

PENGARUH PENGGUNAAN MASKER OATMEAL (*Avena sativa*) TERHADAP KELEMBAPAN KULIT WAJAH KERING

ERIKA DEWINDA KRISTY

Prodi Tata Rias, Jurusan IKK-FT

Jln Rawamangun Muka. Gd. H Jakarta Timur

Fax.021-4715094

Email. tatarias57@gmail.com

ABSTRACT

ERIKA DEWINDA KRISTY: *The Effect of using Oatmeal mask (*Avena sativa*) Against Skin Moisture In Dry Facial Skin. This study aims to determine whether there is any effect of the use oatmeal mask (*Avena sativa*) in the treatment of dry facial skin to increase moisture levels.*

The population used in this study are adult women aged 30 - 45 years, which have a dry facial skin. Amount sample as many as 10 people allotted inside two category treatment.

Based by theoretical description, research hypotesis can be formulated: there is an effect with the using of oatmeal mask with dry facial skin moisture. The method used in this study is the experimental method. This study using research sheet with value in the treatment process with skin analyzer test tool.

Keyword: *Oatmeal mask, Moisture, dry facial skin.*

ABSTRAK

ERIKA DEWINDA KRISTY: **Pengaruh Penggunaan Masker Oatmeal (*Avena sativa*) Terhadap Kelembapan Kulit Wajah Kering.**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh dari penggunaan masker oatmeal (*Avena sativa*) dalam perawatan kulit wajah kering terhadap peningkatan kadar kelembapan.

Populasi yang digunakan pada penelitian ini yaitu wanita dewasa berusia 30-45 tahun yang memiliki jenis kulit wajah kering. Jumlah sampel sebanyak 10 orang yang dibagi dalam dua kelompok perlakuan , 5 sebagai kelompok penelitian (masker oatmeal) dan 5 sebagai kelompok kontrol (masker beras merah).

Berdasarkan deskripsi teoritis, maka dapat dirumuskan hipotesis penelitian : terdapat pengaruh penggunaan masker oatmeal (*Avena sativa*) terhadap kelembapan kulit wajah kering. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Penelitian ini menggunakan instrumen lembar penelitian dengan nilai pada proses perawatan dengan alat *skin analyzer*.

Setelah diperoleh data hasil penelitian, dilakukan uji persyaratan analisis data dengan uji normalitas.

Kata kunci : Masker Oatmeal, Kelembapan, Kulit Kering

PENDAHULUAN

Kondisi kulit yang sehat menggambarkan cerminan keadaan seseorang, menimbulkan rasa percaya diri yang besar, kepuasan hidup dan tingkat kesehatan secara umum. Kulit yang bersih, kenyal dan lembab merupakan ciri-ciri kulit yang sehat. Karena apabila seseorang memiliki kulit yang sehat, sudah pasti memiliki kulit yang cantik.

Kulitlah yang pertama kali mendapatkan dampak buruk lingkungan seperti radiasi sinar UV, serangan radikal bebas, polusi, bakteri, virus dan sebagainya. Kulit juga memiliki peranan penting yaitu memproteksi sistem tubuh manusia, setiap hari ada jutaan sel kulit yang rusak dan harus diperbaharui karena kulit tidak berhenti menerima berbagai rangsangan mekanisme dari luar.

Kulit yang kering, bersisik, kurang cerah merupakan kulit yang tidak sehat karena di dalam jaringan kulit kekurangan gizi dan nutrisi. Kulit sama seperti organ tubuh lainnya, apabila tidak diberi asupan yang cukup, maka secara fungsional dapat mengalami penurunan.

Penyebab kulit kering juga bisa disebabkan kosmetik yang berlebihan, kosmetik mengandung bahan kimiawi, konsumsi obat-obatan, merokok, penyakit kronis dan penuaan. Jenis kulit kering memproduksi sedikit minyak sehingga kulit terasa kencang dan kering, bahkan menjadi bersisik halus.

Agar memiliki kulit yang kenyal, halus, sehat dan lembab perlu melakukan perawatan, terutama sesudah beraktifitas di luar.

Memberikan nutrisi pada kulit wajah kering sangat dianjurkan menggunakan masker wajah yang terbuat dari bahan

alami dan mudah untuk membuatnya. Seperti masker wajah dari oatmeal (*Avena sativa*), karena oatmeal selain mengandung banyak vitamin dan mineral penting juga mengandung antioksidan. Antioksidan yang terdapat dalam oats adalah avenanthramide, selenium, fenol, vitamin A, vitamin C dan vitamin E.

