



PELATIHAN PEMBUATAN *SKINCARE GEL* PENCERAH WAJAH DENGAN MEMANFAATKAN AIR CUCIAN BERAS

Yudi Srifiana^{1*}, Rahmah Elfiyani¹

¹ Fakultas Farmasi dan Sains Universitas Prof. DR. HAMKA, Jakarta Timur 13460, DKI Jakarta, Indonesia
yudisrifiana@uhamka.ac.id*

INFORMASI ARTIKEL

Article history

Submitted: 2023-05-29

Accepted: 2023-06-05

Published: 2023-06-30

DOI : <https://doi.org/>

Kata kunci:

Air cucian beras; Gel; Skin care

Keywords :

Rice washing water; Gel; Skin care

ABSTRAK

Setiap perempuan menginginkan penampilan yang menarik dengan kulit wajah yang putih, cerah dan berseri. Untuk mendapatkan kulit yang sehat dan menarik diperlukan perawatan yang rutin. Salah satunya dengan menggunakan skincare berupa gel pencerah kulit. Salah satu penyebab yang membuat kulit wajah menjadi kusam dan muncul permasalahan seperti flek hitam adalah radikal bebas yang merupakan dampak polusi lingkungan. Radikal bebas adalah suatu senyawa atau molekul yang berdiri sendiri yang mengandung satu atau lebih elektron yang tidak berpasangan pada orbit luar. Efek dari radikal bebas ini dapat menyebabkan kulit terlihat kusam dan mempercepat timbulnya flek hitam serta penuaan dini. Air cucian beras terbukti berpotensi sebagai antioksidan dan antiaging karena memiliki starch atau pati halus. Pati dapat mengangkat sel kulit mati dan meregenerasi sel kulit. Selain itu Air cucian beras mengandung total polifenol 390.98 mg/100 g. Berdasarkan hal tersebut maka perlu dikembangkan potensi antioksidan air cucian beras pada sediaan kosmetik menjadi suatu sediaan perawatan kulit. Salah satu bentuk sediaan kosmetika yang banyak diminati adalah gel. Hal ini karena gel mudah mengering, membentuk lapisan film yang mudah dicuci dan memberikan rasa dingin di kulit. Berdasarkan latar belakang dan manfaat dari air cucian beras maka perlu diadakan pelatihan pembuatan *skincare gel* yang mengandung air cucian beras untuk dapat membantu ibu-ibu PKK dalam merawat kulit wajah. Selain itu pelatihan ini juga memberikan peluang wirausaha rumah tangga.

ABSTRACT

Every woman wants an attractive appearance and wants white, bright and radiant skin. To get healthy and attractive facial skin, regular facial skin care is needed. One of the factors that causes facial skin to become dull and problems such as black spots appear are free radicals that come from the impact of environmental pollution. Free radicals are independent compounds or molecules that contain one or more unpaired electrons in outer orbits. The effects of these free radicals can cause the skin to look dull and accelerate the appearance of dark spots and premature aging. Rice washing water has the potential as an antioxidant and antiaging because it has starch or refined starch. Starch can remove dead skin cells on facial skin and regenerate skin cells. Rice washing water contained a total of 390.98 mg/100 g of polyphenols. Based on this, it is necessary to develop the antioxidant potential of rice washing water in cosmetic preparations to overcome problems that occur on facial skin due to the presence of free radicals

from environmental pollution as well as a skin care preparation. One of the most popular dosage forms is gel. Gel preparations are very popular because they dry easily, form a film that is easy to wash and provide a cooling feeling on the skin. Based on the background and benefits of rice washing water, it is necessary to hold training on making skincare gel containing rice washing water to be able to help PKK women in caring for facial skin so that they can improve their appearance. In addition, this training also provides home-based entrepreneurship.

