



Pengaruh Penggunaan Masker Buatan Sendiri Campuran Alpukat dan Madu Terhadap Pencegahan Kulit Wajah Kering Pada Mahasiswi DIII Keperawatan Universitas Abulyatama

Nela Firdayasari^{1*}, Yadi Putra², Yusrika Yusrika³
¹⁻³Universitas Abulyatama, Indonesia

Alamat: Jl. Blangbintang Lama No.KM 8, RW.5, Lampoh Keude, Kec. Kuta Baro, Kabupaten Aceh Besar, Aceh 24415

Abstract. Indonesia is a country that has a tropical climate that is full of abundant sunshine throughout the year. the role of the sun is very much needed for living things and also humans for survival, besides its benefits, ultraviolet rays can be harmful if exposed for too long so that it can allow exposure to rays (UV B) with high identity, which can cause adverse effects on the skin. Research Objectives To determine the Effect of Using Homemade Masks Mixed with Avocado and Honey on Preventing Dry Facial Skin in DIII Nursing, Abulyatama University Female Students. This study uses the Pre-Experiment method. The sample in this study used Acidental, which means that the researcher determined his own sample based on the criteria made by the researcher as many as 18 Respondents. The results of the study There is an Effect of Using Homemade Masks Mixed with Avocado and Honey on Preventing Dry Facial Skin in DIII Nursing, Abulyatama University Female Students with a p value = 0.000. The researcher expects the respondents to be used as a reference or guideline in preventing dry skin on their faces and maintaining the moisture of their facial skin.

Keywords: Avocado, Honey, Skin Prevention

Abstrak. Indonesia merupakan negara yang memiliki iklim tropis yang penuh dengan limpahan sinar matahari sepanjang tahunnya. peran matahari sangat dibutuhkan bagi makhluk hidup dan juga manusia bagi kelangsungan hidup, disamping manfaatnya sinar ultra violet dapat merugikan apabila terpapar terlalu lama sehingga dapat memungkinkan terpapar sinar (UV B) dengan identitas tinggi, yang bisa mengakibatkan efek merugikan bagi kulit. Tujuan Penelitian Mengetahui Pengaruh Penggunaan Masker Buatan Sendiri Campuran Alpukat Dan Madu Terhadap Pencegahan Kulit Wajah Kering Pada Mahasiswi DIII Keperawatan Universitas Abulyatama. Penelitian ini menggunakan metode *Pre-Experiment*. Sampel dalam penelitian ini menggunakan *Acidental* yang artinya peneliti menentukan sendiri sampel nya berdasarkan kriteria yang dibuat oleh peneliti sebanyak 18 Responden. Hasil penelitian Ada Pengaruh Penggunaan Masker Buatan Sendiri Campuran Alpukat Dan Madu Terhadap Pencegahan Kulit Wajah Kering Pada Mahasiswi DIII Keperawatan Universitas Abulyatama dengan nilai $p = 0,000$. Peneliti mengharapkan kepada responden agar dapat dijadikan sebagai acuan atau pedoman dalam mencegah kulit kering pada wajahnya dan terjaganya kelembapan kulit wajahnya

Kata Kunci: Alpukat, Madu, Pencegahan Kulit

1. LATAR BELAKANG

Indonesia merupakan negara yang memiliki iklim tropis yang penuh dengan limpahan sinar matahari sepanjang tahunnya. peran matahari sangat dibutuhkan bagi makhluk hidup dan juga manusia bagi kelangsungan hidup, disamping manfaatnya sinar ultra violet dapat merugikan apabila terpapar terlalu lama sehingga dapat memungkinkan terpapar sinar (UV B) dengan identitas tinggi, yang bisa mengakibatkan efek merugikan bagi kulit (Avinka, 2022).

