TATA KECANTIKAN KULIT JILID 1

untuk SMK

Herni Kusanti, dkk.

JILID 1

Herni Kusantati, dkk.

Tata Kecantikan Kulit

untuk
Sekolah Menengah Kejuruan

Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Kejuruan
Direktorat Jenderal Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah
Departemen Pendidikan Nasional

Herni Kusantati
Pipin Tresna Prihatin
Winwin Wiana

TATA KECANTIKAN KULIT

SMK

JILID 1

Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Kejuruan
Direktorat Jenderal Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah
Departemen Pendidikan Nasional

Hak Cipta pada Departemen Pendidikan Nasional
Dilindungi Undang-undang

TATA KECANTIKAN KULIT

Untuk SMK

JILID 1

Penulis : Herni Kusantati
Pipin Tresna Prihatin
Winwin Wiana

Perancang Kulit : TIM

Ukuran Buku : 17,6 x 25 cm

KUS t KUSANTATI, Herni
Tata Kecantikan Kulit untuk SMK Jilid 1 /oleh Herni Kusantati, Pipin Tresna Prihatin, Winwin Wiana ---- Jakarta : Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Kejuruan, Direktorat Jenderal Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah, Departemen Pendidikan Nasional, 2008.
xii, 154 hlm
Daftar Pustaka : LAMPIRAN A.
Glosarium : LAMPIRAN B.
ISBN : 978-979-060-039-3
ISBN : 978-979-060-040-9

Diterbitkan oleh
Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Kejuruan
Direktorat Jenderal Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah
Departemen Pendidikan Nasional
Tahun 2008

KATA SAMBUTAN

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT, berkat rahmat dan karunia Nya, Pemerintah, dalam hal ini, Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Kejuruan Direktorat Jenderal Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah Departemen Pendidikan Nasional, telah melaksanakan kegiatan penulisan buku kejuruan sebagai bentuk dari kegiatan pembelian hak cipta buku teks pelajaran kejuruan bagi siswa SMK. Karena buku-buku pelajaran kejuruan sangat sulit di dapatkan di pasaran.

Buku teks pelajaran ini telah melalui proses penilaian oleh Badan Standar Nasional Pendidikan sebagai buku teks pelajaran untuk SMK dan telah dinyatakan memenuhi syarat kelayakan untuk digunakan dalam proses pembelajaran melalui Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 45 Tahun 2008 tanggal 15 Agustus 2008.

Kami menyampaikan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada seluruh penulis yang telah berkenan mengalihkan hak cipta karyanya kepada Departemen Pendidikan Nasional untuk digunakan secara luas oleh para pendidik dan peserta didik SMK. Buku teks pelajaran yang telah dialihkan hak ciptanya kepada Departemen Pendidikan Nasional ini, dapat diunduh (*download*), digandakan, dicetak, dialihmediakan, atau difotokopi oleh masyarakat. Namun untuk penggandaan yang bersifat komersial harga penjualannya harus memenuhi ketentuan yang ditetapkan oleh Pemerintah. Dengan ditayangkan *soft copy* ini diharapkan akan lebih memudahkan bagi masyarakat khsusnya para pendidik dan peserta didik SMK di seluruh Indonesia maupun sekolah Indonesia yang berada di luar negeri untuk mengakses dan memanfaatkannya sebagai sumber belajar.

Kami berharap, semua pihak dapat mendukung kebijakan ini. Kepada para peserta didik kami ucapkan selamat belajar dan semoga dapat memanfaatkan buku ini sebaik-baiknya. Kami menyadari bahwa buku ini masih perlu ditingkatkan mutunya. Oleh karena itu, saran dan kritik sangat kami harapkan.

Jakarta, 17 Agustus 2008
Direktur Pembinaan SMK

Kata Pengantar

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah berkenan memberikan Rahmat Nya, sehingga penulisan buku Tata Kecantikan Kulit dapat kami selesaikan sebagai bahan bacaan bagi siswa sekolah menengah kejuruan.

Buku ini membahas tata kecantikan kulit dan permasalahan nya secara komprehensif, sehingga diharapkan dapat memenuhi kebutuhan buku kecantikan yang saat ini jumlahnya sangat terbatas.

Materi buku ini telah disesuaikan dengan standar Kompetensii Nasional Bidang Keahlian Kecantikan Kulit yang menjadi acuan dalam pelaksanaan pembelajaran di sekolah menengah kejuruan. Standar Kompetensi Nasional dikembangkan untuk memberikan keterampilan, pengetahuan, sikap, kecakapan hidup dan pengalaman belajar yang dapat membangun integritas sosial dan mewujudkan karakter nasional.

Standar Kompetensi Nasional memberikan pengalaman belajar yang sejalan dengan prinsip belajar sepanjang hayat (*learning to life*) yang mengacu pada empat pilar pendidikan universal, yaitu belajar mengetahui (*learning to know*), belajar melakukan (*learning to do*), belajar menjadi diri sendiri (*learning to be*), dan belajar hidup dalam kebersamaan (*learning to life together*).

Standar Kompetensi Nasional mempunyai kedudukan yang strategis untuk menciptakan tatanan yang kompeten dan cerdas dalam membangun identitas budaya bangsa. Buku ini diharapkan memberi manfaat bagi siswa dengan penyajian materi yang dapat menjadi sumber belajar yang berkualitas.

Penghargaan dan terimakasih kami sampaikan kepada Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Kejuruan, Direktorat Jenderal Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah, Departemen Pendidikan Nasional, yang telah memberikan kepercayaan kepada kami untuk menyusun buku ini.

Kami mengharapkan buku ini akan selalu dikaji dan disempurna-kan melalui masukan dan koreksi agar selalu dapat menyesuaikan dengan tuntunan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi.

Penyusun

Daftar Isi

KATA SAMBUTAN iii

KATA PENGANTAR v

DAFTAR ISI vii

JILID 1

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

1. Kecantikan 1
2. Kesehatan 2
3. Kepribadian 6

B. Tujuan Penulisan Buku

1. Tujuan Umum 7
2. Tujuan Khusus 8

C. Ruang Lingkup 9

Latihan Penguasaan Konsep 11

II. ANATOMI FISIOLOGI TUBUH

A. Postur Tubuh 13

B. Sel 16

C. Jaringan-Jaringan Tubuh 17

D. Susunan Otot 23

E. Rangka 30

F. Sistem Peredaran Darah 36

G. Sistem Pernafasan 39

H. Sistem Pencernaan 43

I. Sistem Syaraf 48
J. Sistem Panca Indera 49
K. Kuku 53
Latihan Penguasaan Konsep 54
III. ANATOMI DAN FISIOLOGI KULIT
A. Struktur Kulit 59
1. Kulit Ari (*Epidermis*) 60
2. Kulit Jangat (*Dermis*) 63
3. Jaringan penyambung (Jaringan Ikat) Bawah Kulit (*Hipodermis*) 66
B. Fungsi Kulit 67
C. Warna Kulit 68
D. Jenis-jenis Kulit 69
E. Kelainan-kelainan Kulit 74
1. Kelainan pada Kelenjar Palit 74
2. Tumbuhan pada Kulit 89
3. Gangguan Pigmentasi 91
4. Infeksi Jamur 93
5. Alergi (*Hipersensitivitas*) 94
6. Reaksi Kulit Terhadap Kosmetika 95
7. Penuaan Dini 96
8. Kelainan Kelenjar Keringat 98
Latihan Penguasaan Konsep 99
IV. KOSMETIKA
A. Konsep Kosmetologi 105
B. Pemilihan Kosmetika 114
1. Kosmetika Pembersih 114
2. Kosmetika Penyegaran 119
3. Kosmetika Pelembab dan Pelindung 120
4. Kosmetika Dekoratif 122
5. Kosmetika Perawatan 135

6. Kosmetika Tradisional 142
Latihan Penguasaan Konsep 151

JILID 2

V. ALAT-ALAT KECANTIKAN DAN PENGGUNAANNYA

A. Konsep Kosmetologi 155
B. Alat – Alat Teknis (*Tool Kit*) 155
1. Alat – Alat Teknis Perawatan Kulit Wajah 155
2. Alat Perawatan Tangan dan Kaki 160
3. Alat Perawatan Badan 165
4. Alat Perawatan Payudara 171
5. Alat Tata Rias 171
6. Perabot Tata Kecantikan Kulit 182
Latihan Penguasaan Konsep 189

VI. PERAWATAN KULIT WAJAH

A. Konsep Perawatan Kulit Wajah 191
B. Persiapan Perawatan Wajah Berdasarkan Prinsip Kesehatan dan Keselamatan Kerja 193
C. Prosedur Penanganan Keadaan Darurat 193
D. Tindakan-tindakan khusus dalam perawatan kecantikan 196
E. Diagnosis Kulit Wajah 198
F. Pencabutan dan Pembentukan Alis 201
G. Membersihkan Area Kerja, Alat, Bahan dan Kosmetik 202
H. Perawatan Kulit Wajah Tanpa Problem Secara Manual 202
1. Prosedur Perawatan Wajah
2. Teknik Perawatan Wajah
I. Perawatan Wajah Tanpa Problem 238
J. Perawatan Kulit Wajah Berproblem Secara Manual 239
1. Perawatan Kulit Kering 239
2. Perawatan Kulit Berminyak 240

3. Perawatan Kulit Kombinasi 241
4. Perawatan Kulit Sensitif 242
5. Perawatan Kulit Menua (*Aging Skin*) 243
6. Perawatan Kulit Berpigmen 247
7. Perawatan Kulit Dehidrasi 248
8. Perawatan Kulit Berkomedo atau Berjerawat 249

K. Perawatan Kulit Wajah Tanpa Problem Menggunakan Teknologi 255

L. Perawatan Kulit Berproblem Menggunakan Teknologi 256

1. Memutihkan Kulit Muka 257
2. Mengencangkan Kulit Muka 267

M Saran Pasca Perawatan Wajah 289

Latihan Penguasaan Konsep 292

VII. PERAWATAN TANGAN DAN KAKI (MANIKUR DAN PEDIKUR)

A. Konsep Perawatan Tangan dan Kaki 295

B. Persiapan Perawatan Tangan dan Kaki Berdasarkan Prinsip Kesehatan dan Keselamatan Kerja 296

C. Diagnosis Perawatan Tangan dan Kaki 296

D. Membersihkan Area Kerja, Alat, Bahan dan Kosmetik 300

E. Perawatan Tangan dan Merias Kuku Tangan 300

F. Perawatan Kaki dan Merias Kuku Kaki 309

G. Seni Merias Kuku (*Nail Style*) 313

H. Memasang Kuku Tambahan (*Nail Extention*) 318

I. Epilasi dan Depilasi 323

J. Trading 331

K. Saran Pasca Perawatan Kaki dan Tangan 331

Latihan Penguasaan Konsep 333

JILID 3

VIII. PERAWATAN BADAN

A. Konsep Perawatan Badan 337

B. Persiapan Kerja Perawatan Badan Berdasarkan Peraturan Kesehatan dan Keselamatan Kerja 337

C. Diagnosis Badan 338

D. Perawatan Badan Secara Tradisional 339

E. Perawatan Badan Dengan Teknologi 388

F. Saran Pasca Perawatan Badan Secara Tradisional 399

Membersihkan, Mengemas Area Kerja dan Perlengkapan Kerja 400

Latihan Penguasaan Konsep 401

IX. PERAWATAN PAYUDARA

A. Konsep Perawatan Payudara 405

B. Persiapan Perawatan Payudara Berdasarkan Prinsip Kesehatan dan Keselamatan Kerja 406

C. Diagnosis untuk Perawatan Payudara 407

D. Membersihkan Area Kerja, Alat, Bahan dan Kosmetik 408

E. Perawatan Payudara Secara Tradisional 409

F. Perawatan Payudara dengan Teknologi 413

Latihan Penguasaan Konsep 417

X. TATA RIAS WAJAH

A. Konsep Tata Rias Wajah 419

B. Persiapan Rias Wajah Berdasarkan Prinsip Kesehatan dan Keselamatan Kerja 426

C. Diagnosis Muka untuk Rias Wajah 427

D. Tata Rias Koreksi Wajah 430

E. Tata Rias Koreksi Bentuk Bibir 438

F. Tata Rias Koreksi Bentuk Mata 440

G. Tata Rias Koreksi Bentuk Alis 444

H. Tata Rias Koreksi Bentuk Hidung 448

I. Tata Rias Koreksi Bentuk Dagu 451
I. Prinsip dan Tujuan Merias Wajah 452
J. Membersihkan Area Kerja, Alat, Bahan Dan Kosmetika 468
K. Rias Wajah Sehari – Hari 469
L. Rias Wajah Pesta 472
M. Rias Wajah untuk Menutupi Cacat 482
N. Rias Wajah Usia Lanjut 484
O. Rias Wajah Panggung 487
P. Rias Wajah Foto / TV 494
Q. Finishing Touch Rias Wajah 497
R. Rias Wajah Karakter 498
S. Saran Pasca Rias Wajah 504
Latihan Penguasaan Konsep 505

XI. ETIKA PROFESI

A. Konsep Etika Profesi penata Kecantikan 511
B. Kepribadian Penata Kecantikan 513
C. Sikap Penata Kecantikan 514
D. Penampilan Penata Kecantikan 515
Latihan Penguasaan Konsep 518

XII PROFIL PENGUSAHA SUKSES BIDANG TATA KECANTIKAN

A. Marta Tilaar 521
B. Mooryati Sudibyo 525

LAMPIRAN

LAMPIRAN A. DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN B. GLOSARIUM

LAMPIRAN C. DAFTAR GAMBAR

A. Latar Belakang

1. Kecantikan

Fenomena kecantikan sebagai bagian dari gaya hidup wanita, keberadaannya telah dirasakan sejak berabad-abad yang lalu. Secara tradisional teknik perawatan tubuh sudah dikenal sebagai bagian dari unsur kebudayaan masyarakat sepanjang perkembangan umat manusia. Di jaman Mesir kuno yang diperintah oleh Dinasti Firaun, ditemukan tulisan-tulisan sejarah yang berhubungan dengan kecantikan dan cara-cara perawatannya berikut 'obat-obat' dan bahan-bahan kosmetik yang sudah dikenal dengan baik. Cleopatra adalah Ratu Mesir kuno yang namanya melegenda sebagai primadona kecantikan dan menjadi simbol dewi kecantikan pada masa itu. Temuan-temuan tersebut menjadi bukti bahwa kecantikan telah menjadi bagian dari kebutuhan hidup wanita sepanjang masa.

Kecantikan identik dengan penampilan diri dan merupakan aset berharga bagi setiap wanita. Konsep kecantikan berkembang sejalan dengan perubahan gaya hidup dan perkembangan di bidang kosmetologi. Istilah cantik mempunyai makna sesuatu yang indah, yang dapat dinilai dan ditangkap oleh panca indera sebagai kecantikan lahiriah. Bentuk badan ideal, bentuk wajah bulat telur, mata bulat besar, kulit mulus dan rambut yang indah, gigi yang putih dan sehat, suara yang merdu merupakan kecantikan lahiriah yang dimiliki secara alamiah.Tidak banyak wanita yang memenuhi kriteria tersebut. Semua wanita secara lahiriah memiliki kelebihan dan kekurangan. Yang berwajah cantik pun tidak akan abadi seiring dengan waktu, akan mengalami penurunan dengan tanda-tanda : kulit mulai berkerut, mata akan tampak menurun.

Tata kecantikan kulit merupakan seni mempercantik dan memperindah penampilan wajah. Tata kecantikan berfungsi untuk mengubah (*make-over*) kekurangan-kekurangan yang ada ke arah yang lebih cantik dan sempurna. Berbagai trik merias wajah dapat dilakukan untuk menyulap wajah menjadi istimewa. Proses untuk menguasai kemampuan *make-over*, memerlukan pengetahuan, keahlian, ketelitian, kreativitas, serta terus bereksperimen untuk mendapatkan hasil yang optimal.

Kecantikan lahiriah tidak sempurna jika tidak dilengkapidengan kecantikan rokhaniah (*inner beauty*). Kecantikan rokhaniah dipancarkan atau diekspresikan dari raut wajah yang berseri-seri, aura muka yang cerah, menyenangkan, dan berhati tulus. Cantik rokhaniah akan membuat penampilan kulit menjadi lebih cerah dan energi yang dikeluarkan membuat wajah lebih bersinar.

Cantik dari dalam, tidak dilihat dari penampilan lahiriah, tetapi lebih pada kemampuan dalam berperilaku dan berkomunikasi secara baik. Tidak setiap wanita, mampu mendapatkan kesempurnaan dalam kecantikan lahiriah dan kecantikan rokhaniah. Kesempurnaan perlu diupayakan melalui usaha yang dilakukan secara simultan untuk mendapatkan performance (penampilan) yang menarik.

