

Pemanfaatan Daun Timun Tikus (*Coccinia grandis*) Menjadi Tonik Rambut

Muhammad Rizqi Aditya, Eka Kusmiati*

Madrasah Tsanawiyah Sayang Ibu
Jl. Sonokeling No. 46 Dasan Geria, Lingsar, Lombok Barat, NTB

Article History

Received: 01 Juni 2025

Revised: 10 Juni 2025

Accepted: 4 Juli 2025

*Corresponding Author:
Eka Kusmiati, Madrasah
Tsanawiyah Sayang Ibu,
Email:
Ekajlita19@gmail.com

Abstrak: Daun timun tikus (*Coccinia grandis*) memiliki potensi untuk digunakan sebagai bahan dasar tonik rambut karena mengandung senyawa flavonoid yang dapat menghambat pertumbuhan bakteri dan virus. Senyawa ini diduga mampu membantu mempercepat pertumbuhan rambut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui cara pembuatan tonik rambut alami dari daun timun tikus serta mengetahui hasil uji organoleptik terhadap tekstur, aroma, dan warna tonik tersebut. Penelitian dilakukan secara kuantitatif dengan metode eksperimen. Produk tonik yang telah dibuat kemudian diuji pada siswa kelas VII Al Battani di Pesantren Alam Sayang Ibu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tonik rambut dari daun timun tikus dapat digunakan, meskipun respon pengguna berbeda-beda. Sebagian kecil responden merasakan gatal setelah pemakaian, namun sebagian besar tidak mengalami keluhan tersebut.

Kata Kunci: Daun timun tikus, *Coccinia grandis*, tonik rambut alami.

Pendahuluan

Rambut sering disebut sebagai mahkota karena memiliki fungsi penting, tidak hanya sebagai pelindung kepala dan pemberi kehangatan, tetapi juga sebagai penunjang penampilan. Kerontokan rambut dapat menyebabkan seseorang merasa kurang percaya diri, frustrasi, bahkan kecewa. Jika tidak ditangani dengan baik, kerontokan rambut dapat menyebabkan kebotakan (Diana & Wahini, 2014).

Salah satu tanaman yang berpotensi mengatasi masalah kerontokan rambut adalah daun timun tikus (*Coccinia grandis*). Tanaman ini berasal dari Afrika dan telah

menyebar luas hingga Asia Tenggara. Daun timun tikus biasa digunakan dalam masakan sebagai sayuran, baik dalam bentuk segar maupun olahan. Selain itu, tanaman ini juga dikenal dalam pengobatan tradisional karena dipercaya dapat meredakan peradangan, diare, demam, dan cacar.

Secara fisik, tanaman timun tikus memiliki akar berbonggol dan tumbuh merambat (liana) hingga sepanjang 20 meter. Daunnya berwarna hijau dan memiliki duri kecil di bagian ujung. Tanaman ini mengandung berbagai senyawa aktif seperti fitosterol, flavonoid, terpenoid, coccinoside, fenol, tanin, alkaloid, glikosida, cucurbitacin B, taraxerone, lupeol, saponin, dan cryptoxanthin (Alfionita & Justina, 2018).

Salah satu kandungan penting pada daun timun tikus adalah flavonoid. Senyawa ini memiliki aktivitas antibakteri yang bekerja dengan cara merusak dinding sel bakteri. Kerusakan dinding sel ini memungkinkan senyawa flavonoid masuk ke inti sel bakteri dan menghambat pertumbuhannya. Dengan begitu, flavonoid dapat membantu mencegah infeksi di kulit kepala dan merangsang pertumbuhan rambut (Alfionita & Justina, 2018).

Tanaman timun tikus juga dapat ditemukan tumbuh liar di beberapa wilayah di Indonesia dan memiliki nama yang berbeda-beda di setiap daerah. Selain sebagai bahan makanan, tanaman ini juga dipercaya bermanfaat untuk kesehatan rambut, seperti menghaluskan, menguatkan, dan menyehatkan kulit kepala. Saat ini, sebagian besar tonik rambut yang beredar di pasaran menggunakan bahan kimia, yang jika digunakan terus-menerus dalam jangka panjang dapat menimbulkan efek samping. Oleh karena itu, tonik rambut alami dari daun timun tikus dapat menjadi alternatif yang lebih aman dan ramah lingkungan.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen. Pendekatan kuantitatif digunakan untuk

mengumpulkan data berdasarkan hasil uji coba yang dapat diukur secara angka. Metode eksperimen digunakan untuk mengamati langsung proses pembuatan dan penggunaan tonik rambut dari daun timun tikus (*Coccinia grandis*), serta mengevaluasi hasilnya melalui uji organoleptik dan angket.

