

PENGARUH PENGGUNAAN MASKER BROKOLI (*BRASSICA OLERACEA L.*) TERHADAP HASIL KELEMBAPAN KULIT WAJAH KERING

SARAH DEVIANTI

Prodi Tata Rias, Jurusan IKK-FT Jln Rawamangun Muka.
Gd. H Jakarta Timur Fax. 021-4715094
Email.tatarias57@gmail.com

ABSTRACT

The effect of the use of broccoli as a facial mask for dry facial skinmoisture.,The purpose of this study was to identify wheathe there is any effect of the use of Broccoli masks for a dry facial skin care to the increasing of moisture level.The population of this study was type dr face skin adult women aged 30-40 years old, sampling was done by purposive sampling. With do 8 treatments for 4 weeks and the treatment was done twice a week.The method used in this study was experimental method.The study used assessment sheet instruments in which the value in the treatment process by using a skin analyzer test.After obtaining research data, data analysis requirements of normality and homogeneity test was done by using test average of one party. Data analysis showed $t_{counted} = 8.20$ on the level of significance $\alpha = 0.05$ and $dk = 8$ so $t_{table} = 1.86$ in which $t_{counted} > t_{table}$ so the null hypothesis (H_0) is rejected. Thus there is the effect of the use of broccoli masks as a facial mask for dry facial skin moisture.

Key word: Broccoli masks, Moisture, Dry skin

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh dari penggunaan masker Brokoli untuk perawatan kulit wajah kering terhadap kadar peningkatan kelembapan. Populasi yang digunakan pada penelitian ini yaitu kulit wajah kering wanita dewasa berusia 35-45 tahun, pengambilan sampel dilakukan dengan cara *purposive sampling*. Dengan melakukan perlakuan perawatan sebanyak 8 kali dalam waktu 2 kali seminggu selama 4 minggu. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen. Penelitian ini menggunakan instrumen lembar penelitian dengan nilai pada proses perawatan dengan menggunakan alat *skin analyzer test*. Setelah diperoleh data hasil penelitian, dilakukan uji persyaratan analisis data dengan uji normalitas dan uji homogenitas menggunakan uji t rata-rata satu pihak. Analisis data menunjukkan thitung = 8.20 pada taraf signifikansi $\alpha = 0.05$ dan

$dk = 8$ maka $t_{\text{tabel}} = 1.86$ dimana berarti $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$ maka hipotesis nol (H_0) ditolak. Dengan demikian terdapat pengaruh penggunaan masker brokoli sebagai masker wajah terhadap kelembapan kulit wajah kering.

Kata kunci : Masker Brokoli, Kelembapan, Kulit Kering

PENDAHULUAN

Kulit sehat dan cantik adalah dambaan setiap wanita, kulit mencerminkan kesehatan tubuh secara keseluruhan. Wanita yang memiliki kulit wajah yang sehat berarti mendapatkan kulit yang cantik, karena kulit wajah adalah faktor utama yang umumnya lebih diperhatikan oleh wanita. Kulit wajah juga bagian tubuh yang sensitif dan rentan mengalami masalah kulit seperti flek, kulit iritasi, dan juga jerawat. Untuk mendapatkan kulit wajah yang cantik dan sehat diperlukan perawatan secara teratur dan sesuai dengan jenis kulit, sehingga mampu mengurangi masalah-masalah pada kulit wajah. Kulit mencerminkan kesehatan tubuh secara keseluruhan. Kulit yang sehat adalah kulit yang mempunyai fungsi normal tanpa kelainan dan penyakit. Kesehatan kulit seseorang dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti pola hidup, pola makan, perubahan musim, sengatan matahari, dan juga lingkungan sekitar.

Kulit kering adalah kondisi lapisan kulit yang mengalami dehidrasi.

Kecenderungan kulit menjadi lebih kering ini umumnya terjadi dengan bertambahnya umur, sebab berkurangnya asam amino tertentu dan asam lemak bebas di lapisan kulit. Wanita pada dasarnya terlahir cantik dengan kulit yang sehat, aragus, brokoli, dan sebagiannya. Buah dan sayur yang

walaupun warna dan jenis kulit yang berbeda-beda. Seiring dengan sifat dasar manusia yang tidak puas, mendorong hasratnya untuk merubah bentuk yang dimilikinya. Oleh karena itu perawatan instan menjadi pilihan utama untuk selalu tampil cantik. Perawatan wajah secara instan merupakan perawatan wajah yang dilakukan dengan menggunakan kosmetika yang dijual di pasaran dan dengan mudah melakukan perawatan tanpa harus mengubahnya terlebih dahulu. Namun, seringkali ditemukan banyak produk kosmetik yang mengandung bahan-bahan yang berbahaya untuk kesehatan tubuh manusia. Perawatan kulit wajah yang menjadi alternatif adalah perawatan secara alami.

