ULIL ALBAB : Jurnal Ilmiah Multidisiplin
Vol.3, No.2, Januari 2024

Efektivitas Penggunaan Ekstrak Lidah Buaya dan Kemiri untuk Rambut Rontok

Shally Ayu Chintya[1], Siti Khomsatin[2], Dini Febriyanti[3]
[1,2,3]Akademi Komunitas Darussalam Blokagung
E-mail: ayuchintyashally@gmail.com[1], sitikhomsatin82@gmail.com[2]

Article History:
Received: 21 Desember 2023
Revised: 31 Desember 2023
Accepted: 03 Januari 2023

Keywords: *Rambut Rontok, Lidah Buaya, Kemiri*

Abstract: *Masalah kerontokan rambut sering dialami oleh banyak orang. Lidah buaya dan kemiri merupakan salah satu bahan alami yang dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan rambut rontok. Tujuan penelitian ini yaitu untuk melihat efektivitas penggunaan ekstrak lidah buaya dan kemiri untuk mengatasi rambut rontok. Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu penelitian pre-eksperimen. Jumlah sampel yang digunakan yaitu 20 responden dibagi antara kelompok perlakuan (diberikan ekstrak lidah buaya dan kemiri) dan tidak dilakukan perlakuan (tidak diberikan ekstrak lidah buaya dan kemiri). Pengolahan data menggunakan uji t. Hasil penelitian setelah menggunakan ekstrak lidah buaya dan kemiri diperoleh nilai p sebesar 0.005, mean difference -0.600, standart error difference 0.189 dan nilai 95% CI terendah sebesar -0.996 serta tertinggi -0.204. Kesimpulan pada penelitian ini yaitu penggunaan ekstrak lidah buaya dan kemiri efektif untuk mengatasi permasalahan rambut rontok.*

PENDAHULUAN

Rambut sering disebut sebagai mahkota bagi wanita, sedangkan bagi pria rambut sebagai rasa kepercayaan diri. Rambut memiliki fungsi sebagai perlindungan, penunjang keterampilan, memberikan kehangatan dan untuk keindahan. Rambut berkilau, berwarna hitam, tebal, tidak kusut dan tidak rontok merupakan ciri-ciri rambut sehat (Sari & Wibowo, 2016). Sedangkan ciri-ciri rambut tidak sehat yaitu rambut mudah patah, ujung rambut bercabang, rambut kusam, rambut kering, rambut keriting atau sulit diatur, rambut berminyak, dan rambut rontok (Julita & Yupelmi, 2023).

Banyak permasalahan pada wanita yang berhubungan dengan rambut yaitu salah satunya rambut rontok. Rambut rontok sangat wajar terjadi, karena rambut memiliki beberapa fase diantaranya fase pertumbuhan (*anagen*), fase menuju rontok (*katagen*), dan fase rontok (*telogen*) (Nurjanah & Krinawati, 2014), normalnya rambut rontok setiap manusia yaitu sekitar 40-100 helai setiap harinya (Tranggono, 2007).

Rambut rontok disebabkan oleh dua faktor yaitu faktor endogen terdiri dari hormonal, status gizi, penyakit sistemik, kelainan genetik dan intoksikasi, dan faktor eksogen terdiri dari stimulus lingkungan dan kosmetik. Stimulasi lingkungan seperti paparan sinar matahari, tekanan, dan radiasi sinar. Sedangkan kosmetik rambut seperti shampo, pewarna, pemudar warna, model tatanan

rambut, pengeritingan dan pelurusan rambut (Sari & Wibowo, 2016). Penyebab lain dari rambut rontok yaitu dapat disebabkan dari stres, ketidakseimbangan hormon, mengkonsumsi obat-obatan, penggunaan bahan kimia yang berlebih, *menopause*, penggunaan shampo yang tidak tepat, penggunaan *hairdrayer* yang terlalu sering (Rostamailis dkk, 2008). Rambut rontok dapat dicegah dengan pola hidup bersih dan sehat, yaitu dengan menggunakan shampo bernutrisi, memperhatikan pola makan, mengurangi aktivitas mencatok rambut yang terlalu sering, menggunakan sisir yang tepat, dan mengurangi stres. Untuk mencegah dan menangani rambut rontok bisa menggunakan bahan alami ataupun zat sintesis. Penggunaan bahan alami lebih aman dan mudah didapatkan dibandingkan dengan zat sintesis (Sahira & Darusman, 2021).

Pengobatan dengan bahan alami lebih banyak diminati oleh masyarakat, hal ini dikarenakan efek samping yang diberikan lebih sedikit dibandingkan dengan penggunaan zat sintesis yang berbahan kimia. Selain itu penggunaan bahan alami lebih diminati dikarenakan mudah ditemukan dengan harga yang relatif murah (Rahmawati, 2022). Bahan alami yang dapat mengatasi dan mencegah rambut rontok yaitu daun orang-aring, lidah buaya, daun waru, daun mangkokan, esktrak wortel, minyak kelapa, ekstrak buah alpukat, madu dan minyak kemiri (Nurjanah & Krisnawati, 2014).