Masker oatmeal pada kulit wajah kering dapat dijadikan alternatif perawatan wajah secara tradisional. Karena tidak ada efek sampingnya untuk jangka panjang serta kandungan zat-zat gizi yang baik dalam oatmeal dapat melembabkan kulit wajah kering dengan perlakuan yang sesuai, dan masker beras merah sebagai kontrol yang sebelumnya telah diteliti mampu melembabkan kulit kering karena mengandung antioksidan.

Maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pengaruh penggunaan masker oatmeal (*Avena sativa*) terhadap kelembapan kulit pada kulit wajah kering. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan masker oatmeal (*Avena sativa*) terhadap kelembapan kulit wajah kering.

MATERI DAN METODOLOGI

Oatmeal (*Avena sativa*)

merupakan sejenis spesies bijian dan biji benih tumbuhan. Oat groat memiliki kandungan protein yang paling tinggi

serta kualitas protein yang lebih beragam bila dibandingkan sereal lain. Manfaat oatmeal bagi kesehatan kulit untuk melembabkan, membantu penyembuhan luka, meghaluskan kulit, cepat meregenerasi kulit.

Vitamin yang berfungsi untuk melembapkan kulit yaitu vitamin A, vitamin C, vitamin E dan vitamin H. Kandungan vitamin E yang tinggi dalam oatmeal tentu saja sangat bermanfaat bagi kesehatan kulit. Vitamin E berfungsi menyegarkan otot dan mengencangkan kulit. Juga membuat sel-sel organ tubuh awet muda berkat daya tangkalnya terhadap radikal bebas.

Manfaat oatmeal bagi kesehatan kulit untuk melembapkan, membantu penyembuhan luka, menghaluskan kulit, cepat meregenerasi kulit. oatmeal terkenal sebagai bahan yang menyejukkan dan memberi nutrisi pada kulit sekaligus memiliki efek pengelupasan

Kulit kering dan kurang lembab (*dehydrated*) yaitu keadaan kulit demikian ditentukan faktor-faktor di dalam dan faktor-faktor di luar tubuh, diantaranya faktor menurunnya elastisitas kulit dan berkurangnya daya kerut otot-otot, penipisan lapisan epitel kulit ari, bersisik, penurunan kadar FPA (*Natural Moisturizing Factors = FPA*), kepekaan dinding pembuluh darah, sinar matahari, salah kosmetik, penggunaan *make up* sering melalaikan perawatan kulit, sakit, lingkungan.

Untuk menjaga kelembaban kulit dianjurkan untuk melakukan perawatan yaitu dari dalam dan dari luar. Perawatan dari dalam yaitu dengan asupan vitamin yang cukup untuk menutrisi kulit.

Selain merawat kulit dari dalam, merawat kulit dari luar untuk mencegah kulit kering juga sangat diperlukan. Gunakan krim pelembab sesering mungkin, baik

pada siang maupun malam hari. Tabir surya pada siang hari, karena kulit jenis ini sangat mudah terkena flek kecoklatan. Berhati-hati memakai sabun untuk membersihkan wajah karena akan menambah kusam kulit yang sudah kering. Pakailah *lotion* berupa susu pembersih untuk mengangkat sisa riasan wajah. Bilas dengan air bersih, keringkan, kemudian bubuhkan larutan penyegar untuk melembapkan dan mensterilkan kulit wajah. Orang berkulit kering dan mempunyai riwayat alergi, sebaiknya menghindari sabun antiseptik ber-pH tinggi, karena dapat memicu terjadinya reaksi foto alergi, yakni reaksi kemerahan yang timbul pada daerah kulit yang terpapar sinar matahari.

Kulit menjadi kering karena kehilangan kelembapannya. Oleh karena itu penggunaan pelembab sangat diperlukan untuk membantu mengembalikan kelembapan kulit. Gunakan pelembab setiap hari secara rutin, terutama setelah mandi.

Paparan sinar matahari dapat membuat kulit menjadi kering. Penggunaan tabir surya dapat membantu mengurangi dampak buruk sinar matahari terhadap

kulit, termasuk kekeringan kulit. Oleh karena itu menggunakan tabir surya sebelum beraktivitas di luar ruangan wajib dilakukan. Pilihlah tabir surya yang mempunyai SPF minimal 15.

Salah satu perawatan wajah yang dapat dilakukan adalah dengan menggunakan masker. Masker adalah sediaan kosmetika tradisional untuk membersihkan pori-pori dan memperbaiki kulit wajah yang telah ditemukan sejak dahulu kala.

Bahan-bahan yang biasa digunakan untuk membuat masker antara lain tumbuhan (baik dari buah-buahan dan sayur-sayuran yang dihancurkan), dan minyak esensial. Sehingga, pembuatan masker dapat dilakukan secara sederhana di rumah.