Negara Indonesia merupakan negara kepulauan yang memiliki kekayaan hasil alamnya dan dapat dimanfaatkan sebagai ramuan tradisional salah satunya untuk dijadikan kosmetika tradisional. Tumbuh-tumbuhan dari bahan-bahan alami yang dapat digunakan adalah biji, daun, buah, dan akarnya sebagai ramuan tradisional untuk kecantikan. Sayuran juga dapat dimanfaatkan untuk kosmetika tradisional seperti bayam, seledri, asp banyak diketahui manusia biasanya dikonsumsi untuk memenuhi

kebutuhan vitamin, mineral dan karbohidrat dalam tubuh. Buah dan sayur tidak hanya untuk dikonsumsi, namun mengandung antioksidan, untuk melindungi kulit tubuh manusia dapat digunakan untuk perawatan kecantikan. Sayuran brokoli merupakan salah satu jenis kubis- kubisan yang isi kandungannya dapat bermanfaat untuk kecantikan dan kesehatan kulit. vitamin A yang terdapat dalam brokoli memiliki antioksidan yang lebih baik jika dibandingkan yang terkandung di vitamin C. Selain mencegah kulit bersisik, vitamin A ampuh untuk meremajakan kulit dan menghambat proses penuaan dini pada kulit. Vitamin A juga berperan dalam pembentukan sel- sel kulit Sehingga brokoli mampu menjaga kelembapan kulit.

Berdasarkan uraian, penulis tertarik untuk meneliti sejauh mana pengaruh masker brokoli terhadap hasil kelembapan kulit pada kulit wajah kering. Kulit adalah lapisan terluar dari tubuh manusia, yang sebagian besar ditumbuhi rambut, baik rambut halus maupun rambut kasar dan panjang, yang membungkus semua permukaan tubuh manusia. Kulit merupakan organ yang esensial dan vital serta merupakan cermin kesehatan dan kehidupan. Kulit terdiri atas tiga lapisan, yaitu lapisan epidermis, lapisan dermis, dan lapisan hipodermis. Kulit digolongkan menjadi lima jenis dengan ciri-ciri masing-masing yaitu kulit normal, kulit berminyak, kulit kombinasi, kulit sensitif, dan kulit kering. Kulit

normal, jenis kulit ini adalah jenis kulit yang paling ideal, tidak terlalu kering dan tidak terlalu berminyak. Kulit normal akan tampak lebih halus, bersih dan sehat, karena memiliki kelembapan kulit dan jumlah minyak yang seimbang tidak berlebihan ataupun kekurangan. Ciri-ciri kulit normal adalah tekstur kulit kencang dan kenyal, lembab, segar dan bercahaya tanpa jerawat, elastis, serta tidak terlihat minyak yang berlebihan juga tidak terlihat kering. Permukaan kulit berwarna merah muda, halus, bersih, tidak tampak pori-pori kulit yang membesar. Kulit berminyak, disebabkan karena kelenjar minyak bekerja sangat produktif, sehingga tidak mampu mengontrol jumlah minyak (sebum) yang harus dikeluarkan. Faktor lainnya yang menyebabkan kulit berminyak adalah faktor internal, meliputi factor genetik atau keturunan dan faktor hormonal yang mempengaruhi produksi keringat. Faktor-faktor eksternal meliputi udara yang panas.

MATERI DAN METODOLOGI

atau lembab dan makanan yang mengandung lemak dan minyak berlebihan, serta kurangnya memperhatikan perawatan dan kebersihan kulit. Ciri-ciri kulit berminyak yaitu pori-pori tampak terbuka, permukaan kulit tebal, dan mengkilat, serta cenderung berkomedo atau berjerawat. Kulit Kombinasi. Jenis kulit ini dalam 1 wajah memiliki bagian yang kering dan berminyak. Biasanya bagian

yang berminyak adalah bagian T-zone (dahi, hidung dan dagu) dan bagian yang kering adalah pipi dan sekitar mata. Kulit kombinasi terjadi karena kadar minyak di wajah tidak merata.

