

Pelatihan dan Penyuluhan Penggunaan Masker Beras Kencur dan Bedak Dingin Labu Kuning Sebagai Upaya Pencegahan Efek Paparan Sinar UV

Eva Dewi R Purba*¹

¹ Poltekkes Kemenkes Pangkalpinang

e-mail co Author: *¹dewipurba1501@gmail.com

ABSTRAK

Letak geografis Desa Pongok termasuk beriklim tropis dengan suhu maksimum 320C tentunya setiap hari cenderung terpapar dengan sinar UV (matahari langsung) dapat menyebabkan eritema dan sunburn (kulit terbakar) sedangkan paparan sinar matahari yang berlebihan dan berlangsung lama menyebabkan degenerasi pada kulit seperti penuaan dini dan beberapa kanker kulit. Pencegahan akibat paparan sinar UV dapat diatasi dengan pemakaian bedak dingin labu kuning dan masker beras kencur. Tujuan kegiatan ini memberikan penyuluhan dan melakukan pelatihan kepada masyarakat Desa Pongok untuk pembuatan Masker dan Bedak Dingin sebagai upaya pencegahan efek paparan sinar UV. Sasaran kegiatan pengabdian guna memberikan informasi ilmiah kepada masyarakat manfaat tanaman yang dapat dijadikan obat sebagai upaya pencegahan efek paparan sinar UV. Metode yang digunakan berupa penyuluhan dan demo pembuatan masker dan bedak dingin. Hasil kegiatan pengabdian ini yaitu berdasarkan uji organoleptik pada produk Bedak dingin labu kuning berdasarkan kesukaan 36 % menyatakan cukup menarik dan menarik, berdasarkan warna sebesar 48% menyatakan menarik, berdasarkan aroma sebesar 44% menyatakan menarik, berdasarkan tekstur sebesar 52% menyatakan menarik. Uji organoleptik pada masker beras kencur berdasarkan kesukaan sebesar 48% menyatakan cukup menarik, berdasarkan warna sebesar 60% menyatakan menarik, berdasarkan aroma sebesar 72% menyatakan menarik dan berdasarkan tekstur sebesar 64% menyatakan menarik. Kesimpulan bahwa masker dan bedak dingin dapat dimanfaatkan menjadi obat tradisional sebagai upaya pencegahan efek paparan sinar UV dengan penerapan teknologi obat sederhana yang relatif murah, aman, dapat diramu sendiri, dan mudah dilakukan.

Kata Kunci : obat tradisional, masker, bedak dingin, sinar UV

PENDAHULUAN

Kecamatan Kepulauan Pongok adalah kecamatan termuda di kecamatan Kabupaten Bangka Selatan yang baru diresmikan pada tanggal 06 Juni 2012. Kecamatan ini adalah daerah terpencil dan perbatasan dengan luas wilayah Kecamatan Kepulauan Pongok adalah 92.1253 km², sebagian besar merupakan dataran rendah. Berdasarkan luas desa di Kecamatan Kepulauan Pongok luas desa terbesar adalah Desa Pongok dengan luas 8.858,4 km² atau sekitar 96,1% dari total

luas Kecamatan Kepulauan Pongok, kemudian diikuti Desa Celagen dengan luas 3,5413 km² atau 3,8% dari luas total Kecamatan Kepulauan Pongok (profil Desa Pongok, 2016).

Profil Desa Pongok (2016) menjelaskan Peta wilayah Desa Pongok itu sendiri terletak dengan ketinggian dari permukaan laut 0-4 meter dengan batas-batas wilayah yaitu sebelah utara berbatasan dengan Laut Cina Selatan; sebelah selatan berbatasan dengan Laut Jawa; sebelah barat berbatasan dengan Samudera Pasifik, Selat Lepar; dan sebelah Timur berbatasan dengan Selat Gaspar.

Kecamatan Kepulauan Pongok (termasuk Desa Pongok) beriklim tropis dengan suhu maksimum sekitar 32°C. Berdasarkan data penduduk sasaran program pembangunan kesehatan Propinsi Kepulauan Bangka Belitung Tahun 2016, Desa Pongok merupakan desa yang memiliki penduduk terbanyak yaitu 3.357 jiwa (72,88%). Desa Pongok mempunyai jumlah rumah tangga sebanyak 917 rumah tangga dimana laki-laki berjumlah 1.731 orang dan perempuan berjumlah 1.626 orang. Total keseluruhan warga Desa Pongok berjumlah 3.357 orang. Umumnya penduduk Desa Pongok berprofesi nelayan dan hanya sebagian kecil bertani/berkebun (profil Desa Pongok, 2016). Berdasarkan studi pendahuluan keseharian warga terpapar dengan sinar matahari (sinar ultraviolet), baik kaum laki-laki yang kebanyakan sebagai nelayan dan kaum perempuan juga ikut membantu menjemur ikan. Akibat beriklim tropis dengan suhu maksimum 32°C tentunya setiap hari cenderung terpapar dengan sinar ultraviolet (matahari langsung) (profil Desa Pongok, 2016).