2. Kesehatan

Penampilan diri yang optimal tidak terlepas dari faktor hygiene. *Hygiene* atau kesehatan adalah ilmu yang mempelajari cara-cara yang memberikan manfaat dalam menegakkan hidup sehat. Kesehatan diri dapat dibentuk melalui tindakan perawatan diri secara baik dan benar serta mentaati aturan-aturan hidup sehat. *Hygiene* dapat bersifat pribadi atau personal, dan yang lebih luas yaitu kesehatan lingkungan.

Hygiene personal atau higiene pribadi terkait dengan pemeliharaan yang cermat, yang dilakukan seseorang untuk memelihara kesehatan dan kecantikan diri melalui aturan-aturan hidup yang sehat dan tindakan - tindakan dalam memelihara dan memupuk integritas jiwa. *Hygiene* personal bertujuan untuk pemeliharaan kesehatan secara pribadi yang menjamin kesehatan fisik (jasmani) secara optimal. Kesehatan jasmani erat kaitannya dengan penampilan lahiriah.

Setiap orang akan mendambakan kecantikan dan keserasian dalam penampilannya. Kesehatan jasmani banyak dipengaruhi oleh kebiasaan-kebiasaan yang dilakukan seseorang melalui pola hidup teratur seperti pola makan, pola tidur, olah raga dan perawatan diri. Kebiasaan atau pola hidup yang tidak baik, seperti merokok, kurang istirahat, makan tidak bergizi, pemakaian kosmetik yang berlebihan, jarang mandi akan membuat penampilan menjadi lesu, tidak bertenaga dan tidak segar.

Kebiasaan mandi secara teratur dapat menghilangkan bau badan, debu dan sel-sel kulit mati. Mandi tidak hanya bermanfaat untuk menjaga kebersihan, menjaga penampilan agar tetap segar,

menjauhkan diri agar tidak stress, juga dapat memelihara kesehatan tubuh. Penggunaan sabun untuk mandi berfungsi untuk membersihkan kotoran dan debu dari permukaan kulit, pengelupasan kulit tua dan mati, serta membunuh kuman penyakit yang melekat.

Mandi dengan menggunakan air hangat atau air dingin akan memberikan efek berbeda. Air hangat dapat membuat otot tubuh terasa rileks, sementara air dingin dapat membuat badan terasa segar. Pagi hari sebelum memulai kegiatan sepanjang hari, lebih dianjurkan untuk mandi air dingin, sedangkan mandi air hangat lebih tepat dilakukan pada sore atau malam hari menjelang istirahat.

Khasiat mandi air hangat untuk kesehatan tubuh yaitu :

1. Mandi air hangat dengan suhu sekitar 32 – 35 derajat celcius selama 10 – 20 menit dapat membuka pori-pori yang dapat mengeluarkan toksin atau racun dari dalam tubuh.
2. Sebuah studi terbitan *New England Yournal of Medicine* menunjukkan, penderita diabetes yang menghabiskan waktu setengah jam berendam dalam bak air hangat, tingkat gula darahnya turun sekitar 13 %.
3. Penyakit kulit tertentu seperti eksim, ruam atau gatal-gatal dapat diobati dengan menambahkan baking soda (*Sodium Bicarbonate*) ke dalam bak mandi air hangat. Dalam hal ini *Sodim Bicarbonate* bertindak sebagai antiseptik. Dianjurkan berendam selama 10 – 20 menit.
4. Infeksi *Yeast* seperti sariawan dapat dibantu dengan menambahkan tiga atau empat sendok cuka dari sari buah apel ke dalam bak mandi. Dianjurkan berendam selama 15 – 20 menit. Kegiatan ini juga dapat mengeluarkan racun dari dalam tubuh, karena cuka dapat menyeimbangkan kembali kadar keasaman tubuh.
5. Campurkan air hangat dengan tetesan minyak esensial seperti lavender, peppermint atau lemon. Rendam kaki selama 10 – 20 menit ke dalam larutan tersebut, maka gejala flu dan sakit kepala dapat dicegah.
6. Apabila otot terasa pegal, rendam kaki dengan air hangat bersuhu sekitar 37 derajar celcius yang dicampur dengan sedikit garam. Pada umumnya rasa pegal akan berkurang/hilang dengan cara seperti ini.

Jasmani yang sehat akan berdampak positif pada penampilan diri, oleh karena itu seseorang harus selalu tampil rapih, bersih, sehat

dan memiliki apresiasi untuk hidup sehat. Penting bagi setiap orang untuk memelihara kesehatan tubuh agar dapat tampil prima, sehat dan segar. Untuk mendapatkan kondisi prima ini, diperlukan perawatan dari dalam tubuh dan ditunjang dengan perwatan tubuh secara rutin.

Upaya perawatan kesehatan tubuh dari dalam meliputi aspek pemenuhan kebutuhan zat gizi (*nutrient*) untuk kebutuhan tubuh sehari-hari secara optimal. Makanan besar sekali peranannya dalam dunia kecantikan. Makanan yang kaya akan vitamin, dapat memberi sumbangan yang tidak ternilai harganya untuk kulit yang sehat dan pandangan mata yang baik. Pemenuhan kebutuhan zat gizi ini berasal dari makanan yang dikonsumsi sehari-hari, yang mempunyai kandungan zat gizi terdiri dari hidrat arang sebagai sumber tenaga, protein, lemak, air, vitamin, mineral dan enzim tertentu dalam takaran yang ideal dan gizi seimbang yaitu pola makan yang berpedoman pada 'Empat Sehat Lima Sempurna' yang telah menjadi motto masyarakat Indonesia. Jika makanan yang dikonsumsi tercukupi, maka kondisi tubuh pun akan tertap terjaga. Sebagai contoh bayangan hitam gelap di bawah mata dan air muka yang pucat antara lain disebabkan oleh kekurangan zat besi yang berasal dari makanan dan hal ini akan mengakibatkan penurunan vitalitas serta kekuatan tubuh. Kekurangan zat gizi dapat menyebabkan tubuh rentan terhadap berbagai penyakit.

Nutrisi seperti vitamin dan mineral dibutuhkan tubuh agar regenerasi sel kulit tua yang digantikan dengan sel kulit yang baru berjalan lancar, sekalipun nutrisi penting untuk kesehatan tubuh, asupannya harus tetap disesuaikan dengan kebutuhan. Kelebihan nutrisi dapat mengakibatkan kegemukan dan sebaliknya jika kekurangan nutrisi seperti niasin dapat menyebabkan pelagra, yaitu permukaan kulit pecah-pecah, berwarna merah dan gatal. Nutrient atau zat gizi yang dibutuhkan tubuh didapat dari makanan sehari-hari. Jika berbagai makanan dikonsumsi secara bergantian, semua kebutuhan tubuh akan zat gizi yang diperlukan akan dapat terpenuhi. Buah-buahna berwarna hijau dan kuning, serta sayuran hijau memiliki peranan penting untuk kesehatan kulit, karena buah merupakan sumber mineral. Tidak ada buah dan sayuran yang sempurna kandungan gizinya, oleh karena itu konsumsi buah dan sayur harus bervariasi agar dapat saling melengkapi.

Seseorang yang rajin mengkonsumsi sayur-sayuran hijau akan terhindar dari serangan radikal bebas. Seperti diketahui, efek radikal bebas dalam tubuh, yaitu mempercepat penuaan, tetapi dengan mengkonsumsi sayur-sayuran hijau seperti bayam dan brokoli akan membuat awet muda. Mengkonsumsi sayur mayur juga akan membuat kulit lebih halus dan kenyal.

Beberapa jenis sayuran memiliki fungsi untuk penyembuhan penyakit. Bayam merupakan jenis sayuran bergizi tinggi yang memiliki kandungan zat besi yang diperlukan tubuh untuk merangsang pertumbuhan sel-sel darah merah. Mengkonsumsi bayam dapat melindungi diri dari gejala-gejala penyalit kurang darah atau anemia yang membuat tubuh menjadi lemas. Kandungan serat yang tinggi membuat bayam bagus untuk ginjal dan organ pencernaan, sehingga dapat mengatasi sembelit dan melancarkan buang air besar.

Brokoli merupakan jenis sayuran yang kaya vitamin, mineral dan serat. Mengkonsumsi brokoli mempunyai manfaat untuk : memperkecil resiko terjadinya kanker, membantu menurunkan resiko gangguan jantung dan strooke, membantu melawan anemia dan sangat bagus untuk regenerasi sel-sel kulit. Jenis sayuran wortel mempunyai kapasitas medis untuk mencegah dan mengatasi penyakit rabun senja, dapat mencegah stroke, dan mengatasi hipertensi. Wortel memiliki akndungan vitamin A yang sangat tinggi sehingga sangat baik untuk kesehatan mata.

Kesehatan tubuh juga dapat diperoleh melalui aturan-aturan hidup yang benar seperti pemeliharaan tubuh yang baik dan teratur, cara berpakaian, cara berdandan atau merias diri. Olah raga secara teratur seperti berenang, aerobik, atau senam akan dapat menguatkan otot-otot dan memperlancar sirkulasi darah.

Kesehatan rokhani terkait dengan kemampuan seseorang alam memelihara integritas diri melalui pola pikir yang sehat. Rokhani yang sehat akan dapat memberikan dukungan bagi kesehatan tubuh secara keseluruhan. Pikiran yang tidak tenang, tertekan, murung dan emosi negatif lainnya akan mempengaruhi seluruh ritme kehidupan. Emosi yang tidak terkendali dapat mempengaruhi penampilan diri. Kesedihan, kekecewaan dan amarah, dapat mempengaruhi aura yang dipancarkan seseorang. Penampilan yang segar, ceria dan sehat didukung oleh pengendalian emosi yang baik. Jiwa dan raga bersinergi sebagai satu kesatuan. Kesehatan yang terjaga secara baik, terbentuk oleh kondisi yang seimbang antara jiwa dan raga. Pikiran yang sehat dapat diusahakan dengan *self control* atau pengendalian diri yang diperkuat dengan keteguhan iman, pola pikir dan akal yang sehat, keseimbangan emosi dan ketentraman rokhani.

Sikap mental yang baik seperti optimisme, percaya diri, keperdulian yang tinggi, disiplin, semangat dan harapan dapat memperkuat dan meningkatkan kesehatan. Perilaku yang dilandasi akal sehat dan emosi yang baik akan dapat mempengaruhi penampilan diri sebagai ekspresi yang keluar dari hati yang bersih.

Kesehatan rokhani dapat dibina melalui relaksasi seperti meditasi ringan atau yoga. Aktivitas tersebut dapat membantu menjernihkan dan mencerahkan pikiran serta membantu meningkatkan konsentrasi dan ketenangan jiwa.

Hygiene lingkungan dapat diartikan tindakan-tindakan dalam pengelolaan lingkungan hidup yang dapat memberi kemungkinan terbaik untuk hidup sehat. Rumah dan halaman yang sejuk, udara dan air yang bersih, sirkulasi udara yang lancar, saluran air yang bersih, bebas dari kebisingan dan polusi dapat mendukung terciptanya lingkungan yang sehat. Faktor lingkungan alam dapat memberikan dampak yang tidak baik untuk kesehatan kulit seperti kontak dengan sinar matahari secara berlebihan, dimana efek sinar ultra violet A dan B dari matahari dapat menimbulkan berbagai kerusakan pada kulit dan struktur penunjang kulit sehingga kulit lebih cepat tumbuh kerut-kerut (penuaan dini), menimbulkan bercak/noda hitam atau putih. Kelembaban udara yang rendah seperti ruangan ber-AC memberikan dampak yang tidak baik terhadap kulit.

3. Kepribadian

Kecantikan dan penampilan diri erat kaitannya dengan aspek kepribadian. Kepribadian yang matang dapat mendukung tercapainya kesuksesan dalam kehidupan. Kepribadian dapat diperbaiki, dibentuk dan dikembangkan melalui pendidikan dan pengendalian diri. Kepribadian memberikan pengaruh terhadap penampilan seseorang. Penampilan yang baik dapat memperkuat kepercayaan terhadap diri sendiri serta meningkatkan rasa harga diri.

Istilah kepribadian mengandung pengertian tentang ciri-ciri khas tingkah laku dan kebiasaan seseorang, yang nampak dari aktivitas fisik, mental dan sikap yang melekat pada dirinya. Kepribadian dipengaruhi oleh pola pikir,kemampuan berkomunikasi, intelegensi, kecakapan, pendidikan, kesehatan jasmani dan keseimbangan emosi. Penampilan yang baik dapat menimbulkan rasa hormat dan rasa simpati serta menjadikan kehadirannya disenangi. Kepribadian dapat dikembangkan ke tingkat yang lebih baik melalui pengalaman hidup sehari-hari yang dicerminkan melalui sikap dan keyakinan diri.

Sikap hidup yang baik mampu mengendalikan keinginan, dan sifat responsif terhadap orang lain serta kemampuan dalam memecahkan berbagai masalah. Sikap yang tenang dan optimis terhadap kehidupan akan membantu proses kematangan diri. Pada dasarnya setiap orang dapat membiasakan diri belajar menekan dan mengendalikan tanda-tanda kemarahan, ketidaksabaran dan iri hati melalui sikap yang dapat diterima orang lain dan lingkungan.

Sikap positif yang mengesankan, memiliki kemampuan untuk menumbuhkan kepercayaan pada diri sendiri dan dapat memperluas hubungan persahabatan. Pola pikir yang melekat pada diri seseorang akan menjadi bagian dari kepribadiannya. Nilai kepribadian dapat dilihat dari pola pikir yang cerdas dan positif. Cara berfikir yang baik akan dapat membantu seseorang dalam memecahkan persoalan yang dihadapinya.

Cara berkomunikasi yang ditampilkan melalui ucapan, aktivitas dan cara memandang orang lain akan berdampak pada kepribadian nya. Seseorang dengan kontrol bicara yang tidak seimbang akan berdampak pada penilaian orang terhadap kepribadiannya. Suara dengan nada yang menyenangkan, akan lebih menarik, dibandingkan dengan nada suara yang keras.

Kata-kata yang sudah terucapkan, tidak dapat ditarik kembali sehingga dapat mempengaruhi penilaian orang terhadap kepribadian kita. Cara berbicara erat kaitannya dengan etika dan sopan santun dalam pergaulan. Bicara dengan suara yang lembut dan nada suara yang tidak keras, akan menenangkan dan menyenangkan orang yang mendengarkannya. Kita harus berusaha untuk dapat belajar mendengarkan dan memahami pendapat orang lain.

Tenggang rasa menunjukkan emosi seseorang dalam menyesuaikan diri kepada situasi baru dan kemampuan menyelesai kan masalah. Tenggang rasa biasanya dilandasi oleh daya tarik,hati yang terbuka, perasaan yang tulus dan kasih sayang. Tenggang rasa dapat mempengaruhi kepribadian seseorang, kemampuan ini dapat dilatih dengan belajar menunjukkan emosi yang menyenangkan dan terkendali, mengucapkan salam dengan senyuman, adanya kemauan untuk memikul tanggung jawab persahabatan, keikhlasan hati untuk menolong serta mau membuka perasaan hati, keramahtamahan dan kehangatan dalam pergaulan. Keseimbangan emosi erat kaitannya dengan kesehatan mental. Keseimbangan emosi akan nampak pada ekspresi wajah, ketidaksabaran dan gerakan-gerakan tangan yang menandakan diri dalam keadaan marah. Belajarlah untuk menunjukkan emosi-emosi yang menyenangkan dalam situasi dan kondisi apapun serta dalam menghadapi berbagai hal yang tidak menyenangkan karena keseimbangan emosi akan mempengaruhi penilaian orang terhadap kepribadian kita.

B. Tujuan Penulisan Buku

1. Tujuan Umum

Penulisan buku ini ditujukan sebagai bahan pengayaan pembelajaran dalam program keahlian tata kecantikan kulit yang sesuai dengan kebijakan Pendidikan Sekolah Menengah Kejuruan (PSMK), sehingga

dapat membekali peserta didik dengan pengetahuan, sikap, dan keterampilan, agar kompeten dalam :

a. Penguasaan pengetahuan anatomi dan fisiologi kecantikan.
b. Penguasaan pengetahuan kosmetika kecantikan.
c. Penguasaan pengetahuan perawatan kulit wajah.
d. Penguasaan pengetahuan merias wajah.
e. Penguasaan pengetahuan merawat tangan dan kaki (*manicure* dan *pedicure*).
f. Penguasaan pengetahuan merawat tubuh.
g. Penguasaan pengetahuan pengelolaan salon kecantikan kulit.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penulisan buku ini adalah peserta didik mampu melaksanakan tugas keprofesian dalam :

a. Menerapkan pengetahuan struktur dan fungsi kulit.
b. Mengidentifikasi kelainan-kelainan kulit.
c. Menerapkan pengetahuan anatomi kulit terhadap pencapaian kesehatan kulit.
d. Menerapkan pengetahuan kosmetika.
e. Mengaplikasikan kosmetika.
f. Melakukan analisa kulit wajah.
g. Melaksanakan perawatan kulit wajah tidak bermasalah.
h. Melaksanakan perawatan kulit wajah bermasalah.
i. Melakukan accupressure dan pengurutan wajah (*face massage*).
j. Melakukan koreksi bentuk dan bagian-bagian wajah.
k. Menentukan desain rias wajah.
l. Melakukan rias wajah.
m. Melaksanakan rias wajah sehari-hari.
n. Melakukan rias wajah pesta.
o. Melakukan rias wajah foto/TV/Film.
p. Melakukan rias wajah karakter.
q. Melakukan diagnosis tangan dan kaki.
r. Melaksanakan perawatan tangan dan kaki.

s. Melakukan depilatori dan epilasi.

t. Melaksanakan perawatan khusus dengan alat listrik (teknologi).

u. Melakukan perawatan badan secara tradisional.

v. Melakukan perawatan payudara.

w. Melakukan layanan jasa di salon kecantikan secara profesional.