Kulit merupakan organ terbesar yang melapisi seluruh permukaan tubuh makhluk hidup yang terdiri dari tiga lapisan utama yaitu: epidermis, dermis, dan subkutan memiliki fungsi

untuk melindungi pada permukaan kulit luar terdapat pori-pori yang menjadi tempat keluarnya keringat. Dan memiliki fungsi sebagai alat indra, serta pengatur suhu (As'ary, 2022).

Kulit wajah merupakan bagian tubuh yang utama harus di perhatikan, setiap orang memiliki tipe kulit berbeda – beda, seperti jenis kulit wajah yang kering: (pori – pori mudah terlihat kemerahan dan kusam), jika permasalahannya sangat parah akan terjadi pecah – pecah gatal dan teriritasi, ini terjadi ketika tidak memproduksi minyak alami atau sebum yang cukup untuk menjaga kelembapan, bagi wanita kulit wajah sangat istimewa hingga berlomba – lomba memiliki wajah sehat. Hal penting adalah memperhatikan asupan gizi, vitamin, dan mineral untuk kesehatan (Odetta, 2019).

Dalam perawatan kulit wajah di manfaatkan untuk membuat kosmetik alami yang dibuat dengan manual seperti masker yang menggunakan bahan buah-buahan. Masker alami dapat di oleskan langsung pada kulit wajah untuk meremajakan, melembabkan dan membuat sehat dan segar. Kosmetik alami sangat diminati untuk kecantikan karna bahan alami lebih aman digunakan untuk memperbaiki penampilan dan memperlambat timbulnya kerutan dengan perawatan sesuai yang digunakan (Minerva & Murni. (2019).

Masker wajah saat ini masih sangat di minati oleh semua kalangan. Apalagi bagi kalangan anak muda, dilihat dari beberapa dampak yang dapat terjadi ketika menggunakan masker berbahan kimia pada wajah. Buah alpukat ini memang sudah lama terkenal baik untuk kecantikan dan kesehatan wajah, alpukat kaya akan vitamin A, E, C, K, B6, B1, Folat, dan asam pantotenat. Maka dari itu masker campuran alpukat dan madu ini merupakan bagian yang perlu di pertimbangkan untuk menjadi salah satu hal yang digunakan untuk melembapkan kulit wajah dan juga mampu menyamarkan bekas kemerahan akibat jerawat, pada saat ini masker wajah juga dilihat dari manfaat, kandungan apa yang ada di dalamnya, dan juga kemasan masker tersebut (Nugraha, 2023).

Pelembab wajah bertujuan untuk mengembalikan kelenturan lapisan luar, dan mengembalikan fungsi perlindungan, serta untuk mengembalikan pembaruan alami kulit. Kligman dan Leyden mendefinisikan pelembab sebagai suatu bahan yang dioleskan secara tropikal yang tidak mengering juga tidak mengeras jika digunakan pada wajah hingga mampu memperbaiki gejala kulit kering. Pelembab masker yang terbuat dari berbagai bahan alam sehingga aman untuk kulit, salah satu contoh adalah buah alpukat yang dimanfaatkan sebagai pembuatan masker (Drealos, 2018).

Buah alpukat madu merupakan tanaman yang di kenal luas oleh masyarakat di indonesia. Yang di dalamnya mengandung vitamin a,b,c dan e serta karoten didalamnya terdapat jumlah yang tinggi, alpukat juga merupakan tanamanyang buahnya memiliki gizi dan

memiliki banyak manfaat sebagai bahan kosmetik. Alpukat memiliki masa simpan yang tidak lama bila perlu memasukkan alpukat kedalam kulkas agar lebih tahan lama (Nuraini, 2019).

Alpukat merupakan salah satu buah yang sering kita jumpai di sekitar kita yang mempunyai sejuta khasiat untuk kecantikan, di samping manfaatnya yang begitu banyak rasanya juga sangat enak untuk orang dewasa dan juga anak – anak. Alpukat memiliki kandungan lemak cukup tinggi yang manfaatnya sangat baik di gunakan untuk perawatan kulit wajah terutama yang memiliki masalah kulit kering (Divantary, 2021).

