



KEMENTERIAN
KESEHATAN
REPUBLIK
INDONESIA

MODUL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT



FORMULASI PRODUK SPA HERBAL PAPAYA BODY SCRUB

Penulis
SESILIA RANTE PAKADANG
HIANY SALIM

UNIT PENELITIAN
POLTEKKES KEMENKES MAKASSAR
2019

ISBN 978-602-6568-84-7



Body scrub adalah produk untuk membersihkan kulit secara paripurna karena tidak hanya menghilangkan kotoran tetapi juga dapat mengangkat sel kulit mati sehingga kulit menjadi halus, lembut, lembab, bersih, putih dan cerah. Kecendrungan back to nature dewasa ini juga menghadirkan produk spa herbal seperti body scrub herbal seperti pepaya, bengkoang, lengkung, daun teh, lidah buaya dan lain-lain

Buku ini memberikan petunjuk membuat formula body scrub (lulur spa) yang mengandung buah pepaya. Kandungan bahan aktif buah pepaya telah terbukti sebagai antioksidan, antibakteri, pelembab alami sehingga sangat baik untuk kesehatan kulit.

Petunjuk dalam buku ini sangat praktis sehingga dapat digunakan untuk paket sendiri maupun pelatihan di kelompok masyarakat dan merupakan seri kedua setelah panduan pembuatan formula obat batuk berbasis herbal.

Semoga Bermanfaat

ISBN 978-602-6568-84-7



**MODUL
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**

**FORMULASI PRODUK SPA HERBAL
*PAPAYA BODY SCRUB***



penulis

SESILIA RANTE PAKADANG

HIANY SALIM

UNIT PENELITIAN

POLTEKKES KEMENKES MAKASSAR

2019

MODUL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

FORMULASI PRODUK SPA HERBAL

PEPAYA BODY SCRUB

Penulis : Sesilia Rante Pakadang

ISBN : 9-786026-568847

Editor : Sesilia Rante Pakadang

Penyunting : Sesilia Rante Pakadang

Desain Sampul dan Tata Letak : Alvin Lengkey

Penerbit :

Unit Penelitian Poltekkes Kemenkes Makassar

Jl. Wijaya Kusuma Raya No. 46

Makassar 90222

Telp (0411) 869826, fax (0411) 869742

Email : info@poltekkes-mks.ac.id

Redaksi :

Jl. Wijaya Kusuma Raya No. 46

Makassar 90222

Telp (0411) 869826, fax (0411) 869742

Distributor Tunggal :

Unit Penelitian Poltekkes Kemenkes Makassar

Cetakan Pertama, April 2019

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Dilarang memperbanyak karya tulisan dalam bentuk dan dengan apapun tanpa izin tertulis dari penerbit

No. 000159524/ 17 Oktober 2019

PENGANTAR

Puji syukur penulis haturkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Kuasa yang selalu melimpahkan segala berkat, anugerah, perlindungan dan rahmatNya, sehingga modul ini dapat diselesaikan.

Body scrub adalah produk yang ditujukan untuk membersihkan kulit secara paripurna karena tidak hanya menghilangkan kotoran tetapi juga dapat mengangkat sel kulit mati sehingga kulit menjadi halus, lembut, lembab, bersih, putih dan cerah. Kecendrungan back to nature dewasa ini juga menghadirkan produk spa herbal seperti body scrub herbal seperti papaya, bengkoang dan lain-lain.

Modul ini memberikan panduan untuk membuat formula body scrub (lulur spa) yang mengandung buah papaya. Kandungan bahan aktif buah papaya telah terbukti sebagai antioksidan, antibakteri, pelembab alami sehingga sangat baik untuk kesehatan kulit.

Akhirnya dengan segala rendah hati penulis haturkan terima kasih untuk semua pihak yang telah membantu, semoga Tuhan melimpahkan rahmatNya kepada kita semua. Semoga modul ini memberi manfaat kepada pembacanya. Amin.

Makassar, April 2019
Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	1
IDENTITAS BUKU	2
PENGANTAR	3
DAFTAR ISI	4
SPA HERBAL	5
TANAMAN BERKHASIAH ANTIOKSIDAN	8
BODY SCRUB (LULUR) HERBAL	11
FORMULA LULUR BOREH	12
FORMULA LULUR KRIM	14
PUSTAKA	24
LAMPIRAN	
PROSEDUR PEMBUATAN LULUR KRIM	34

SPA HERBAL

Tidak dapat dipungkiri dewasa ini wanita di perkotaan (remaja, ibu rumah tangga dan wanita bekerja) tidak asing lagi dengan kebutuhan salon dan spa. Sehingga pertumbuhan salon dan spa semakin hari semakin menjamur dengan berbagai penawaran fasilitas, pelayanan dan harga. Spa atau solus per aqua, artinya terapi air. Dalam perkembangannya, spa menjadi suatu tempat kecantikan, perawatan tubuh, kesehatan, kebugaran dan kenyamanan. Spa merupakan suatu rangkaian perawatan yang terdiri dari terapi pijat seluruh badan, lulur/body scrub, masker pemutih, terapi musik, aromatherapy, mandi susu/mandi aromatherapy dan snack berupa kue-kue dan minum jahe hangat atau teh panas (Wedastri, 2012).

