v3i01.5656>
- Yayehrad, A. T., Lule, A., Tebabal, A. T., Esmael, M., Risqe, N., Temesgen, S., Negash, S., Hamid, S., Tasew, S., Mekonen, S., & Siraj, E. A. (2023). Concern on Skin Lightening Product Safety: Level of Awareness and Associated Factors Among Female Users in Bahir Dar City, Ethiopia. *Clinical, Cosmetic and Investigational Dermatology*, 16(July), 1753–1761. <https://doi.org/10.2147/CCID.S416460>