Kulit sensitif, adalah kulit yang memberikan respon secara berlebihan terhadap benda-benda atau kondisi tertentu. Ciri-ciri kulit sensitif yaitu mudah menjadi merah, gatal atau perih ketika terkena zat-zat tertentu, dan sering dibarengi dengan kulitkering dan berjerawat.

Kesehatan kulit adalah faktor utama yang dapat dijadikan penanda kesehatan seseorang. Kulit juga merupakan salah satu penanda fisik yang terlihat bahwa orang tersebut masih muda atau sudah lanjut usia.

Kulit kering memiliki kelenjar sebum yang bekerja kurang aktif sehingga tidak mampu mempertahankan kelembapannya. Pada umumnya kulit kering menimbulkan efek kusam pada kulit dan cenderung terlihat keriput. Kulit kering mudah memicu kemunculan kerutan atau keriput atau tanda-tanda penuaan kulit lainnya, karena kurangnya kelembaban kulit. Pada jenis kulit ini, karena kurangnya kadar minyak pada kulit, permukaan kulit akan terlihat serpihan kulit dan kemampuannya untuk melindungi kulit dari polusi, sinar UV dan cuaca yang buruk akan menurun. Hal ini menyebabkan kulit mudah muncul flek-flek hitam, dan warna kulit menjadi kusam. Ciri-ciri kulit kering adalah kulit kelihatan kering

sekali, pori-pori halus, kulit muka tipis, sangat sensitif, cepat menampakkan kerutan-kerutan, karena kelenjar minyak kurang menghasilkan minyak. Kulit kering terjadi karena kurangnya kelenjar minyak yang dihasilkan. Mengatasi kulit kering dengan sering menggunakan pelembab serta minum air putih.

Normalnya kulit mampu mempertahankan kelembabannya sendiri untuk menunjang fungsinya sebagai salah satu pertahanan tubuh. Tetapi dalam keadaan tertentu, misalnya pada penyakit kulit tertentu, kulit dapat hilang kemampuannya untuk mengikat air dan menyimpan air, sehingga kulit menjadi kering. Semakin kering kulit akan lebih mudah mengalami iritasi dan gatal. Mudah mengalami iritasi karena pada keadaan ini fungsi pertahanan kulit sudah tidak normal lagi, kulit lebih sering terasa gatal dan mengundang kita untuk menggaruk. Oleh karena itu, tak heran jika kulit menjadi lebih mudah lecet, infeksi, menebal, dan kasar. Sehingga, penanganan kulit kering yang utama adalah bagaimana menciptakan kondisi kulit itu cukup lembab dan tidak kering.

Brokoli, merupakan jenis sayuran yang masih satu keluarga dengan kubis-kubisan. Kandungan gizinya antara lain vitamin B1, B3, C, E, K, beta-karoten, biotin, folat, kalsium, iodium, zat besi, magnesium, mangan, fosfor, kalium, seng, dan serat. Brokoli sangat manjur untuk mencegah kulit bersisik yang disebabkan

kekurangan vitamin A. Selain wortel, brokoli juga sangat kaya akan vitamin ini. Selain itu, vitamin A brokoli memiliki antioksidan yang lebih baik jika dibandingkan yang terkandung di vitamin C. Selain mencegah kulit bersisik, vitamin A ampuh untuk meremajakan kulit dan menghambat proses penuaan dini pada kulit. Elastisitas kulit bagian dari kecantikan kulit, dengan mengkonsumsi makanan yang mengandung selenium, termasuk sayuran brokoli, diyakini membantu kulit dalam mempertahankan elastisitasnya, selain itu brokoli mampu menjaga kelembapan kulit.