Manfaat spa antara lain menghaluskan, mengencangkan, memutihkan dan memberi nutrisi pada kulit, mengendurkan ketegangan otot, detoksifikasi tubuh untuk meningkatkan sistem kekebalan tubuh, menghilangkan kecemasan, kemarahan dan depresi (Wedastri, 2012; Yanik, 2014; Alodokter, 2018).

Berkembangnya kebutuhan akan sarana relaksasi tubuh dan kesehatan kulit menjadikan bisnis salon spa demikian laris. Spa yang menawarkan produk herbal dan dikenal sebagai spa herbal menyediakan berbagai pelayanan dengan bahan berbasis herbal. Mulai dari perawatan wajah, rambut, tangan, kaki, kulit dan kuku semua menggunakan produk formula yang mengandung bahan herbal. Bahan herbal yang digunakan

merupakan tumbuhan seperti buah, bunga, daun, kulit batang dan bagian-bagian tanaman lainnya. Jenis tanaman ini ada yang merupakan tanaman alami Indonesia dan telah dikenal secara turun temurun berfungsi untuk kecantikan kulit seperti umbi bengkoang, buah papaya, bunga melati dan daun kemuning. Selain itu banyak tanaman lain yang telah dikembangkan menjadi bahan produk kecantikan kulit berdasarkan hasil penelitian yang menyatakan kandungan zat aktif tanaman berfungsi sebagai antioksidan dan anti aging.

Meskipun fungsi spa cukup baik untuk kesehatan namun biaya yang dibutuhkan juga cukup mahal sehingga disarankan untuk melakukan perawatan di rumah sendiri layaknya menikmati spa di salon. Selain itu masalah waktu juga sering menjadi alasan kita untuk tidak melakukan spa. Produk-produk spa yang dapat dilakukan sendiri antara lain: Scrubbing atau pengelupasan sel kulit mati. Fungsinya untuk mengangkat kulit mati dengan menggunakan lotion khusus scrub (lulur) atau ramuan tradisional (lulur herbal); Masker, untuk perawatan wajah; Pijat, untuk melancarkan aliran darah dan Aromaterapi, yang dipercaya dapat menstimulasi kerja otak agar lebih rileks saat tubuh di pijat atau berendam.

TANAMAN UNTUK KECANTIKAN KULIT (SEBAGAI ANTIOKSIDAN DAN PEMUTIH KULIT)

Berbagai tanaman telah digunakan oleh masyarakat sebagai bahan kecantikan wajah dan kulit. Penggunaan ini didasarkan pada kearifan lokal dan penggunaan empiris secara turun temurun. Indonesia terkenal dengan berbagai suku bangsa dan budaya dengan kearifan lokal yang sangat beragam. Salah satu tradisi yang diturunkan hingga kini khususnya untuk wanita Indonesia adalah pemeliharaan kecantikan wajah dan kulit berbahan alam.

Dewasa ini informasi tentang pemanfaatan tanaman sebagai bahan produk kecantikan kulit juga banyak diperoleh dari media elektronik, internet dan social media. Semua jenis tanaman yang telah direkomendasikan oleh masyarakat ada yang telah terbukti secara ilmiah namun ada pula masih membutuhkan penelitian lanjutan untuk pembuktian khasiatnya.

Tanaman berkhasiat antioksidan merupakan bahan utama yang digunakan untuk memformulasi produk kecantikan. Bahan antioksidan dapat menghentikan reaksi oksidasi berantai yang terjadi di dalam tubuh maupun permukaan tubuh. Kulit yang terpapar sinar matahari berlebihan setiap hari menyebabkan terjadinya penuaan dini akibat kerusakan sel-sel kulit. Bahan antioksidan dapat mencegah reaksi oksidasi pada sel-sel kulit sehingga mencegah kerusakan sel dan memperlambat penuaan dini pada kulit.