Penulisan Sitasi

Srifiana Yudi, Elfiyanti Rahma. (2023). Pelatihan Pembuatan *Skincare gel* Pencerah Wajah Dengan Memanfaatkan Air Cucian Beras. *Jurnal Mitra Masyarakat (JMM)*, Vol 4 (No.1), 21-26. <https://doi.org/>

PENDAHULUAN

Air cucian beras terbukti berpotensi sebagai antioksidan dan antiaging karena memiliki *starch* atau pati halus (Yuslianti, 2018). Pelatihan pembuatan *skincare gel* air cucian beras telah dilaksanakan pada kelompok ibu-ibu PKK RW 06 Cempaka Baru. Masyarakat yang tinggal di RW 06 Cempaka Baru rata-rata memiliki tingkat perekonomian menengah hingga menengah ke bawah, rata-rata merupakan ibu rumah tangga dengan riwayat pendidikan yang bervariasi, mulai dari lulusan SD hingga SLTA. Kelompok ibu-ibu PKK di RW 06 rutin mengadakan kegiatan berupa posyandu, penyuluhan, dan pelatihan dalam rangka meningkatkan wawasan dan pengetahuan ibu-ibu yang ada pada lingkungan tersebut (Ahmad, Ningsih and Yuniarsih, 2022). Berdasarkan uraian tersebut maka pelatihan pembuatan *skincare gel* air cucian beras ini dirasa sudah tepat sasaran, dimana dengan tingkat ekonomi yang menengah hingga menengah ke bawah kebutuhan akan produk perawatan kulit belum menjadi prioritas kebutuhan sehari-hari, namun tindakan merawat kulit wajah sangat penting karena kondisi polusi lingkungan yang semakin tinggi dapat menyebabkan dampak buruk pada kulit wajah seperti timbulnya flek hitam, hiperpigmentasi, penuaan dini hingga kanker kulit (Khalisah et al., 2022).

METODE

Pelaksanaan pelatihan pembuatan *skincare gel* dilakukan secara luar jaringan (luring) dengan prosedur sebagai berikut:

Persiapan kegiatan

Persiapan dilakukan 3 bulan menjelang acara dilaksanakan meliputi:

Pendataan peserta: Pendataan peserta dilakukan dengan menghubungi ketua RW serta ketua PKK pada RW 06 Cempaka Baru untuk mendata jumlah peserta yang akan mengikuti pelatihan. Penyiapan bahan yang akan digunakan dalam pelatihan (Keen and Hassan, 2016). Beberapa bahan yang akan digunakan dibeli pada toko bahan baku kosmetik. Sedangkan air cucian beras dilakukan pengumpulan mandiri.

Tabel 1. Formula Gel Air Cucian Beras

Nama Bahan	Konsentrasi	Fungsi
Air Cucian Beras	5%	Antioksidan agent
Vitamin E	1%	Antiaging agent
Metil Paraben	0,1%	Pengawet
Aloe Vera gel	Ad 15gram	Basis gel

Pembuatan flyer kegiatan

Flyer kegiatan yang telah dibuat selanjutnya disebarakan melalui media sosial seperti what'sapp ke ketua RW 03 dan ketua PKK.



Gambar 1. Flyer Kegiatan Pelatihan Pembuatan *Skincare Gel* Pencerah Wajah Dengan Memanfaatkan Air Cucian Beras