Adapun populasi penelitian untuk angket adalah seluruh siswa kelas VII Al-Battani di Pondok Pesantrem Alam Sayang Ibu. Sementara sampel penelitian diambil sebanyak 10 siswa laki-laki dari kelas VII Al-Battani. Pemilihan sampel didasarkan pada hasil observasi awal, dimana ditemukan adanya rambut rontok yang cukup sering pada kegiatan piket di asrama PDD.

Pada penelitian ini, digunakan alat dan bahan sebagai berikut:

Alat:

Tabel 1: Alat

| No | Alat | Jumlah |
|----|-------------------|--------|
| 1 | Timbangan digital | 1 buah |
| 2 | Kompor | 1 buah |
| 3 | Panci | 1 buah |
| 4 | Gelas ukur | 1 buah |
| 5 | Kertas saring | 1 buah |

| | | |
|---|--------------------|--------|
| 6 | Gelas kimia 250 ml | 1 buah |
| 7 | Gelas kimia 1 L | 1 buah |

Bahan:

Tabel 2: Bahan

| Bahan | Jumlah | Kegunaan |
|--|--------|---|
| Essensial oil vanila | 1 ml | Memberikan bau ke tonik rambut yang peneliti buat |
| Daun timun tikus (<i>Coccinia grandis</i>) | 100 g | Bahan utama untuk membuat tonik rambut. |
| Metil paraben (<i>nipagen</i>) | 0,1 g | Sebagai pengawet. |
| Aquadest | 300 ml | Sebagai pelarut |

Sementara prosedur penelitian ini terdiri atas 2 tahapan, yaitu pembuatan tonik daun timun tikus (*Coccinia grandis*) dan uji organoleptik.

1. Pembuatan Tonik Daun Timun Tikus (*Coccinia grandis*)

- Menyiapkan alat dan bahan yang diperlukan
- Memisahkan daun dari batangnya dan mencucinya hingga bersih
- Menimbang daun sebanyak 100 gram
- Merebus daun dengan air hingga mendidih
- Menyaring air rebusan dan mendinginkannya

- Menambahkan 0,1 gram metil paraben setelah dingin
- Mengaduk hingga larutan menjadi homogen
- Mengambil 50 ml larutan dan memasukkannya ke dalam botol
- Menambahkan 1 ml minyak esensial vanila
- Tonik rambut siap digunakan

2. Uji Organoleptik

Uji organoleptik dilakukan untuk menilai tekstur, warna, dan aroma tonik berdasarkan pengamatan indra manusia (mata, hidung, dan sentuhan). Disebut juga pengukuran subjektif, karena didasarkan pada respon subjektif manusia sebagai alat ukur (Soekarto, 1990). Pada responden, uji organoleptic dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- Pemberian tonik daun timun tikus kepada responden (10 orang siswa kelas 7 Al-Battani).
- Pembagian angket dan wawancara pada responden.

Adapun bentuk angket dan daftar pertanyaan yang diajukan adalah sebagai berikut:

Angket:

Petunjuk pengisian:

- Tuliskan nama, kelas, dan asal sekolah
- Taruhlah tanda centang (✓) pada pilihan anda dan sertai alasan mengapa Anda memilih kolom tersebut.

3. Arti setiap jawaban adalah SS (sangat setuju), S (setuju), TS (tidak setuju), STS (sangat tidak setuju).

Tabel 4: Angket

| No. | Pertanyaan | Jawaban | | | |
|-----|---|---------|---|----|-----|
| | | SS | S | TS | STS |
| 1 | Apakah anda menggunakan tonik | | | | |
| 2 | Warna tonik rambut bagus | | | | |
| 3 | Tekstur tonik rambut cair. | | | | |
| 4 | Aroma tonik rambut wangi. | | | | |
| 5 | Apakah terasa gatal ketika pemakaian tonik. | | | | |
| 6 | Rambut terasa bersih menggunakan tonik. | | | | |

Pertanyaan wawancara:

1. Bagaimana aroma rambut sebelum pengaplikasian tonik?
2. Bagaimana aroma rambut setelah pengaplikasian tonik?
3. Bagaimana tekstur rambut sebelum pengaplikasian tonik?
4. Bagaimana tekstur rambut setelah pengaplikasian tonik?
5. Bagaimana warna rambut sebelum pengaplikasian tonik?
6. Bagaimana warna rambut setelah pengaplikasian tonik?