Jurusan Farmasi Politeknik Kesehatan Kemenkes Makassar sebagai salah satu institusi pendidikan kesehatan telah mengembangkan herbal medisn dalam penelitian dosen dan mahasiswa. Berbagai penelitian telah dilakukan tentang aktivitas antioksidan dari berbagai tanaman dan produk formula berbasis herbal untuk kecantikan dan kesehatan kulit. Hasil-hasil penelitian ini telah dipublikasi pada Jurnal Media Farmasi terbitan tahun 2014 hingga 2019.

Penelitian yang telah dilakukan dan telah dipublikasikan merupakan tanaman-tanaman yang mempunyai aktivitas sebagai antioksidan dan pelindung matahari (sun protectif factor). Tanaman tersebut antara lain; rumput laut, daun kumis kucing, buah tomat, daun kelor, kulit pisang raja, propolis, daun mengkudu, daun kelor, biji kakao bebas lemak, buah mentimun, buh jambu biji, kecambah kacang hijau, kulit pisang ambon, kulit buah kecap.

BODY SCRUB (LULUR) HERBAL

Dampak polusi udara dan kelelahan fisik bekerja menyebabkan penuaan dini pada kulit tak dapat dihindari, sehingga melakukan scrubbing menjadi kebutuhan tersendiri bagi masyarakat urban baik wanita maupun pria. Secara umum scrubbing berfungsi untuk mengeluarkan lapisan kulit mati namun pemutihan kulit menjadi alasan khusus bagi wanita untuk melakukan scrubbing.



Lulur (body scrub) merupakan salah satu produk untuk spa yang dapat digunakan sendiri oleh wanita sibuk tanpa harus ke salon. Lulur terdiri dari 3 jenis komposisi formula yaitu formula dengan kandungan bahan kimia, bahan herbal dan campuran bahan kimia dan herbal. Kecendrungan back to nature dewasa ini membuat banyak produk makanan, obat dan kecantikan semua berbasis herbal. Lulur terbagi beberapa bentuk sediaan yaitu lulur bubuk, lulur krim, ataupun lulur kocok/cair (Pramuditha, 2016).

Fenomena herbal tanpa efek samping menjadikan kosmetika herbal mendapat tempat tersendiri bagi sebagian wanita urban meskipun harganya lebih mahal. Formula body scrub herbal merupakan peluang yang baik untuk disosialisasikan kepada masyarakat untuk mendapatkan manfaat ekonomi jangka panjang (dapat menggunakan sendiri atau menjadi peluang bisnis).

Jenis body scrub yang diinginkan wanita urban adalah formula yang berfungsi sebagai regenerasi kulit, pemutih kulit, pelembab dan perawatan kulit. Bahan alami yang dapat digunakan untuk kebutuhan tersebut antara lain: Umbi Bengkoang, Mentimun, Tomat, Kentang, Susu, Yogurt, Madu, Kunyit, Pisang, Strawberry, Alpukat, Pepaya, Jeruk Nipis, Lemon, Putih Telur, Lidah Buaya, Air Beras, Minyak Zaitun, Kulit jeruk dan Green Tea (Kaylin, 2017). Contoh formula body scrub herbal yang telah digunakan oleh masyarakat Indonesia adalah lulur kuning Jawa, lulur bengkoang, lulur Bali, lulur coklat, lulur teh, lulur kopi, lulur garam laut, lulur stroberi, lulur papaya (Pipit, 2011).

Produk lulur herbal yang sangat didambakan oleh wanita adalah lulur pemutih dan pencerah kulit. Beberapa bahan alami sangat bermanfaat untuk memutihkan kulit. Berikut ini beberapa cara memutihkan badan secara alami dengan mudah, menyenangkan, murah, dan efektif.

Nama Bahan	Cara menggunakan
 <p data-bbox="190 1552 410 1585">Umbi bengkoang</p>	<p data-bbox="446 1215 981 1394">Kupas bengkoang hingga bersih, diiris tipis. Letakkan irisan bengkoang tersebut di bagian kulit wajah dan tubuh. Biarkan selama 10 hingga 15 menit, lalu cuci muka dan kulit lainnya hingga bersih.</p> <p data-bbox="446 1434 981 1612">Kupas dan potong-potong kecil bengkoang lalu blender. Peras bengkoang yang sudah halus tersebut untuk mengambil sarinya, kemudian diendapkan. Ambil endapan dan</p>

