

PENELUSURAN PERAWATAN TUBUH YANG DILAKUKAN KEN DEDES DARI KERAJAAN SINGHASARI

Mahayu Sukma Insani

S1 Pendidikan Tata Rias, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Surabaya

E-mail : mahayuinsani@mhs.unesa.ac.id

Dra. Dewi Lutfiati, M.Kes

Jurusan Pendidikan Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Surabaya

E-mail: dewilutfiati@unesa.ac.id

Abstrak

Ken Dedes adalah wanita cantik pada jamannya yang merupakan permaisuri dari Raja Kerajaan Singhasari pertama pada tahun 1222-1227 M yaitu Ken Arok. Ken Dedes memiliki kecantikan yang paripurna yaitu fisik dan perilaku yang cantik. Penelitian dilakukan untuk menggali informasi mengenai perawatan tubuh meliputi perawatan badan, rambut dan wajah. Untuk menggali informasi mengenai bahan-bahan dan alat-alat yang digunakan Ken Dedes untuk melakukan perawatan tubuh. Jenis penelitian ini adalah kualitatif dengan hasil penelitian berupa deskripsi. Penelitian ini menggunakan metode wawancara, observasi, dan studi dokumentasi dengan analisis data menggunakan metode reduksi data. Hasil penelitian ini merupakan perspektif dari para ahli, dan diungkapkan bahwa Ken Dedes melakukan perawatan tubuhnya dengan berbagai bahan yang masih dapat dijumpai di lingkungan sekitar. Seperti yang terlihat terdapat banyak tanaman melati yang berada di sekitar pemandian Watu Gede yang dipercaya merupakan pemandian Ken Dedes. Menurut beberapa ahli Ken Dedes melakukan perawatan badan dengan menggunakan lulur dan mengonsumsi aneka jamu untuk perawatan tubuh dari dalam, dan melakukan perawatan rambut menggunakan Cem-ceman, *Banyu Londo* serta Ratus. Perawatan wajah dilakukan dengan mengoleskan masker buah-buahan dan bedak dingin beras dan sari kencur. Alat yang digunakan untuk melakukan perawatan antara lain pipisan, gendik, gendok, bokor dan alat sauna sederhana yang terbuat dari bambu dan kain.

Kata kunci: Ken Dedes, Perawatan tubuh, Bahan, Alat.

Abstract

Ken Dedes was a beautiful woman in her era who was the empress of the first King Singhasari Kingdom in 1222-1227 M namely Ken Arok. Ken Dedes has complete beauty, which is physical and beautiful behavior. The research was conducted to explore information about body treatment including body care, hair care and Facial treatment. To reach information about the ingredients and tools used by Ken Dedes to carry out body treatments. This type of research is qualitative with the results of the research in the form of descriptions. This study uses interviews, observation, and documentation studies by analyzing data using data reduction methods. The results of this study are perspectives from experts, and it was revealed that Ken Dedes cared for her body with various ingredients that can be found in the surrounding environment. As seen there are many jasmine plants around Watu Gede which are believed to be bathsite of Ken Dedes. According to some experts, Ken Dedes carries out body treatments using scrubs and consumes various herbal drinks for internal body care. Perform hair care using *Cem-ceman*, *Banyu Londo* and *Ratus*. Facial treatment is done by applying a fruit mask and cold powder rice and kencur juice. The tools used to carry out treatments include *pipisan*, *gendik*, *gendok*, *bokor* and a simple sauna device made of bamboo and cloth.