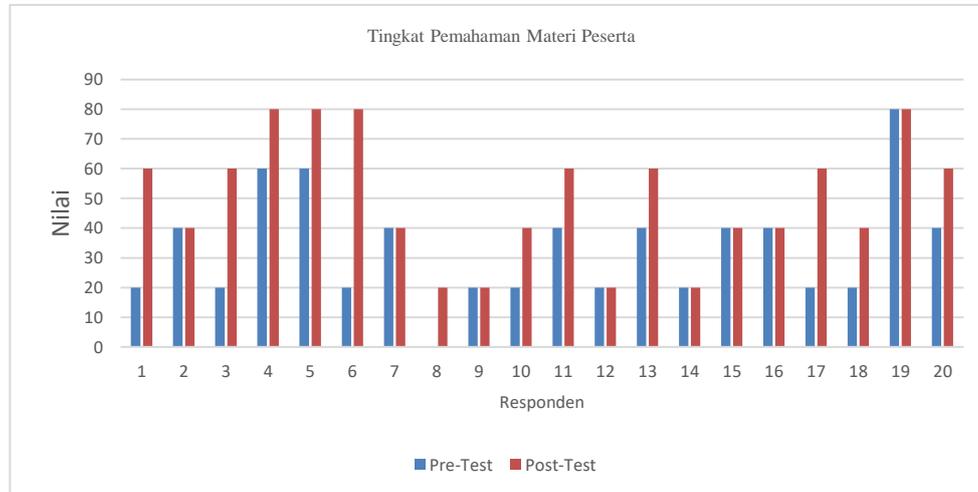
Pelatihan

Pelatihan pembuatan *skincare gel* air cucian beras dilakukan secara luring dan diikuti oleh ibu-ibu PKK RW 03 Cempaka Baru. Di dalam kegiatan ini pemateri memberikan penjelasan dalam bentuk ceramah dengan mempergunakan bahasa yang sederhana agar mudah dipahami, dan menunjukkan cara pembuatan sediaan gel air cucian beras (Andersen, 2007). Pemateri juga memberikan kesempatan peserta untuk bertanya, diskusi dengan cara pendampingan. Pada pelatihan ini pemateri dibantu oleh beberapa tenaga dosen dan mahasiswa sehingga dapat mengurangi kesalahan penyampaian teknis pembuatan gel air cucian beras (Samahah *et al.*, 2015). Proses pendampingan diberikan pada saat proses pelatihan sedang dilaksanakan sehingga proses pembuatan *gel* air cucian beras tahap demi tahap dapat dimengerti dan dipahami oleh kelompok sasaran (Oktavia *et al.*, 2021). Pemateri juga memberikan beberapa contoh hasil karya gel air cucian beras (alat peraga) yang sudah dikerjakan (Andani, 2019). Lama pelatihan dirancang 1-2 jam, karena untuk melihat hasil pelatihan berpatokan pada proses pembuatan gel air cucian beras memerlukan waktu yang tidak lama (Khaerunnisa, 2019).