	<p>campurkan dengan tepung beras halus. Aduk rata dan bisa ditambah air sedikit hingga mirip dengan masker. Oleskan masker bengkong ini ke seluruh tubuh. Diamkan selama 20 menit hingga kering kemudian bilas dengan air hingga bersih.</p>
 <p>Mentimun</p>	<p>Cuci bersih mentimun kemudian potong-potong bentuk lingkaran tipis. Potongan tipis tersebut ditempelkan ke kulit atau wajah. Biarkan selama 20 menit, kemudian cuci bersih kulit atau wajah dengan air mengalir.</p> <p>Cuci bersih mentimun kemudian dihaluskan dengan blender. Oleskan gel mentimun tersebut ke seluruh tubuh. Biarkan selama kurang lebih 30 menit. Kemudian bilas atau mandi hingga badan bersih dari gel mentimun.</p> <p>Mengandung mineral dan vitamin</p>
 <p>Buah tomat</p>	<p>Cuci bersih tomat kemudian potong-potong bentuk lingkaran tipis dan ditempelkan ke kulit. Biarkan selama 30 menit kemudian cuci bersih kulit dengan air mengalir.</p> <p>Cuci bersih tomat kemudian hancurkan dengan blender hingga menyerupai gel. Oleskan gel tomat tersebut ke seluruh tubuh. Biarkan selama kurang lebih 30 menit kemudian mandi hingga badan bersih</p> <p>Mengandung bahan antioksidan seperti lycopene, untuk menangkal radikal bebas kerusakan kulit akibat sinar UV.</p>

 <p>Kentang</p>	<p>Kentang direbus hingga empuk. Kemudian ditumbuk hingga lembut, tambahkan susu cair hingga terbentuk pasta. Oleskan lulur kentang ke seluruh tubuh. Biarkan selama kurang lebih 30 menit, kemudian mandi.</p> <p>Kandungan mineral kentang efektif untuk menghambat penuaan kulit, membantu regenerasi sel-sel kulit dan menyamarkan bekas luka pada kulit.</p>
 <p>Susu</p>	<p>susu segar 1 gelas dicampur dengan 1 sendok makan madu. Aduk hingga tercampur rata. Balurkan ke seluruh badan hingga merata. Diamkan sekitar 30 menit hingga mengering, bersihkan tubuh dengan air mengalir.</p> <p>Susu mengandung vitamin D untuk meningkatkan produksi kolagen. Susu juga mengandung vitamin B6 untuk menghindarkan kulit dari jerawat dan tetap lembab.</p>
 <p>Yogurt</p>	<p>Oleskan yogurt tawar ke seluruh tubuh hingga merata. Diamkan sekitar 30 menit kemudian bilas hingga bersih.</p> <p>Yogurt mengandung kalsium, vitamin B kompleks, dan Zinc. Kalsium dan Zinc mampu melembabkan kulit. Vitamin B kompleks mampu menjaga kesehatan kulit sehingga membuatnya lebih putih, bersih, dan bersinar alami.</p>

 <p>Madu</p>	<p>Oleskan madu ke seluruh tubuh hingga merata. Biarkan sekitar 30 menit hingga kandungan madu meresap ke pori-pori kulit. Kemudian bilas hingga bersih</p> <p>Madu mengandung anti oksidan. Dapat mengangkat kulit mati dan merangsang regenerasi kulit, melembabkan kulit dan mencerahkan kulit secara alami.</p>
 <p>Kunyit</p>	<p>Campur kunyit bubuk dan susu bubuk, kemudian tambahkan air. Aduk hingga menyerupai pasta. Oleskan pada kulit tubuh sebagai lulur alami. Diamkan selama 15 menit atau hingga mengering kemudian bilas atau mandi dengan air hangat hingga bersih.</p> <p>Kurkumin adalah salah satu kandungan kunyit yang paling terkenal yang berguna untuk menetralkan radikal bebas.</p>
 <p>Pisang</p>	<p>Lumatkan pisang dan tambahkan 4 sendok makan madu untuk 2 buah pisang. Campur hingga merata kemudian balurkan ke seluruh tubuh. Biarkan hingga kering sekitar 20 menit kemudian mandi hingga bersih.</p> <p>Pisang mengandung vitamin C ini yang membantu memutihkan kulit secara perlahan dan alami</p>

	<p>Lumatkan strawberry tambahkan susu cair hingga teksturnya mirip lulur, oleskan ke seluruh badan. Biarkan selama 15 - 30 menit hingga kering. Kemudian mandi hingga bersih.</p> <p>Kandungan ellagic dari strowberi ampuh membersihkan kulit dan flek hitam.</p>
	<p>Lumatkan alpukat hingga teksturnya mirip bubur. Tambahkan madu kemudian balurkan ke seluruh tubuh dan diamkan selama hingga 30 menit. Bersihkan tubuh Anda dengan air hangat.</p> <p>Alpukat mengandung karetonoid sebagai antioksidan, vitamin E, dan vitamin C, mampu melindungi kulit dari radikal bebas dan paparan sinar UV dari matahari, mencegah penuaan dini serta memicu zat elastin dan kolagen.</p>
	<p>Lumatkan pepaya hingga menjadi bubur. Balurkan ke seluruh tubuh, biarkan hingga 30 menitt kemudian mandi dengan air hangat.</p> <p>Kandungan enzim papain dalam papaya berperan dalam regenerasi sel kulit mati. Kandungan vitamin A, C dan E berfungsi sebagai anti oksidan, membantu mencukupi kadar nutrisi dan kelembaban kulit.</p>

