



**Penyuluhan dan *Workshop* Pembuatan Lulur Herbal Braco "Beras Kopi" sebagai Kosmetik Peremajaan Kulit**

**In Rahmi Fatria Fajar<sup>1✉</sup>, Iin Hardiyati<sup>2</sup>, Dewi Rahma Fitri<sup>3</sup>, Dede Komarudin<sup>4</sup>**  
Institut Sains dan Teknologi Alkamal, Jakarta, Indonesia<sup>1,2,3,4</sup>

E-mail : [Inrahmi14@gmail.com](mailto:Inrahmi14@gmail.com)<sup>1</sup>, [iin83hardiyati@gmail.com](mailto:iin83hardiyati@gmail.com)<sup>2</sup>, [dewirahmafritri@gmail.com](mailto:dewirahmafritri@gmail.com)<sup>3</sup>,  
[dedekomarudin44@gmail.com](mailto:dedekomarudin44@gmail.com)<sup>4</sup>

---

**Abstrak**

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. Kosmetik bahan alam mencegah terjadinya efek buruk yang dihasilkan dari bahan kimia, sehingga dilihat dari segi keamanan pemilihan bahan alam ini dapat ditingkatkan. Tujuan dari kegiatan ini adalah menghasilkan lulur herbal peremajaan kulit mengandung bahan alam yang mudah didapatkan pada lingkungan sekitar. Metode pengabdian masyarakat ini adalah penyuluhan mengenai perawatan tubuh, bahan alam yang dapat dijadikan sebagai kosmetik serta *workshop* pembuatan lulur kepada masyarakat di RPTRA Manggis. Hasil pengabdian didapatkan masyarakat dapat mengetahui bahan alam pada kosmetik dan membuat lulur herbal mengandung beras dan kopi yang dapat digunakan sebagai peremajaan kulit. Kesimpulan bertambahnya pengetahuan dan *skill* masyarakat mengenai potensi bahan alam yang dapat digunakan sebagai kosmetik untuk perawatan tubuh.

**Kata kunci :** kosmetik, lulur, beras, kopi, kulit

**Abstract**

*Lulur is a traditional cosmetic preparation that has been prescribed for generations to be used to remove dead skin cells, dirt, and open pores so that air exchange is free and the skin becomes brighter and whiter. Natural cosmetics prevent the adverse effects of chemicals, so from a safety point of view the selection of these natural ingredients can be improved. The purpose of this activity is to produce skin rejuvenating herbal scrubs containing natural ingredients that are easily available in the surrounding environment. This community service method is counseling about body care, natural ingredients that can be used as cosmetics and workshops for making scrubs to the community at RPTRA Manggis. The results of the service are that the community can find out natural ingredients in cosmetics and make herbal scrubs containing rice and coffee that can be used as skin rejuvenators. The conclusion is the increasing knowledge and skills of the community regarding the potential of natural ingredients that can be used as cosmetics for body care.*

**Keywords:** *cosmetic, scrub, rice, coffee, skin*

---

Copyright (c) 2022 In Rahmi Fatria Fajar, Iin Hardiyati, Dewi Rahma Fitri, Dede Komarudin

✉ Corresponding author

Address : Institut Sains dan Teknologi Alkamal

Email : [Inrahmi14@gmail.com](mailto:Inrahmi14@gmail.com)

DOI : <https://doi.org/10.31004/abdidas.v3i3.608>

ISSN 2721-9224 (Media Cetak)

ISSN 2721- 9216 (Media Online)

## PENDAHULUAN

Indonesia kaya akan tanaman obat dan rempah-rempah oleh masyarakat dahulu digunakan sebagai kosmetik tradisional. Namun pada revolusi ilmiah beberapa abad terakhir, keinginan untuk membuat obat-obatan dan produk kosmetik dengan bahan sintetik baru berpengaruh kuat dalam pengembangan produk. Kosmetik perawatan kulit (*skin care cosmetic*) diantaranya terdiri dari kosmetik untuk membersihkan kulit (*cleansing cream, sabun, cleansing milk*, dan penyegar kulit), kosmetik untuk melembabkan kulit/*moisturizer (night cream)*, kosmetik pelindung (*sunscreen cream, sunblock cream*) dan kosmetik untuk menipiskan kulit/*peeling (scrub cream)* (Tranggono, 2007).

Salah satu contoh kosmetik perawatan kulit adalah lulur. 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 (Isfianti, 2018). Kosmetik bahan alam mencegah terjadinya efek buruk yang dihasilkan dari bahan kimia, sehingga dilihat dari segi keamanan pemilihan bahan alam ini dapat ditingkatkan.

Salah satu bahan pembuatan *Body scrub* alami dapat memanfaatkan beras. Selama ini beras hanya dimanfaatkan sebagai bahan dalam olahan makanan, padahal menurut beberapa literature beras selain bermanfaat untuk kesehatan juga memiliki manfaat bagi kecantikan kulit seperti melembabkan kulit, mencerahkan kulit, mengangkat sel kulit mati dan menggantikannya dengan sel kulit baru yang lebih sehat, mendinginkan kulit, membantu merawat peremajaan kulit serta menghaluskan kulit (Nisa, 2019).