Penggunaan masker biasanya dilakukan dengan beberapa tahap, antara lain: 1) membersihkan wajah, 2) mengoleskan masker dengan kuas masker hingga merata ke seluruh permukaan kulit wajah, 3) diamkan sekitar 10-15 menit hingga masker mengering, 4) bersihkan masker dengan waslap/spons yang telah dicelupkan air hangat, lalu dilanjutkan membilas dengan air dingin untuk meringkas pori-pori, 5) keringkan dengan handuk lembut/tissue yang bersih.

Berdasarkan bentuknya, terdapat 2 bentuk masker yaitu masker modern dan masker tradisional. Masker tradisional adalah masker yang dibuat dari bahan-bahan alami, dengan bahan yang mudah didapat, dan cara membuatnya mudah. Masker tradisional terdiri dari 3 macam, yaitu masker cair, masker kental, dan masker daging buah

Hasil uji laboratorium Oatmeal (*Avena Sativa*), bahan aktif serta manfaat, bahan aktif untuk melembabkan yang terkandung dalam 100 gram Oatmeal sebagai berikut:

Vitamin E merupakan salah satu antioksidan yang membantu tubuh melawan radikal bebas. Melindungi tubuh dan kulit dari berbagai kerusakan yang disebabkan radikal bebas, membantu melembapkan kulit, memperbaiki elastisitas kulit, mengurangi munculnya keriput. Vitamin B5 bagi kulit antara lain sebagai berikut: membantu luka cepat sembuh dan

menjaga kulit agar tetap lembab.

Vitamin B2 menjaga kulit, kuku, dan rambut tetap sehat, membantu mencegah kerusakan kulit yang disebabkan radikal bebas. Vitamin B3 untuk kulit berfungsi antara lain: melindungi dan menjaga kulit agar tetap sehat, memiliki sejumlah sifat antioksidan. Zat besi bermanfaat untuk kulit yaitu antioksidan dan bermanfaat bagi kulit, membantu mengaktifkan vitamin yang termasuk kelompok vitamin B, yang bermanfaat membantu menjaga kesehatan kulit.

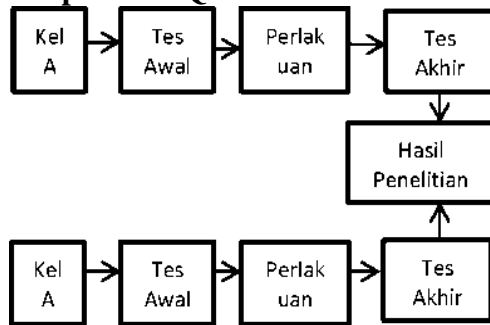
Membuat masker oatmeal sangat mudah, dengan cara diseduh dengan air panas dan diaduk hingga kental. Oleh karena itu, dalam penelitian melembabkan kulit pada kulit wajah kering, menggunakan masker oatmeal.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *eksperimen quasi* (eksperimen semu), yaitu penelitian yang mendekati percobaan sungguhan karena tidak mungkin mengadakan kontrol atau memanipulasi semua variabel yang relevan. Eksperimen ini dilakukan dengan tes awal yang dilakukan bertujuan untuk mengetahui keadaan kulit wajah sebelum perawatan. Tes awal dilakukan untuk mengetahui kadar kelembapan kulit pada wajah sebelum diberikan perlakuan, sedangkan tes akhir bertujuan untuk mengetahui keadaan kulit wajah setelah diberikan perlakuan.

Perlakuan ini adalah kelompok A diberi perawatan wajah

masker oatmeal (*Avena sativa*) sedangkan kelompok B menggunakan perawatan wajah dengan masker kontrol. Dilakukan tes awal yaitu agar mengetahui kesensitifan kulit. Dan perlakuan menggunakan masker, setelah dimasker dites menggunakan alat ukur *skin analyzer*.

Gambar 3.1 Skema Metode Eksperimen Quasi



Variabel penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya. Penelitian ini melibatkan dua variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas (*independen*) adalah merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel *dependen* (terikat). Variabel terikat (*dependen*) merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Variabel bebas dan terikat dalam penelitian ini adalah: Variabel bebas : Penggunaan masker oatmeal pada kulit wajah kering. Variabel terikat: Hasil peningkatan kelembapan kulit wajah kering.