	<p>Oleskan cairan jeruk nipis ke seluruh tubuh dan diamkan hingga kering. Setelah kering, bilas dengan air hangat.</p> <p>Jeruk nipis dan lemon mengandung antioksidan seperti vitamin C untuk mencegah jerawat, mengurangi minyak di kulit dan mengangkat sel kulit mati.</p>
	<p>Jeruk lemon juga mengandung asam alpha hidroksi untuk menangkal radikal bebas dan memutihkan kulit.</p>
	<p>Siapkan putih telur kemudian kocok lepas dengan mixer hingga menjadi busa. Campur dengan jeruk nipis atau madu. Setelah merata, oleskan di seujur tubuh.</p> <p>Kandungan protein dalam putih telur akan membantu regenerasi sel kulit mati sehingga kulit akan tampak lebih muda.</p>
	<p>Kupas kulit dan ambil daging lidah buaya oleskan ke kulit tubuh secara merata. Diamkan hingga kering lalu mandi hingga bersih</p>

 <p data-bbox="190 476 370 505">Air cuci beras</p>	<p data-bbox="447 203 981 305">Cuci beras dan gunakan airnya yang masih berwarna putih keruh untuk bilas atau mandi.</p> <p data-bbox="447 349 981 487">Air cuci beras mengandung zat zat asam ferullic dan allantoin yang berguna untuk melindungi kulit dari paparan matahari yang berlebihan.</p>
 <p data-bbox="190 840 370 869">Minyak zaitun</p>	<p data-bbox="447 538 981 640">Minyak zaitun dibalurkan ke seluruh tubuh. Biarkan hingga kering kemudian mandi dengan air hangat.</p> <p data-bbox="447 684 981 822">Minyak zaitun mengandung polifenol yang merupakan zat anti oksidan dan zat asam iloneic untuk melembabkan kulit, lebih kenyal, bersih, dan cerah.</p>
 <p data-bbox="190 1193 334 1223">Kulit jeruk</p>	<p data-bbox="447 910 981 1157">Keringkan kulit jeruk kemudian tumbuk hingga halus. Ambil bubuk kulit jeruk, campur dengan air kemudian aduk hingga rata dan teksturnya sudah seperti lulur. Balurkan lulur kulit jeruk tersebut ke seluruh tubuh dan biarkan hingga kering. Bilas hingga bersih.</p>
 <p data-bbox="190 1539 310 1568">Daun teh</p>	<p data-bbox="447 1244 981 1412">Tumbuk teh hijau hingga halus, kemudian tambahkan air dan campur hingga menjadi seperti lulur. Balurkan ke seluruh tubuh, biarkan hingga 30 menit kemudian bilas hingga bersih</p>

FORMULA LULUR BUBUK

Lulur terbagi beberapa bentuk sediaan yaitu lulur bubuk, lulur krim, ataupun lulur kocok/cair (Pramuditha, 2016).

Lulur bubuk merupakan salah satu sediaan lulur dalam bentuk kering yang berbagai bahan padatan dan dibuat sebagai serbuk halus. Lulur bubuk seperti halnya sediaan lulur lainnya dimaksudkan untuk mempercantik kulit dengan cara mengangkat kulit mati, menghaluskan kulit, melembabkan kulit, memutihkan dan mencerahkan kulit serta memberikan efek relaksasi karena aroma harum dan menyenangkan. Selain untuk kecantikan kulit lulur bubuk juga sering dimaksudkan untuk pengobatan seperti masuk angin, kelelahan.

Tradisi membuat lulur bubuk dengan meracik rempah-rempah, buah-buahan dan bahan lainnya telah dikenal turun temurun dari berbagai generasi dan kini menjadi lebih dikenal terutama oleh wisatawan mancanegara yang datang ke Indonesia. Luluran merupakan kegiatan membalurkan bahan tertentu pada kulit dengan tujuan mempercantik kulit tubuh. Formula lulur bubuk mengandung bahan-bahan herbal seperti biji, bunga, buah, kulit buah, batang, kulit batang dan daun. Ada juga lulur yang terbuat dari bahan karbohidrat seperti cokelat dan beras. Lulur memiliki beraneka ragam manfaat semua itu tergantung dari bahan dasar yang dimiliki lulur tersebut (Putra, 2016).