Kopi diketahui mengandung senyawa antioksidan dalam jumlah yang cukup banyak. Adanya antioksidan dapat membantu tubuh dalam menangkal efek pengrusakan oleh senyawa radikal bebas, seperti kanker, diabetes, dan penurunan respon imun. Beberapa contoh senyawa antioksidan yang terdapat dalam kopi adalah polifenol, flavonoid, proantosianidin, kumarin, asam klorogenat, dan tokoferol (Y. P. Sari & Suhartiningsih, 2020).

Kopi dapat memberikan efek kulit menjadi lembut sehingga, memiliki nutrisi yang baik untuk melindungi kulit dari kerusakan akibat sinar matahari dan mencegah kerusakan kolagen atau zat elastin yang menyebabkan keriput pada kulit. Kopi memiliki aroma yang khas dan tajam, ampas kopi juga mempunyai banyak khasiat untuk kecantikan kulit dan sejak nenek moyang telah menggunakan kopi sebagai bahan baku lulur tradisional. Kopi menghasilkan minyak antioksidan yang bersifat menghaluskan kulit (R. W. Sari et al., 2021).

Untuk membuat lulur herbal tersebut akan ditambahkan dengan bahan tambahan yang berfungsi melembabkan kulit, menjaga pH dan menjaga stabilitas sediaan yaitu asam stearat (Raymond C Rowe, 2015). Selain asam stearat ditambahkan pula propilenglikol sebagai humektan (Raymond C Rowe, 2015) sehingga lulur yang dihasilkan memiliki konsistensi yang baik dan nyaman digunakan.

Berdasarkan data tersebut maka diadakan salah satu kegiatan Program Pengabdian pada Masyarakat Institut Sains dan Teknologi Alkamal yang melibatkan dosen, mahasiswa, pemerintah desa, tokoh masyarakat, dan kader kesehatan masyarakat Kemanggis, Jakarta Barat.

## METODE

Kegiatan Pengabdian Masyarakat dilaksanakan dengan metode pembelajaran beberapa tahap, yaitu sosialisasi persiapan pelaksanaan kegiatan kepada aparatur desa, pelaksanaan penyuluhan dan *workshop* yang dilaksanakan di RPTRA Manggis, monitoring dan evaluasi kegiatan penyuluhan kepada kader kesehatan dan masyarakat.

### 1. Persiapan kegiatan meliputi

Pada tahapan sosialisasi kegiatan, tim pelaksana pengabdian memberikan penjelasan kepada pihak aparatur desa, kader masyarakat mengenai kegiatan yang dilaksanakan. Rincian kegiatan pada tahap ini diantaranya survei tempat dilaksanakan kegiatan, permohonan izin, persiapan alat dan bahan untuk penyuluhan dan *workshop*, serta membagikan selebaran kepada masyarakat.

### 2. Kegiatan pelaksanaan penyuluhan dan *workshop*



Gambar 1. Penyampaian Materi Penyuluhan

Pelaksanaan materi penyuluhan dilakukan oleh mahasiswa dan dosen. Penyampaian materi mengenai bahan alam yang berpotensi sebagai kosmetik disampaikan dengan metode ceramah dan diskusi pada akhir sesi. Setelah penyampaian materi selesai dilanjutkan dengan *workshop* pembuatan lulur dengan menggunakan beras dan kopi

sebagai peremajaan tubuh. Sesi diskusi dan tanya jawab dilaksanakan setelah penyampaian materi terselesaikan. Disini banyak sekali peserta yang sangat antusias terhadap kegiatan.

### 3. Monitoring dan evaluasi

Monitoring dan evaluasi kegiatan dilakukan dengan memberikan soal *post test* yang dibagikan kepada para peserta untuk diisi. Bagi peserta yang mendapatkan nilai tertinggi akan diberikan *door prize* sebagai tanda bahwa materi tersampaikan dengan baik.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan dan *workshop* pembuatan lulur herbal dilakukan oleh dosen, mahasiswa, kader kesehatan dan masyarakat Kemanggisan. Penyuluhan dan *workshop* pembuatan lulur herbal berjalan lancar dan memuaskan. Berikut ini merupakan gambar kegiatan penyuluhan.



Gambar 2. Peserta Penyuluhan dan *Workshop*

Setelah pemberian materi mengenai potensi bahan alam terhadap kesehatan sudah disampaikan kepada masyarakat, disisipkan senam kebugaran untuk menjaga kesehatan tubuh dan menambah semangat serta menghilangkan jenuh dalam kegiatan. Senam

kebugaran dipimpin oleh mahasiswa dan diikuti oleh seluruh peserta.