Keywords: Ken Dedes, Body Treatment, Composition, Equipment

PENDAHULUAN

Kecantikan merupakan suatu hal yang harus dijaga oleh semua kaum wanita. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia kelima (2016) cantik memiliki arti indah jelita nanelok maksudnya adalah seorang dikatakan cantik jika memiliki penampilan yang menarik dan berperilaku baik. Perspektif mengenai kecantikan berbeda pada setiap individu, misalnya menurut seseorang dikatakan cantik apabila berkulit putih dan seorang lain beranggapan bahwa dikatakan cantik ketika memiliki kulit yang gelap. Perspektif kecantikan juga dapat berubah seiring berjalannya waktu, misalnya yang dianggap cantik saat ini bias berubah dikemudian hari. Penggambaran kecantikan ideal wanita jawa pada zaman kerajaan Hindu-Budha menurut Atmojo (1978) dalam Indradjaja (2017:109) yaitu wanita yang memiliki lekuk tubuh yang melingkar pada bagian dada dan pinggul, namun saat ini wanita dengan lekuk tubuh yang melingkar dianggap terlalu gemuk. Sudut pandang mengenai cantik pun berbeda dari sudut pandang laki-laki dan sudut pandang perempuan. Jika dalam sudut pandang umum seorang wanita, cantik adalah yang bertubuh langsing, berkulit putih dan halus, memiliki mata yang bulat dan bibir yang indah selayaknya model papan atas. Namun tidak sedikit laki-laki yang menilai seorang yang cantik adalah yang memiliki tubuh sedikit berisi, atau seorang dengan mata yang sipit, namun dengan perbedaan diatas, tetap tujuan utama seorang wanita menjaga kecantikannya adalah untuk memiliki penampilan yang menarik di mata lawan jenisnya.

Semua wanita memiliki dorongan untuk dianggap cantik. Kecantikan yang dimaksud juga tak hanya paras tetapi juga kebersihan dan kesehatan seluruh tubuhnya. Setiap individu mempunyai cara tersendiri untuk merawat kecantikannya, terutama perawatan tubuhnya. Perawatan tubuh yang sering dilakukan meliputi perawatan badan, perawatan rambut dan perawatan wajah. Perawatan badan adalah serangkaian kegiatan yang bertujuan untuk merawat kesehatan kulit tubuh dan merawat kesehatan tubuh. Perawatan badan secara tradisional menggunakan bahan-bahan alami yang banyak didapatkan pada lingkungan sekitar. Perawatan badan umumnya disebut dengan perawatan Spa. Mardirita (2016:4) mengungkapkan bahwa Spa dapat menjadi salah satu alternatif untuk rileksasi agar pikiran menjadi segar. Perawatan badan dilakukan untuk merawat kesehatan tubuh manusia secara keseluruhan. Perawatan rambut adalah serangkaian kegiatan perawatan yang bertujuan untuk merawat kebersihan dan kesehatan kulit kepala dan rambut. Arisandi (2014:8) mengungkapkan ciri-ciri rambut sehat adalah tebal dan lebat, lembut serta mudah ditata, juga terhindar dari berbagai masalah kulit kepala dan rambut. Perawatan

wajah adalah serangkaian kegiatan yang bertujuan untuk membersihkan wajah dari debu dan kotoran menurut Yulfidhar (2014:2) merawat kulit wajah dapat, mempertahankan kesehatan kulit sehingga terhindar dari masalah kulit seperti jerawat dan komedo.

Perawatan tubuh sudah ada pada zaman dahulu kala tepatnya sejak zaman kerajaan Ptolemaik Mesir yang memiliki permaisuri cantik bernama Cleopatra. Di Indonesia juga telah banyak rangkaian perawatan tubuh yang digunakan oleh para leluhur untuk merawat kecantikan, terutama pada tanah Jawa yang memiliki beberapa sosok permaisuri kerajaan yang terkenal kecantikannya. Namun sayangnya banyak sejarah dan budaya yang masih kurang mendapat perhatian oleh para ahli sejarah dan budayawan. Sejarah dan budaya sudah mulai dilupakan oleh masyarakat terutama para generasi penerus yang seharusnya turut melestarikannya mulai dari sekarang. Karena kurangnya kesadaran betapa pentingnya menjaga kelestarian suatu sejarah dan budaya, juga karena masuknya budaya-budaya modern dari luar.

Malang adalah salah satu daerah yang dahulunya merupakan daerah kekuasaan suatu kerajaan, yaitu Kerajaan Singosari yang merupakan salah satu kerajaan terdahulu yang masih mempunyai hubungan erat dengan kerajaan terbesar di tanah Jawa yaitu Kerajaan Majapahit. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Lilik Krisnawati pada tahun 2014 dengan judul “Arahan Pengembangan Kawasan Cagar Budaya Singosari Malang sebagai *Heritage Tourism*” mengungkap bahwa masyarakat sekitar kurang memperhatikan dan ikut serta merawat tempat bersejarah yang ditinggalkan oleh Kerajaan Singhasari.