Bahan dasar lulur tradisional adalah tepung beras yang berfungsi sebagai scrub untuk mengeluarkan kulit mati pada

permukaan tubuh. Tepung beras dapat membantu meningkatkan produksi kolagen yang berfungsi untuk meningkatkan elastisitas kulit. Kandungan kimia dalam tepung beras adalah gamma oryzanol yang berfungsi memperbaharui pembentukan pigmen melanin, sebagai antioksidan dan juga efektif menangkal sinar ultraviolet. Selain tepung sebagai scrub lulur bubuk juga mengandung senyawa fungsional tersebut seperti kunyit, kencur, bengkoang dan sebagainya (Arbarini, 2015). Berbagai bahan yang pernah dicoba sebagai butiran pada lulur bubuk adalah butiran pasir, biji keras tanaman, sampai butiran abrasiver sintetis. Butiran itu tidak boleh terlalu kasar supaya tidak melukai kulit, terlalu halus sehingga tidak berfungsi sebagai pengampelas, terlalu runcing, dan terlalu bulat sehingga licin dan tidak bekerja sebagai pengampelas (Pramuditha, 2016).

Penyiapan formula lulur bubuk sangat sederhana yaitu dengan menyiapkan bahan-bahan alami (bagian tanaman) yang dipercaya mempunyai khasiat yang baik bagi kulit. Semua bahan dikeringkan kemudian ditumbuk (menjadi serbuk agak kasar). Serbuk kasar lulur bubuk berfungsi untuk mengangkat sel kulit mati namun tidak boleh melukai kulit sehingga ukuran butirannya cukup halus meskipun tidak sehalus tepung. Bahan yang dapat dijadikan bahan pembuatan lulur bubuk adalah:

- a. bahan scrub; tepung beras putih, tepung beras merah, kacang hijau, biji kedelai dan lain-lain

- b. bahan fungsional (pelembab, pemutih, emolien, melembutkan, menghaluskan, antioksidan, antikerut dan lain-lain); kunyit, bengkoang, pisang, papaya, jeruk nipis, lemon, stroberry, mentimun, buah naga, langsung, lidah buaya, tomat, kentang, wortel, biji kopi, biji coklat, biji kedelai, nanas, temu giring, kulit buah manggis dan lain-lain
- c. bahan pengharum; bunga melati, bunga mawar, bunga kamboja, daun teh hijau, daun kemuning, kayu cendana, bunga tanjung, dan lain-lain

Cara menggunakan lulur bubuk adalah dengan mencampurkan bubuk lulur dengan air, air beraroma (air mawar, air melati), madu, susu, yogurt, putih telur, minyak zaitun dan lain-lain. Campuran dibuat hingga kental seperti bubur kemudian dibalurkan pada kulit tubuh dan biarkan hingga sedikit kering. Selanjutnya serbuk lulur pada kulit digosok hingga butiran lulur kering dan lepas bersama kotoran dan kulit mati. Tahap akhir adalah membilas tubuh dengan air mengalir hingga bersih.

FORMULA LULUR KRIM HERBAL

Lulur adalah sediaan kosmetik tradisional yang diresepkan dari turun-temurun digunakan untuk mengangkat sel kulit mati, kotoran, dan membuka pori-pori sehingga pertukaran udara bebas dan kulit menjadi lebih cerah dan putih. Selain lulur bubuk jenis lulur yang paling populer dewasa ini adalah lulur krim. Lulur krim disukai karena penggunaannya yang praktis dengan komposisi bahan yang konstan.

Lulur krim merupakan sediaan setengah padat yang mengandung bahan minyak dan air membentuk emulsi. Formula emulsi menjadikan lulur krim mudah mengangkat kotoran dari permukaan tubuh. Perbedaan lulur krim dan lulur bubuk adalah ukuran partikel scrub lebih kecil, lebih halus sehingga cocok untuk semua jenis kulit terutama kulit yang sensitive dan mudah iritasi. Bahan-bahan dasar lulur krim sama dengan krim pembersih kulit pada umumnya yang mengandung lemak dan penyegar, lulur krim sejenis butiran-butiran kasar yang bersifat pengampelas (abrasiver) agar bisa mengangkat sel-sel kulit mati dari epidermis.

