

CANTIK SEHAT BERSERI DENGAN MADU DI DUSUN CERME

Elok Novita¹, Sofia Puspa Anjani², Echa Aditya³, Siti Shafira Uswatun Hasanah⁴, Nabila Khairunisa⁵, Azka Sabya Hardanty⁶

^{1,2,3,4,5,6} Universitas Negeri Yogyakarta

E-mail: elok@uny.ac.id

ABSTRAK

Perawatan wajah merupakan kegiatan memelihara kesehatan kulit wajah dengan melakukan serangkaian urutan kerja yang dilakukan terhadap masyarakat dusun Ceme kecamatan Panjatan dengan tujuan 1) memberikan edukasi memelihara kesehatan kulit wajah, 2) melatih warga masyarakat agar dapat mengaplikasikan perawatan wajah secara manual (facial) menggunakan madu, 3) tercapainya kesehatan kulit wajah dengan menggunakan madu sebagai bahan alami. Metode yang digunakan dengan 4D yaitu define menganalisis kebutuhan, membuat desain perawatan, develop menggunakan madu dan desiminate melakukan aplikasi perawatan. Hasil kegiatan 1) memahami cara memelihara kesehatan kulit wajah dengan mengenal kosmetika yang tepat, 2) pembersihan, pengelupasan, pemupukan, pengencangan dilakukan terhadap kulit wajah, 3) kulit wajah sehat berseri menggunakan madu dengan urutan kerja facial yang benar. Kegiatan ini dilakukan pada warga masyarakat khususnya ibu-ibu dan remaja putri di dusun Cerme kecamatan Panjatan, Kulon Progo di bulan Maret sampai Juni 2022. Kegiatan ini mendapat respon yang cukup baik dari ibu-ibu dan remaja putri, dapat mengikuti pelatihan dengan tertib

Keywords: Cantik, Madu, Cerme

PENDAHULUAN

Desa Cerme merupakan salah satu dari sebelas desa yang ada di kecamatan Panjatan. Desa Cerme hanya berjarak 1 km dari kecamatan Panjatan, dan berjarak 5km dari ibukota kabupaten. Desa ini terdiri dari 10 padukuhan dan 40 RT dengan total penduduk 3.770 jiwa yang terbagi atas 1.892 jiwa bergender laki-laki dan 1.887 jiwa bergender perempuan. Sebagian besar wilayah Desa Cerme ini merupakan dataran tinggi berbatu dan dataran rendah dengan ketinggian 7 meter dari permukaan laut. Secara administrative, Desa Cerme memiliki luas wilayah 379 ha yang terdiri atas dataran rendah seluas 132,5 ha dan perbukitan seluas 246,5 ha. Wilayah perbukitan di Desa Cerme banyak ditumbuhi tanaman keras seperti akasia, jati, mahoni, kelapa dan lain sebagainya, dan wilayah dataran rendah merupakan tanah persawahan. Ditinjau secara letak geografis, Desa Cerme memiliki peluang dibidang usahatani sehingga Sebagian besar penduduknya bermata pencaharian sebagai petani atau pekebun.

Mayoritas penduduk bermata pencaharian sebagai petani atau pekebun, warga Desa Cerme sudah biasa dengan paparan terik matahari dalam kesehariannya. Remaja di Desa Cerme pun banyak yang turun ke sawah dan kebun untuk membantu orang tuanya. Paparan terik matahari menepa kulit wajah setiap hari membuat kulit wajah mereka kusam dan menimbulkan flek hitam. Sebagai masyarakat yang awam dengan kesehatan kulit wajah, warga Desa Cerme bahkan tidak memisahkan sabun mandi dengan sabun wajah. Kebiasaan menggunakan sabun badan yang digunakan pada kulit wajah dapat secara terus menerus menyebabkan kulit kering, kulit kaku, bersisik dan akan mudah munculnya garis-garis halus penuaan dini dan akhirnya wajah terlihat lebih tua dari usia sebenarnya.

Perawatan Kesehatan kulit wajah tidaklah sulit hanya saja banyak masyarakat belum mengetahui cara memelihara kesehatan kulit wajah dengan benar. Penggunaan kosmetik yang digunakan dapat diperoleh dari lingkungan rumah yang mudah didapatkan.