Gambar 3. Senam Kebugaran

Setelah pemberian materi mengenai potensi bahan alam terhadap kesehatan sudah disampaikan kepada masyarakat, disisipkan senam kebugaran untuk menjaga kesehatan tubuh dan menambah semangat serta menghilangkan jenuh dalam kegiatan. Senam kebugaran dipimpin oleh mahasiswa dan diikuti oleh seluruh peserta.

Kegiatan *Workshop* pembuatan lulur herbal dilakukan setelah sesi penyuluhan telah terselesaikan. Pada kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan *skill* masyarakat sehingga dapat berguna dalam kehidupan sehari-hari. Bahan yang digunakan pada lulur herbal ini menggunakan beras sebagai *scrub* yang berfungsi untuk mengangkat sel kulit mati dan kopi sebagai zat aktif yang berfungsi sebagai antioksidan (lulur kopi). Disamping itu digunakan pula eksipien seperti asam stearat, propilenglikol sehingga lulur yang dihasilkan stabil dan nyaman digunakan. Berikut merupakan foto kegiatan tersebut.



Gamba 4. Penjelasan Workshop Pembuatan Lulur Braco



Gambar 5. Pembagian Lulur Braco

Lulur yang sudah dibuat kemudian dibagikan kepada seluruh peserta. Pada tahap ini para peserta dapat memakai lulur sehingga dengan seluruh rangkaian proses kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan dan skill masyarakat.



Gambar 6. Review Lulur Braco

Kegiatan pengabdian yang telah dilaksanakan terdiri atas penyuluhan mengenai peningkatan potensi bahan alam sebagai

kosmetik dan workshop pembuatan lulur Braco “Beras kopi”. Hasil yang didapat dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah :

1. Penyuluhan mengenai potensi bahan alam sebagai kosmetika dilakukan langsung kepada kader kesehatan dan masyarakat
2. Meningkatkan pengetahuan kader kesehatan yang berfungsi sebagai penghubung kepada masyarakat mengenai potensi bahan alam khususnya beras dan kopi dapat digunakan sebagai bahan kosmetik
3. Meningkatnya pengetahuan masyarakat potensi bahan alam khususnya beras dan kopi tidak hanya sebagai bahan pangan.
4. Meningkatnya *skill* kader kesehatan dan masyarakat dalam pembuatan suatu produk kosmetik yang dapat meningkatkan nilai tambah.

## SIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di Kemanggisan, Jakarta Barat berjalan dengan sangat baik sesuai target yang diharapkan. Hal ini dibuktikan dengan sikap antusias dalam penerimaan materi pelaksanaan *workshop*. Hasil pengulangan peragaan materi dan pembuatan lulur Braco secara sederhana dipahami oleh masyarakat. Kegiatan penyuluhan dan *workshop* merupakan cara memberikan pemahaman, motivasi, edukasi, persuasi, promosi dan peningkatan *skill* yang dapat memberikan nilai lebih pada kehidupan masyarakat.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih Kami ucapkan kepada mahasiswa dan dosen yang telah memberikan waktu dan kontribusinya dalam kegiatan penyuluhan ini. Terima kasih pula Kami

ucapkan kepada kader, dan masyarakat Kemanggisan, Jakarta Barat sehingga acara ini dapat berjalan sukses dan lancar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Tranggono. RI. dan Latifah. (2007). *Buku Pegangan Ilmu Pengetahuan Kosmetik*. PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Isfianti, D. E. (2018). Pemanfaatan Limbah Kulit Buah Jeruk Nipis (*Citrus aurantifolia*) Dan Daun Kelor (*Moringa oleifera Lamk*) Untuk Pembuatan Lulur Tradisional Sebagai Alternatif “Green Cosmetics.” *Jurnal Tata Rias*, 07(2), 74–86.  
<http://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-tata-riass/article/view/24717>
- Nisa, K. (2019). Formulasi Sediaan Krim Lulur Dari Ekstrak Beras Ketan Hitam (*Oryza sativa L. var glutinosa*) Sebagai Pelembab Alami Kulit. *Skripsi*, 25–26.
- Raymond C Rowe, P. J. S. and Ma. E. Q. (2015). *Handbook of Pharmaceutical Excipients. Handbook of Pharmaceutical Excipients, E.28, 257–262.*
- Sari, R. W. (2021). Formulasi Sediaan Lulur (Body Scrub ) Ekstrak Daun Jambu Biji (*Psidium Guajava Linn*) Sebagai Anti Oksidan. *Jurnal Ilmiah Manusia dan Kesehatan* 4(3), 2614–3151.  
<http://jurnal.umpar.ac.id/index.php/makes>
- Sari, Y. P., & Suhartiningsih. (2020). Formulasi Body Scrub dari Ampas Kopi dan Rimpang Temulawak (*Curcuma Xanthorrhiza Roxb*). *Journal Beauty and Cosmetology (JBC)*, 1(2), 44–56.