Madu sudah di kenal dan juga sudah di gunakan oleh manusia sejak zaman dahulu kala. Dan manfaat didalamnya bagi kesehatan sangat banyak dapat meningkatkan daya tahan tubuh, mengobati masalah pencernaan, dan membantu masalah kecantikan (Saras, 2023).

Masker wajah dengan bahan alami ini yakni campuran alpukat dan madu menjadi salah satu pilihan untuk membuat inovasi baru, karena dilihat dari masker wajah yang sudah ada saat ini masih banyak di temukan campuran bahan-bahan yang dapat membahayakan kulit wajah. Serta dalam hal ini peluang usaha yang ada sangat menjanjikan dan dapat menghasilkan keuntungan yang cukup banyak (Nugraha, 2023).

Pengobatan wajah kering dapat diobati dengan bahan kimia atau alami. Pengobatan kimia seperti menggunakan pelembab moisturezer yang mengandung oklusif dan humektan, juga eksfoliasi wajah dengan kandungan (AHA) dan (BAH), dan krim malam mampu menghidrasi kulit. Pengobatan alami dapat dilakukan dengan pmbutan masker alpukat dan madu, memenuhi nutrisi, minum air putih yang cukup (Maria, 2020).

Selain itu manfaat masker wajah alami yaitu memiliki fungsi untuk membantu meningkatkan kelembapan kulit dan menghidrasi untuk jenis kulit yang kering dan berjerawat. Masker alami juga dapat membantu membersihkan kulit secara lebih dalam, pembersihan dengan masker wajah alami membantu menghilangkan kelebihan minyak dan kotoran, membuka pori-pori dan mengencangkan kulit sehingga membuat kulit tampak bersih dan bercahaya. Sasaran pasar yang kami tuju tidak hanya bagi kalangan muda, melainkan bisa ditujukan untuk semua umur dan tidak hanya bisa digunakan untuk perempuan saja, tetapi bisa juga di gunakan oleh laki-laki (Nugraha, 2023).

Penelitian yang dilakukan Emia (2018), bahwa pada kelompok perlakuan tidak terdapat subjek yang mengalami kenaikan skor ODS. Sebanyak 10 orang (83,3%) mengalami penurunan skor ODS dan 2 orang (16,7%) tidak mengalami perubahan skor ODS. Analisis skor ODS *pre-test* dan *post-test* pada kelompok perlakuan menggunakan *uji Wilcoxon* karena distribusi data tidak normal ($p < 0,05$). Hasil *uji Wilcoxon* menunjukkan nilai $p = 0,003$ ($p < 0,05$)

yang berarti terdapat perbedaan bermakna antara skor ODS *pre-test* dan *post-test* pada kelompok perlakuan Pemberian Masker Madu Dalam Formulasi Pelembab Pada Kulit Kering.

Data *World Health Organization* (WHO) menunjukkan prevalensi kulit kering diperkirakan sekitar 29% hingga 85%. Sebuah penelitian di Jerman mengungkapkan bahwa penderita kulit kering tertinggi adalah pada golongan orang tua berusia 60 tahun dengan presentase sebanyak 55,6% dan pada usia 16 tahun sebanyak 29,4%. Di Brazil, Australia, Turki, 35% - 70%. Dokter kulit dan dokter umum di Jerman menyatakan setiap tahunnya setidaknya 10 juta orang terkena dampaknya dan terdapat 99,1 kasus. Dampak kulit kering juga terjadi di Indonesia dengan banyak 27,9% dan wajah kusam 58,7% (Augustin, 2019).

Data Indonesia menunjukkan prevalensi terkait kulit kering sebanyak 50% - 80% sedangkan pada negara lain seperti Brazil, Australia, Turki sekitar 35% - 70%. Pada divisi geriatri poliklinik kulit dan kelamin rumah sakit dr. Cipto Mangunkusumo (RSCM) Jakarta tahun 2008 – 2013 kulit kering termasuk dalam sepuluh penyakit terbanyak (Sinulingga, 2018).