Kesehatan kulit wajah tetap harus diperhatikan mengingat kulit wajah perlu pembersihan, pengelupasan, pemupukan dan pengencangan untuk menunda penuaan dini, mencegah kulit kering dan menghasilkan wajah sehat berseri. Kesehatan kulit wajah tidak boleh disepelekan untuk dapat memelihara kekenyalan kulit wajah agar wajah terlihat bersih terawat yang tidak memerlukan biaya banyak maka, untuk membantu meningkatkan kesadaran masyarakat Desa Cerme akan pentingnya merawat Kesehatan kulit wajah dilakukan pelatihan perawatan wajah (facial) manual dengan hadirnya mahasiswa KKN Tata Rias dan Kecantikan- Universitas Negeri Yogyakarta.

Perawatan wajah (facial) berfungsi untuk menstimulasi kulit, meningkatkan fungsi kulit, melindungi dan meregenerasi kulit. Kulit memerlukan relax, memerlukan ketenangan untuk menghilangkan kelelahan kulit. Perawatan wajah dilakukan dengan melakukan pijatan lembut (khusus massage saja) pada kulit wajah pada kulit normal antara 15 menit, pijatan pada kulit berminyak 10 menit, pijatan pada kulit kering 20 sampai 25 menit dengan kondisi kulit yang tidak bermasalah (Ann Galant, 53).



Gambar 1. Perawatan Wajah
(sumber; mahasiswa KKN UNY, 2022)

Perawatan wajah tidak boleh dilakukan pada kulit yang sangat sensitive, memiliki kondisi kulit pembuluh darah yang terlihat sangat jelas, adanya luka pada kulit wajah karena gigitan serangga, bengkak dan luka terbuka atau bekas luka yang belum sembuh, keadaan kulit yang sangat kendur, kulit yang terinfeksi, iritasi atau alergi obat, menderita asma atau sinus. Gerakan perawatan yang diberikan terdiri dari *effleurage* (mengusap), *petrissage* (mencubit), *tapotement* (menepuk), *vibration* (menggetar). Gerakan perawatan ini dilakukan dengan irama yang lembut tidak

boleh terburu buru untuk menyamankan kulit wajah(Ann Galant, 53-54).

Jenis-jenis kulit dan kondisi yang harus dikenali terdiri dari:

1. Kulit berminyak
Kulit berminyak adalah jenis kulit yang cenderung licin dan mengkilap karena produksi minyak atau sebum yang berlebih terlihat pori pori yang terbuka.
2. Kulit kering terjadi akibat rendahnya kelembapan pada lapisan kulit terluar, dan diraba kulitnya sangat kencang khususnya pada bagian sekitar mata dan mulut, pori pori tidak terlihat.
3. Kulit sensitive Kulit sensitif cenderung kulit yang mudah merasa panas dan merah ketika terpapar sinar matahari. Umumnya sangat peka dan mudah sekali mengalami alergi atau iritasi (kulit mudah memerah) dan ruam sebagai reaksi terhadap faktor tertentu.
4. Jenis kulit normal memiliki keseimbangan minyak dan kelembapan yang tinggi. Jenis kulit normal biasanya jarang memiliki masalah kulit, tidak terlalu sensitif, dan pori – pori pun hampir tak terlihat. Jenis kulit kombinasi adalah perpaduan antara kulit berminyak dan kulit kering. Seseorang dengan jenis kulit kombinasi memiliki kulit berminyak di area T zone, yaitu daera dagu, hidung, dan dahi serta kulit kerig diarea pipi.

Perawatan pada kulit wajah dapat dilakukan secara mandiri dengan menggunakan bahan-bahan alami yang mudah didapatkan disekitar. Salah satu bahan alami yang banyak manfaat adalah madu.



Gambar 2. Madu

(sumber:<https://id.images.search.yahoo.com/search/images; ylt=AwrKAnYgKCpj6jIAaS7LQwx.; ylu=Y29sbwNzZzMEcG9zA zEEdnRpZAMec2VjA3Bp dnM-?p=fungsi+madu&fr2=piv-web&ty>)



Gambar 3. Madu kemasan sachet

(sumber:<https://id.images.search.yahoo.com/search/images; ylt=Awr1TUquTSpirTIAgeLLQwx.; ylu=Y29sbwNzZzMEcG9zA zEEdnRpZAMec2VjA3Bp dnM-?p=madu+sachet&fr2=piv-web&type=E210ID91215>)

Masyarakat sudah mengenal madu digunakan untuk diminum sebagai vitamin menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh. Madu berasal dari himpunan cairan bunga–bungaan atau tanaman yang dikumpulkan dalam perut lebah yang selanjutnya dikeluarkan dan kemudian disimpan didalam sarangnya.