C. Ruang Lingkup

Sesuai dengan Standar Kompetensi Nasional (SKN) kecantikan kulit yang mencakup kompetensi fungsional sejumlah 30 kompetensi kecantikan kulit, maka ruang lingkup buku ini membahas tentang tata kecantikan kulit secara lengkap, mulai dari konsep kecantikan, anatomi dan fisiologi kulit, kosmetika dan peralatan kecantikan, perawatan wajah, bentuk wajah dan koreksinya, teknik tata rias wajah, menikur dan pedikur, dan perawatan badan, baik secara manual maupun dengan menggunakan teknologi.

Pada bab I dibahas konsep kecantikan termasuk *inner beauty* dan pemahaman trend kecantikan masa kini yang memaknai kesehatan dan kepribadian sebagai bagian dari penampilan diri secara utuh.

Anatomi dan fisiologi alat-alat tubuh serta anatomi dan fisiologi kulit dibahas pada bab II dan bab III sebagai dasar untuk memahami pengetahuan bagian-bagian tubuh dan kulit yang mencakup postur tubuh, kelainan bentuk tubuh, bagian-bagian tubuh, otot, rangka, tengkorak, sistem peredaran darah, sistem pernapasan, sistem pencernaan, panca indera, kuku, struktur kulit, fungsi kulit, warna kulit, jenis kulit dan kelainan-kelainan kulit.

Bab IV dibahas tentang Kosmetika mencakup sains kosmetika, berbagai jenis kosmetika mencakup kosmetika tradisional, *medicated cosmetics,* dan *decorative cosmetics,* kosmetika perawatan kulit wajah, badan, tangan dan kaki, serta kosmetika rias.

Alat-alat tata kecantikan dan kegunaannya dibahas di bab V, yang mencakup pembahasan tentang alat perawatan kulit wajah, alat perawatan tangan dan kaki, alat perawatan badan, alat perawatan payudara dan alat tata rias wajah.

Perawatan kulit wajah dibahas di bab VI yang mencakup pembahasan tentang perawatan kulit wajah tanpa problem (kulit normal) dan kulit wajah yang berproblem (kulit kering, kulit berminyak, kulit kombinasi, kulit sensitif, kulit menua, kulit berpigmen, kulit dehidrasi, kulit berkomedo atau berjerawat) baik secara manual maupun dengan menggunakan teknologi.

Pada bab VII dibahas tentang perawatan tangan dan kaki yang mencakup pembahasan tentang teknik perawatan tangan dan merias kuku tangan, teknik perawatan dan merias kuku kaki, seni menghias kuku (*nail* art) dan teknik memasang kuku tambahan (*nail extention*).

Perawatan badan, baik dilakukan secara tradisional maupun perawatan dengan menggunakan teknologi dibahas di bab VIII.

Bab IX dipahas tentang perawatan khusus payudara yang dilakukan secara manual maupun perawatan dengan menggunakan teknologi.

Teknik merias wajah dibahas pada bab X yang meliputi sains tata rias wajah (morfologi berbagai bentuk wajah, bentuk mata, hidung, bibir, dan berbagai bentuk alis), tata rias korektif bentuk wajah, mata, hidung, bibir dan alis, teknik tata rias wajah untuk sehari-hari, teknik rias wajah untuk kegiatan pesta, teknik rias wajah panggung, teknik rias wajah untuk usia lanjut (*geriatric make*-up) dan teknik rias wajah untuk menutupi cacat (*cicatrical make-up*), teknik tata rias foto/TV, teknik rias wajah karakter dan teknik rias wajah fantasi.

Bab XI membahas tentang profesi penata kecantikan, etika profesi penata kecantikan, dan sikap profesional yang harus dihormati serta ditaati oleh penata kecantikan.

Latihan Penguasaan Konsep

I. Petunjuk : Berilah tanda silang (X) pada alternatif jawaban a, b, c, atau d, yang paling benar

1. Kepribadian adalah …
   a. Gaya, perilaku, dan penampilan keseluruhan dari seseorang
   b. Cara berbusana dan gaya hidup seseorang
   c. Tatapan mata seseorang yang terarah dan mantap
   d. Kecerdasan,kecepatan berpikir, dan keterampilan seseorang

2. Usaha pengawasan kesehatan lingkungan manusia adalah …
   a. Hygiene
   b. Sanitasi
   c. Sterilisasi
   d. Desinfeksi

3. Hygiene adalah ilmu pengetahuan yang mempelajari …
   a. Cara menyembuhkan penyakit
   b. Sesuatu yang berhubungan dengan penyakit
   c. Cara menjaga dan menegakkan kesehatan
   d. Cara mensterilkan suatu benda

4. Pengendalian diri berdasarkan sikap tenggang rasa merupakan salah satu
   a. Etika hidup berkeluarga
   b. Sikap hidup bernegara
   c. Sifat kepemimpinan
   d. Isi dari butir-butir pancasila

5. Tujuan dari pada sanitasi adala …
   a. Membuat ruangan menjadi steril
   b. Menjaga sopan santun
   c. Mensucihamakan semua peralatan
   d. Menyehatkan lingkungan hidup

II. Jawablah pertanyaan berikut dengan benar, singkat dan jelas.

1. Jelaskanlah apa yang anda ketahui tentang tata kecantikan dan hubungannya dengan kecantikan rochaniah (inner beauty) ?
2. Jelaskanlah apa yang dimaksud dengan hygiene, hygiene personal dan hygiene lingkungan ?
3. Jelaskanlah mengapa orang harus mandi secara rutin dan apa khasiat mandi untuk kesehatan tubuh ?

4. Jelaskan fungsi pemenuhan zat gizi (nutrisi) untuk kesehatan tubuh ?
5. Jelaskan apa yang dimaksud dengan pola makan “empat sehat lima sempurna”, dan apa hubungannya dengan kesehatan tubuh ?
6. Jelaskan manfaat mengkonsumsi sayuran hijau untuk kesehatan tubuh ?
7. Jelaskan apa yang dimaksud dengan kesehatan rokhani dan apa hubungannya dengan sikap mental ?
8. Faktor lingkungan alam dapat memberikan dampak yang kurang baik untuk kesehatan kulit. Berikan contoh dari pernyataan tersebut !
9. Kecantikan dan penampilan diri, erat kaitannya dengan kepribadian. Jelaskan pernyataan tersebut !
10. Jelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi kepribadian seseorang !

BAB 2

Anatomi Alat-Alat Tubuh

Anatomi adalah ilmu yang mempelajari bentuk tubuh dan alat-alat tubuh. Beberapa macam jaringan tubuh terkumpul bersama membentuk satu alat. Kerjasama jaringan-jaringan di dalam suatu alat menghasilkan faal (fungsi) tertentu. Bahasan-bahasan tentang anatomi tubuh yang diperlukan dalam menelaah berbagai sistem pada tata kecantikan kulit akan dijelaskan pada uraian berikut :

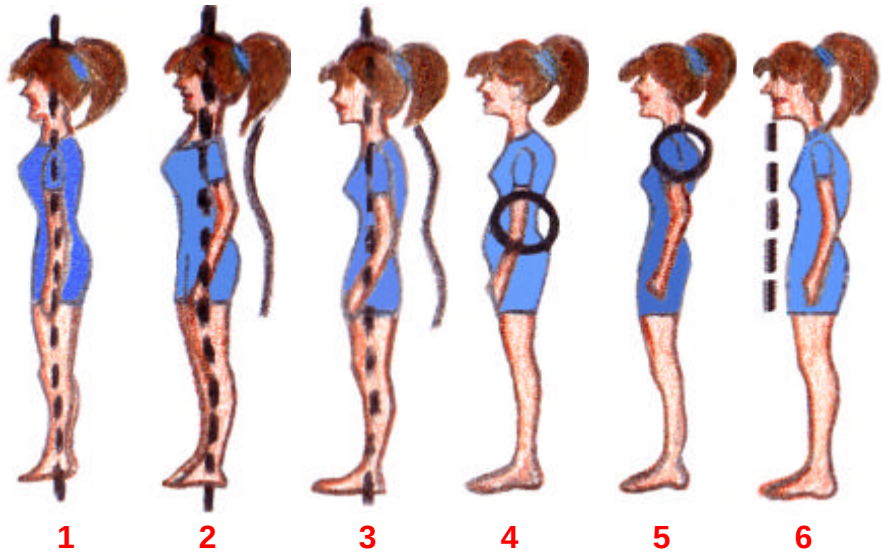
A. Postur Tubuh

Postur yang baik merupakan bagian penting dalam pemeliharaan diri. Membiasakan diri dengan kondisi postur yang baik akan membantu dalam mencegah berbagai gangguan fisik, seperti kelelahan, memperbaiki bentuk tubuh, memberi kesan penampilan diri lebih luwes dan tidak kaku. Disiplin diri merupakan unsur yang menentukan bagi suatu kepribadian yang tertib, tenang, menyenangkan serta menyehatkan. Berdiri dalam posisi yang benar akan menjaga otot-otot dan tubuh dalam kondisi yang baik. Postur yang baik sangat tergantung pada kebiasaan seseorang, untuk itu hindari : sikap malas, posisi punggung yang membungkuk atau posisi tubuh yang membuat lekukan pada tulang punggung ketika sedang bekerja. Saat berjalan harus dibiasakan berdiri dengan benar, berat tubuh harus terbagi sama rata untuk mendapatkan keseimbangan tubuh.

Gambar 2.1 (halaman 11) memperlihatkan berbagai posisi dan sikap tubuh :

1. Sikap yang baik saat duduk adalah kepala tegak, dagu ditarik ke dalam, dada lurus, punggung (bahu) relax, perut ditahan.
2. Sikap yang tidak baik dan kaku.
3. Sikap yang tidak baik dan bungkuk.
4. *Sway Back* atau *Lordosis* : Kelainan pada tulang belakang membentuk lengkungan ke depan sehingga punggung lurus dan perut maju ke depan serta bokong ke belakang.
5. Bahu yang menunduk : *Khyposis*: Kelainan pada tulang belakang sehingga terlihat punggung membungkuk.

6. *Sway back* dan bahu yang menunduk : *Scoliosis* : Kelainan tulang belakang melengkung ke kiri dan ke kanan sehingga tubuh terlihat miring ke kiri atau ke kanan.



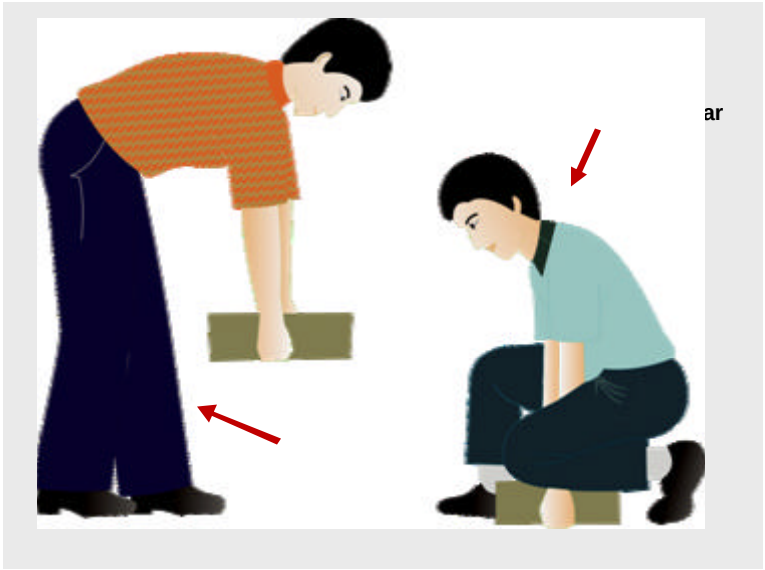
Gambar 2.1
Berbagai Posisi Tubuh Berdiri

Selain dari sikap tubuh saat berdiri, sikap duduk yang baik pun penting diperhatikan untuk mencegah kelelahan pada umumnya dan ketegangan pada punggung. Sikap duduk yang baik yaitu punggung tegak dan posisi duduk menekan bagian belakang.

Gambar 2.2
Posisi Duduk yang Salah

Gambar 2.3
Posisi Duduk yang Benar

Posisi tubuh yang baik pada waktu memungut sesuatu dilakukan dengan setengah berjongkok dan posisi punggung tidak melengkung.



Gambar 2.4
Posisi Tubuh pada Waktu Memungut Sesuatu

Penggunaan hak sepatu yang tinggi dalam waktu yang lama dan sering akan menegangkan kaki dan punggung. Hal ini dapat mengakibatkan perubahan sikap tubuh nampak berat ke depan dan bentuk betis menjadi kurang bagus.

Gambar 2.5
Posisi Berdiri dengan Hak Sepatu Tinggi yang Benar

Gambar 2.6
Posisi Berdiri dengan Hak Sepatu Tinggi yang Salah

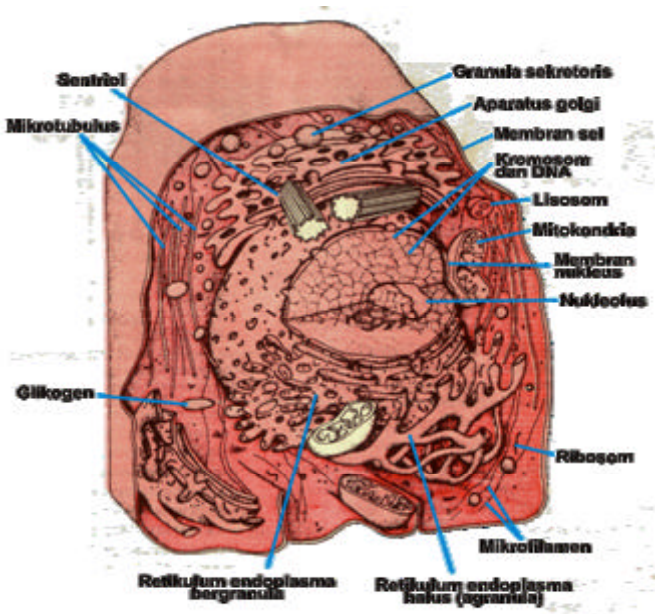
Penggunaan sepatu dengan tumit yang rendah dan lebar dapat menopang tubuh, sehingga keseimbangan tubuh lebih terjaga dan kaki lebih nyaman.

Gambar 2.7
Posisi Berdiri
dengan Hak Sepatu Rendah

B. Sel

Tiap jasad hidup terdiri atas kesatuan-kesatuan yang dikenal sebagai sel. Sel merupakan kesatuan terkecil jasad hidup. Sel terdiri atas :

1. Protoplasma yaitu zat yang terdapat di dalam dinding sel dan berguna untuk proses-proses pertukaran zat.
2. Inti sel (*nucleus*) yang mengatur aktivitas sel, di dalamnya terdapat zat kromatin yakni sejenis zat yang berguna untuk meneruskan sifat-sifat jasmaniah makhluk hidup dan mengalami perubahan pada pembagian sel. Kadang sel tidak berinti sel darah merah dan sel tanduk atau berinti sel lebih dari satu.
3. Bentuk kutub (*sentriol*) : bentuk di dekat inti sel, berperan pada pembagian sel.



Gambar 2.8
Bentuk Sel Manusia

Sel-sel tersebut hidup karena bernafas, menggunakan zat makanan untuk proses pertukaran zat, tumbuh, bergerak, dan memperbanyak diri.

Sel dapat bertambah banyak secara :

1. Tidak berjenis (aseksual)

a. Pembelahaan langsung atau amitosus, dilihat pada jasad - jasad bersel satu.

b. Pembelahaan tidak langsung atau mitosis ; merupakan cara ter-penting untuk menambah jaringan dan pertumbuhan. Pada mitosis pembelahan di awali dengan perubahan-perubahan di dalam inti sel dengan terbentuknya batang-batang kromosoma dari kromatin, lalu terbelahnya setiap batang kromosom secara memanjang dan terbaginya belahan-belahan kromosom merata menjadi dua bagian, diakhiri dengan protoplasma.

2. Berjenis (seksual)

Pembentukan makhluk baru, yang diawali peristiwa persatuan sel kelamin betina (sel telur) dengan sel kelamin jantan (sel mani) menjadi zigot, yang berkembang lanjut secara mitosis.