Ken Dedes adalah seorang permaisuri cantik yang merupakan istri dari raja pertama Kerajaan Singosari yaitu Ken Arok. Kecantikan Ken Dedes terkenal hinggaseluruh pelosok nusantara. Ken Dedes juga disebut sebagai wanita ideal jawa diwujudkan pada arca *Prajnaparamitha*. Menurut Kempers (1959:75) bahwa arca *Prajnaparamitha* adalah perwujudan dari “Queen Dedes” permaisuri dari pendiri Kerajaan Singhasari yang hidup pada awal abad ke-13 Masehi. Menurut Indradjaja (2017:108) Arca *Prajnaparamitha* yang merupakan perwujudan dari Ken Dedes menjadi salah satu arca yang tercantik di Jawa. Dapat disimpulkan bahwa Ken Dedes memiliki fisik yang begitu cantik. Ditemukan juga situs pemandian Watu Gede yang dipercaya merupakan tempat pemandian Ken Dedes sehingga dapat dipastikan Ken Dedes merawat tubuhnya dengan baik. Hingga sekarang belum ada kajian tertulis mengenai serangkaian perawatan kecantikan yang dilakukan Ken Dedes maupun dari leluhur lainnya sehingga tidak banyak yang mengetahuinya. Peneliti juga telah melakukan wawancara dengan ahli sejarah dari Museum Singhasari

dan juru kunci Candi Singhasari bahwa memang belum ada penelitian maupun kajian tertulis yang mengungkap perawatan tubuh yang dilakukan Ken Dedes. Sangat disayangkan jika perawatan kecantikan yang dilakukan oleh leluhur belum dapat dilestarikan hingga kini bisa jadi akan luput dari pengetahuan masyarakat. Karena sejarah harus dihargai dengan cara selalu diingat dan dilestarikan.

Dengan latar belakang di atas maka penulis ingin melakukan “Penelusuran Perawatan Tubuh yang Dilakukan Ken Dedes pada Masa Kerajaan Singosari” yang bertujuan untuk menggali perawatan Kecantikan yang dilakukan oleh Ken Dedes yang mungkin selama ini belum terungkap sehingga dapat dilestarikan dan dapat dikenal oleh masyarakat luas. Juga dapat dijadikan sebagai kajian awal untuk dilakukan penelitian selanjutnya dengan tujuan melestarikan budaya yang telah ditinggalkan oleh para leluhur.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan hasil penelitian berwujud deskripsi. Pendekatan deskriptif ialah data yang dikumpulkan berupa kata-kata, gambar dan bukan angka-angka sehingga penelitian ini dilakukan penelusuran, mengumpulkan data-data dari narasumber berbentuk kata-kata dan gambar. Penelitian kualitatif ialah dilakukan pada kondisi sebenarnya di lapangan.

Penelitian kualitatif yang mengungkap suatu sejarah memerlukan sebuah rancangan penelitian sejarah memiliki sedikit perbedaan yang bertujuan untuk mempermudah peneliti dalam mengumpulkan fakta-fakta yang ada pada masa lampau. Rancangan dalam penelitian sejarah meliputi Heuristik (pencarian sumber tertulis), Kritik (mengkaji sumber), Interpretasi (pendekatan), dan Historiografi (penulisan).

Obyek pada penelitian ini adalah perawatan tubuh yang dilakukan meliputi perawatan wajah, rambut dan badan yang dilakukan Ken dedes, bahan-bahan serta alat-alat yang digunakan Ken Dedes untuk melakukan perawatan kecantikan sehingga ia dapat menjadi wanita yang terkenal dengan kecantikannya pada zaman itu. Salah satu bagian terpenting dalam suatu penelitian adalah pengumpulan data yang berguna untuk memperoleh informasi atau data mengenai apa yang diteliti. Menentukan teknik pengumpulan data harus disesuaikan dengan jenis penelitian yang dipilih, karena kualitas data yang diperoleh akan berpengaruh pada kualitas penelitian tersebut. Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini meliputi:

1. Wawancara : Merupakan teknik untuk mendapatkan informasi mengenai perawatan kecantikan yang dilakukan Ken Dedes di masa lampau. Wawancara

pada penelitian ini dilakukan dengan 2 orang Arkeolog dari BPCB Jatim, pustakawan BPCB Jatim, Ahli Penafsir Serat Kuno dari BPNB Yogyakarta, Kepala Bidang Sejarah dan Budaya Disparbud Kab. Malang dan Ahli Sejarah Singhasari.