Madu memiliki warna yang pekat, rasa yang manis, kental dan lengket. Kandungan madu sangat banyak manfaatnya untuk kesehatan yang tidak perlu diragukan lagi dengan penggunaan takaran yang benar antara lain: 1) Menangkal radikal bebas; 2) Meningkatkan imunitas tubuh; 3) Meredakan batuk; 4) Mempercepat penyembuhan luka; 5) Menjaga system pencernaan; 6) Menkaga Kesehatan jantung. Untuk kecantikan kulit madu mengandung antioksidan alami yaitu polifenol dan flavonoid yang membantu mengatasi kerusakan pada kolagen yang mengurangi tanda – tanda penuaan dini.

METODE

Define melakukan analisis situasi keadaan desa cerme untuk diberikan pengetahuan yang tepat bagi kondisi masyarakat yang bermanfaat (observasi lapangan). Design melakukan rancangan kegiatan berupa pelatihan dengan diawali paparan materi, demonstrasi, praktek bersama. Develop melakukan urutan langkah kerja facial menggunakan madu sebagai kosmetikanya. Dessiminate melihat hasil pelatihan yang telah dilakukan warga dan menyebarkan angket terkait evaluasi pelatihan.

Kebutuhan kosmetik yaitu susu pembersih (*milk cleanser*) dan madu. Kebutuhan alat yang digunakan mangkok/piring kecil sebagai wadah madu, kebutuhan lenan menggunakan hair bando/bando agar rambut tidak menutupi wajah, handuk kecil sebagai cape pada dada agar baju tidak kotor, kebutuhan bahan berupa kapas dan tisu wajah kering. Langkah kerja yang dilakukan 1).pembersihan kulit wajah, 2). mengelupaskan sel kulit mati pada kulit wajah, 3).memijat permukaan wajah (massage), 4).pengencangan wajah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelatihan perawatan wajah (facial) secara manual, merupakan pembekalan keterampilan pada masyarakat Desa Cerme Kecamatan Panjatan adalah menambah wawasan dalam bidang tata rias dan kecantikan untuk dapat melakukan perawatan wajah mandiri , sehingga mampu membantu dalam memperluas cakupan kompetensi guna meningkatkan kesehatan kulit wajah masyarakat khususnya para ibu dan remaja putri. Pelatihan yang dilakukan melalui program KKN mahasiswa tata rias dan kecantikan UNY.

Pemberian pengetahuan untuk mengenali jenis jenis kulit harus dikuasai masyarakat agar tidak keliru dalam memilih kosmetik. Kondisi kulit yang terjadi pada umumnya di lingkungan masyarakat terdapat flek berupa bulatan bulatan kecil berwarna coklat terdapat di kulit wajah akibat paparan matahari, adanya jerawat karena masa pubertas di remaja putri (hormonal dan genetika), kulit dehidrasi karena kurangnya perawatan yang diberikan pada kulit.

Memelihara kesehatan kulit wajah dapat dilakukan dengan perawatan wajah secara manual yang dapat dikerjakan mandiri dan hanya membutuhkan bahan alami madu. Madu di gunakan untuk facial pada kondisi kulit yang tidak memiliki problem jerawat. Madu mudah di dapatkan dilingkungan sekitar, banyak warung/toko/swalayan yang menjual dengan harga terjangkau. Untuk perawatan satu

wajah dapat menggunakan satu madu sachet saja, dan perawatan ini dapat dilakukan minimal satu bulan sekali. Tekstur madu yang kental pada pengaplikasian ke wajah dapat dilakukan dengan mencampur air putih matang sedikit (usahakan tidak encer). Cara pengaplikasian yang dilakukan tahap pertama wajah harus dalam keadaan bersih bebas dari kosmetika yang melekat, apabila menggunakan tata rias wajah lengkap terdiri dari *foundation*, bedak, *eye shadow*, lipstick maka harus di hapus menggunakan *milk clenser* (susu pembersih) sesuai jenis kulit wajah dengan gerakan rotasi pada seluruh wajah lalu angkat menggunakan tisu wajah, bilas dengan air bersih hingga semua kosmetika yang melekat dapat terhapus. Tahap kedua adalah pengelupasan kulit mati menggunakan madu dioleskan pada kulit lalu gunakan gerakan *effleurage* dan rotasi untuk merontokan sel kulit mati. Lakukan pada