Paparan sinar ultraviolet dari matahari secara kronik akan mengakibatkan perubahan struktur dan komposisi kulit dan stress oksidatif pada kulit (Droge, 2002). Efek yang ditimbulkan dapat berupa perubahan-perubahan akut seperti eritema, pigmentasi dan fotosensitivitas, maupun efek jangka panjang berupa penuaan dini dan keganasan kulit (Tahir, 2002). Hal serupa juga disebutkan oleh Hadinoto dkk (2000) bahwa paparan sinar matahari yang kuat dapat menyebabkan eritema dan *sunburn* (kulit terbakar) sedangkan paparan sinar matahari yang berlebihan dan berlangsung lama menyebabkan degenerasi pada kulit seperti penuaan dini dan beberapa kanker kulit.

Pencegahan akibat paparan sinar UV dapat diatasi dengan penggunaan obat tradisional yang telah berlangsung sejak berabad-abad yang lalu dan sampai saat ini masih digunakan. Cara tradisional masih banyak diterapkan oleh sebagian besar masyarakat sehingga pengobatan tradisional masih menduduki penting dalam pemeliharaan kesehatan rakyat Indonesia. Hal ini disebabkan pengobatan tradisional dapat diramu sendiri, harga relatif murah, aman dibandingkan obat modern, serta mudah diperoleh karena tanaman obat tradisional banyak tumbuh di sekitar kita (Mahendra, 2006).

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan beberapa tahap sebagai solusi permasalahan yang dihadapi:

1) Penyuluhan (Sosialisasi)

Diawali dengan pemberian informasi ilmiah berdasarkan hasil-hasil penelitian berupa tanaman-tanaman yang dapat dijadikan sebagai obat tradisional, dalam hal ini masker dan bedak dingin.

2) Demo Pembuatan Masker dan Bedak Dingin

Selanjutnya tim akan mendemonstrasikan pembuatan masker dan bedak dingin, kemudian produk yang dihasilkan dapat dinilai dengan pemberian penilaian Uji Organoleptik.

Kegiatan saat mendemonstrasikan cara pembuatan masker beras kencur dan bedak dingin labu kuning dibutuhkan beberapa alat-alat yaitu baskom, pisau, timbangan, penggiling/ *blender*, sendok, ayakan, telenan, mangkuk, nampan dan kain hitam sedangkan bahan-bahan yang dibutuhkan labu kuning, kencur, tepung beras, telur ayam, dan air.

3) Evaluasi Kegiatan

Kegiatan penyuluhan penggunaan obat tradisional (masker dan bedak dingin) yang dilakukan oleh pelaksana pengabdian dinilai dari produk yang dihasilkan dengan pemberian penilaian Uji Organoleptik dan diberi tanda *check list* (✓) menurut penilaian peserta. Berikut ini tabel *check list* (✓) Uji Organoleptik:

Tabel 1. Tabel Check List Uji Organoleptik

Produk	Uji Organoleptik	Penilaian				
		1	2	3	4	5
Bedak dingin Labu Kuning	Kesukaan					
	Warna					
	Aroma					
	Tekstur (kelembutan)					
Masker Beras Kencur	Kesukaan					
	Warna					
	Aroma					
	Tekstur (kelembutan)					

Keterangan:

1. Sangat tidak menarik
2. Tidak menarik

3. Cukup menarik
4. Menarik
5. Sangat menarik

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Berdasarkan isian kuesioner yang diberikan kepada responden dalam penilaian produk obat tradisional (bedak dingin labu kuning dan masker beras kencur) yang sudah didemokan cara pembuatannya, maka diperoleh data hasil persentase penilaian uji organoleptik seperti pada tabel berikut:

Tabel 2. Tabel Hasil Persentase Uji Organoleptik

Produk	Uji Organoleptik	Persentase Penilaian Uji Organoleptik (%)				
		1	2	3	4	5
Bedak dingin Labu Kuning	Kesukaan	0	8	36	36	20
	Warna	4	4	32	48	12
	Aroma	0	0	32	44	24
	Tekstur (kelembutan)	0	0	16	52	32
Masker Beras Kencur	Kesukaan	4	8	48	32	8
	Warna	0	8	32	60	0
	Aroma	0	12	16	72	0
	Tekstur (kelembutan)	0	0	12	64	24

Keterangan:

1. Sangat tidak menarik
2. Tidak menarik
3. Cukup menarik
4. Menarik
5. Sangat menarik

1) Produk Bedak dingin labu kuning

Terlihat pada tabel, uji organoleptik untuk **kesukaan**, persentase tertinggi sebesar 36 % menyatakan cukup menarik dan menyatakan menarik 36%. Uji organoleptik untuk **warna**, persentase tertinggi responden menyatakan menarik sebesar 48%. Uji organoleptik untuk **Aroma**, persentase tertinggi responden menyatakan menarik yaitu sebesar 44%. Uji organoleptik untuk **Tekstur (Kelembutan)**, persentase tertinggi responden menyatakan menarik yaitu sebesar 52%.

2) Produk Masker Beras Kencur

Terlihat pada tabel, uji organoleptik untuk **kesukaan**, persentase tertinggi sebesar 48 % menyatakan cukup menarik. Uji organoleptik untuk **warna**, persentase tertinggi responden menyatakan menarik sebesar 60%. Uji organoleptik untuk **Aroma**, persentase tertinggi responden menyatakan menarik yaitu sebesar 72%. Uji organoleptik untuk **Tekstur (Kelembutan)**, persentase tertinggi responden menyatakan menarik yaitu sebesar 64%.

B. Pembahasan

Berdasarkan uji organoleptik baik uji kesukaan, warna, aroma, tekstur (produk bedak dingin labu kuning) yang dilakukan terhadap responden kebanyakan menyatakan menarik. Responden menganggap bedak dingin labu kuning terasa dingin, segar dan juga menjadikan wajah lembut. Responden menyukai bedak dingin karena mudah membuatnya dan bentuknya yang kecil bulat-bulat sebesar buah kelengkeng cukup untuk satu kali pakai apabila dicampur dengan air sebelum dibalur pada wajah. Warnanya juga menarik dan tidak meninggalkan noda baik di wajah atau baju. Wajah yang sehari-harinya terpapar matahari dapat menyebabkan wajah merah dan agak panas. Penuturan responden yang tidak hanya membuat, namun juga memakai bedak dingin merasakan wajah dingin dan sejuk. Wahyuni dkk (2015) menjelaskan labu kuning mengandung karotenoid yang dapat berfungsi sebagai antioksidan (dengan kata lain dapat menangkal radikal bebas). Selain itu Aldhani (2014) dalam penelitiannya menyebutkan kalau labu kuning mengandung senyawa lain diantaranya alkaloid dan flavonoid. Pada saat responden diminta untuk mengisi tabel *check list* uji organoleptik, ada beberapa responden mengaku sangat sulit menilai bedak dingin yang telah dibuat. Hal ini disebabkan terjadi keteledoran saat responden menjemur bedak dingin (berukuran bulat kecil-kecil) itu, lupa mengambil saat dijemur dibawah matahari. Akibatnya responden merasa produk bedak dingin yang dibuat gagal karena sebagian rusak dan agak lembab.

Berdasarkan uji organoleptik baik untuk uji kesukaan, warna, aroma, tekstur (produk bedak dingin labu kuning) yang dilakukan terhadap responden kebanyakan menyatakan menarik. Responden menyukai teksturnya lembut dan sangat mudah dipakai, tinggal diberi air sedikit dan dicampur serta dibalur ke wajah. Penuturan responden saat diwawancara singkat sambil mengisi tabel uji organoleptik juga merasakan hal yang sama. Rutin digunakan dalam sebulan saja sudah membuat wajah dingin, tidak merah dan perlahan-lahan mulai halus bahkan ada juga responden yang merasakan jerawat agak berkurang. Anisah (2015) menyebutkan kencur bermanfaat bagi kesehatan karena mampu menghilangkan rasa sakit, memudahkan buang air, mengencerkan darah dan antibakteri. Selain itu kencur juga bisa mengobati batuk, batuk asmatis, bengkak, jerawat, nyeri haid, migrain, pilek, masuk angin, pegal linu dan sakit perut. Kencur adalah salah satu jenis empon-empon. Banyak orang mengenal kencur tidak sebatas sebagai bahan campuran bumbu makanan saja, kencur tersusun atas beberapa kandungan zat pati, mineral,

minyak atsiri, sineol, asam metal kanil, penta, dekaan, asam sinamic, ethyl ester, asam sinamic, borneol, kamphere, peraumarin, alkaloid dan gom yang dapat digunakan untuk mengatasi jerawat. Selain itu, poduk bedak dingin dan masker beras kencur ini dapat digunakan sehari-hari oleh masyarakat desa sebagai upaya pencegahan dari efek paparan sinar UV.