Data kuesioner dianalisis menggunakan skala 4 poin:

- 4 = Sangat Setuju
- 3 = Setuju
- 2 = Tidak Setuju
- 1 = Sangat Tidak Setuju

Rumus persentase kelayakan:

Persentase kelayakan = (jumlah skor yang diperoleh ÷ jumlah skor ideal) × 100%

Kategori kelayakan dibagi menjadi 4 tingkat sesuai skala Likert:

- 81–100% = Sangat Layak
- 61–80% = Layak
- 41–60% = Cukup Layak
- ≤40% = Tidak Layak

Data wawancara dianalisis secara kualitatif deskriptif, yaitu dengan menggambarkan tanggapan responden berdasarkan hasil wawancara yang berisi penjelasan pengalaman mereka setelah menggunakan tonik.

Waktu dan Tempat

Penelitian dilaksanakan di Pondok Pesantren Alam Sayang Ibu (PAMSI), Desa Dasan Geria, Kecamatan Lingsar, Kabupaten Lombok Barat, pada bulan Januari hingga Mei 2024.

Hasil dan Pembahasan

Proses Pembuatan Tonik Daun Timun Tikus (*Coccinia grandis*)



Gambar 1. Daun timun tikus (*Coccinia grandis*)

Daun timun tikus (*Coccinia grandis*) merupakan tanaman yang sering dimanfaatkan oleh masyarakat Lombok sebagai bahan alami untuk merawat rambut. Daun ini diketahui mengandung senyawa flavonoid yang berfungsi memperkuat dan menghaluskan rambut.

Proses pembuatan tonik dilakukan melalui beberapa tahapan. Pertama, alat dan bahan disiapkan. Bahan utama berupa daun timun tikus dipisahkan dari batangnya, kemudian dicuci bersih menggunakan air mengalir. Selanjutnya, daun direbus dalam 300 ml aquadest selama 15 menit. Setelah rebusan tersebut didinginkan, larutan ditambahkan metil paraben sebagai pengawet. Untuk meningkatkan aroma, 1 ml esensial oil vanila ditambahkan, lalu semua bahan diaduk hingga larut sempurna dan homogen. Tonik yang telah selesai dibuat kemudian disimpan dalam botol dan siap untuk digunakan.

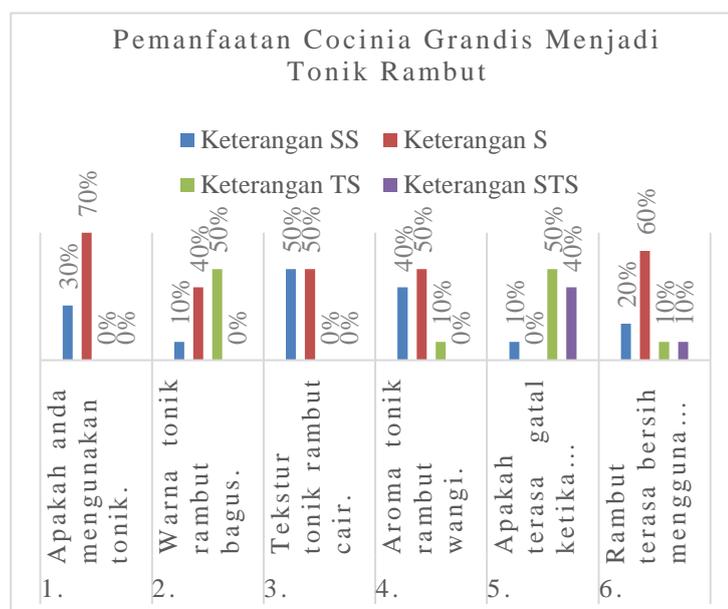
Kualitas Toni Daun Timun Tikus (*Coccinia grandis*)

a. Uji pH Tonik

Hasil uji pH menunjukkan bahwa tonik berbahan dasar daun timun tikus memiliki pH netral, yaitu pH 7. Nilai ini sesuai dengan pH ideal produk perawatan rambut. Produk dengan pH

terlalu asam berisiko menyebabkan iritasi pada kulit kepala, sedangkan pH yang terlalu basa dapat menimbulkan gatal dan kulit kepala bersisik (Barus & Meliala, 2022).

b. Hasil Uji Organoleptik dengan angket dan wawancara



Untuk mengetahui efektivitas dan penerimaan produk, dilakukan uji organoleptik dan angket terhadap 10 siswa kelas 7 Al-Battani sebagai responden. Berikut adalah ringkasan hasilnya:

- **Tekstur Tonik**

Sebanyak 50% responden sangat setuju, dan 50% lainnya setuju bahwa tekstur tonik terasa cair dan mudah digunakan.