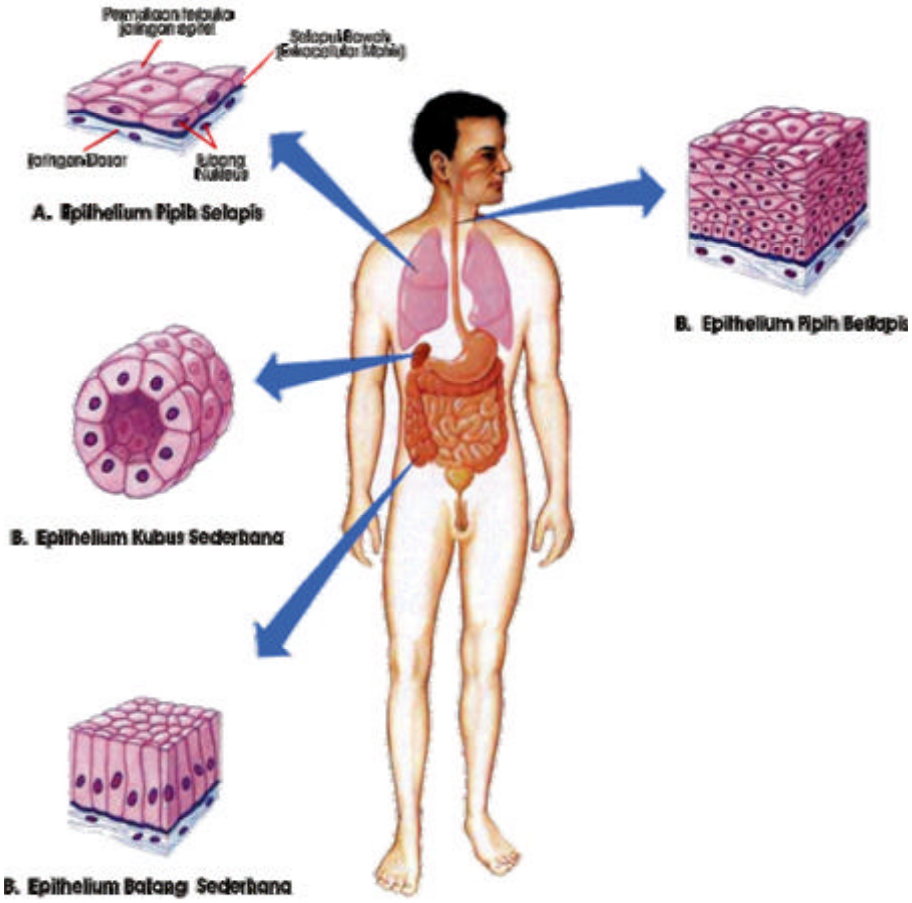
C. Jaringan-jaringan Tubuh

Sel-sel yang serupa bentuknya dan fungsinya (faalnya) tersusun menjadi kumpulan sel yang dinamakan jaringan tubuh. Zat perekat antara sel-sel jaringan tubuh disebut zat interselular (antara sel) atau zat sela. Jaringan-jaringan tubuh terdiri atas :

1. Jaringan Epitel

Jaringan epitel yaitu jaringan penutup permukaan tubuh dan permukaan dalam saluran cerna. Jaringan *endotel* yaitu jaringan yang melapisi permukaan dalam pembuluh darah, pembuluh-pembuluh getah bening dan rongga-rongga tubuh.

Beberapa jenis jaringan epitel dapat dilihat pada gambar berikut :



2. Jaringan Penyambung (Jaringan Ikat)

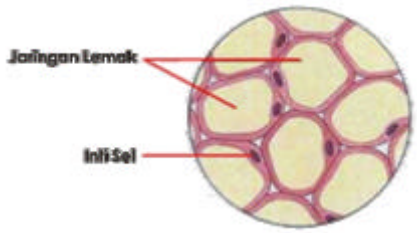
Jaringan penyambung atau jaringan ikat terdiri atas serabut-serabut kolagen dan serabut-serabut elastin yang membentuk anyaman. Jaringan ini berguna untuk menghubungkan jaringan-jaringan lain. Tergantung dari kepadatan serabut dan perbandingan antara jumlah serabut kolagen terhadap serabut elastin, maka jaringan penyambung dapat bersifat padat (simpai sendi),dan longgar (*hypodermis*).

Jaringan Ikat Longgar Jaringan Ikat Padat

Gambar 2.10
Jenis - Jenis Jaringan Ikat

3. Jaringan Lemak

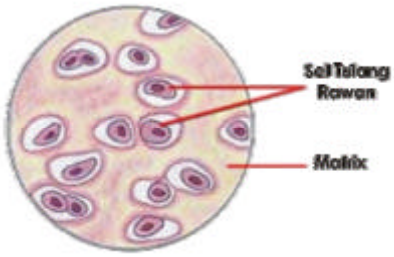
Jaringan lemak merupakan jaringan penyambung khusus yang bersifat jarang dan mengandung kumpulan sel-sel lemak (liposit) di dalam sela-sela anyaman. Sel lemak mudah dikenal, sebab protoplasma sel diganti dengan zat lemak, sehingga inti sel terdorong ke satu sisi dan sel lemak menyerupai cincin dengan permata tunggal. Jaringan lemak berguna sebagai isolator (penyekat) dan peredam tumbukan. Selain itu juga terutama berfungsi sebagai cadangan energi.



Gambar 2.11
Struktur Jaringan Lemak

4. Jaringan Tulang Rawan

Jaringan tulang rawan : tersifat karena zat interselularnya banyak, tidak mengandung kalsium, tetapi banyak mengandung zat perekat, maka mudah dibengkok-bengkokan. Pada tulang rawan, hialian zat antar sel bersifat setengah tembus cahaya dan tidak berserabut. Tulang rawan kenyal (elastis) karena mengandung zat antarsel dengan anyaman serabut-serabut elastis padat. Tulang rawan berguna sebagai rangka alat-alat tertentu yang bersifat lentur dan sebagai jaringan penghubung antara ujung-ujung tulang atau sebagai lapisan peredam pada permukaan ujung-ujung tulang yang saling berhadapan di suatu sendi.

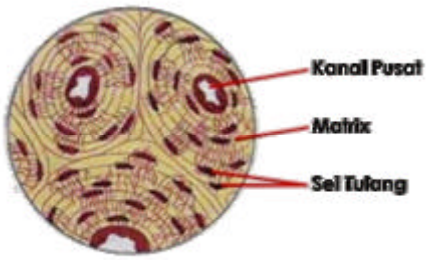


Gambar 2.12
Jaringan Tulang Rawan

5. Jaringan Tulang

Jaringan tulang terdiri atas sel-sel tulang yang berhubungan satu dengan yang lain dengan perantaraan tonjolan-tonjolan protoplasma, zat interselularnya mengandung garam-garam kalsium, sehingga tulang keras. Perbandingan tata laksana sel-sel tulang menghasilkan

dua jenis tulang yaitu tulang tumpat (mampat) dan tulang mampung. Tulang tumpat terdiri atas sel-sel tulang yang teratur secara konsentris dan terdapat pembuluh-pembuluh darah dan saraf-saraf. Di dalam tulang mampung, sel-sel tulang tidak teratur tetapi membentuk keping-keping tulang yang tersusun menjadi balok-balok tulang yang halus.

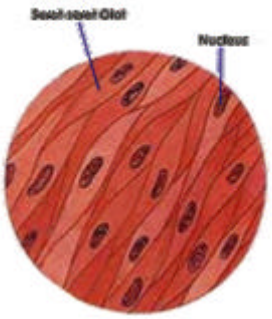


Gambar 2.13
Bentuk Jaringan Tulang Keras

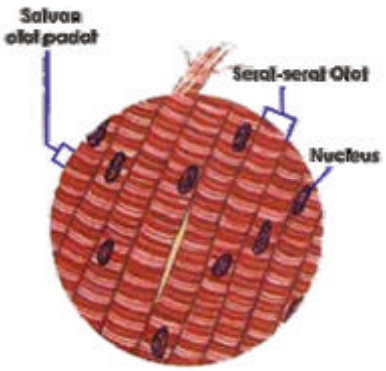
6. Jaringan Otot

Jaringan otot terdiri dari tiga macam jaringan otot yakni :

a. Jaringan otot polos yang terdiri atas sel-sel otot yang licin dan berbentuk kumparan panjang. Otot-otot polos mengerut dan melemas secara lambat, tidak dapat dipengaruhi oleh kehendak kita, karena dipersarafi oleh susunan saraf otonom, dan terdapat pada alat-alat dalam tubuh



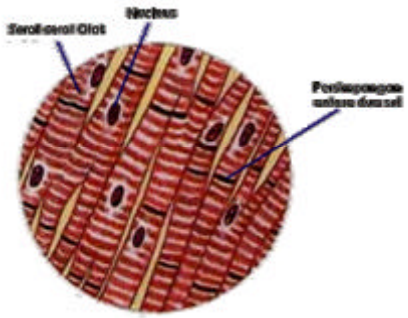
Gambar 2.14
Jaringan Otot Polos



Gambar 2.15
Jaringan Otot Lurik

b. Jaringan otot bergaris lintang (otot lurik) yang memiliki serabut- serabut otot dengan garis-garis melintang halus. Otot-otot demikian mengerut dan melemas secara cepat, dapat digerakkan sesuai dengan pola gerak yang dilakukan manusia, membentuk semua otot rangka

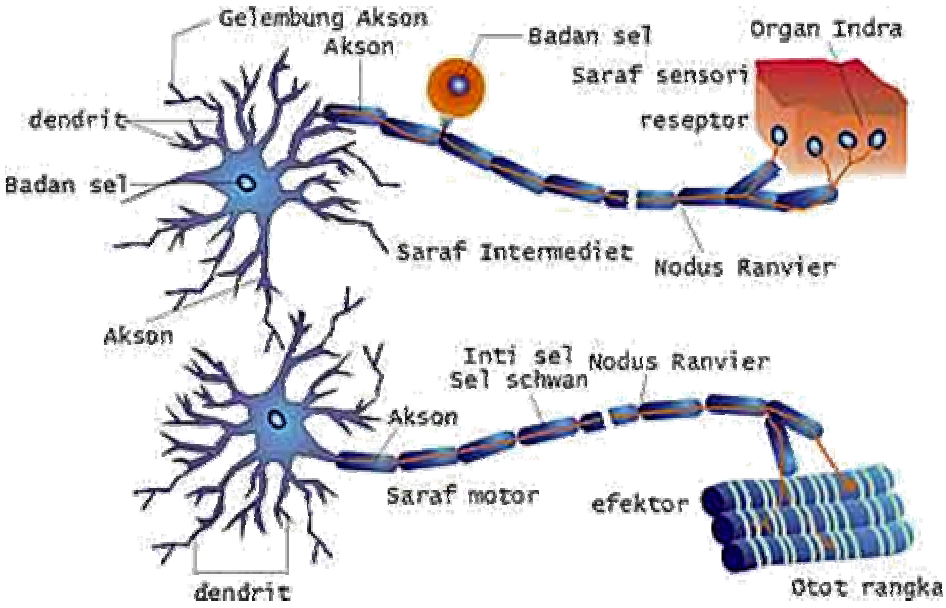
c. Jaringan otot jantung memiliki serabut–serabut yang berbentuk garis lintang, namun karena dipersarafi oleh susunan saraf otonom, maka otot jantung dapat mengerut dan melemas secara cepat.



Gambar 2.16
Jaringan Otot Jantung

7. Jaringan Saraf

Jaringan saraf : merupakan kumpulan sel-sel saraf (neuron) dan berguna untuk mengantarkan dan mengolah rangsang-rangsang. Ada sel saraf yang ujungnya panjang (neurit) untuk membawa rangsang dari badan sel ke tepi. Gabungan neurit disebut saraf. Saraf yang mengantar rangsang dari pusat ke alat-alat disebut saraf penggerak (motorik), sedangkan saraf yang berguna untuk membawa rangsang dari alat-alat ke pusat terkenal sebagai saraf perasa (sensorik).



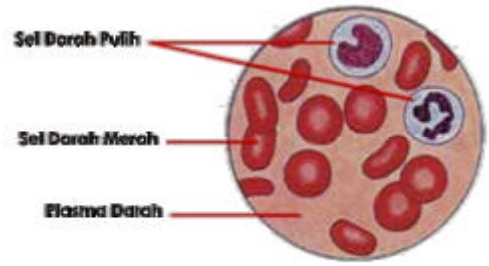
Gambar 2.17
Sel saraf (neuron) dengan akson dan dendrit).

8. Jaringan Darah

Darah merupakan jaringan yang zat interselularnya cair. Darah memiliki struktur yang terdiri atas :

a. Bagian yang padat : yaitu sel darah merah (eritrosit) yang mengandung hemoglobin untuk pertukaran gas, sel darah putih (leukosit) yang berperan pada pemberantasan kuman-kuman, dan keping-keping darah (trombosit) yang berguna pada pembekuan darah.

b. Bagian yang cair berupa plasma darah, yang terdiri atas serum darah dan zat fibrinogen (untuk pembekuan darah).



Gambar 2.18
Jaringan Darah

Golongan-golongan darah sebagaimana dikemukakan oleh Landsteiner (1900) bahwa darah manusia dapat dibagi menjadi empat golongan sehubungan dengan adanya zat tertentu (antiden) di dalam eritrosit dan beredarnya zat-zat anti (antibody) tertentu di dalam plasma darah, yaitu :

Golongan Darah	Kandungan Eritrosit	Zat Anti dalam Plasma
A	Antigen A	Zat anti B
B	Antigen B	Zat anti A
AB	Antigen A & B	-
O	-	Zat anti A & B

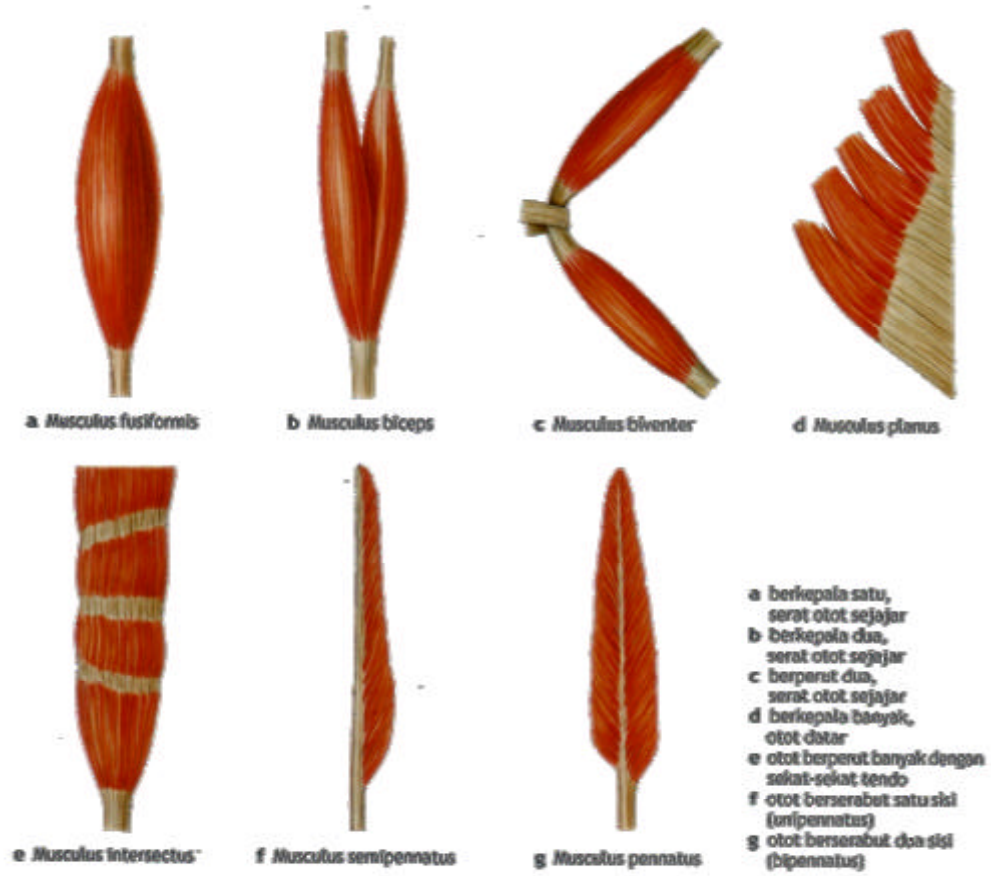
Tabel 2.1
Golongan Darah

Golongan-golongan darah penting pada pemindahan/ transfusi darah. Transfusi darah yang tidak sesuai golongannya akan berakibat penggumpalan (aglutinasi) sel-sel darah merah yang disuntikkan ke dalam plasma. Golongan AB tidak ada zat antinya di dalam plasma, maka dapat menerima darah semua golongan (umum). Golongan O sel-sel darahnya tidak akan menggumpal jika diberikan kepada siapapun (donor umum), karena tidak mengandung antigen A maupun antigen B.