Masker brokoli adalah masker alami yang berbahan dasar brokoli dan dicampurkan dengan sedikit air. Kandungan-kandungan zat pada brokoli yang umumnya sudah diketahui dapat bermanfaat untuk kecantikan kulit, salah satunya untuk dijadikan masker wajah.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen yang artinya percobaan. Eksperimen adalah observasi dibawah kondisi buatan (*artificial condition*) dimana kondisi tersebut dibuat dan diatur oleh si peneliti. Dengan demikian, penelitian eksperimental adalah penelitian yang dilakukan dengan mengadakan manipulasi terhadap objek penelitian serta adanya kontrol. Tujuan metode penelitian eksperimen ini yakni, untuk mempelajari pengaruh dari variabel tertentu terhadap variabel yang lain, melalui uji coba dalam kondisi khusus yang diciptakan. Metode penelitian yang digunakan dalam

penelitian ini adalah metode eksperimen quasi. Ekperimen ini dilakukan dengan pola tes awal - perlakuan - tes akhir. Tes awal dilakukan bertujuan untuk mengetahui keadaan kulit wajah sebelum diberikan perlakuan, sedangkan tes akhir dilakukan bertujuan untuk mengetahui keadaan kulit wajah setelah diberikan perlakuan. Perlakuan disini adalah perlakuan perawatan kulit wajah dengan memberikan masker brokoli pada 5 kulit wajah wanita dan memberikan masker kontrol beras merah pada 5 kulit wajah wanita. Variabel penelitan merupakan segala sesuatu yang akan menjadi objek pengamatan dalam suatu penelitian. Dalam penelitian ini melibatkan dua variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas adalah variabel yang menjadi sebab atau mempengaruhi variabel terikat, sedangkan variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Variabel bebas dan variabel terikat dalam penelitian ini adalah Variabel bebas: Penggunaan masker brokoli pada kulit wajah kering. Variabel terikat: Hasil kelembapan pada kulit wajah kering. Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Sedangkan sampel adalah sebagian yang diambil dari populasi. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh wanita yang berusia

35-45 tahun yang memiliki jenis kulit wajah kering yang berdomisili di jalan pemuda, Rawamangun. teknik pengambilan sampel dilakukan dengan cara *purposive sampling* yang merupakan pengambilan sampel dengan pertimbangan khusus sehingga layak dijadikan sampel. Pengukuran ini dibatasi hanya pada kelembapan kulit wajah kering dan pengambilan data dilakukan sebelum dan sesudah perawatan. Sampel yang dipilih berdasarkan kriteria:

1. Wanita dewasa berusia 35-45 tahun
2. Mempunyai jenis kulit wajah kering ataupun normal cenderung kering
3. Tidak sedang dalam masa perawatan dokter ahli kecantikan
4. Berdomisili di jalan pemuda, Rawamangun

Sampel yang diambil yaitu 10 kulit wajah wanita memiliki kriteria yang telah di tetapkan. 10 sampel terbagi atas 2 kelompok yang beranggotakan masing-masing 5 sampel. Pembagian kelompok ditentukan secara acak. Kelompok A beranggotakan 5 kulit wajah wanita, yang diberi perlakuan menggunakan masker brokoli dan kelompok B beranggotakan 5 kulit wajah wanita yang diberi perlakuan menggunakan masker kontrol yaitu masker beras merah.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data yang telah diperoleh dari 10 sampel penelitian.

Hasil penelitian menunjukkan skor peningkatan kadar kelembapan pada kulit wajah yang menggunakan masker brokoli dengan jumlah sampel 5 kulit wajah kulit wanita memiliki rentang antara 42.00 hingga 48.24 dengan jumlah nilai sebesar 228.36, nilai rata-rata sebesar 45.67, serta simpangan baku sebesar 2.61, dan varians sebesar 6.86.

Hasil penelitian menunjukkan skor peningkatan kadar kelembapan pada kulit wajah yang menggunakan masker beras merah sebagai kontrol dengan jumlah sampel 5 orang memiliki rentang antara 31.96 hingga 35.80 dengan jumlah nilai sebesar 172.19, nilai rata-rata sebesar 34.43, serta simpangan baku sebesar 1.60, dan varians sebesar 2.56.

. Hasil perhitungan uji normalitas perawatan wajah yang menggunakan masker brokoli dan masker beras merah adalah sebagai berikut:

a. Perawatan wajah yang menggunakan Masker Brokoli diperoleh $L_{hitung} = 0.172$. Pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$ dan $n = 5$ didapat $L_{tabel} = 0.337$. Ternyata $L_{hitung} < L_{tabel}$ yaitu $0.172 < 0.337$ sehingga hipotesis nol diterima, artinya data sampel berdistribusi normal.

b. Perawatan wajah yang menggunakan Masker Beras Merah diperoleh $L_{hitung} = 0.201$. Pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$ dan $n = 5$ didapat $L_{tabel} = 0.337$. Ternyata $L_{hitung} < L_{tabel}$

yaitu $0.201 < 0.337$ sehingga hipotesis nol diterima, artinya data berdistribusi normal.