seluruh permukaan kulit agar seluruh sel kulit mati dapat rontok, biarkan madu tetap di wajah tanpa perlu di bilas. Tahap ketiga melakukan gerakan pijat wajah (*facial massage*) sebagai pemupukan terhadap seluruh permukaan wajah awali dengan mengusap (*effleurage*) mulai dari dagu dilakukan bersamaan dengan kedua jari-jari tangan, lanjut gerakan rotasi lalu mencubit (*petrissage*) pada area dagu, sepanjang rahang, pipi dan cuping hidung, dahi lanjut gerakan menggetar (*vibrasi*) mulai dari dahu, pipi, hidung, dahi dan pelipis. Lingkari mata dengan gerakan memutar lembut, selanjutnya lakukan gerakan menepuk pada bawah dagu (*double chin*), sepanjang bawah tulang rahang, dan pipi. Akhiri dengan gerakan mengusap menyeluruh mulai dari dagu ke pipi, hidung dan dahi, biarkan madu tetap di wajah tanpa dibilas. Untuk kondisi kulit kering dapat menambahkan gerakan *effleurage* dan rotasi pada area dada dan leher dengan waktu yang agak lama, untuk merangsang otot dan syaraf di area dada agar dapat memompa kelenjar minyak alami yang akan mengalir ke permukaan wajah.

Tahap keempat adalah pengencangan dengan cara membiarkan madu di wajah selama 10

menit kemudian angkat madu dengan waslap lembab suam suam kuku (hangat). Akhiri dengan menepuk nepuk wajah dengan kapas yang sudah di basahi *face tonic* atau air es atau air suhu ruang. Kulit akan terasa halus, kenyal, segar dan kencang. Wajah terlihat bersih berseri tahapan *facial* lengkap telah selesai dilakukan.

Analisis evaluasi kegiatan dilakukan secara kuantitatif dengan menggunakan angket kepuasan kepada peserta dari Desa Cerme Kecamatan Panjatan.

1. Evaluasi kegiatan pelatihan perawatan wajah dengan madu yang mencakup instruktur, materi, fasilitas, dan hasil, dengan rekapitulasi sebagai berikut:

Tabel 1. Instrumen Evaluasi Tanggapan Kebermanfaatan Terhadap Kegiatan Pelatihan

No	Pernyataan	Rerata	Keterangan
1	Kejelasan materi yang disampaikan oleh panitia	3.5	Memuaskan
2	Bahan ajar (materi) yang diberikan panitia untuk melengkapi pelatihan hari ini	4	Sangat memuaskan
3	Waktu yang cukup untuk diskusi dan tanya jawab	3.7	Memuaskan
4	Kualitas layanan dari panitia untuk memenuhi kepentingan pelatihan	4	Sangat memuaskan
5	Penjelasan panitia secara praktik dan teori	3.8	Memuaskan
6	Panitia bersikap terbuka dalam membantu peserta pelatihan	3.6	Memuaskan
7	Panitia memadai dan membimbing peserta dalam pelatihan	3.6	Memuaskan
8	Sarana pelatihan yang disediakan panitia	3.5	Memuaskan
9	Materi yang diberikan dapat tersampaikan dan bermanfaat bagi peserta	4	Sangat memuaskan
10	Sikap panitia kepada peserta	3.7	Memuaskan
TOTAL RERATA		3.74	Memuaskan

2. Evaluasi Kepuasan Peserta Pelatihan

Kegiatan pelatihan yang telah dilakukan dievaluasi guna menunjukkan kepuasan dan kebermanfaatan dengan instrument berupa tanggapan peserta terhadap kegiatan pelatihan.

Tabel 2. Evaluasi kepuasan peserta pelatihan

No	PERNYATAAN	RERATA	KETERANGAN
1	Persiapan instruktur dalam mempresentasikan materi pelatihan	80,36	Layak
2	Kemampuan menyampaikan materi	85,71	Sangat layak
3	Kejelasan instruktur dalam menjawab pertanyaan peserta pelatihan	85,71	Sangat layak
4	Kejelasan penyampaian materi pelatihan oleh instruktur	87,5	Sangat layak
5	Kesesuaian materi pelatihan	80,36	Layak
6	Materi pelatihan mudah dipahami dan menarik serta mudah dipraktikkan bagi peserta	85,71	Sangat sayak
7	Materi pelatihan dapat diterapkan dalam berbisnis	80,4	Layak
8	Materi pelatihan dapat meningkatkan keterampilan peserta dalam pembuatan masker alami	85,7	Sangat layak
9	Kualitas materi pelatihan dapat menambah tingkat keterampilan dan pengetahuan peserta	89,3	Sangat layak
10	Peralatan untuk pelatihan memadai	78,6	Layak
11	Bahan pembuatan masker alami untuk pelatihan memadai	82,1	Layak
RERATA		83,10	Layak