Universitas Abulyatama mempunyai Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan (FIKES), dimana dalam fakultas tersebut terdapat 5 Program Studi yaitu, D3 Keperawatan, S1 Kebidanan, D4 Keselamatan Dan Kesehatan Kerja, S1 Kesehatan Masyarakat dan S1 Ilmu Keperawatan, dari 5 Program Studi tersebut terdapat jumlah Mahasiswa Perempuan sebanyak 190 pada tahun ajaran 2021. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti selama 2 hari yaitu pada tanggal 17-18 Februari tahun 2024 pada mahasiswi DIII Akper Abulyatama, didapatkan dari 10 responden 5 diantaranya mengatakan mengalami kulit yang kering yang memiliki ciri-ciri seperti kusam dan berkomedo dikarenakan sering beraktivitas dibawah matahari serta tidak menggunakan masker pelembab wajah, namun 5 orang responden lainnya mengatakan kulit mereka kering karena tidak tau caranya untuk merawat supaya lembab, mereka hanya membersihkan kulitnya yang sebelumnya menggunakan Make Up dengan sabun muka serta hanya mengeringkan pakai tissue. Dari 10 responden tersebut tidak menggunakan masker pelembab wajah untuk mengatasi kulit kering yang terjadi di area wajah mereka, sehingga peneliti tertarik untuk menganalisis Pengaruh Penggunaan Masker Buatan Sendiri Campuran Alpukat Dan Madu Terhadap Pencegahan Kulit Wajah Kering Pada Mahasiswi DIII Keperawatan Universitas Abulyatama.

2. KAJIAN TEORITIS

Kulit merupakan lapisan terluar tubuh. Kulit termasuk organ ekskresi yang mampu mengeluarkan zat sisa seperti kelenjar keringat, selain itu memiliki fungsi utama sebagai pelindung dari berbagai gangguan dan rangsangan luar, untuk mengatur suhu tubuh, dan sebagai alat indra peraba (Handayani, 2021).

Masker wajah merupakan kosmetik perawatan kecantikan yang sangat populer untuk meningkatkan kualitas kulit. Masker wajah digunakan untuk merawat kulit agar tetap sehat, yang bekerja secara mendalam dan dapat mengangkat sel kulit mati. Masker wajah digunakan untuk pembersih wajah dan perawatan, dengan cara dioleskan ke kulit dalam bentuk selaput tebal dan dilepas dalam beberapa waktu, biasanya 15-30 menit. Masker wajah yang dikenal dipasaran adalah masker bubuk, masker gelatin, dan masker bahan alami (Ekuerisa, 2020).

Manfaat dalam buah alpukat seperti pada daging buahnya dapat dijadikan hidangan dan juga bahan dasar untuk pembuatan produk kosmetik dan juga kecantikan. Bukan hanya itu, biji dan kulit pohonnya juga memiliki manfaat lain. Dalam alpukat mengandung sumber vitamin E yang dapat membantu menghaluskan kulit dan melembabkan. Dengan kombinasi vitamin tersebut menjadikan kulit kenyal, menghilangkan kerut, serta membuat kulit terlihat muda dan segar. Umumnya alpukat ini digunakan dalam kecantikan seperti masker wajah atau lulur pada wanita (Divantary, 2021)

3. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pre-Eksperimen* sungguh-sungguh dengan pengukuran menggunakan alat *Skin Analyzer*. Penelitian ini menggunakan rancangan *one grup pretest-posttest* (Nursalam, 2015).

<i>Pre-Test</i>	Perlakuan	<i>Post-Test</i>
O1	X	O2

Keterangan:

O1 : Tahapan kulit sebelum diberikan masker alpukat dan madu.

X : Tahapan perlakuan, dimana responden diberikan masker alpukat dan madu.