D. Susunan Otot

Sistem alat gerak aktif terdiri atas otot-otot rangka. Otot-otot ini semuanya mempunyai asal (*origo*) dan tempat lekat (*insersio*) pada tulang-tulang kerangka, sehingga pada konstraksi (kerutan) atau pelemasan (relaksasi), otot-otot ini terjadi gerakan-gerakan pada bagian-bagian kerangka satu terhadap lainnya, seolah-olah sebagai mesin penggerak kerangka.

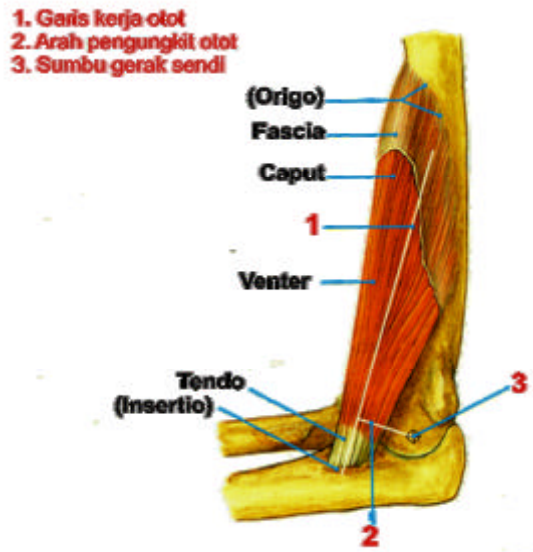
Berdasarkan bentuk dan coraknya,otot digolongkan menjadi : otot berkepala satu dengan arah serat otot sejajar (*Musculus fusiformis*), otot berkepala dua dengan serabut serat otot sejajar (*Musculus biceps*),otot berperut dua dengan serabut serat otot sejajar (*Musculus biventer*), otot berkepala banyak dengan serat otot datar, otot berperut banyak dengan sekat-sekat tendo,



Gambar 2.19
Corak dan Bentuk Otot
(Sumber : Frank H. Netter : 2006)

Menurut jenisnya otot-otot dapat dibagi menjadi :

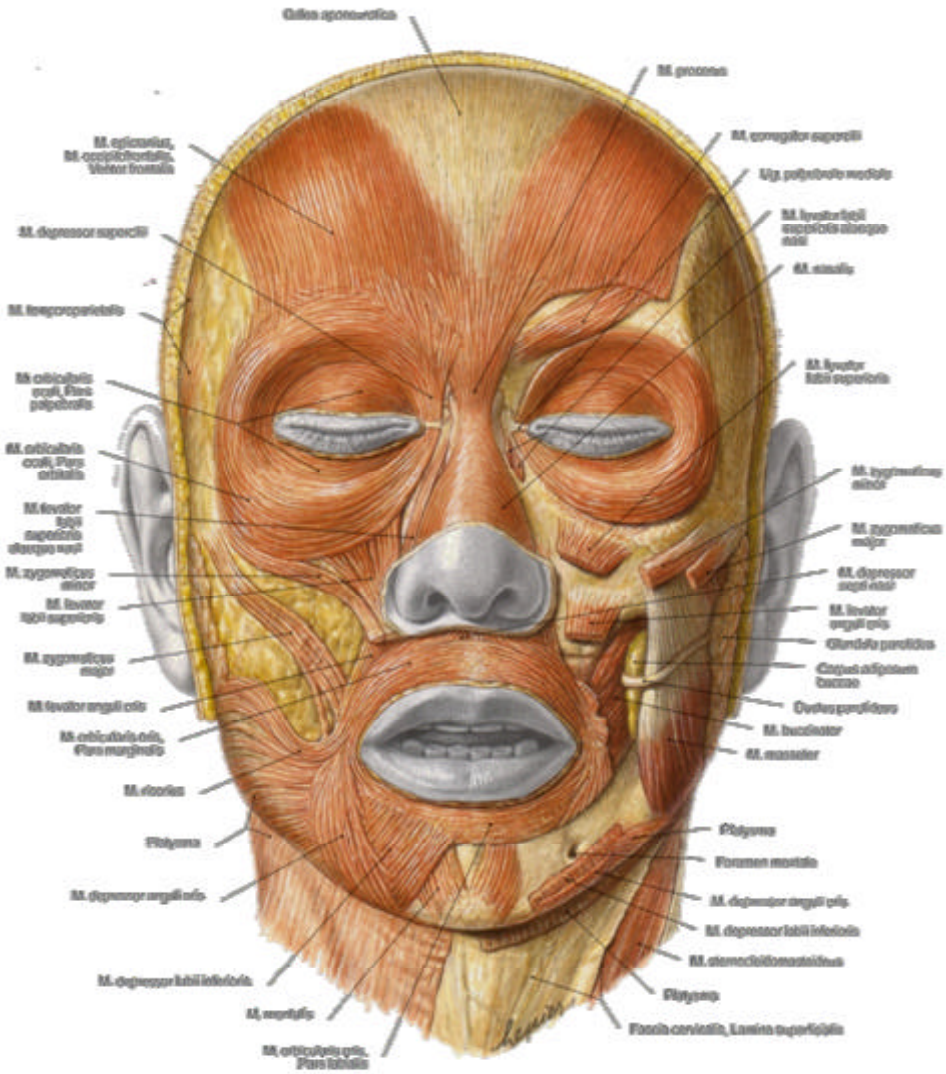
1. Otot-otot rangka. Otot rangka berasal dari dan melekat pada tulang, berguna untuk menggerakkan tulang-tulang satu terhadap yang lain berupa otot-otot berseran lintang. Pada otot rangka terdiri atas kepala otot (tempat asal, *origo*) yakni ujung yang melekat pada tulang dan pada konstraksi hampir tidak berpindah tempat, empal (perut) otot yakni bagian tengah otot yang berdaging, ekor otot (tempak lekat, insersio) yakni ujung yang melekat pada tulang dan konstraksi berpindah tempat karena bergeraknya tulang. Otot-otot melekat pada tulang dengan perantaraan urat otot atau tendo.



Gambar 2.20
Otot Rangka dengan contoh *Brachialis*
(Sumber : Frank H. Netter : 2006)

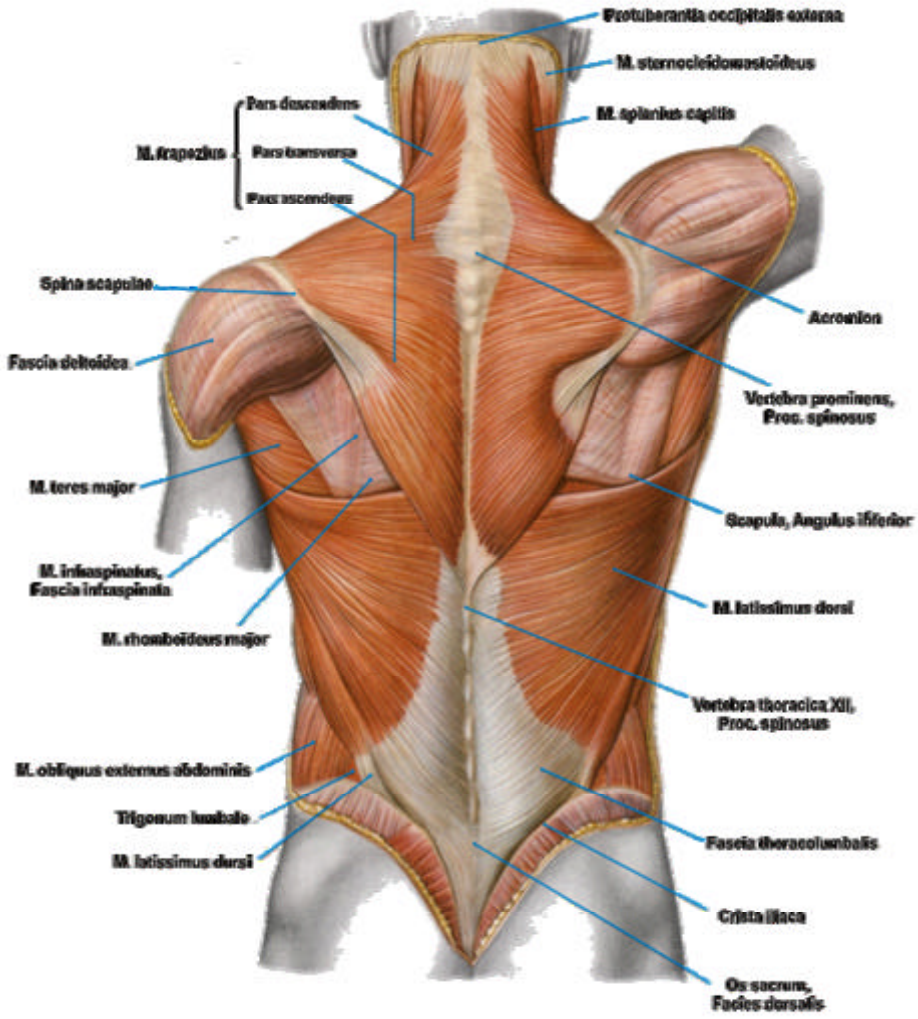
2. Otot-otot wajah dan kepala. Otot ini berasal dari tulang tengkorak atau serabut-serabut otot wajah yang lain untuk melekat pada kulit wajah, menimbulkan perubahan air muka (mimik) dan berupa otot berseran lintang. Otot-otot wajah dan kepala terdiri atas **otot kepala** (lapisan jaringan penyambung padat di bagian atas kepala, otot belakang kepala dan otot dahi), **otot-otot telinga** (otot telinga depan, otot telinga atas, dan otot telinga belakang), **otot-otot kelopak mata** (otot pengangkat kelopak mata atas, otot lingkar mata, dan otot pengerut alis), **otot-otot hidung** (otot pangkal hidung, otot hidung, otot pelebar lubang hidung, dan otot penarik sekat hidung), **otot-otot mulut** (otot

pengangkat bibir atas, otot pengangkat bibir atas dan cuping hidung, otot pipi kecil, otot pengangkat sudut mulut, otot ppi besar, otot seringai, otot penekan bibir bawah, otot penekan sudut mulut, otot dagu, otot lingkar mulut dan otot buksinator), dan **otot-otot pengunyah** (otot pelipis dan otot kunyah)



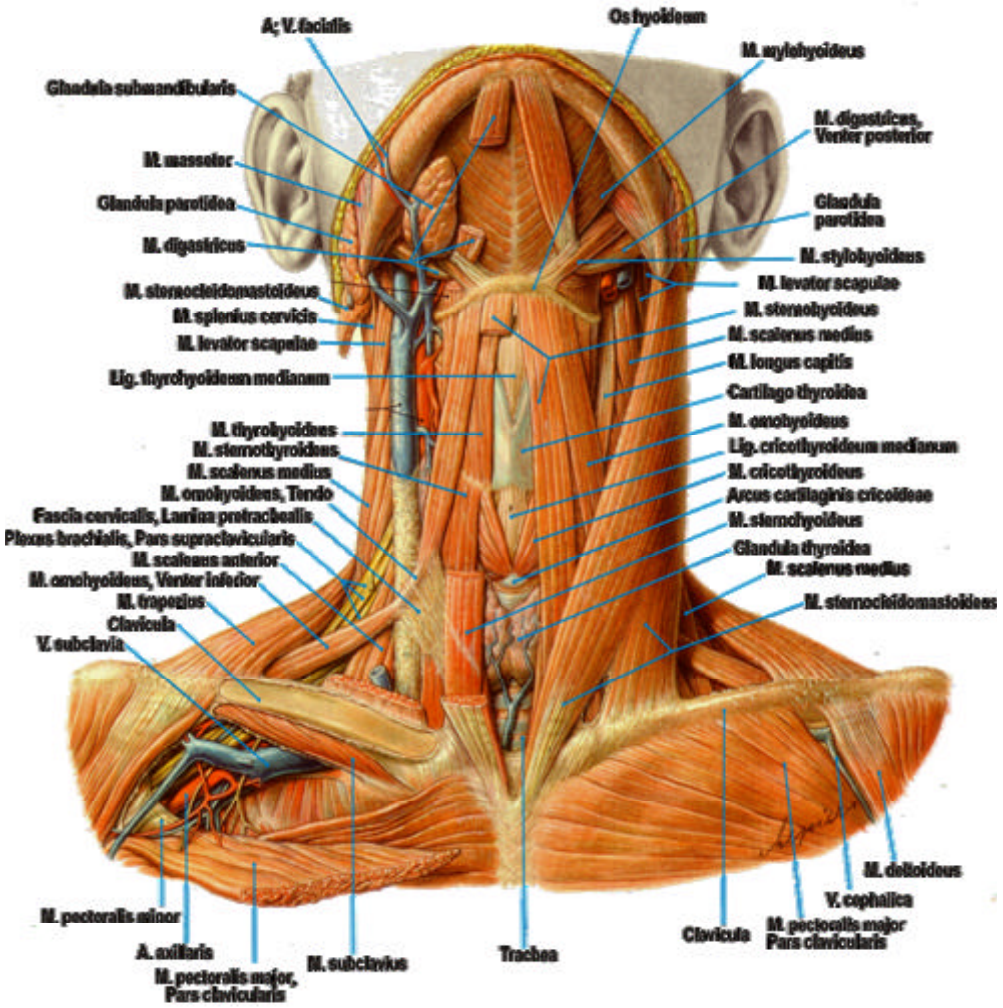
Gambar 2.21
Otot Wajah dan Kepala
(Sumber : Frank H. Netter : 2006)

3. Otot-otot batang badan yang terdiri atas otot punggung yaitu otot punggung sejatu atau otot penegak badan, otot dinding depan perut (otot lurus perut, otot serong luar perut, otot serong dalam perut, otot lintang perut) dan otot sangkar dada yang terdiri atas otot-otot antar iga yang mengisi sela-sela antar iga dalam dua lapisan dan turut berguna untuk mempengaruhi gerakan-gerakan iga, serta menyempurnakan dinding rongga dada.



Gambar 2.22
Contoh Otot Batang Badan (Otot Punggung)
(Sumber : Frank H. Netter : 2006)

4. Otot-otot leher. Otot-otot leher terdiri atas otot leher depan yang terentang antara pinggir atas tulang dada dan tulang lidah atau pangkal tenggorok, otot-otot ini penting untuk gerakan-gerakan kepala dan leher, serta untuk gerakan pangkal tenggorok dan tulang lidah sewaktu menelan; otot leher lainnya yang terletak di depan dan di sisi tulang belakang bagian leher, serta untuk sebagian melekat pada iga-



Gambar 2.23
Otot – Otot Leher
(Sumber : Frank H. Netter : 2006)

5. Otot-otot anggota badan atas. Otot ini terdiri atas : (a) otot-otot bahu atau sendi bahu, (b) otot-otot pangkal lengan atas, (c) otot-otot lengan atas yang terdiri atas otot-otot ketul (*fleksor*) yakni otot bisep

(berkepala dua) lengan atas, otot lengan atas (otot *brakial*), dan otot belikat-lengan atas (otot *korakkobrakial*), dan otot-otot kedang (*ekstensor*) lengan bawah yang terdapat di sebelah belakang lengan atas (otot trisep/berkepala tiga), (d) otot-otot lengan bawah yang terdiri atas otot-otot ketul, otot-otot kedang lateral dan otot-otot kedang. (e) otot-otot tangan pendek terdiri atas otot-otot jantung ibu jari, otot-otot jantung kelingking dan otot-otot tengah tangan.