Menunjukkan respon peserta terhadap kepiuasan pelatihan adalah layak dengan rerata 83,10. Masyarakat yang awalnya tidak mengetahui tentang kesehatan kulit wajah dengan pelatihan melalui KKN mahasiswa sudah dapat membedakan jenis kulit, memahami kosmetik yang aman untuk kulit serta dapat mengaplikasikan facial wajah menggunakan madu secara mandiri. Pelatihan ini dilakukan sejalan dengan kegiatan yang dilakukan masyarakat sekitar untuk

menerapkan hidup sehat, sehingga pelatihan ini sesuai dengan kebutuhan.

KESIMPULAN

Perawatan wajah (*facial*) dengan madu merupakan serangkaian kegiatan yang dilakukan untuk memelihara Kesehatan kulit wajah. Perawatan menggunakan madu sangat aman diberikan pada jenis normal, kulit kering, kulit berminyak dengan kondisi kulit wajah yang tidak berjerawat, tidak memiliki luka pada wajah dan tidak sedang terjadi wajah terbakar paparan matahari. Perawatan dengan madu dapat memberikan nutrisi/makanan pada kulit, mengelupaskan sel kulit mati, melembabkan, mengenyalkan, melembutkan, mengencangkan, mengatasi kerusakan kolagen kulit, menunda penuaan dini. Untuk memelihara kesehatan kulit wajah perawatan ini dapat dilakukan satu bulan sekali. Perawatan yang dilakukan secara rutin akan mendapatkan hasil kulit wajah menjadi cantik, sehat, berseri. Perawatan menggunakan madu mudah dilakukan dan tidak memerlukan biaya yang mahal/ sangat ekonomis.

DAFTAR PUSTAKA

1. [Ann, Gallant, Beauty Specialist, Stanley Thornes, England, 1993](#)
2. <http://repository.umy.ac.id/bitstream/handle/123456789/25948/BAB%20IV.pdf?sequence=8&isAllowed=y>
3. https://id.wikipedia.org/wiki/Cerme,_Panjatan,_Kulon_Progo
4. W. R. Bennett and W. Arthur, "Factors that influence the effectiveness of training in organizations: A review and metaanalysis," 2001
5. <http://lppm.unisda.ac.id/wp-content/uploads/2018/08/LAPORAN-KELOMPOK.pdf>
6. [https://id.images.search.yahoo.com/search/images;_ylt=AwrKAnYgKCpj6jIAaS7LQwx.;_ylu=Y29sbwNzZzMEcG9zAzEEdnRpZAMEc2Vja3BpdnM-?p=fungsi+madu&fr2=piv-web&ty\)](https://id.images.search.yahoo.com/search/images;_ylt=AwrKAnYgKCpj6jIAaS7LQwx.;_ylu=Y29sbwNzZzMEcG9zAzEEdnRpZAMEc2Vja3BpdnM-?p=fungsi+madu&fr2=piv-web&ty))
7. [https://id.images.search.yahoo.com/search/images;_ylt=Awr1TUquTSpjrTIAgeLLQwx.;_ylu=Y29sbwNzZzMEcG9zAzEEdnRpZAMEc2Vja3BpdnM-?p=madu+sachet&fr2=piv-web&type=E210ID91215\)](https://id.images.search.yahoo.com/search/images;_ylt=Awr1TUquTSpjrTIAgeLLQwx.;_ylu=Y29sbwNzZzMEcG9zAzEEdnRpZAMEc2Vja3BpdnM-?p=madu+sachet&fr2=piv-web&type=E210ID91215))
8. <https://ners.unair.ac.id/site/index.php/news-fkp-unair/30-lihat/861-6-manfaat-madu-bagi-kesehatan>
9. [https://dwindakusumawati10.blogspot.com/2013/08/asal-mula-madu-nih-p.html\)](https://dwindakusumawati10.blogspot.com/2013/08/asal-mula-madu-nih-p.html))