Tahap utama pembuatan lulur krim herbal adalah menyiapkan formulasi dasar krim pembawa lulur. Krim dasar berupa bahan minyak dan bahan air yang disatukan oleh bahan emulgator. Berhubung krim dasar ini akan dicampurkan dengan bahan alami maka formulasi dasar krim harus mengandung pengawet dan bahan antioksidan. Bahan penambah pengawet

dan antioksidan penting untuk menjaga kestabilan bahan alami dalam krim akhir. Selanjutnya krim dasar lulur ditambahkan sesuai keahlian pada bahan herbal. Pencampuran bahan alami dan bahan dasar krim harus dilakukan dengan hati-hati agar krim akhir tidak rusak atau memisah dan tetap stabil.

Penggunaan herbal dalam lulur krim dibatasi jumlah dan jenisnya karena mempertimbangkan kestabilan dasar krim pembawa. Bahan herbal yang ditambahkan pada krim dasar maksimal 30% yang terdiri dari tepung beras (bahan scrub) 10-20%, bahan fungsional 10-30%, bahan pengaorama secukupnya. Komposisi bahan alami diformulasi sesuai tujuan penggunaan lulur bagi konsumen.

Beberapa penelitian tentang formulasi lulur krim umumnya menggunakan bahan fase minyak seperti coconut oil, paraffin wax, asam stearate, cetyl alcohol, paraffin cair, vaselin wax, vaselin putih dan adeps lanae. Bahan fase air umumnya menggunakan propilenglikol, gliserol, natrium lauril sulfat, madu dan aquades. Emulgator yang sering digunakan adalah trietanolamin (TEA) untuk fase air dan asam stearate untuk fase minyak atau tween (fase air) dan span (fase minyak). Keunggulan emulgator ini adalah stabil pada pH 7-8 yang sesuai dengan pH kulit. Pengawet yang umum digunakan adalah gabungan nipagin (fase air) dan nipasol (fase minyak). Antioksidan yang sering digunakan adalah alfa tokoferol (vitamin E) (Widiarti 2017; Ningsi, 2015; Ikshamudin, 2012; Prabandari, 2019).

Modul ini difokuskan pada pembuatan lulur krim herbal papaya. Bahan pepaya digunakan dengan pertimbangan;

- a. papaya mempunyai aktivitas antioksidan baik berupa buah maupun olahannya (Ramdani, 2013)
- b. formulasi krim getah buah papaya terbukti secara in vivo pada sukarelawan sebagai krim anti jerawat (Anggraini, 2011)
- c. sari buah papaya mengandung bahan antioksidan seperti fenolik dan flavonoid (Pratimasari, 2009)
- d. buah papaya matang lebih efektif dari pada buah papaya mentah atau sedang dalam aktivitas antioksidan, kandungan beta karoten, vitamin C dan mineral
- e. buah papaya (biji) bersifat antibakteri (Mulyono, 2013)
- f. buah papaya bersifat mencerahkan warna kulit (<http://klinikkecantikan.co.id>)
- g. buah papaya merupakan bahan pemutih alami (www.alodokter.com)
- h. buah papaya baik untuk kesehatan kulit wajah dan tubuh (www.bugarfit.com)

Berikut merupakan formula acuan yang telah dirancang berdasarkan orientasi dan menghasilkan formulasi yang stabil dalam penyimpanan.

Bahan dasar pembuatan lulur terdiri dari fase minyak dan fase air. Kemudian ditambahkan bahan herbal.

Bahan dasar salep fase minyak adalah;

Asam sterat	15
Cetyl alcohol	5
Paraffin liquid	5
Nipasol	0,05%
Vitamin E	30IU

Bahan dasar fase air adalah;

Propilenglikol	15
Gliserol	5
Sodium lauryl sulfat	1,5
Trietanolamin	3
Nipagin	0,18%

Bahan herbal untuk membuat 100 gram lulur krim herbal adalah;

Tepung beras	15 gram
Buah papaya matang (dihaluskan)	20 gram
Dasar krim	65 gram

Cara pembuatan krim dasar

- Asam sterat, Cetyl alcohol, Paraffin liquid, Nipasol, Vitamin E dimasukkan dalam wadah (cawan) kemudian dilebur pada pemanasan suhu 70⁰C sebagai fase minyak.
- Propilenglikol, gliserol dan nipagin dimasukkan dalam wadah (cawan) kemudian dipanaskan hingga suhu 70⁰C sebagai fase air.
- Lumpang dan stamper dipanaskan. Dimasukkan trietanolamin dan sodium lauryl sulfat dalam lumping.