Gambar 2.24
Otot – Otot Anggota Badan Atas
(Sumber : Frank H. Netter : 2006)

6. Otot-otot anggota badan bawah. Otot ini terdiri atas beberapa kelompok sebagai berikut : (a) otot-otot panggul (otot-otot pagkal paha dan otot-otot panggul dalam), (b) otot-otot tungkai atas yang terdiri dari

otot kedang yang terletak di sebelah depan paha yakni otot kuadrisep/berkepala empat paha dan otot silang paha, otot-otot ketul yang terdapat di sebelah belakang tungkai atas dan terdiri atas otot bisep paha, otot separoh urat dan otot separoh selaput; serta otot-otot paha sebelah medial yang terdiri atas 3 otot aduktor, otot ramping dan otot sisir. (c) otot-otot tungkai bawah yang terdiri dari 4 kelompok yaitu (a) otot-otot kedang tungkai bawah yang terltak di sebelah depan tungkai bawah, (b) otot-otot sisi betis yang terdapat pada bagian lateral tungkai bawah dan mengangkat sisi luar kaki di sendi loncat, (c) otot-otot betis berkepala tiga, dan (d) otot-otot ketul dalam tungkai bawah. Berikut adalah contoh beberapa jenis otot yang ada pada tubuh manusia :

Gambar 2.25 – 2.26
Otot – Otot Anggota Badan Bawah (Bag. Belakang dan Depan)
(Sumber : Frank H. Netter : 2006)

E. Rangka

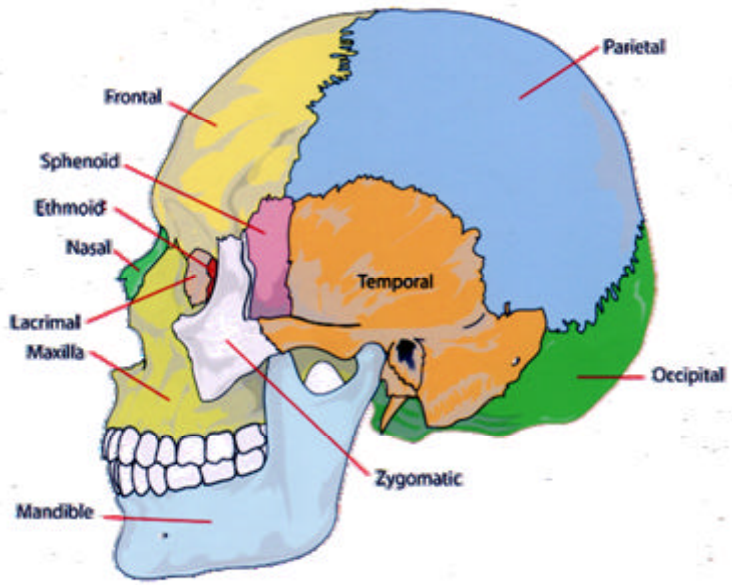
Rangka atau kerangka merupakan himpunan beberapa macam tulang. Rangka memiliki beberapa fungsi sebagai berikut :

1. Penegak dan pemberi bentuk pada tubuh,
2. Tempat asal dan tempat lekat otot-otot rangka,
3. Alat untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke lain tempat dengan bantuan otot-otot rangka (lokomosi),
4. Pelindung alat-alat yang lunak, seperti susunan saraf pusat, alat-alat dalam dada, alat-alat dalam perut dan panggul.
5. Tempat pembuatan sel-sel darah,
6. Tempat penyimpanan cadangan lemak.

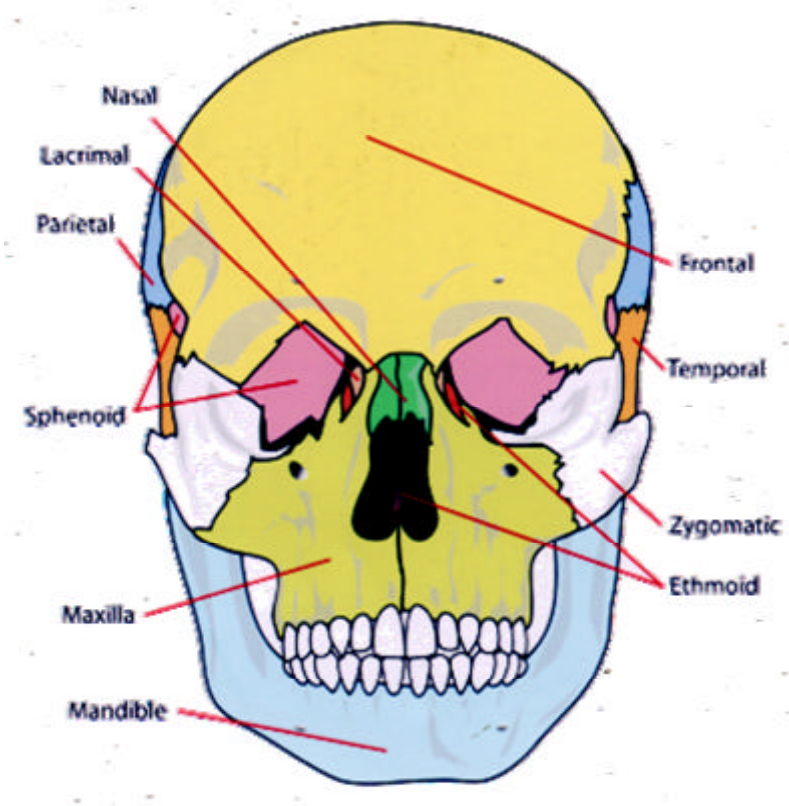
Kerangka dapat dibedakan menjadi bagian-bagian sebagai berikut :

1. Tengkorak

Tulang tengkorak terdiri atas **tengkorak otak** yang dibentuk oleh 1 tulang dahi, 2 tulang ubun-ubun, 1 tulang belakang kepala, 2 tulang pelipis, 1 tulang banji, dan 1 tulang tapisan dan **tengkorak wajah** yang terdiri atas 2 tulang air mata, 2 tulang hidung, 2 tulang anak hidung (kerang hidung), 1 tulang sekat rongga hidung, 2 tulang pipi, 2 tulang langitan, dan 1 tulang rahang bawah.



Gambar 2.27
Skema Tengkorak Manusia Dilihat dari Samping
(Sumber : Frank H. Netter : 2006)



Gambar 2.28
Skema Tengkorak Manusia Dilihat dari Depan
(Sumber : Frank H. Netter : 2006)

2. Tulang-tulang batang badan.

Tulang batang badan terdiri atas : (1) **Tulang belakang** yang merupakan suatu tiang yang beruas, dibentuk oleh 7 ruas tulang belakang bagian leher, 12 ruas tulang belakang bagian dada, 5 ruas tulang belakang bagian pinggang, 5 ruas tulang belakang bagian kelangkang, dan 3-4 ruas tulang belakang bagian tungging. Tiap ruas tulang belakang terdiri atas sebuah badan ruas dan sebuah lengkung ruas. Antara dua badan ruas yang berdekatan terdapat satu cakram antar ruas berupa bantalan yang kenyal yang memungkinkan ruas-ruas tulang belakang bergerak satu terhadap yang lain, dan bersama dengan ikat-ikat yang menghubungkan badan-badan ruas di sebelah depan dan elakang, membuat tulang-tulang belakang menjadi lentur.

Tulang belakang bagian leher dan pinggang mencembung ke depan (kayang atau lordosis), sedangkan di bagian dada dan kelangkang, tulang belakang mencembung ke belakang (bungkuk atau kifosis). (2) **Tulang-tulang rangka dada** yang terdiri atas 1 tulang dada, dan 12 pasang iga, yakni 7 pasang iga sejati yang berhubungan langsung dengan tulang dada di sebelah depan dengan perantaraan rawan iga, 3 pasang iga tidak sejati yang melekat pada tulang dada dengan perantaraan lengkung uga-uga yang juga berdasarkan atas tulang rawan, dan 2 pasang iga melayang yang tidak berhubungan dengan tulang dada, tetapi ujung-ujungnya berakhir bebas. Secara umum setiap iga merupakan sebuah lajur tulang yang melengkung dalam 3 arah. Bentuk iga demikian menjadikan rangka dada menyerupai sangkar yang kokoh guna melindungi alat-alat dalam dada, dan alat-alat dalam perut sebelah atas.

3. Tulang-tulang rangka anggota-anggota badan

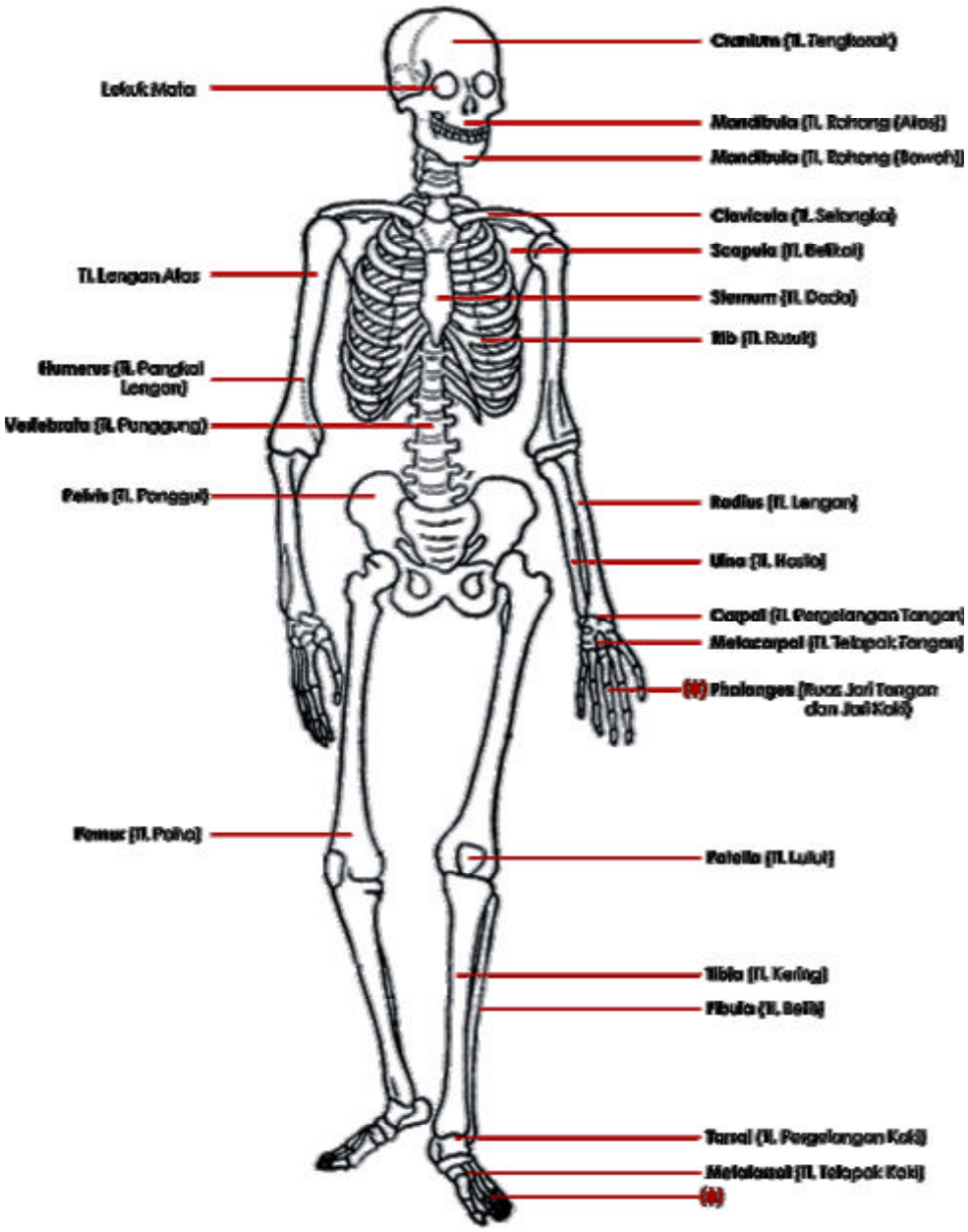
Tulang rangka anggota badan terdiri atas tulang rangka anggota badan bagian atas dan tulang rangka anggota badan bagian bawah. Tulang rangka anggota badan bagian atas meliputi :

1) tulang - tulang gelang bahu, yakni tulang selangka dan tulang belikat. Tulang selangka berbentuk menyerupai huruf S, sedangkan tulang belikat berbentuk segi tiga yang gepeng. Tulang selangka berhubungan secara bersendi dengan tulang dada di sebelah meial, dan dengan tulang belikat di sebelah lateral. Pada ujung lateral tulang belikat terdapat suatu mangkok sendi, tempat kepala tulang lengan atas berhubungan

2) tulang lengan atas (humerus),

3) tulang - tulang lengan bawah yang terdiri atas tulang pengumpil (radius) dan tulang hasta (ulna) yang saling berhubungan di sebelah atas dan bawah secara bersendi, sehingga tulang pengumpil dapat mengadakan gerakan rotasi terhadap tulang hasta. Ujung atas tulang pengumpil dan ujung atas tulang hasta berhubungan secara bersendi dengan ujung bawah tulang lengan atas, sedangkan ujung bawah tulang pengumpil bersendi dengan tulang-tulang pangkal tangan

4) tulang-tulang rangka tangan yang terdiri atas dua baris dari masing-masing empat tulang pangkal lengan, 5 tulang tengah tangan, dan ruas-ruas kelima jari tangan. Setiap jari terdiri atas 3 ruas jari kecuali ibu jari yang terdiri atas dua ruas.



Gambar 2.29
Susunan Kerangka Manusia
(Sumber : Frank H. Netter : 2006)

4. Sendi

Tulang-tulang dihubungkan satu dengan yang lain dengan perantaraan sendi. Sendi menurut sifat hubungannya dapat dibedakan menjadi :

1) Sendi mati, terletak di antara kedua ujung tulang yang berhadapan. Karena terdapat jaringan hingga tidak mungkin kedua tulang digerakkan satu terhadap yang lain misalnya antara tulang-tulang tengkorak.

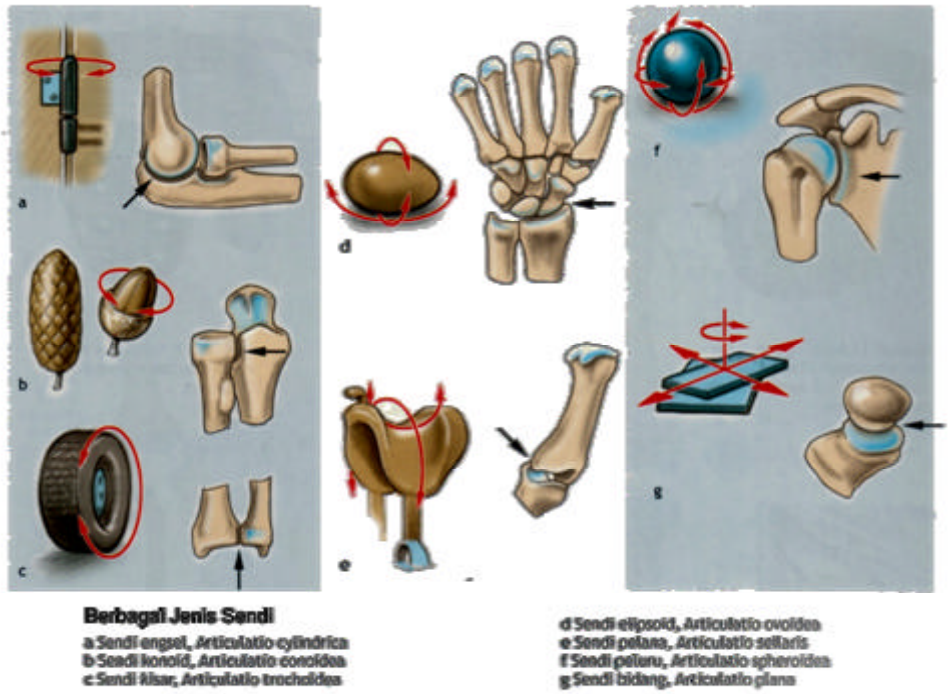
2) Sendi kaku yang terletak di antara kedua ujung tulang yang berhadapan dan tidak terdapat jaringan, namun tidak mungkin atau sedikit saja kedua tulang dapat digerakkan satu terhadap lainnya. Ini terjadi karena benjolan-benjolan pada permukaan tulang yang lain, misalnya dapat dilihat pada hubungan antara tulang usus dengan tulang kelangkang.

3) Sendi gerak yang merupakan sendi sejati, karena memungkinkan terjadinya gerak-gerak antara kedua ujung tulang yang berhadapan. Gerak yang terjadi : gerak satu arah yaitu sendi engsel dan sendi kisar, gerak dua arah yaitu sendi telur dan sendi pelana, gerak tiga arah yaitu sendi peluru dan sendi buah pala.

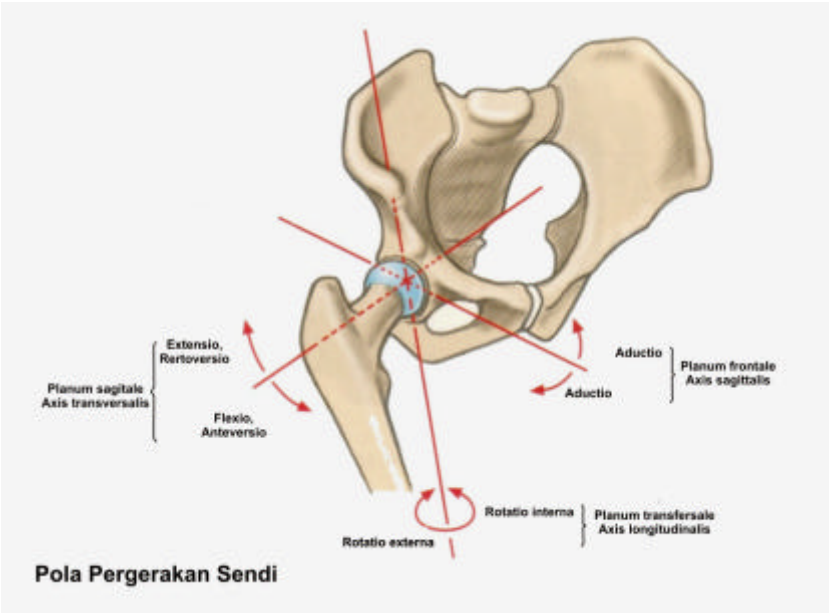
Bagian-bagian tulang yang bertemu dalam suatu sendi disaluti oleh selapis rawan sendi dan dibungkus di sebelah luar oleh simpai sendi yang membatasi rongga sendi di sebelah dalamnya. Simpai sendi harus cukup luas untuk memungkinkan gerakan pada sendi. Pada setiap gerakan sebagian simpai sendi akan tertarik tegang, sedangkan pada sisi yang bertentangan akan terjai lipatan.