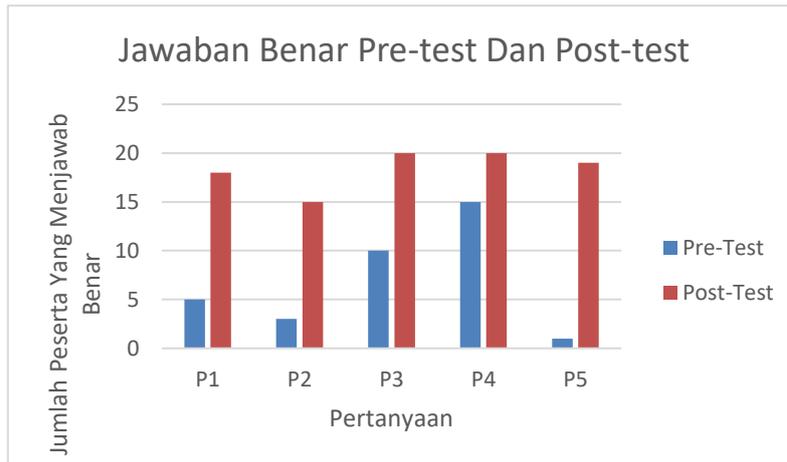
HASIL DAN PEMBAHASAN

Kondisi Mitra Setelah Dilaksanakan Pengabdian Masyarakat

Pada saat pelaksanaan pengabdian masyarakat tim pengabdian memberikan soal pre-test terkait tema pengabdian, hasilnya menunjukkan bahwa rata-rata tingkat pengetahuan mitra terhadap tema pengabdian adalah 33%. Kemudian diberikan penjelasan materi dengan judul “Gel Pencerah Wajah dengan Memanfaatkan Air Cucian Beras”, dan diberikan tutorial pembuatan *skincare* tersebut (Annisa, Utamingrum and Genatrika, 2019). Pada saat penjelasan materi, peserta sangat antusias dan memberikan banyak pertanyaan. Pada saat tutorial pembuatan para peserta antusias mengikuti proses pembuatan dimana peserta dibagi dalam 5 kelompok dan mencoba membuat sediaan *skincare* tersebut. Setelah pemberian materi dan tutorial pembuatan *skincare* diberikan kembali soal *post-test* kepada para peserta. Hasil rata-rata *post-test* para peserta adalah 50%, hal ini menunjukkan adanya peningkatan pemahaman para peserta terhadap materi pengabdian. Pada gambar 3 terlihat para peserta pelatihan memiliki skor pre-test yang rata-rata lebih rendah dari pada skor *post-test*, hal ini disebabkan para peserta belum memiliki pemahaman terkait kosmetik dan materi pelatihan. Selain itu dari 5 pertanyaan yang diberikan terlihat pertanyaan nomor 5 yang memiliki skor terendah pada saat pre-test karena pertanyaan nomor 5 berkaitan dengan materi pelatihan yang diberikan sehingga para peserta dapat memahami pertanyaan nomor 5 setelah diberikan materi pelatihan seperti yang terlihat pada gambar 3 skor pada pertanyaan nomor 5 meningkat saat *post-test*.



Gambar 2. Grafik tingkat pemahaman materi peserta pengabdian masyarakat



Gambar 3. Grafik jumlah jawaban benar pada pertanyaan Pre-test dan *Post-test*

<p>PRE-TEST</p> <p>Nama:.....</p> <ol style="list-style-type: none"> Apakah yang dimaksud dengan kosmetik? <ol style="list-style-type: none"> Sediaan yang digunakan untuk mengobati penyakit Sediaan yang mengandung obat dan digunakan untuk tujuan profilaksis Sediaan yang digunakan untuk menyembuhkan kelainan pada badan Sediaan yang digunakan untuk membersihkan dan melindungi bagian luar badan Sediaan yang digunakan untuk memperbaiki kulit Manakah sediaan yang tidak termasuk dalam kosmetik? <ol style="list-style-type: none"> Krim jerawat Krim tabir surya Krim pemutih Shampoo antiketombe Antiperspirant Apakah yang dapat menyebabkan terbentuknya radikal bebas? <ol style="list-style-type: none"> Polusi lingkungan Minuman kesehatan Makanan rendah lemak Produk suplemen Penggunaan skincare yang terdaftar Manakah yang tidak termasuk dalam basis gel alami? <ol style="list-style-type: none"> Lidah buaya Agar Karbopol Gelatin Karagenan Apakah kandungan yang terdapat dalam air cucian beras yang bersifat sebagai antioksidan? <ol style="list-style-type: none"> Polifenol dan vitamin B1 Polifenol dan vitamin A Polifenol dan vitamin D Polifenol dan vitamin E Polifenol dan vitamin K 	<p>POST-TEST</p> <p>Nama:.....</p> <ol style="list-style-type: none"> Apakah yang dimaksud dengan kosmetik? <ol style="list-style-type: none"> Sediaan yang digunakan untuk mengobati penyakit Sediaan yang mengandung obat dan digunakan untuk tujuan profilaksis Sediaan yang digunakan untuk menyembuhkan kelainan pada badan Sediaan yang digunakan untuk membersihkan dan melindungi bagian luar badan Sediaan yang digunakan untuk memperbaiki kulit Manakah sediaan yang tidak termasuk dalam kosmetik? <ol style="list-style-type: none"> Krim jerawat Krim tabir surya Krim pemutih Shampoo antiketombe Antiperspirant Apakah yang dapat menyebabkan terbentuknya radikal bebas? <ol style="list-style-type: none"> Polusi lingkungan Minuman kesehatan Makanan rendah lemak Produk suplemen Penggunaan skincare yang terdaftar Manakah yang tidak termasuk dalam basis gel alami? <ol style="list-style-type: none"> Lidah buaya Agar Karbopol Gelatin Karagenan Apakah kandungan yang terdapat dalam air cucian beras yang bersifat sebagai antioksidan? <ol style="list-style-type: none"> Polifenol dan vitamin B1 Polifenol dan vitamin A Polifenol dan vitamin D Polifenol dan vitamin E Polifenol dan vitamin K
---	--