KESIMPULAN

Kegiatan ini telah memberikan manfaat bagi masyarakat khususnya masyarakat Desa Pongok terlebih tentang informasi warisan leluhur dalam penggunaan obat tradisional namun berbasis ilmiah atas dasar telah teruji dan terbukti secara ilmiah. Pengenalan tanaman berkhasiat obat serta dengan pembuatannya dengan penerapan teknologi obat meski masih sederhana namun mudah dilakukan dan berbiaya rendah. Hal ini juga termasuk mendukung program pemerintah yang mulai menggerakkan masyarakat *back to nature* (pemanfaatan kembali hayati) serta tentang Penyuluhan TOGA (tanaman obat keluarga) yang dapat mendorong masyarakat mengenal tanaman-tanaman di sekitar berkhasiat obat.

SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat selanjutnya dapat memberikan edukasi/ penyuluhan untuk tanaman obat tradisional lainnya. Masyarakat sangat ingin mendapatkan informasi dan ilmu pengetahuan mengingat akses ke desa tersebut yang sangat sulit dan jauh dari pusat kota sehingga informasi yang diperoleh masyarakat desa tersebut minim sekali. Masyarakat Desa Pongok sangat mengharapkan pihak-pihak luar lebih intens melakukan kunjungan dan edukasi sehingga masyarakat Desa Pongok juga melek informasi dan teknologi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih diucapkan kepada Direktur Poltekkes Kemenkes Pangkalpinang, Kepala Desa Pongok dan masyarakat Desa Pongok, panitia dan pihak-pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu

DAFTAR PUSTAKA

- Anisah N.(2015). Studi Eksperimen Pembuatan Masker dengan Komposisi Bunga Pukul Empat, Kencur dan Binahong untuk Kulit Jerawat. *Skripsi*. Fakultas Teknik Universitas Negeri Semarang. Semarang
- Damayanti D.(2013). *Pintar Meracik Sendiri Ramuan Herbal untuk Penyakit*. Cetakan 1. Penerbit Araska. Yogyakarta
- Elsner P dan Howard.(2000). *Cosmeceuticals drug vs Cosmetics*. Marcel Dekker Inc. New York
- Hadinoto, I.,S.W., dan M.C.T.(2000). Pengaruh pH terhadap Efektivitas Sediaan Tabir Matahari dengan Bahan Aktif Heksil p Metoksianamat dan Oksilbenzen dalam

- Basis Hidrofilik Krim secara *in vitro*. In Kongres Ilmiah XIII Ikatan Sarjana Farmasi Indonesia. Jakarta
- Lestari, S.,(2011)..Panca Indra.[online] Available at: <http://www.unnes.ac.id> [Diakses tanggal 5 Maret 2017].
- Maryani Herti dan Suharmiati.(2006). *Tanaman Obat untuk Mengatasi Penyakit pada Usia Lanjut*. Cetakan Kelima. Penerbit Agromedia Pustaka. Jakarta
- Profil Desa Pongok.(2016). *Profil Desa Pongok*.
- Sirait, Midian.(2007). *Penuntun Fitokimia dalam Farmasi*. ITB: Bandung.
- Soesanto S,S.(1996). Radiasi Optik.artikel Media Litbangkes. Vol.VI. No.04.
- Sudirman T. A.(2014). Uji Efektivitas Ekstrak Daun Salam (*Eugenia polyantha*) Terhadap Pertumbuhan *Staphylococcus aureus* Secara *In Vitro*. Skripsi Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Hasanuddin: Makassar.
- Subagja P.,H.(2014). *Temulawak itu Ajaib; Rimpang Ajaib Pembasmi Beragam Penyakit*. Cetakan Pertama. Penerbit Flash Books. Yogyakarta
- Wahyuni D.T, Simon B.W.(2015). Pengaruh jenis pelarut dan lama ekstraksi terhadap ekstrak Karotenoid Labu Kuning dengan metode gelombang ultrasonik. *Jurnal Pangan dan Agroindustri*. Vol.3 No.2, Malang