Berkat serat-serat otot di sekitar simpai sendi, lipatan-lipatan tertarik ke luar, sehingga tidak terjepit antara bagian-bagian tulang yang membentuk sendi. Bentuk permukaan sendi dapat cembung atau cekung seperti torak, luasnyasimpai sendi dan adanya ikat-ikat (ligament) di sekitar sendi menentukan keleluasaan dan arah gerak dalam sebuah sendi.

Ikat-ikat adalah jaringan ikat padat, berbentuk seperi tali, dan berfungsi untuk menghubungkan tulang-tulang, memperkuat sendi-sendi atau untuk menetapkan (fiksasi) sesuatu alat pada tempatnya, oleh karena itu, ikat-ikat memiliki daya tahan yang amat besar terhadap tarikan. Ikat-ikat menyerupai urat otot dan terdiri atas berkas-berkas serat kalogen padat yang terhimpun bersatu secara sejajar oleh jaringan ikat jarang.



Gambar 2.30
Berbagai Jenis Sendi
(Sumber : Frank H. Netter : 2006)



Gambar 2.31
Pola Pergerakan Sendi
(Sumber : Frank H. Netter : 2006)

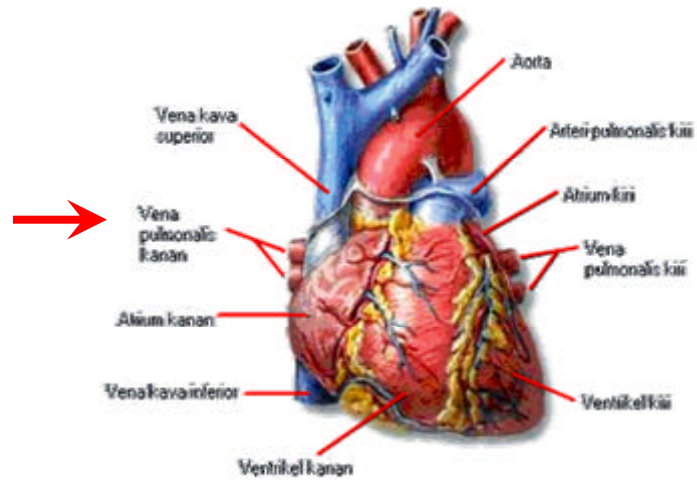
F. Sistem Peredaran Darah

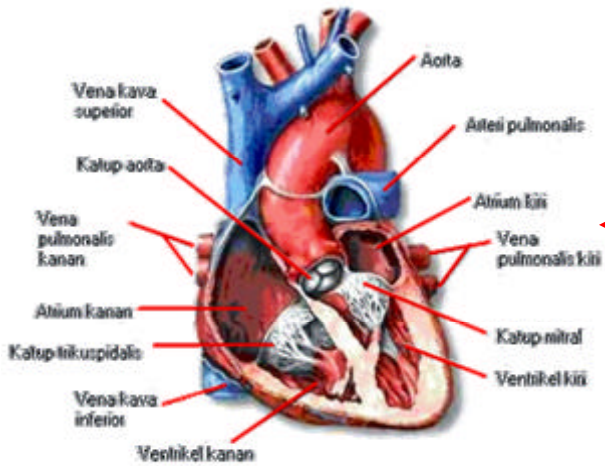
Alat-alat yang berguna untuk peredaran darah adalah :

1. Jantung, yang merupakan pompa untuk susunan ini,
2. Pembuluh-pembuluh nadi (arteri),
3. Pembuluh-pembuluh balik (vena).

Jantung terletak di sebelah kiri rongga dada, kira-kira sebesar tinju, terdiri atas belahan kanan dan belahan kiri. Tiap belahan dibentuk oleh satu serambi dan satu bilik. Antara serambi dan bilik terdapat katup yang mencegah mengalirnya kembali darah dari bilik ke serambi. Darah dari paru-paru diantar ke dalam serambi kiri, lalu mengalir ke dalam bilik kiri. Sewaktu bilik kiri menguncup darah didorong ke luar, dan masuk ke dalam batang nadi (aorta) untuk diantar ke seluruh tubuh. Darah ini mengandung banyak oksigen untuk dimanfaatkan di jaringan-jaringan tubuh.

Gambar 2.32
Jantung Tampak Muka
(Sumber : Frank H. Netter : 2006)





Gambar 2.33
Irisan Jantung
(Sumber : Frank H. Netter : 2006)

Darah yang berasal dari jaringan-jaringan tubuh mengandung banyak karbondioksida, diantar kembali ke jantung melalui pembuluh pembuluh balik yang akhirnya terkumpul menjadi batang pembuluh balik bawah dan atas, yang bermuara ke dalam serambi kanan. Dari serambi kanan darah mengalir ke dalam bilik kanan, lalu dipompa ke dalam pembuluh nadi paru-paru untuk dibawa ke paru-paru.

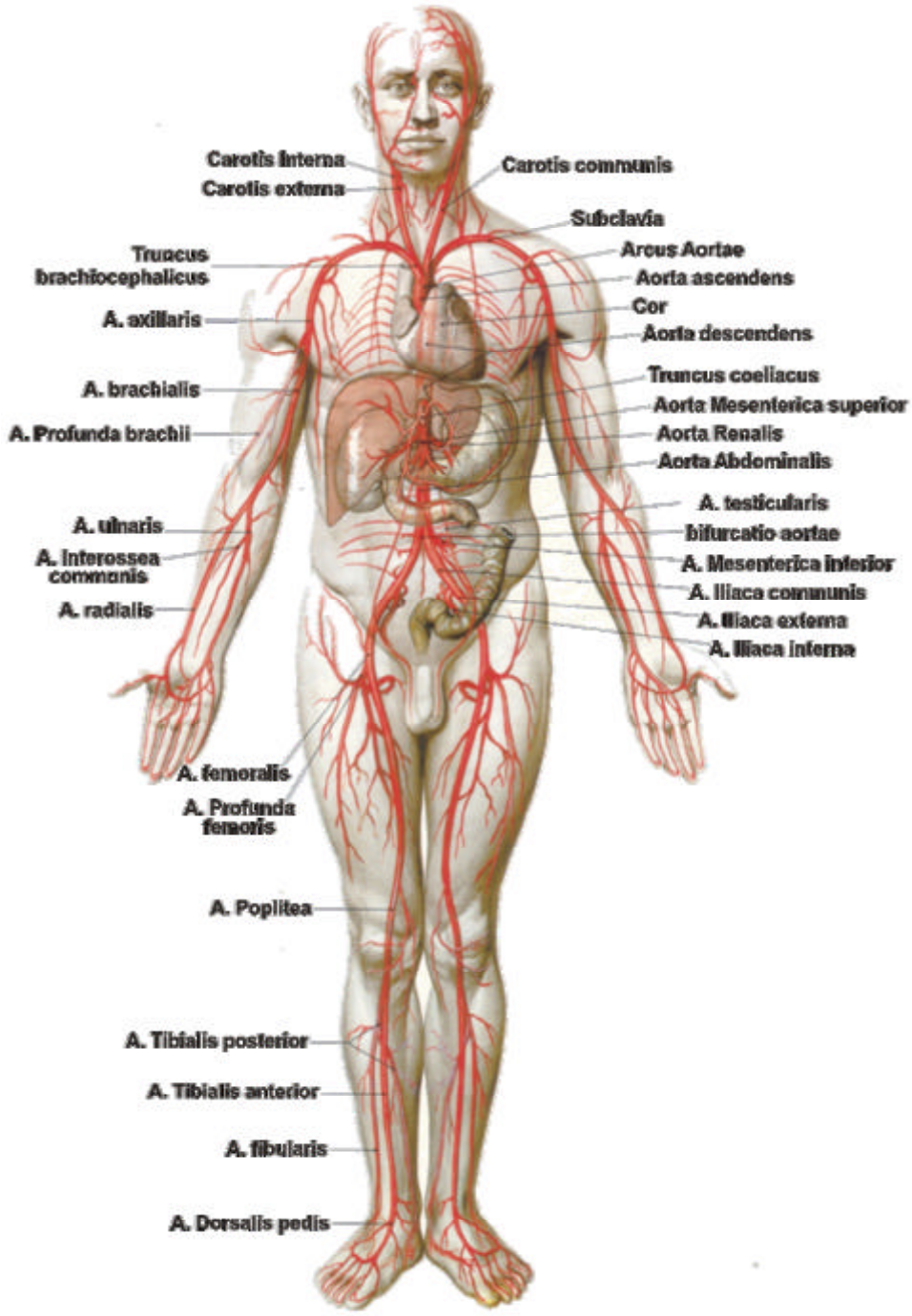
Urutan kegiatan jantung adalah :

1. Kedua serambi menguncup, kedua bilik mengembang, darah masuk ke dalam bilik.
2. Kedua bilik menguncup, kedua serambi mengembang, darah meninggalkan bilik ke dalam pembuluh nadi.
3. Kedua serambi dan kedua bilik beristirahat sebentar, lalu mulai dari permulaan.

Peredaran darah manusia merupakan :

1. Suatu susunan peredaran tertutup
2. Susunan peredaran rangkap yaitu
   a. dari jantung ke paru-paru dan kembali ke jantung lagi :
      peredaran darah kecil, berguna untuk oksigenisasi darah dan
   b. dari jantung ke deluruh tubuh dan kembali lagi ke jantung :
      peredaran darah besar, berguna untuk membawa oksigen ke jaringan-jaringan tubuh mengangkat karbondioksida dari jaringan-jaringan.

Berikut adalah visualisasi sistem aliran darah manusia



Gambar 2.34
Skema Aliran Darah
(Sumber : Frank H. Netter : 2006)

G. Sistem Pernafasan

Pernafasan berguna untuk pertukaran gas oksigen dan karbon-dioksida. Pada pernafasan dapat dibedakan dalam dua tahap yaitu :

1. Tahap menarik nafas : hawa udara disedot ke dalam paru-paru karena meluasnya rongga dada.
2. Tahap mengeluarkan nafas : hawa di dalam paru-paru di desak ke luar karena menyempitnya rongga dada.

Sistem pernapasan terdiri atas dua perangkat alat yaitu :

1. Susunan pengantar udara :

a. Rongga hidung

Rongga hidung merupakan bagian pertama dari sistem pernapasan yang berhubungan dengan dunia luar melalui lubang hidung luar. Rongga hidung, sesuai dengan adanya lobang hidung, terdiri atas dua bagian yang disekat oleh rongga hidung.

Dari dinding lateral rongga hidung kerang-kerang hidung membagi setiap belah rongga hidung embentuk tiga pasang lorong hidung. Seluruh dinding rongga hidung dan kerang-kerang hidung dilapisi selaput lendir hidung kecuali bagian tepat di belakang lubang hidung luar. Sewaktu melalui lorong-korong hidung, udara pernapasan mengalami pemanasan dan sampai batas tertentu dibebaskan dari debu yang masuk ke rongga hidung.

Lorong-lorong hidung bagian belakang berhubungan melalui dua corong (*choanae*) rongga hidung ke dalam tekak. Rongga hidung juga berhubungan dengan beberapa rongga di samping hidung (*sinus paranasales*) yang terdapat di tulang dahi, tulang rahang atas, tulang baji, dan tulang tapisan.

b. Tekak (*pharynx*)

Tekak adalah suatu ruangan yang terdapat di belakang rongga hidung dan rongga mulut, dan merupakan peralihan kedua rongga tersebut. Ke bawah tekak bersambungan dengan kerongkongan (*oesophagus*), dan melalui pangkal tenggorok (*larynx*) dengan tenggorok (*trachea*). Jalan udara dari rongga hidung ke pangkal tenggorok dan jalan makanan dari rongga mulut ke kerongkongan bersilang dalam tekak.

c. Pangkal tenggorok (*larynx*)

Ke dalam tekak bagian bawah menonjol masuk panggkal tenggorok dari depan. Pangkal tenggorok terdiri atas beberapa tulang rawan yang kesemuanya membatasi rongga pangkal tenggorok. Hubungannya dengan tekak terjadi melalui satu lubang

yang menghadap ke atas bekalang. Di bagian tengah rongga pangkal tenggorok terdapat dua pasang lipatan mendatar yang menonjol ke dalam dari dinding lateral, yakni pita suara palsu dan pita suara sejati. Ke bawah rongga pangkal tenggorok berhubungan dengan tenggorok.

d. Tenggorok (*trachea*)

Tenggorok berupa pipa yang panjangnya lebih kurang 12 cm. Pipa ini diperkuat oleh satu kerangka yang terdiri atas cincin-cincin tulang rawan. Cincin-cincin ini tidak sempurna, karena di sebelah belakang terbuka, sehingga dinding belakang tenggorok hanya dibentuk oleh selapis jaringan penyambung yang lunak.

Dinding dalam tenggorok dilapisi selaput lendir dengan kelenjar-kelenjar lendir dan dilengkapi dengan otot-otot polos. Setelah tenggorok memasuki rongga dada, bangunan tersebut bercabang dua, membentuk cabang tenggorok (*bronchus*) kanan dan kiri.

Tenggorok terdiri atas cabang tenggorok atau *bronchus*, anak tenggorok atau *bronchiolus*, serta ranting tenggorok atau *bronchiolus respiratorius*. Cabang-cabang tenggorok kanan dan kiri akan memasuki paru-paru, lalu bercabang-cabang menjadi pipa-pipa yang berangsur menjadi makin sempit, sehingga membentuk anak tenggorok yang bercabang-cabang lagi menjadi pipa-pipa tersempit. Pipa-pipa ini dikenal sebagai ranting tenggorok. Ranting-ranting tenggorok berhubungan dengan unsur-unsur yang berguna untuk pertukaran gas, yakni saluran-saluran gelembung (*ductus alveolares*).

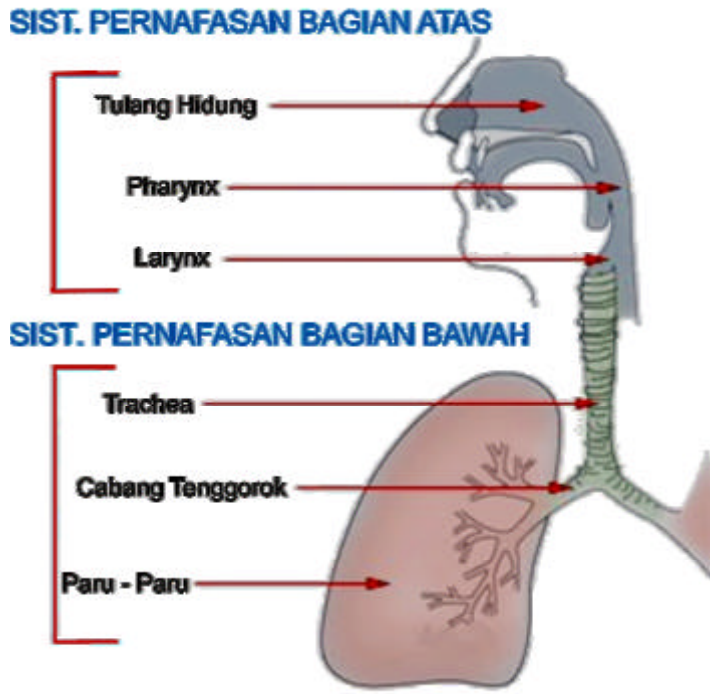
e. Paru-paru

Paru-paru kanan dan kiri terletak di dalam rongga dada. Tiap paru mempunyai tiga bidang yaitu : bidang yang menghadap ke arah iga, bidang yang menghadap ke arah sekat rongga badan, dan bidang medial. Pada medial terdapat tampuk paru-paru (*hilus pulmonis*), tempat masuknya cabang tenggorok, pembuluh darah dan getah bening serta saraf-saraf.

Paru kanan mempunyai tiga baga (*lobus*), sedangkan paru bagian kiri hanya memiliki dua baga. Setiap baga terbagi menjadi segmen-segmen yang masing-masing diperlengkapi dengan satu cabang *bronchus*.

Seluruh permukaan luar paru-paru kanan dan kiri ditutup oleh satu selaput yang disebut *pleura.* Pada tampuk paru-paru selaput ini beralih ke dinding rongga dada, sehingga kini juga melapisi permukaan dalam rongga dada dan sekat rongga badan. Dengan demikian paru - paru yang terselubung oleh *pleura* sebenarnya

hanya berupa celah sempit yang berisi sedikit cairan untuk membasahi permukaan-permukaan *pleura* yang bersentuhan, dan mengurangi gesekan sewaktu pernapasan. Rongga *pleura* tidak mengandung hawa, tekanan di dalamnya adalah negatif. Kedua rongga pleura di sebelah kanan dan kiri tidak saling berhubungan.