Gambar 4. Lembar pertanyaan Pre-test dan *Post-test*

KESIMPULAN

Hasil dari pengabdian masyarakat pelatihan pembuatan *skincare gel* pencerah wajah dengan memanfaatkan air cucian beras menghasilkan peningkatan wawasan dan antusias peserta terhadap kesehatan kulit wajah menggunakan bahan alami.

SARAN

Berdasarkan kegiatan yang telah dilaksanakan dapat terlihat warga terutama ibu-ibu PKK antusias dengan kegiatan serupa sehingga perlu diadakan kembali kegiatan pelatihan secara rutin untuk meningkatkan wawasan masyarakat sekitar.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada seluruh pihak yang membantu dalam pelaksanaan kegiatan dan menyelesaikan penulisan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, F., Ningsih, S. N. R. and Yuniarsih, N. (2022) 'Aktivitas Antioksidan Serum Gel dari Ekstrak Biji Asam Jawa (*Tamarindus Indica*L) Sebagai Penangkal Radikal Bebas dan Pencerah Wajah', *Jurnal Health Sains*, 3(6).
- Andani, N. L. P. A. (2019) *Formulasi sediaan masker wajah ekstrak kental epikarpium buah semangka (*Citrullus lanatus*) dalam bentuk gel peel off*. Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
- Andersen, F. A. (2007) 'Final report on the safety assessment of aloe andongensis extract, aloe andongensis leaf juice, aloe arborescens leaf extract, aloe arborescens leaf juice, aloe arborescens leaf protoplasts, aloe barbadensis flower extract, aloe barbadensis leaf, aloe bar', *International Journal of Toxicology*, 26(SUPPL. 2), pp. 1–50. doi: 10.1080/10915810701351186.
- Annisa, A. N., Utamingrum, W. and Genatrika, E. (2019) 'Uji Sensitisasi Dermal Masker Gel Kombinasi Ekstrak Ampas Daun Teh dan Air Cucian Beras', *Jurnal Kefarmasian Indonesia*, 9(1), pp. 57–64. doi: 10.22435/jki.v9i1.491.
- Keen, M. and Hassan, I. (2016) 'Vitamin E in dermatology', *Indian Dermatology Online Journal*, 7(4), p. 311. doi: 10.4103/2229-5178.185494.
- Khaerunnisa, T. A. (2019) *Evaluasi Sifat Fisik dan Uji Toksisitas Akut Dermal Masker Gel Peel-Off Kombinasi Ekstrak Ampas Daun Teh (*Camelia sinensis*, L) dan Air Cucian Beras (*Oryza sativa*, L) sebagai Antioksidan*. Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Khalisah, U., Nainggolan, N. K. P. and Humairo, S. (2022) 'Pengaruh Pemanfaatan Masker Alami Berbasis Yoghurt dan Air Cucian Beras terhadap Kesehatan Kulit Wajah', *Risenologi*, 7(1), pp. 44–48. doi: 10.47028/j.risenologi.2022.71.313.
- Oktavia, T. *et al.* (2021) 'Formulasi dan Uji Mutu Fisik Ekstrak Rimpang Temu Ireng (*Curcuma aeruginosa* Roxb .) Sebagai Masker Gel Peel Off Pencerah Wajah', *jurnal Seminar Nasional Pendidikan Biologi dan Saintek*, VI, pp. 337–344.
- Samahah, N. *et al.* (2015) 'Pengolahan air leri menjadi sabun pembersih wajah yang alami dan ekonomis', *Prosiding Seminar Nasional Kimia*.
- Yuslianti, E. R. (2018) *Pengantar Radikal Bebas dan Antioksidan*. Yogyakarta: Deepublish.