Uji homogenitas dilakukan dengan menggunakan rumus kesamaan dua varians melalui uji F. Hasil pengujian $F_{hitung} = 2.67$. Pada taraf signifikansi $\alpha = 0.05$ dengan dk pembilang = 4 dan dk penyebut = 4 didapat $F_{tabel} = 6.39$ dengan demikian $F_{hitung} < F_{tabel}$, yaitu $2.67 < 6.36$ artinya data dari kedua sampel homogen.

Hasil pengujian hipotesis dengan Uji t diperoleh $t_{hitung} = 8.20$ dan $t_{tabel} = 1.86$. Pada taraf signifikansi $\alpha = 0.05$ dan $dk = 8$ maka $t_{hitung} > t_{tabel}$ dengan demikian H_0 ditolak dan H_1 diterima, artinya terdapat pengaruh dari perawatan kulit wajah yang menggunakan masker brokoli terhadap hasil kelembapan pada kulit wajah kering.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh dari perawatan kulit wajah yang menggunakan masker brokoli terhadap hasil kelembapan pada kulit wajah kering. Berdasarkan hasil eksperimen 10 sampel yang dipilih, didapat perhitungan yang menunjukkan jumlah nilai rata-rata kenaikan kadar kelembapan dengan menggunakan masker brokoli ($A = 45.67$) lebih besar dibandingkan yang menggunakan masker beras merah ($B = 34.43$).

Diperoleh hasil dari analisa data yaitu t_{hitung} sebesar 8.20 yang

jika dibandingkan dengan harga t_{tabel} pada derajat kepercayaan $\alpha = 0.05$ dan $dk = 8$ sebesar 1.86 akan menjadi $t_{hitung} > t_{tabel}$, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh dari perawatan kulit wajah yang menggunakan masker brokoli terhadap hasil kelembapan kulit wajah kering. Hal ini dapat terjadi karena kadar lemak pada brokoli sebesar 0.36 gram, Protein 2.905 gram, Vitamin E 0.49 mg, dan Vitamin C 63.05 mg. Kadar lemak pada kelompok kontrol 0.795 gram, protein 7.195 gram.

Kandungan lemak dan protein di dalam brokoli yang tinggi dapat meningkatkan kadar kelembapan pada kulit wajah kering.

DAFTAR PUSTAKA

- Achroni, Keen. 2012. *Semua Kulit Cantik dan Sehat Ada disini*. Jakarta: Javalitera.
- Al-Husnaini, Aiman. 2010. *Cantik Tanpa Makeup*. Jakarta: Almahir.
- Darmawan, Aji Budi. 2013. *Anti Aging Rahasia Tampil Muda di Segala Usia*. Yogyakarta: Media Pressindo.
- Darwati. 2003. *Cantik dengan Lulur Herbal*. Surabaya: Tibbun Media.
- Kratodimedjo, Sri. 2013. *Cantik dengan Herbal, Rahasia Puteri Keraton*. Yogyakarta: Citra Media Pustaka.
- Kusumadewi. 2002. *Perawatan dan Tata Rias Wanita Usia 40+*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.

- Rostamailis. 2005. *Penggunaan Kosmetik, Dasar Kecantikan dan Berbusana yang Serasi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rostamailis. 2005. *Perawatan Badan, Kulit, dan Rambut*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Santoso, Budi. 2012. *Buku Pintar Perawatan Kulit Terlengkap*. Yogyakarta: Buku Biru.
- Setiabudi, Hermawan. 2014. *Rahasia Kecantikan Kulit Alami*. Yogyakarta: Media Pressindo.
- Sulastomo, Elandari. 2013. *Kulit Cantik dan Sehat Berseri Sejak Dini sampai Dewasa*. Jakarta: Media Nusantara.
- U.S, Supriadi. 2013. *Aplikasi Statiska dalam Penelitian Konsep Statistika yang Lebih Komprehensif*. Jakarta: Adikita.
- Wirakusumah, Emma S. 2007. *Cantik & Awet Muda dengan Buah, Sayur, dan Herbal*. Depok: Penebar Swadaya.