Penelitian ini melibatkan dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat, kedua variabel tersebut masing-masing mempunyai

definisi mempunyai definisi sebagai berikut, kulit kering adalah menurunnya elastisitas kulit dan berkurangnya daya kerut otot-otot, penipisan lapisan epitel kulit ari, bersisik, penurunan kadar FPA (*Natural Moisturizing Factors = FPA*), kepekaan dinding pembuluh darah. Kulit kering dapat dinormalkan dengan cara meningkatkan kelembapan dengan menggunakan perawatan kulit secara teratur.

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. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *Purposive Sampling*, merupakan teknik penentuan sampel dengan pertimbangan khusus sehingga layak dijadikan sampel. Sampel dalam penelitian ini adalah wanita berusia 30-40 tahun yang memiliki kulit wajah kering, sedangkan pengertian dari sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Pengukuran dibatasi hanya pada kelembapan kulit wajah kering dan pengambilan data dilakukan sebelum dan sesudah perawatan. Sampel yang dipilih berdasarkan kriteria sebagai berikut: 1.) wanita dewasa berusia 30-40 tahun, 2.) mempunyai jenis kulit kering maupun normal cenderung kering, 3.) tidak sedang mengalami luka serius pada kulit wajah, 4.) tidak sedang dalam masa perawatan dokter ahli kecantikan.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data yang telah

diperoleh dari 10 sampel penelitian. Hasil perhitungan jumlah responden yang menggunakan masker oatmeal ada 5 orang sampel (50%) dan yang menggunakan masker kontrol ada 5 orang sampel (50%).

Jumlah sampel penelitian yang menggunakan masker oatmeal dan masker kontrol dalam peningkatan kelembapan kulit pada wajah kering pada wanita usia 30-40 tahun sebanyak 5 orang. angka peningkatan kadar kelembapan pada kulit wajah kering dengan menggunakan masker oatmeal dengan jumlah sampel 5 orang memiliki rentang antara 3,83 hingga 4,92 dengan jumlah nilai sebesar 20,895 dan nilai rata-rata sebesar 4,179 serta simpangan baku sebesar 0,436 dan varians sebesar 0,190.

Nilai rata-rata peningkatan kelembapan kulit wajah kering menggunakan masker kontrol pada wanita usia 30-40 tahun sebesar 2,162 dengan simpangan baku sebesar 0,221, varians sebesar 0,049.

Uji persyaratan analisis penelitian dilakukan dengan menggunakan uji normalitas dan homogenitas. Untuk mengetahui uji normalitas maka diperlukan uji *Liliefors*. Bila data berdistribusi normal maka digunakan statistik parametrik dan bila data berdistribusi tidak normal maka digunakan analisis dengan statistik non Parametrik menggunakan *U Mann Whitney*. Uji normalitas peningkatan kadar kelembapan kulit pada kulit wajah kering menggunakan masker oatmeal (*Avena sativa*) adalah sebagai berikut: Perawatan wajah yang menggunakan Masker Oatmeal diperoleh

$L_{hitung} = 0,280$ Pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$ dan $n = 5$ didapat $L_{tabel} = 0,337$ Ternyata $<$ yaitu $0,280$

$< 0,337$ sehingga hipotesis nol diterima, hasilnya data sampel berdistribusi normal.

Perawatan wajah yang menggunakan Masker Beras Merah diperoleh $L_{hitung} = 0,241$ Pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$ dan $n = 5$ didapat $L_{tabel} = 0,337$ Ternyata $L_{hitung} < L_{tabel}$ yaitu

$0,241 < 0,337$ sehingga hipotesis nol diterima, pastinya data sampel berdistribusi normal.

Uji homogenitas dilakukan dengan menggunakan rumus kesamaan dua varians melalui uji F. Hasil pengujian $F_{hitung} = 3,899$ Pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ dengan dk pembilang = 4 dan dk penyebut = 4 didapat $F_{tabel} = 6,39$ Dengan demikian $<$ artinya data

dari kedua sampel adalah homogen. Hasil pengujian hipotesis dengan Uji

t diperoleh $t_{hitung} = 9,229$ dan $t_{tabel} =$

$1,86$ Pada taraf signifikansi $\alpha =$ dan dk = maka $t_{hitung} > t_{tabel}$, demikian ditolak dan diterima, artinya terdapat pengaruh dari perawatan kulit wajah yang menggunakan masker oatmeal terhadap hasil kelembapan pada kulit wajah kering.

Masker oatmeal adalah masker yang bahan baku utamanya dari oatmeal alami, tanpa ada tambahan bahan lainnya. Dibuat dengan cara diseduh dengan air panas, kemudian diaduk hingga mengental. Kemudian digunakan setelah masker dingin.