2. Observasi : Merupakan teknik pengamatan langsung guna melihat secara langsung obyek yang ingin diteliti. Obyek yang diamati antara lain peninggalansejarahdariKerajaansinghasariseperticandi , pemandianmaupunbenda purbakala yang ada di museum.
3. Studi Dokumentasi : merupakan salah satu teknik pengumpulan data yang bertujuan memperoleh data langsung dari sumber-sumber tertulis, arsip maupun dokumen lainnya yang berkaitan seperti pada penelitian ini mengkaji kitab kuno yang berisi keterangan makanan yang ada di Kerajaan Hindu-Budha dan Terjemahan *Serat Jampi Jawi*.

Sebelum melakukan wawancara terlebih dahulu dilakukan validasi instrumen kepada dosen pembimbing, dosen pembahas, dosen yang memiliki keterkaitan dengan penelitian ini seperti dosen sejarah dan dosen perawatan tubuh. Padatahap validasi instrumen juga didapatkan arahan dari Dosen Sejarah untuk langkah selanjutnya seperti mendapatkan masukan mengenai tempat penelitian dan narasumber yang sesuai untuk penelitianini. Setelah mendapatkan arahan mengenai tempat penelitian dan narasumber maka dilakukan wawancara dengan narasumber tersebut, jika dirasa perlu dilakukan penelitian selanjutnya, maka narasumber akan memberikan arahan yang ditujukan pada narasumber lain yang sesuai hingga tercapainya tujuan penelitian atau hingga data menjadi jenuh. Setelah melakukan wawancara peneliti dapat melakukan observasi atau pengamatan tempat-tempat maupun benda-benda yang telah dipaparkan yang berkaitan dengan obyek yang diteliti oleh narasumber pada saat wawancara untuk mendapatkan informasi yang lebih akurat.

Analisis data pada penelitian ini digunakan untuk mencari dan menyusun data dan fakta tentang perawatan kecantikan yang dilakukan oleh Ken Dedes yang didapat dari narasumber terpercaya hingga tercapainya tujuan penelitian. Berikut analisis data yang digunakan pada penelitian kali ini adalah:

1. Reduksi Data : Merupakan kegiatan merangkum, memilih dan mengelompokkan data yang pokok dan penting, kemudian mencari tema dan pola dari data tersebut untuk mempermudah peneliti melakukan tahapan penelitian selanjutnya.
2. Penyajian Data: Penyajiandata dalam penelitian kualitatif dapat dibuat dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart* dan sejenisnya. Yang paling sering digunakan dalam

menyajikan data dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif.

3. Penarikan Kesimpulan : Kesimpulan dalam penelitian kualitatif bisa saja menjawab rumusan masalah yang telah ditetapkan sejak awal namun juga bisa tidak. Kesimpulan tersebut merupakan sebuah temuan berupa deskripsi atau gambaran suatu obyek yang sebelumnya belum jelas atau samar-samar dan setelah diteliti obyek tersebut menjadi jelas.

Untuk menguji keabsahan data menggunakan beberapa teknik meliputi :

