

LEMBAR KERJA MAHASISWA (LKM)

Berbasis AI-Personalized

Sistem Ekskresi Manusia : Bagian 2 (Kulit)

Identitas Mahasiswa

Kelas/KLP :

Anggota :

Kasus 3
Life and Daily Relate

Kekeliruan Tren Home-Made Skincare



Skenario Kasus

Melihat tren di media sosial tentang perawatan wajah hemat biaya menggunakan bahan alami dari dapur, kamu dan teman-temanmu tertarik untuk mencobanya. Seorang temanmu menyarankan untuk mengoleskan perasan air jeruk nipis/lemon murni secara langsung ke wajah untuk menghilangkan bekas jerawat, serta membasuh muka dengan larutan air garam pekat setiap malam untuk mencerahkan kulit. Temanmu meyakinkanmu dengan berkata, 'Ini kan bahan alami, alami itu pasti 100% aman dan bebas kimia berbahaya. Daripada beli skincare mahal yang banyak kimianya, mending racik sendiri di rumah, pasti hasilnya alami dan glowing!'



Petunjuk Pengerjaan LKM

- Setelah membaca dan memahami skenario kasus di atas, **tentukanlah** domain kesehatan yang **paling menggambarkan** kondisi dirimu saat ini (*Disease Prevention* atau *Health Care*).
- Selanjutnya, **jawablah** pertanyaan-pertanyaan dimensi pada domain pilihanmu melalui **3 tahapan Sekuel** yang tersedia!
- **Domain C** (*Health Promotion*) **wajib dipilih!**



Pilihlah domain yang sesuai dengan memberi tanda centang!

☐

Domain A : *Disease Prevention* (Pilih ini jika kondisi kulitmu saat ini sehat/normal/tidak mengalami keluhan, dan kamu ingin mencegah risiko kerusakan lapisan acid mantle atau luka bakar kimiawi di masa depan).

☐

Domain B : *Health Care*

(Pilih ini jika kamu sedang/pernah mengalami keluhan kulit seperti perih hebat, kulit terbakar (burn), kemerahan mengelupas, atau iritasi parah akibat mencoba racikan bahan alami/DIY skincare).

☒

Domain C : *Health Promotion*
(Wajib dipilih)

(Pilih ini jika kamu memiliki kondisi kulit sehat/sudah pulih dari iritasi, dan ingin mempertahankan kesehatan kulit secara optimal serta menyikapi mitos "semua yang alami pasti aman" secara bijak).

SEKUEL 1

Pahami 4 pertanyaan di bawah ini sesuai dengan domain yang telah kamu pilih:

A. Domain A (*Disease Prevention*)

Jika kamu memilih domain ini, jawablah pertanyaan berikut berdasarkan pemahamanmu dengan mengisi kolom jawaban yang telah disediakan!

Dimensi : *Access*

Pertanyaan: Faktor risiko kerusakan organ kulit/epidermis apa yang perlu kamu identifikasi dari tingkat keasaman ekstrem (pH rendah air lemon) atau sifat higroskopis/penarik air (larutan garam pekat) pada kasus di atas?

Jawaban :

Dimensi : *Understand*

Pertanyaan: Mengapa anggapan bahwa "bahan alami pasti 100% aman dan bebas kimia" dapat berisiko merusak lapisan pelindung asam alami (acid mantle) dan skin barrier kulitmu?

Jawaban :

Dimensi : *Appraise*

Pertanyaan: Bagaimana kamu menilai kebenaran klaim racikan alami tersebut jika dibandingkan dengan standar keasaman (pH) dan keamanan dermatologis bagi organ kulit?

Jawaban :

Dimensi : *Apply*

Pertanyaan: Langkah pencegahan konkret apa yang akan kamu ambil saat melihat tren meracik skincare alami agar kulitmu terhindar dari iritasi atau luka bakar kimiawi (chemical burn) di masa depan?

Jawaban :

SEKUEL 1

Pahami 4 pertanyaan di bawah ini sesuai dengan domain yang telah kamu pilih:

B. Domain B (*Health Care*)

Jika kamu memilih domain ini, jawablah pertanyaan berikut berdasarkan pemahamanmu dengan mengisi kolom jawaban yang telah disediakan!

Dimensi : *Access*

Pertanyaan: Gejala atau keluhan fisik apa pada kulit (seperti perih menyengat, kulit memerah panas, atau mengelupas hebat) yang kamu rasakan atauantisipasi jika nekat mengoleskan air lemon/garam pekat ke wajah?

Jawaban :

Dimensi : *Understand*

Pertanyaan: Mengapa tingkat keasaman tinggi dari asam sitrat murni dapat memicu iritasi berat dan mengganggu kelenjar ekskresi serta lapisan epidermis kulitmu?

Jawaban :

Dimensi : *Appraise*

Pertanyaan: Bagaimana kamu mengevaluasi kondisi kulitmu yang sedang perih/terbakar akibat racikan alami: apakah cukup dengan membasuh air mengalir dan pelembap netral (basic skincare) atau perlu penanganan medis ke dokter spesialis kulit (dermatologist)?

Jawaban :

Dimensi : *Apply*

Pertanyaan: Jika kulitmu terlanjur merasa perih, panas terbakar, atau iritasi akibat racikan DIY skincare, pertolongan pertama apa yang langsung kamu lakukan untuk menetralkan kulitmu?

Jawaban :

SEKUEL 1

Pahami 4 pertanyaan di bawah ini sesuai dengan domain yang telah kamu pilih:

C. Domain C (*Health Promotion*)

Jika kamu memilih domain ini, jawablah pertanyaan berikut berdasarkan pemahamanmu dengan mengisi kolom jawaban yang telah disediakan!

Dimensi : *Access*

Pertanyaan: Pengaruh mitos sosial (natural fallacy) dan tren media sosial seperti apa yang kamu identifikasi dari ajakan memakai racikan dapur pada kasus di atas?

Jawaban :

Dimensi : *Understand*

Pertanyaan: Mengapa penting bagimu untuk memahami perbedaan antara bahan alami yang sudah diekstrak dan diformulasikan secara klinis dengan bahan dapur murni yang belum terukur takarannya?

Jawaban :

Dimensi : *Appraise*

Pertanyaan: Bagaimana kamu menilai dan menyaring informasi tren DIY skincare di media sosial secara kritis sebelum memutuskan mengoleskan sesuatu ke kulit wajahmu?

Jawaban :

Dimensi : *Apply*

Pertanyaan: Tindakan nyata dan edukasi bijak seperti apa yang akan kamu terapkan untuk mempertahankan kesehatan kulitmu tanpa tergiur racikan alami yang berisiko?

Jawaban :