O2 : Tahapan kulit menjadi lembab setelah diberikan masker alpukat dan madu

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Pengumpulan data penelitian dilakukan dari tanggal 26 Agustus s/d 10 September 2024 Pada Mahasiswi DIII Keperawatan Universitas Abulyatama. Jumlah sampel yang didapat adalah 15 responden. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan memberikan Masker Buatan Sendiri Campuran Alpukat Dan Madu Terhadap Pencegahan Kulit Wajah Kering. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, diperoleh data yaitu:

Data Demografi Responden

Tabel. Distribusi Frekuensi Data Demografi Mahasiswi DIII Keperawatan Universitas Abulyatama (n=15)

No	Jenis	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Umur	18 Tahun	5	33.3
		20 Tahun	7	46.7
		22 Tahun	3	20.0
2	Berapa Lama Terpapar Matahari	1 Jam	2	13.3
		50 Menit	1	6.7
		40 Menit	2	13.3
		30 Menit	8	53.4
		20 Menit	2	13.3
3	Jurusan	D3 Keperawatan	15	100.0
	Total		15	100.0

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel dilihat dari umur yang tertinggi terdapat pada umur 20 tahun dengan jumlah 7 (46.7%). Kemudian dari berapa lama terpapar matahari tertinggi terdapat pada 30 menit sebanyak 8 (53.4%). Dan dari jurusan peneliti menggunakan mahasiswi jurusak D3 Keperawatan dengan jumlah 15 (100.0%).

Sebelum Dan Sesudah Pemberian Masker Alpukat Campur Madu

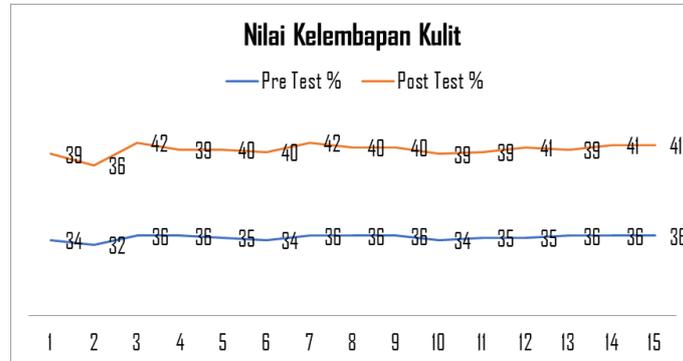
Tabel. Distribusi Frekuensi Berdasarkan *Pretest* Dan *Posttest* Nilai Kelembapan Kulit Pada Mahasiswi DIII Keperawatan Universitas Abulyatama (n=15)

No	Kelembapan Kulit	Frekuensi (f)	Persentase (%)
<i>Pretest</i>			
1	Sangat Kering	1	6.7
2	Kering	14	93.3
Jumlah		15	100.0
<i>Posttest</i>			
1	Normal	14	93.3
2	Kering	1	6.7
Jumlah		15	100.0

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel didapatkan bahwa distribusi tertinggi tentang kelembapan kulit sebelum intervensi berada pada kategori kering sebanyak 14 (93.3%) responden. Kemudian sesudah intervensi berada pada kategori normal sebanyak 14 (93.3%)

Grafik Sebelum Dan Sesudah Pemberian Masker Alpukat Campur Madu

Grafik. Nilai Kelembapan Sebelum Dan Sesudah Pemberian Masker Alpukat Campur Madu Pada Mahasiswi DIII Keperawatan Universitas Abulyatama (n=15)



Berdasarkan hasil *Pre Test* dan *Post Test* yang telah dilakukan ditemukan fakta bahwa pemberian masker alpukat campur madu yang dilakukan peneliti memberikan dampak yang signifikan terhadap nilai kelembapan kulit.