1. Triangulasi
 - a. Triangulasi Sumber : Digunakan untuk menguji kredibilitas dengan cara mengecek data yang diperoleh dari beberapa sumber.
 - b. Triangulasi Teknik : Digunakan untuk menguji kredibilitas data dengan dilakukan pengecekan data yang diperoleh dari ketiga teknik pengumpulan data yakni wawancara, observasi, dan dokumentasi.
2. Membercheck : proses pengecekan data yang diperoleh dari narasumber yang bertujuan untuk mengetahui seberapa jauh data yang diperoleh sesuai dengan apa yang diberikan oleh narasumber.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian ini merupakan perspektif dari para ahli yang dianggap memiliki pengetahuan yang cukup untuk menjadi narasumber. Berdasarkan hasil wawancara dari 5 narasumber yaitu Arkeolog BPCB Jatim, Pustakawan BPCB Jatim, Arkeolog Museum Majapahit, Ahli Penafsir Serat Kuno, Kepala Bagian Sejarah dan Budaya Dinas Pariwisata dan Kebudayaan Kabupaten Malang dan Ahli Sejarah Singhasari diungkapkan bahwa perawatan yang dilakukan Ken Dedes merupakan perawatan yang sama seperti dilakukan masyarakat di era 70 sampai 90 an. Mengapa disebut pada era tersebut karena pada saat itu hampir semua penduduk tanah Jawa masih melakukan semua rangkaian perawatan tubuh secara tradisional. Berbeda dengan sekarang sudah sangat sedikit yang dijumpai masih menggunakan perawatan tubuh secara tradisional. Perawatan tubuh tradisional yang masih dilakukan hingga sekarang adalah di Bali dan di Yogyakarta. Bali merupakan daerah tujuan ketika Majapahit runtuh. Jadi ketika Majapahit runtuh semua masyarakat dan anggota penting kerajaannya berpindah dan menetap di Bali. Jika ingin melihat kehidupan Majapahit bisa dilihat pada kehidupan di Bali saat ini. Perawatan tubuh yang terkenal di Bali tersebut bisa jadi merupakan peninggalan dari Majapahit. Majapahit masih berkaitan erat dengan Singhasari, jadi jika benar perawatan yang di Bali merupakan peninggalan dari Majapahit, maka perawatan tubuh yang di Bali

bersumber dari Kerajaan Singhasari yang memiliki permaisuri Ken Dedes. Yogyakarta merupakan daerah yang juga terkenal dengan perawatan tubuhnya, Keraton Yogyakarta juga masih ada kemungkinan berkaitan erat dengan Kerajaan Singhasari sehingga dapat diperkirakan bahwa perawatan tubuh yang ada di Jogja juga diturunkan dari Kerajaan Singhasari.

Perawatan tubuh yang dimaksud antara lain menghaluskan dan membersihkan kulit dengan lulur yang dibuat dari aneka macam tumbuhan dan rempah yang ada di lingkungan sekitar seperti beras, kunyit dan temugiring. Melulur kulit badan dapat membuat kulit menjadi lebih cerah dan kencang. Setelah dilulur dapat dilakukan mandi dengan air yang dicampur berbagai macam bunga, dilakukan juga sauna sederhana agar terhindar dari bau badan. Rangkaian perawatan badan tersebut diterapkan pada perawatan tubuh saat ini dan disebut dengan SPA. Perawatan tubuh dapat dilakukan dari luar maupun dari dalam, selain perawatan tubuh dari luar seperti yang sudah disebutkan, perawatan tubuh dari dalam dilakukan dengan minum berbagai macam jamu yang terbuat dari macam-macam rempah seperti kunyit, kencur, kunci, lempuyang, sirih dan daun beluntas. Menurut Mumfagati dan Endah (2017) bahan-bahan tersebut sejak zaman kerajaan telah digunakan sebagai bahan membuat jamu dan disebutkan pada *Serat Primbon Jampi Jawi*. Khasiatnya antara lain untuk menjaga kecantikan kulit, mempertahankan bentuk tubuh yang ideal, menambah stamina dan memelihara kesehatan. Perawatan rambut yang dilakukan dengan mencuci rambut menggunakan merang atau batang padi yang dibakar dicampur dengan klerak supaya berbuih dan ramuan tersebut biasa disebut dengan *banyu londo*. Mencuci rambut dengan bahan tersebut terbukti dapat menyuburkan rambut hingga usia yang tak muda lagi. Ditambah dengan melakukan ratur setelah dicuci dengan menggunakan *Banyu Londo* tadi akan menambah khasiat untuk kesehatan rambut yaitu menghambat pengurangan pigmentasi pada rambut atau uban. *Banyu Londo* jika diaplikasikan pada perawatan rambut saat ini dikembangkan menjadi Shampoo. Sebelum mencuci rambut biasa digunakan *Cem-ceman* untuk mempertahankan kesehatan dan ketebalan rambut. *Cem-ceman* terbuat dari minyak kelapa, sari daun mangkokan, sari daun waru dan air jeruk nipis. *Cem-ceman* jika diaplikasikan pada perawatan rambut saat ini dikembangkan menjadi *Hair Tonic*. Menggunakan ratur rambut juga dapat menyehatkan rambut karena di asap menggunakan aneka rempah yang dibakar seperti kayu secang, akar wangi, klabet dan kayu manis sehingga memiliki banyak manfaat untuk rambut. Jika diaplikasikan pada perawatan rambut saat ini meratur rambut dikembangkan menjadi *Hair Steamer*. Perawatan