Lidah buaya sudah dikenal sejak zaman dulu yang kaya manfaat, salah satunya sebagai bahan kosmetik, obat, dan makanan. Penggunaan lidah buaya pada zaman dulu yaitu dengan cara tradisional, namun dengan berkembangnya zaman penggunaan lidah buaya digunakan dengan cara *modern*, contohnya diolah menjadi shampo, *hair tonic* dll (Aslikhah & Maspiyak, 2013). Kemiri mengandung beberapa zat kimia yang berfungsi untuk menyuburkan rambut, menghitamkan rambut, sebagai bahan baku sabun atau bahan bakar untuk penerangan, akan tetapi jarang digunakan. Hal ini dikarenakan kemiri mengandung asam hidrosanik yang bersifat racun (Sari & Wibowo, 2016).

Berdasarkan uraian diatas maka dilakukan penelitian yang bertujuan untuk mengkaji efektivitas penggunaan ekstrak lidah buaya dan kemiri untuk mengatasi rambut rontok. Hasil penelitian yang diperoleh diharapkan dapat dijadikan bukti empiris maupun bukti teoritis untuk mengetahui dan mengevaluasi bagaiamana meminimalisir masalah pada rambut rontok.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian *pre-eksperimen*. Penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren Darussalam Blokagung Kabupaten Banyuwangi. Populasi pada penelitian ini yaitu remaja putri berusia 15-20 tahun yang mengalami kerontokan rambut berlebih dan belum pernah melakukan perawatan untuk mengatasi rambut rontok. Jumlah sampel yang digunakan yaitu 20 responden dibagi antara kelompok perlakuan (diberikan ekstrak lidah buaya dan kemiri) dan tidak dilakukan perlakuan (tidak diberi ekstrak lidah buaya dan kemiri) berdasarkan *Randomized Controlled Trial (*RCT). Variabel terikat pada penelitian ini adalah rambut rontok, dan variabel bebas pada penelitian ini yaitu lidah buaya dan kemiri. Data yang dihasilkan kemudian di analis dengan program SPSS 16.0 dengan melakukan uji *t* untuk mengetahui hubungan antara penggunaan lidah buaya dan kemiri untuk mengatasi masalah rambut rontok.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel. 1 Karakteristik Sampel

Karakteristik	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Usia	16	19	17.40	1.095

Dari tabel 1 menunjukkan bahwa usia responden pada penelitian ini memilliki nilai usia *minimum* yaitu 16 dan nilai *maximun* 19, serta nilai *mean* 17,40 dengan nilai *standart deviasi* sebesar 1,095.

Tabel. 2 Hasil analisis antara penggunaan ekstrak lidah buaya dan kemiri untuk mengurangi rambut rontok

Rambut rontok	p	*Mean Difference*	*Std. Error Deviation*	*95% Confidence Interval of the Difference*	
				Lower	*Upper*
Sebelum menggunakan ekstrak lidah buaya dan kemiri	0.177	-0.300	0.213	-0.748	-0.148
Sesudah menggunakan ekstrak lidah buaya dan kemiri	0.005	-0.600	0.189	-0.996	-0.204

Dari tabel 2 menunjukkan bahwa adanya perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah perlakuan pengguana ekstrak lidah buaya dan kemiri, dari hasil diatas menunjukan bahwa sesudah melakukan perlakuan kepada peserta diperoleh nilai p sebesar 0,005 dengan nilai *mean difference* -0.600, *standard error deviation* 0.189 dan nilai 95% CI terendah -0.996 dan nilai tertinggi -0.204, yang berarti bahwa penggunaan ekstrak lidah buaya dan kemiri efektif untuk mengatasi rambut rontok. Hal ini dikarenakan lidah buaya memiliki manfaat untuk mengurangi rambut rontok, melembabkan kulit kepala, melembabkan rambut, rambut berminyak, dan rambut kering karena lidah buaya dapat menyeimbangkan pH sehingga cocok digunakan untuk semua jenis rambut dan jenis kulit kepala (Aslikhah & Maspiyak, 2013). Lidah buaya juga dapat merangsang pertumbuhan rambut, serta memiliki sifat anti-inflamasi yang mampu melumpuhkan *androgenetic alocepia* yang menjadi penyebab rambut rontok (Rusdiana & Maspiyah, 2018).

Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Mukhti (2015) menunjukkan bahwa adanya pengaruh penggunaan *cream creambath* lidah buaya pada perawatan rambut rontok. Sama hal nya dengan Jatnika dan Saptoningsih (2010) yang mengatakan bahwa lidah buaya dapat mengurangi kerontokan rambut dan menguatkan akar rambut. Hal ini dikarenakan kandungan yang ada pada lidah buaya. Lidah buaya dapat mengurangi rambut rontok dikarenakan lidah buaya mengandung zat-zat yang bermanfaat untuk mengurangi kerontokan rambut yaitu seperti vitamin A, vitamin C, asam amino, inositol, enzim, mineral dll (Swce dkk. 2000).