Pengaruh Sebelum Dan Sesudah Campuran Alpukat Dan Madu Terhadap Pencegahan Kulit Wajah Kering Pada Mahasiswi DIII Keperawatan Universitas Abulyatama

Tabel. Uji *Paired* Sebelum Dan Sesudah Campuran Alpukat Dan Madu Terhadap Pencegahan Kulit Wajah Kering Pada Mahasiswi DIII Keperawatan Universitas Abulyatama (n=15)

Variabel	Mean	Selisih Mean	SD	SE	<i>p value</i>
Pre Test Sebelum Intervensi	35.13	4.73	1.032	0.266	0.000
Post Test Sesudah Intervensi	39.86				

Berdasarkan tabel terlihat selisih nilai rata-rata nilai *Pre Test* dan *Post Test* yaitu 4.73. Hasil *T-Test* dependen diperoleh nilai *p value* 0.000 (< 0.05). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima yang artinya ada Pengaruh Penggunaan Masker Buatan Sendiri Campuran Alpukat Dan Madu Terhadap Pencegahan Kulit Wajah Kering Pada Mahasiswi DIII Keperawatan Universitas Abulyatama.

Pembahasan

Berdasarkan hasil terlihat selisih nilai rata-rata nilai *Pre Test* dan *Post Test* yaitu 4.73. Hasil *T-Test* dependen diperoleh nilai *p value* 0.000 (< 0.05). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_a diterima yang artinya ada Pengaruh Penggunaan Masker Buatan Sendiri Campuran Alpukat Dan Madu Terhadap Pencegahan Kulit Wajah Kering Pada Mahasiswi DIII Keperawatan Universitas Abulyatama.

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan Annisa (2017) Berdasarkan pengujian statistika ANOVA untuk melihat perbedaan hasil ketiga kelompok perlakuan secara signifikan, diperoleh signifikansi hitung sebesar $0.002 < 0.050$ yang berarti bahwa Hipotesis yang berbunyi “Terdapat perbedaan pengaruh perawatan wajah kering dengan menggunakan Masker Buah Alpukat dengan tiga perlakuan yang berbeda pada indikator Kelembaban Kulit”. analisis Uji Duncan menyatakan bahwa antara X1 berbeda secara signifikan dengan X2 dan X3, sedangkan X2 dan X3 tidak berbeda secara signifikan (nyata), namun rata-rata skor pada X3 lebih tinggi dari 2 kelompok lainnya. Dengan demikian dinyatakan hasil penelitian pada kelompok X3 paling baik.

Dalam buah alpukat terkandung vitamin A, B, C, dan E serta β -karoten dalam jumlah yang tinggi, bahkan kandungan potasiumnya lebih tinggi daripada pisang. Didukung oleh pendapat Latifah (2007) yang menyatakan bahwa Vitamin C yang ada dalam kandungan buah Alpukat memiliki manfaat membantu pembentukan kolagen. Vitamin C mengandung asam askorbat yang merupakan kunci utama untuk memproduksi kolagen sebagai protein untuk membuat kulit, vitamin C berperan dalam melindungi kulit dari pengaruh buruk sinar Ultra Violet yang menyebabkan penuaan dini dan mencegah pembentukan melanin..

Kandungan bahan kolagen yang terkandung didalam buah Alpukat bermanfaat untuk melindungi kulit dari pengaruh buruk sinar *Ultra Violet* yang dapat menggelapkan wajah. Oleh karena itu pemanfaatan Masker Buah Alpukat dalam frekuensi yang tepat yakni 3 x dalam seminggu dapat membantu melembabkan dan mencerahkan kulit wajah wanita.