wajah dilakukan dengan menggunakan bahan-bahan untuk disapukan pada wajah yang sekarang disebut dengan masker wajah. Pada zaman dahulu masker wajah terbuat dari sari pati umbi seperti kentang dan bengkoang maupun daging buah-buahan yang berwarna kemerahan seperti tomat dan stroberi. Tujuan menggunakan masker wajah adalah untuk nutrisi kulit wajah, menjaga kekencangan wajah serta menghindari masalah-masalah yang timbul pada wajah. Perawatan wajah juga menggunakan bedak dingin yang terbuat dari tepung beras dan sari kencur yang mampu meringankan iritasi dan efek dari paparan sinar matahari. Perawatan tubuh selanjutnya adalah merawat bagian organewanitaan. Perawatan ini dianggap penting bagi wanita Jawa terutama wanita-wanita kerajaan. Pada zaman kerajaan, seorang wanita merasa bangga jika dapat melahirkan turunan seorang raja. Maka wanita tersebut sedemikian merawat tubuhnya terutama daerah kewanitaannya yang masing-masing memiliki ramuan rahasiadi buat khusus untuk dirinya sendiri supaya menjadi wanita pilihan Raja. Perawatan daerah kewanitaan biasa dilakukan dengan ratus dan mengkonsumsi jamu serta makanan yang dipercaya dapat menjaga kekencangan daerah kewanitaan.

Alat-alat yang digunakan untuk mengolah bahan maupun melakukan perawatan tubuh sebagian masih digunakan hingga sekarang. Alat-alat tersebut antara lain pipisan dan gendik untuk menghaluskan bahan, bokor perunggu atau bokor kuningan dan gendok dari tanah liat untuk merebus bahan. Ada juga alat untuk meratus yang terbuat juga dari kuningan. Menurut Mumfagati dan Endah (2017) alat-alat tersebut pada zaman kerajaan telah digunakan untuk mengolah bahan-bahan untuk membuat jamu yang disebutkan pada *Serat Primbon Jampi Jawi*. Selain ditemukan macam-macam alatnya juga ditemukan cara untuk membersihkan alat tersebut. Jika alat yang terbuat dari kuningan dibersihkan menggunakan air perasan jeruk nipis dan garam. Sedangkan alat yang terbuat dari perunggu dicuci menggunakan cuka yang dicampurkan dengan sedikit garam dan untuk alat yang terbuat dari tanah liat cukup menggunakan air panas. Dalam penelitian ini juga ditemukan bahwa pada zaman dahulu juga telah dilakukan sauna dengan menggunakan kurungan yang ditutup dengan kain dan dalamnya diberi wadah yang berisi air panas dan macam-macam bunga seperti kenanga, mawar dan melati.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Perawatan tubuh yang dilakukan oleh Ken Dedes:

- a. Perawatan badan yang dilakukan Ken Dedes dengan menggunakan lulur. Cara penggunaannya ialah dioleskan pada badan lalu digosok ketika sudah cukup mengering. Setelah melulur kulit badan dilakukan berendam dengan air yang dicampur dengan Mawar, Melati dan Kenanga. menggunakan ratus untuk daerah kewanitaan dan sauna untuk menghilangkan bau badan.
 - b. Perawatan rambut yang dilakukan Ken Dedes adalah diusapkan cem-ceman sebelum pencucian rambut kemudian rambut dicuci dengan merang yang dibakar lalu ditambahkan klerek supaya berbusa setelah itu menggunakan ratus yang khusus untuk rambut.
 - c. Perawatan wajah yang dilakukan Ken Dedes menggunakan masker wajah dari sari umbi dan daging buah-buahan yang berwarna kemerahan, dan menggunakan bedak dingin.
2. Perawatan untuk dalam tubuh dilakukan Ken Dedes dengan meminum jamu, seperti jamu paitan untuk menambah stamina, jamu cabe puyang dan kencur untuk menghangatkan tubuh, kunyit asam untuk menjaga kecerahan kulit dan mempertahankan berat badan ideal, kunyit luntas untuk menjaga aroma tubuh tetap sedap.
 3. Bahan yang digunakan oleh Ken Dedes dalam melakukan perawatan kecantikannya:
 - a. Bahan untuk membuat cem-ceman antara lain minyak kelapa, sari daun mangkoka, sari daun waru, dan air jeruk nipis.
 - b. Bahan untuk membuat ratus antara lain kayu secang, akar wangi, klabet, dan kayu manis.
 - c. Bahan untuk membuat lulur adalah kunyit, tepung beras, temu giring, dan daun kemuning.
 - d. Bahan untuk jamu antara lain kunyit, kencur, daun beluntas, lempuyang, kunci dan daun sirih.
 - e. Bahan untuk perawatan wajah antara lain daging buah-buahan yang berwarna kemerahan, sari dari kentang dan bengkoang yang dioleskan pada wajah.
 4. Alat yang digunakan oleh Ken Dedes dalam melakukan perawatan kecantikannya:
 - a. Pipisan dan gendik untuk menghaluskan bahan.
 - b. Alat meratus terbuat dari kuningan.
 - c. Kurungan dari bambu yang ditutup kain untuk sauna.

Saran

Penulis menyadari bahwa hasil penelitian ini masih jauh dari sempurna, maka dari itu peneliti mengharapkan kritik dan saran dari pembaca yang bersifat membangun demi kesempurnaan hasil dari penelitian ini. Penulis juga menyarankan beberapa hal yang perlu di perhatikan

dalam proses meneliti perawatan tubuh yang dilakukan Ken Dedes pada masa kerajaan Singhasari:

- a. Untuk selanjutnya dapat dilakukan penelitian mengenai pembuatan kosmetik yang bahannya menggunakan bahan-bahan yang telah ditemukan dalam penelitian ini yang dipercaya digunakan oleh Ken Dedes pada zaman dahulu.
- b. Jika melakukan penelitian serupa dengan ini disarankan untuk menggali segala bentuk data secara detail dan mendokumentasi setiap data yang diperoleh.

Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta

Yulfidhar, Nuresa Gengki. 2014. *Minat Konsumen Untuk Perawatan Kulit Wajah Dengan Menggunakan Peralatan Facial Elektrik di Kecamatan Kamal KabupatenBangkalan*. E-Journal Unesa: Surabaya. Vol. 3: hal 2.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. 2013. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta

Arisandi, Dessy.2014. *Hubungan Perawatan dan Kesehatan Rambut Mahasiswa di Jurusan Kesejahteraan Keluarga Universitas Negeri Padang*. E-journal UNP. Vol. 3: hal 8

Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, Kementrian pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. 2016. KBBI V di <http://www.kbbi.kemendikbud.go.id>(diakses 10 Januari 2019)

Indradjaja, Agustijanto. 2005. *Penggambaran ideal Perempuan Jawa Pada Masa Hindu-Budha*. Purbawidya. Vol. 6: hal 108-112.

Kempers, A.J. Bernet. 1959. *Ancient Indonesian Art*. Cambridge: Harvard University Press.

Mardirita, Lia. 2016. *LayananJasa Body SpA dan Kepuasan Konsumen Tentang Mandi Rempah Pada Keyla Salon dan SpA Muslimah Surabaya*. E-Journal Unesa: Surabaya. Vol. 5: hal. 4.

Moleong, Lexy J. 2017. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya

Mumfangati, Titi, dan Endah Susilantini. 2017. *Sistem Pengobatan Tradisional dalam Serat Primbon Jampi Jawi*. Yogyakarta: Balai Pelestarian Nilai Budaya.

Nasution, Ramadhani. 2008. *Warisan Masa Lampau Indonesia: Kerajaan Singhasari (1222-1292 Masehi)*. Jakarta: DuniaIlmu