Diaduk hingga tercampur rata. Kemudian ditambahkan hasil pemanasan fase air ke dalam lumpang, diaduk hingga rata (homogen). Tambahkan fase minyak sekaligus kemudian diaduk hingga membentuk massa krim yang lembut dan homogen.

Cara pembuatan lulur krim herbal papaya

Serbuk tepung beras (15 gram) dimasukkan dalam lumpang. Ditambahkan buah papaya halus (20 gram) kemudian diaduk hingga rata (homogen). Ditambahkan krim dasar (65 gram). Diaduk perlahan hingga terbentuk krim lembut yang rata (homogen) warna dan konsistensinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Alodokter, 2018. Berbagai Manfaat Spa untuk Kesehatan Tubuh dan Pikiran. <https://www.alodokter.com/berbagai-manfaat-spa-untuk-kesehatan-tubuh-dan-pikiran> diakses 12 November 2018
- Anggraini D, Malik M, Susiladewi M. 2011. Formula krim serbuk getah buah papaya sebagai anti jerawat, *e-publikasi* Fakultas Farmasi 42-47, publikasiilmiah.unwahas.ac.id
- Arbarini A, 2015. Pengaruh penambahan ekstrak rimpang kencur pada tepung beras terhadap sifat fisik kosmetik lulur tradisional. *Jurnal Tata Rias*. Vol 4, No 02 (2015)
- Ikshamudin A. 2012. Formulasi Virgin Coconot. Minyak atsiri rimpang jahe dan uji aktivitas repelan terhadap nyamuk *Aedes aegypti* betina. *Jurnal Ilmiah Kefarmasian*. Vol 2. No. 2. 2012. 175-186
- Kaylin, Kayla beauty body, November 22, 2017. *Cara Memutihkan Badan Secara Alami Dengan Bahan-Bahan Di Dapur*. Diakses 12 November 2018
- Mulyono LM. 2013. Aktivitas ekstrak etanol biji buah papaya terhadap *E coli* dan *Staphylococcus aureus*. *Calyptra* 2 (2). 1-9.
- Ningsi S, Nonci FY, Sam R, 2015. formulasi sediaan lulur krim ampas kedelai putih dan ampas kopi arabika. Jurusan farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar. *Jurnal Farmasi FIK UINAM Vol.3 No.1 2015*

- Pipit, 2011. *Mengenal Lulur Tradisional dan Khasiatnya..*
<http://www.KabariNews.com/?36442>
- Pramuditha, 2016, Uji stabilitas fisik lulur krim dari ampas kelapa (*cocos nucifera* L.) dengan menggunakan emulgator anionik dan nonionic, *skripsi*, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Islam Negeri Makassar
- Prabandari R. 2018. Formulasi dan Uji stabilitas sediaan lulur dari rimpang kunyit. *Viva Medika*. edisi khusus/seri 2/ Feb/ 2018/ 52-58
- Pratimasari D. 2009. Uji Aktivitas penangkap radikal buah papaya dengan metode DPPH dan penetapan kadar fenolik dan flavonoid total. *skripsi*. Eprints.ums.ac.id. Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Putra AAMM, Parining N, Yudhari IDAS. 2016. Bauran Pemasaran Lulur di UD. Sekar Jagat Denpasar.. *E-Jurnal Agribisnis dan Agrowisata* ISSN: 2301-6523 Vol.5, No.1, Januari 2016
- Ramdani FA. 2013. Penentuan aktivitas antioksidan buah papaya dan produk olahannya berupa manisan papaya. *Skripsi*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Wedastri, WS., 2012, natural spa. <https://sihusky.wordpress.com/about/> diakses 10 November 2018
- Widiarti dan Indriatmoko, 2017. Formulasi dan uji sifat fisik serbuk kulit buah manggis dan serbuk kopi untuk perawatan tubuh. *Jurnal kesehatan Al-Irsyad*, vol X. No. 1, Maret 2017
- Yanik, (2014). *Melakukan Perawatan di Rumah*.

PROSEDUR PEMBUATAN LULUR

	
<p>Oersiapan bahan</p>	<p>Bahan yang telah ditimbang</p>
	
<p>Bahan minyak dan bahan air dicampur terpisah</p>	<p>Bahan air dan bahan minyak masing-masing dipanaskan hingga suhu 70⁰C</p>
	
<p>Lumpang dipanaskan</p>	<p>Bahan air dan bahan minyak dicampur bersamaan dalam lumpang panas</p>

	
<p>Semua bahan diaduk homogeny hingga terbentuk mass kental berwarna putih</p>	<p>Ditambahkan bahan papaya dan tepung beras (tepung kasar)</p>
	
<p>Dicampur homogen kembali</p>	<p>Lulur telah siap dikemas</p>