Populasi percobaan ini adalah wanita berusia 30 hingga 40 tahun yang mempunyai kulit wajah kering, hal ini untuk membatasi keragaman jenis kulit wajah sehingga meningkatkan validitas penelitian. Dan kurun usia tersebut dimungkinkan memiliki kulit wajah kering.

Cara mengatasi kulit wajah kering ada berbagai macam, salah satunya dengan perawatan menggunakan masker oatmeal. Penggunaan masker oatmeal secara vitamin, antioksidan, lemak dan protein yang terdapat di dalam oatmeal yang berpengaruh terhadap peningkatan kelembapan kulit wajah kering, lebih baik dibandingkan dengan masker kontrol.

Jumlah sampel penelitian yang menggunakan masker oatmeal dalam peningkatan kelembapan kulit pada wajah kering pada usia wanita 30-40 tahun sebanyak 5 orang dan nilai rata-rata peningkatan kelembapannya 4,179 dan 5 orang dengan menggunakan masker kontrol, rata-rata peningkatan kelembapannya 2,162. Dari hasil hipotesis diperoleh H_0 ditolak, berarti peningkatan kelembapan pada kulit wajah kering wanita usia 30-40 tahun menggunakan masker oatmeal lebih baik daripada menggunakan masker kontrol.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh dari perawatan kulit wajah yang menggunakan masker oatmeal 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 oatmeal (*Avena sativa*) ($X_A = 4,179$) lebih besar dibandingkan yang menggunakan masker beras merah ($X_B = 2,162$).

Diperoleh hasil dari analisa data yaitu t_{hitung} sebesar 9,229 yang rutin selama 8 kali, dalam 4 minggu perawatan, serta karena kandungan

jika dibandingkan dengan t_{tabel} pada derajat kepercayaan $\alpha = 0,05$ sebesar 1,86 akan menjadi $t_{hitung} > t_{tabel}$, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh dari perawatan kulit wajah kering, hal ini karena kadar lemak pada oatmeal sebesar 6,455 gram, protein sebesar 12,955 gram, vitamin E sebesar 1,085 Mgram, Riboflavin (vitamin B2) sebesar 0,135 Mgram, Folicin (vitamin B3) sebesar 45 mgram dan Kalsium sebesar 52 Mgram yang dimiliki oleh oatmeal. Kandungan vitamin E, vitamin B2, vitamin B3, lemak dan kalsium dalam 100gram oatmeal, mengandung bahan yang berfungsi meningkatkan kelembapan kulit pada kulit wajah kering. Kandungan kadar lemak pada kelompok masker beras merah (kontrol) 0,355, protein 8.955 gram, dan vitamin C 25 mgram. Kandungan lemak dan protein yang dapat meningkatkan kadar kelembapan pada kulit wajah kering.

Setelah dilakukan penelitian serta hasil uji laboratorium kandungan dari oatmeal dan beras merah (kontrol) terlihat jelas, oatmeal memiliki kandungan lebih banyak dibandingkan dengan beras merah (kontrol). Sehingga dari evaluasi keseluruhan dari penelitian ini menunjukkan masker oatmeal lebih baik dan cepat meningkatkan kelembapan kulit pada kulit wajah kering, dibandingkan masker beras merah (kontrol).

DAFTAR PUSTAKA

- Acroni, Keen. 2012. *Semua Rahasia Kulit Cantik & Sehat Ada Disini*. Yogyakarta: JavaliteraDarmawan, A.B. 2013. *Anti Aging*. Yogyakarta: Media Presindo
Dwikarya, M. 2007. *Merawat Kulit & Wajah*. Jakarta: PT.Kawan Pustaka

- Hakim, Nelly. 2001. *Tata Kecantikan Kulit Tingkat Trampil*. Jakarta: Meutia Cipta Sarana
- Hellena. 2012. *Cantik Organik*. Surabaya: Penerbit Liris
- Kusumadewi. 2002. *Perawatan dan Tata Rias Wajah Wanita Usia 40+*. Jakarta: PT.Gramedia Pustaka Utama
- Muliyawan, Dewi. 2013. *A-Z Tentang Kosmetik*. Jakarta: PT.Elex Media Komputindo
- Nasir, M. 2005. *Metode Penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia
- Noor, J. 2012. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Kencana Prenada Media Grup
- Rostamailis. 2005. *Penggunaan Kosmetik Dasar Kecantikan & Berbusana Yang Serasi*. Jakarta: PT.Rineka
- Sudjana. 2009. *Metoda Statistika*. Bandung: PT.Tarsito Bandung
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Wirakusumah, E.S. 2007. *Cantik Awet Muda Dengan Buah, Sayur, dan Herbal*