- **Aroma Tonik**
Tonik memiliki aroma vanila yang disukai oleh responden. Sebanyak 50% responden setuju dan 40% sangat setuju bahwa tonik memiliki aroma yang wangi.
- **Rasa Gatal Saat Penggunaan**
Setelah pemakaian selama satu pekan, 50% responden tidak setuju, dan 40% sangat tidak setuju bahwa tonik menyebabkan rasa gatal. Artinya, mayoritas responden merasa nyaman selama penggunaan.
- **Kebersihan Rambut**
Sebanyak 60% responden setuju dan 20% sangat setuju bahwa rambut terasa lebih bersih setelah menggunakan tonik ini secara rutin.
- **Perubahan Tekstur Rambut**
Berdasarkan wawancara, sebagian besar responden menyatakan bahwa rambut mereka yang sebelumnya kering menjadi lebih lembap setelah pemakaian tonik secara rutin selama satu minggu.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa

tonik rambut dari daun timun tikus dapat diterima dengan baik oleh pengguna. pH tonik yang netral membuatnya aman untuk kulit kepala. Kandungan flavonoid diduga berperan dalam melembapkan dan memperkuat rambut. Aroma vanila yang ditambahkan memberikan nilai tambah dalam kenyamanan penggunaan. Berdasarkan hasil angket dan wawancara, mayoritas responden menyukai tekstur, aroma, dan efek dari tonik yang dibuat.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa tonik rambut berbahan dasar daun timun tikus (*Coccinia grandis*) dapat dibuat dengan cara yang sederhana dan menggunakan bahan-bahan alami yang mudah ditemukan. Proses pembuatannya melibatkan perebusan daun timun tikus dalam aquadest, kemudian penambahan metil paraben sebagai pengawet dan esensial oil vanila sebagai pewangi. Hasil uji pH menunjukkan bahwa tonik memiliki pH netral (pH 7), sehingga aman digunakan pada kulit kepala tanpa menimbulkan iritasi atau rasa gatal. Hasil uji organoleptik dan angket menunjukkan bahwa sebagian besar responden memberikan tanggapan positif terhadap tonik ini. Responden menyukai tekstur cairnya,

aroma vanilanya, dan merasakan manfaat setelah pemakaian, seperti rambut terasa lebih bersih dan lembap. Dengan demikian, tonik daun timun tikus ini memiliki potensi untuk dijadikan alternatif produk perawatan rambut alami yang aman dan ramah lingkungan.

Maret 2018 – Agustus 2018)

Wahyuningtias, D. (2010) uji organoleptik hasil jadi kue menggunakan bahan non instant dan instant. *BINUS BUSINESS REVIEW Vol.1 No.1 Mei 2010: 116-125*

Yoni, A. (2019). Memahami Metode Penelitian Kualitatif. Anton Wibisono
Rabu, 06 Maret 2019 pukul
16:30:47 | 1272758 kali

Daftar Pustaka

- Afriani1, R.D (2022) uji aktivitas analgesik ekstrak daun timun tikus (*Coccinia grandis* (L. voight) terhadap mencit jantan (mus musculus) urnal of Health and Medical Science Volume 1, Nomor 2, April 2022 Halaman 169-176
- Barus R.M dan Meliala L (2022) formulasi dan evaluasi sediaan hair tonicekstrak etanol daun nilam (pogostemoncablin benth.) Untuk mengatasi rambut rontok. Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua
- Diana W, Wahini M. penggunaan ekestrak buah alpukat dan madu sebagai bahan aktif hair tonic untuk rambut rontok. e-journal. 2014; 03(01):226-35.
- Riduwan. (2015). Dasar-Dasar Statistika. Bandung: Alfabeta.
- Saleh, E. 2004. Dasar Pengolahan Susu dan Hasil Ikutan Ternak, Jurnal USU Digital Library.
- Setyanto, E. (2006) Memperkenalkan Kembali Metode Eksperimen dalam Kajian Komunikasi. Jurnal ilmu komonikasi *VOLUME 3, NOMOR 1, JUNI 2065: 37 – 48*
- Sugiyono. 2016. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D: Bandung: IKAPI.
- Vemy Alfionita 1, Nina Jusnita 2* (2018) uji stabilitas fisik terhadap formulasi sediaan gel rambut dari ekstrak etanol 96% daun pare (*momordica charantia* l). Indonesia Natural Research Pharmaceutical Journal (Vol. 3, No. 1,