Lidah buaya sangat efektif untuk perawatan rambut dikarenakan lidah buaya memiliki kandungan yang mirip dengan protein penting rambut, keratin, dan asam amino. Kandungan asam amino L-lisin pada lidah buaya memiliki potensi pada pertumbuhan rambut (Sona, 2018). Selain itu kemiri memiliki zat yang berfungsi untuk menyuburkan rambut dan menghitamkan rambut, seperti saponin, flavonoid, polifenol dan fitosteron (Esse, dkk 2021). Kemiri juga mengandung asam lemak yang dapat memicu pertumbuhan rambut (Sari & Wibowo, 2016). Menurut Rahmawati (2022) manfaat minyak kemiri dalam industri kecantikan dan farmasi yaitu dapat menghitamkan rambut, menutrisi rambut, obat kulit, obat bisul, disentri, sakit maag dan sebagai sumber sabun. Hal ini dikarenakan kandungan dari kemiri yaitu protein, karbohidrat, mineral, kalium, fosfor, kalsium dan magnesium. Vitamin yang ada dalam kemiri yaitu vitamin A, vitamin B1 (tiamin) dan vitamin B9 (folat).

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ekstrak lidah buaya dan kemiri dapat mengatasi permasalahan rambut rontok. Hal ini dikarenakan kandungan yang ada pada lidah buaya dan kemiri. Kandungan yang ada pada lidah buaya yang berfungsi untuk mengurangi rambut rontok yaitu inositol, vitamin A, vitamin C, asam amino, enzim dan mineral. Selain itu minyak kemiri juga memiliki manfaat sebagai menghitamkan rambut, menutrisi rambut. Sehingga penggunaan ekstrak lidah buaya dan kemiri sangat efektif untuk perawatan rambut.

DAFTAR REFERENSI

Aslikhah, S. R., & Maspiyak. (2013). Pengaruh perbandingan original cream dengan ekstrak lidah buaya (*aloevera*) terhadap hasil jadi kosmetik creambath. *E-journal*, 2(2): 49-56

Esse., Indo., Rika, R., Rosmiaty, D. (2021). Hair balm minyak kemiri dalam mengurangi rambut rontok hazelnut oil hair balm in reducing hair loss. *Journal HomeEc*: 16(1):1907–5081

Jantika, A., & Saptoningsih, M., P. (2010). Meraup laba dari lidah buaya. AgroMedia Pustaka.

Julita, N., & Yupelni, M. (2023). Kelayakan kulit jeruk manis (citrus sinesis) sebagai hair tonic perawatan rambut rontok. *Journal Beauty and Cosmetology*, 4(2): 36-41

Mukhti, S. (2015). Pengaruh pemanfaatan cream creambath lidah buaya terhadap perawatan rambut. Pendidikan tata rias dan kecantikan. Universitas Negeri Padang

Nurjanah., & Krinsawati, M. (2014). Pengaruh hair tonic lidah mertua (sanseviera trifasciata prain) dan seledri (apium graveolens linn) untuk mengurangi rambut rontok. *Journal of beauty health education*: 3(1): 1-9

Rahmawati, D. (2022). Sosialisasi pengelolaan dan pemanfaatan minyak kemiri untuk kesehatan rambut masyarakat desa sopu. *Jurnal Altifani*: 2(3): 277-284

Rostamailis., hayatunnufus., Yanita, M. (2008). Tata kecantikan rambut jilid 1. Direktorat pembinaan sekolah menengah kejuruan, direktorat jendral menajemen Pendidikan dasar dan menengah, departemen pendidikan nasional.

Rusdiana, I., & Maspiyah. (2018). Pengaruh proporsi ekstrak lidah buaya (*aloe vera*) dan madu sebagai bahan aktif hair tonic. *E- Journal*, 7(2): 113-120

Sahira, J., & Darusman, F. (2021). Review sediaan hair tonic herbal denngan pembawa minyak rambut rontok. *Bandung Conference Series: Pharmacy*, 1(1): 34-40

Sari, D. K., & Wibowo, A. (2016). Perawatan herbal pada rambut rontok. *Majority*, 5(5): 129-134

Sona, F.R. (2018). Formulasi Hair Tonic Ekstrak Lidah Buaya (Aloe vera (L.) Burm.f.) dan Uji Aktivitas Pertumbuhan Rambut pada Tikus. Fakultas kedokteran dan ilmu Kesehatan. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Swce, W., Klontz K.C., Lambert L.A. (2000). A nationwide of alopecia associated with the use of a hair-relaxing formulation. *Arch Dermatol*, 136: 1104-8

Tranggono, R. (2007). Buku pegangan, ilmu pengetahuan kosmetik. Jakarta. PT. Gramedia