Menurut peneliti buah Alpukat bermanfaat untuk mengatasi kekeringan pada kulit wajah maka dalam penelitian ini dapat dibuktikan dengan adanya perubahan kelembaban kulit yang tidak terlalu lama, pada responden dimana terdapat perubahan dari tidak lembab menjadi lembab pada responden

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Setelah melakukan penelitian mengenai Pengaruh Penggunaan Masker Buatan Sendiri Campuran Alpukat Dan Madu Terhadap Pencegahan Kulit Wajah Kering Pada Mahasiswi DIII Keperawatan Universitas Abulyatama, dari data yang telah di peroleh dalam proses penelitian ini dapat di tarik simpulan bahwa ada Pengaruh Penggunaan Masker Buatan Sendiri Campuran Alpukat Dan Madu Terhadap Pencegahan Kulit Wajah Kering Pada Mahasiswi DIII Keperawatan Universitas Abulyatama dengan nilai $p = 0,000$

Saran

Bagi Institusi Pendidikan disarankan dengan adanya penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi atau informasi dan dapat digunakan sebagai bahan pembelajaran

DAFTAR REFERENSI

- As'ary, M. H., Ginting, R. I., & Suryanta, M. G. (2022). Mengidentifikasi jenis kulit wajah dalam pemilihan produk skin care menggunakan metode certainty factor. *Jurnal Sistem Informasi TGD*, 1(3), 139–148.
- Augustin, M. (2019). Diagnosis and treatment of xerosis cutis – A position paper. *JDDG – Journal of the German Society of Dermatology*, 17(7), 3–33.
- Avinka, V., Mardhiani, Y. D., & Susanto, R. (2022). Studi pustaka peningkatan nilai SPF (sun protection factor) pada tabir surya dengan penambahan bahan alam. *Jurnal Sains dan Kesehatan*, 4(1), 2303–0267.
- Divantary, R. (2021). *Buku makanan dan gizi*. Kubu Buku.
- Drealos, Z. (2018). Formulasi sediaan masker peel off dari ekstra buah alpukat (*Persea americana* Mill) dengan variasi konsentrasi polivinil alkohol (PVA). *Journal of Pharmaceutical and Health Research*, 4(2), 303–311.
- Ekuerisa, L. (2020). *Buku buat cewek*. Jakarta.
- Handayani, S. (2021). *Buku anatomi dan fisiologi tubuh*. CV. Media Sains Indonesia.
- Let me know if you need further adjustments!
- Minerva, & Murni, R. (2019). Pengaruh proporsi tepung biji alpukat dan madu terhadap sifat organoleptik masker wajah tradisional. *Jurnal Beauty and Cosmetologi (JBC)*, 3(1), 7–19.
- Notoatmodjo, S. (2015). *Metodologi penelitian kesehatan*. PT Rineka Cipta.
- Nugraha, T. D. (2023). *Program kreativitas mahasiswa avocado honey face mask*. Universitas Muhammadiyah Surabaya.

- Nuraini, I. (2019). Pemanfaatan alpukat sebagai bahan masker kecantikan di Dusun Blangtreng Desa Ngembat Kecamatan Gondang Kabupaten Mojokerto. *Jurnal Abdi Bhayangkara UBHARA Surabaya*, 1(1), 69–76.
- Nursalam. (2015). Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pedoman skripsi, tesis dan instrumen penelitian keperawatan. Sagung Seto.
- Odetta. (2019). Formulasi sediaan fase spray gel kulit alpukat (*Persea americana* Mill) sebagai pelembab pada wajah. *Jurnal Forte*, 2(2), 112–119.
- Safitri, N. I., dkk. (2020). The effect of basic life support training by simulation methods on student skills at SMK Asta Mitra Purwodadi.
- Saras, T. (2023). Manfaat dan keajaiban madu. Tiram Media.
- Sinulingga, E. H., Budiastuti, A., & Widodo, A. (2018). Efektifitas madu dalam formulasi pelembab pada kulit kering. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 7(1), 146–157.
- Sulistyaningsih. (2012). Metodologi penelitian kebidanan kuantitatif kualitatif. Yogyakarta.
- Tanjung, Y. I., Abubakar, W., Wulandari, D., & Lubis, R. H. (2020). Kajian pengetahuan konseptual. *Media Sains Indonesia*.