Gambar 2.35
Organ-Organ Pernafasan Manusia

2. Mekanisme pernapasan.

Mekanisme pernapasan terdiri atas :

a. Pernapasan jaringan – pernapasan paru-paru.

Tubuh senantiasa membutuhkan oksigen untuk dapat melakukan dan melangsungkan metabolisma, yang mana pada proses ini dihasilkan karbon dioksida yang tidak berguna bagi tubuh. Pertukaran oksigen dan karbon dioksida di dalam jaringan-jaringan tubuh disebut pernapasan jaringan. Proses ini berlangsung dengan bantuan enzim-enzim pernapasan dan zat - zat lain. Oksigen yang diperlukan untuk proses tersebut diambil dari darah, sekaligus karbon dioksida yang tidak diperlukan ditukar ke dalam darah.

Untuk menjamin kelangsungan proses tadi, kadar oksigen dan karbon dioksida harus dipertahankan pada taraf tertentu. Proses tersebut hanya terjadi jika Oksigen dalam darah secara teratur ditambah, dan Karbon dioksida disingirkan dari darah. Proses ini berlangsung terus menerus di dalam paru-paru dan disebut dengan pernapasan paru-paru.

b. Pengangkutan oksigen dan karbon dioksida.

Pengangkutan Oksigen dan Karbon dioksida dalam darah terjadi berkat zat *haemoglobin* dalam *eritrosit*. Di dalam paru-paru kadar Oksigen dalam darah sangat tinggi, sebagian besar Oksigen ini terikat pada *hemoglobin*, membentuk senyawa *oksihemoglobin*.

Dalam jaringan-jaringan tubuh *oksihemoglobin* melepaskan Oksigen, kemudian *haemoglobin* mengikat Karbon dioksida yang berlebihan dalam cairan jaringan tubuh, membentuk karbon dioksida *haemoglobin* yang terdapat dalam darah yang beredar dalam pembuluh-pembuluh balik. Dalam lingkungan yang kaya akan Oksigen di paru-paru, Karbon dioksida diuraikan dari hemoglobin dan siap untuk mengikat oksigen.

c. *Inspirasi dan ekspirasi.*

Pernapasan adalah proses ritmis yang terdiri atas dua tahap, yaitu *inspirasi* (penarikan napas) dan *ekspirasi* (pengeluaran napas). *Inspirasi* terjadi dengan mengembungkan rangka dan rongga dada melalui keaktifan otot-otot pernapasan yang mengangkat iga-iga, hingga melapangkan rongga dada. Dengan kontraksi, sekat rongga badan yang membuat ukuran atas-bawah rongga dada menjadi lebih besar. Dengan membesarnya rongga dada, tekanan negatif di dalam rongga *pleura* akan bertambah dan paru-paru ikut mengembang, sehingga tekanan udara di dalamnya menurun sampai di bawah tekanan udara luar. Udara luar tersedot masuk melalui susunan pengantar udara.

Setelah *inspirasi*, maka berlangsung *ekspirasi*. Pada proses *ekspirasi*, karena keaktifan otot-otot pernapasan menarik iga-iga ke bawah dan melemasnya sekat rongga badan, rongga dada menjadi lebih kecil. Isi rongga dada berkurang, paru-paru mengalami kompresi, sehingga tekanan udara di dalamnya melampaui tekanan udara luar, dan hawa yang terdapat di dalam paru-paru didesak ke luar.

Biasanya pembesaran-penyempitan rangka dada dan konstraksi-relaksasi sekat rongga badan pada pernapasan berlangsung bersama, tetapi pada perempuan peranan pembesaran-penyempitan rongga dada lebih banyak, disebabkan perubahan-perubahan rangka dada. Cara pernapasan ini disebut pernapasan

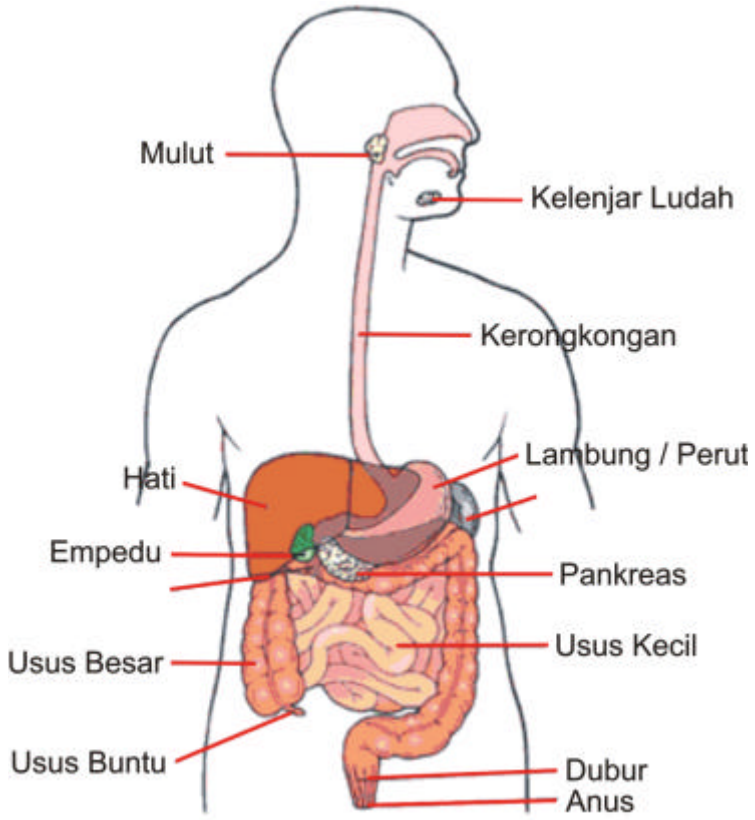
dada (pernapasan *kostal*). Pada laki-laki pembesaran-penyempitan rongga dada terutama terjadi karena kontraksi-relaksasi sekat rongga badan. Karena diafragma ini diikuti dengan gerakan-gerakan dinding depan perut ke muka (pada *inspirasi*) dan ke belakang (pada *ekspirasi*, maka tipe pernapasan ini disebut pernapasan perut (pernapasan *abdominal*)

Perubahan volume rongga dapat terjadi karena :

a. Perubahan rangka dada (pengangkatan/penurunan iga-iga) seperti terjadi pada pernafasan dada;

b. Terjadi kerutan/melemasnya sekat rongga badan (diagfragma), seperti terjadi pada pernafasan perut.

H. Sistem Pencernaan



Gambar 2.36
Skema Sistem Pencernaan

Alat-alat susunan cerna terdiri atas :

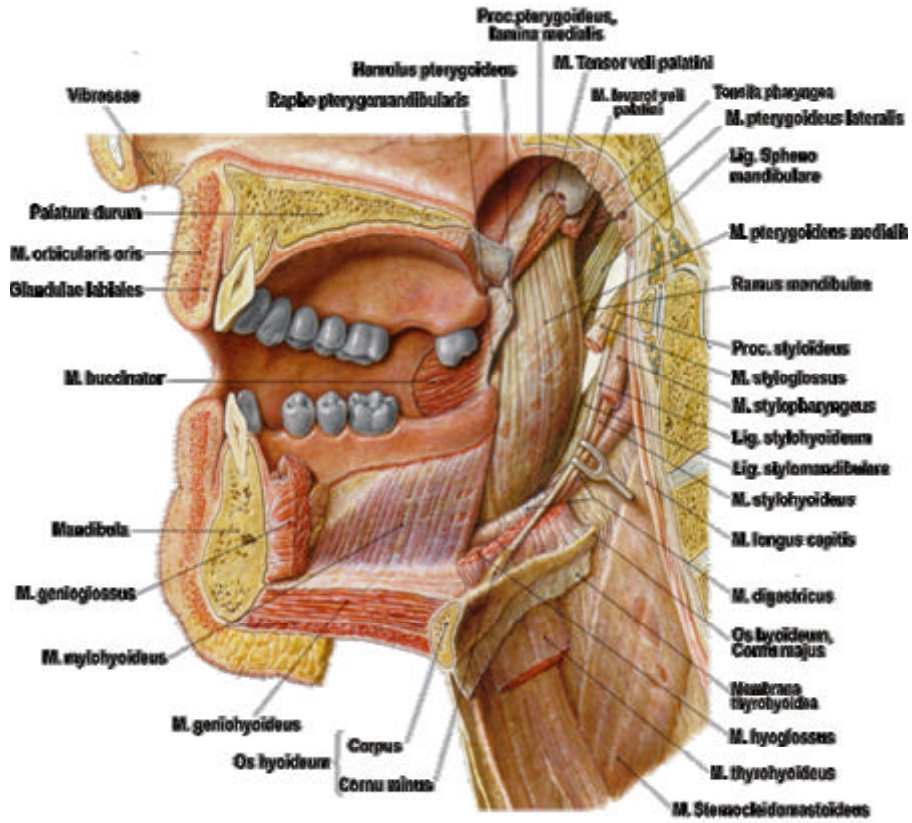
1. Mulut

Di dalam mulut makanan dipotong-potong oleh gigi seri, lalu digilas oleh geraham. Pada proses-proses tersebut lidah sangat berperan, karena mengatur penempatan makanan di antara geraham. Dengan demikian makanan mengalami pencernaan secara mekanis.

Gigi geligi manusia dewasa terdiri atas delapan gigi seri, empat gigi taring, delapan gigi geraham depan dan dua belas gigi geraham belakang.

Susunan gigi terdiri atas :

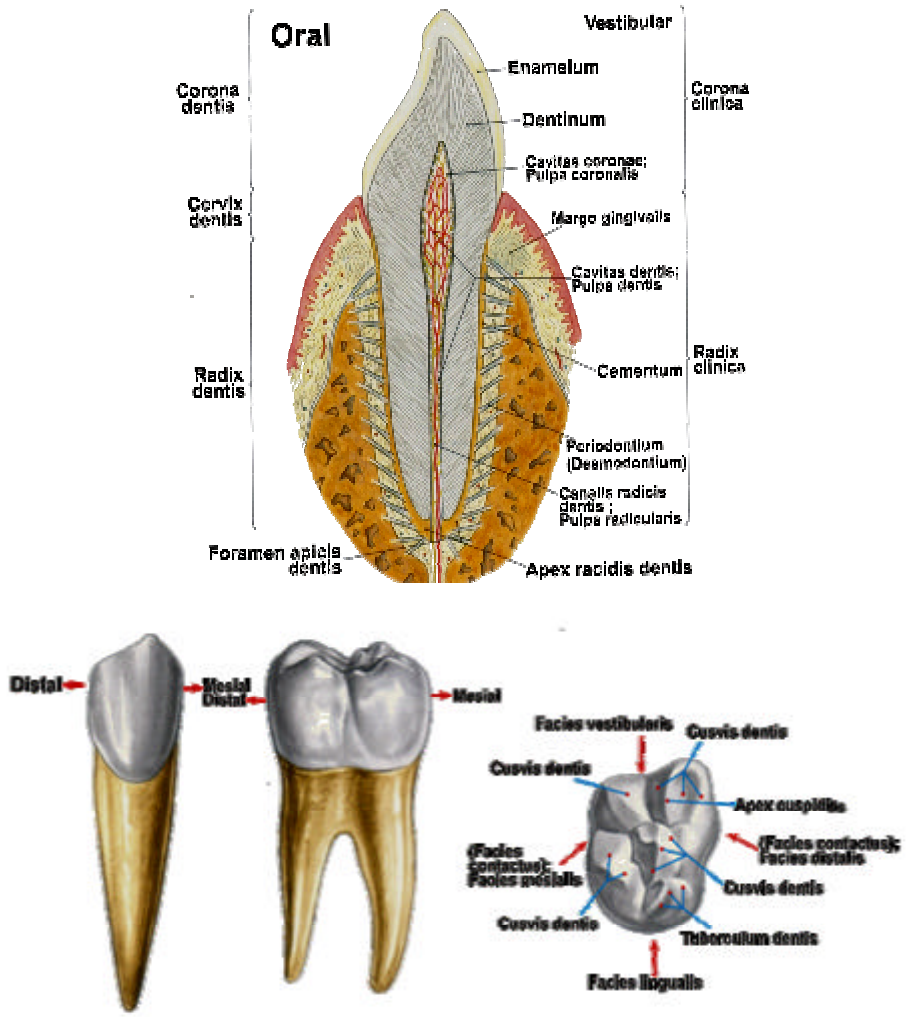
a. Puncak gigi, yang dilapisi email gigi;
b. Leher gigi, bagian antara puncak gigi dan bagian gigi yang tertanam;
c. Akar gigi, bagian yang tertanam di dalam ceruk-ceruk gigi rahang dan dilapisi semen gigi.



Gambar 2.37
Penampang dan Visualisasi Rongga Mulut
(Sumber : Frank H. Netter : 2006)

Bagian dalam gigi adalah tulang gigi (dentin), sedangkan di tengah dentin terdapat rongga, yakni rongga pipa yang berisikan pembuluh-pembuluh darah dan saraf gigi. Sewaktu makanan digilas terjadi pula penyampuran dengan air liur, yang dihasilkan oleh tiga pasang kelenjar ludah. Dengan demikian makanan menjadi licin dan dengan mudah didorong oleh lidah ke belakang ke dalam kerongkongan. Ludah mengandung air, lendir dan enzim ptialin. Ptialin berguna untuk menguraikan zat pati menjadi gula rangkap.

Pencernaan makanan dengan bantuan enzim disebut perncernaan secara kimiawi.



Gambar 2.38
Penampang Gigi
(Sumber : Frank H. Netter : 2006)

2. Kerongkongan

Kerongkongan terdapat di antara tenggorok dan tulang belakang. Di dalam kerongkongan makanan didorong ke lambung dengan gerakan peristaltik.

3. Lambung

Lambung merupakan satu kantung di dalam rongga perut, tepat di bawah sekat rongga badan (diagfragma), agak ke sebelah kiri.

Di dalam lambung makanan mengalami pencernaan lebih lanjut, karena dicampur dengan getah lambung.

Getah lambung mengandung :

a. Asam klorida (HCl), untuk mengubah pepsinogen menjadi pepsin.
b. Pepsinogen, suatu zat yang asam kloroda diubah menjadi pepsin, enzim untuk menguraikan protein menjadi bagian-bagian yang lebih kecil dan terkenal sebagai peptone.
c. Rennin atau kimosin, enzim untuk mengendapkan susu menjadi kasein.
d. Lipase, enzim untuk menguraikan zat lemak.
e. Lendir

Dari lambung makanan yang berupa bubur masuk ke dalam usus halus.

4. Usus halus

Usus halus terdiri atas ; usus duabelas jari, pangkal usus halus dan ujung usus halus.

Ke dalam usus dua belas jari bermuara saluran yang berasal dari kandung empedu dan saluran dari kelenjar ludah perut. Empedu berguna untuk membagi lemak menjadi butir-butir halus. Getah kelenjar ludah perut mengandung amylase untuk menguraikan gula rangkap menjadi gula sederhana, tripsin untuk mengubah peptone menjadi asam-asam amino dan lipase untuk memecahkan lemak menjadi gliserol dan asam lemak.

Di dalam ujung usus halus sari makanan diserap melalui dinding jonjot-jonjot usus halus : larutan gula sederhana, asam amino, vitamin dan mineral diserap ke dalam darah, sedangkan hasil pemecahan zat lemak disalurkan ke dalam pembuluh-pembuluh *kil* (*chyle vessels*), selanjutnya sisa makanan masuk ke dalam usus besar.

5. Usus besar

Usus besar terdiri atas usus buntu dengan umbai cacingnya, usus besar naik, usus besar melintang dan usus besar turun. Sisa makanan di usus besar dikentalkan. Bagian terakhir usus besar disebut pelepas dan muaranya adalah dubur.

6. Hati.

Hati terdapat di sebelah kanan rongga perut, tepat di bawah sekat rongga badan dan terdiri atas bagian kanan dan bagian kiri.

Hati adalah alat yang sangat penting, karena antara lain :

- Membuat empedu.
- Merupakan tempat penyimpanan zat glikogen (hidrat arang).
- Merupakan depot darah.
- Memunahkan racun-racun, baik yang dibentuk tubuh pada pertukatan zat, maupun racun yang berasal dari luar tubuh.
- Membuat zat putih telur yang dibutuhkan oleh tubuh, di antaranya fibrinogen yang berguna untuk pembekuan darah.

7. Kelenjar ludah perut

Kelenjar ludah perut terdiri atas dua bagian yaitu :

a. Bagian yang bersaluran, yang memebuat getah pencernaan. Getah pencernaan kelenjar ludah perut mengandung *amylase*, *tripsin* dan *lipase*.

b. Bagian yang tidak bersaluran berupa kelompok-kelompok sel yang di- sebut sebagai pulau-pulau *Langerhans*. Getahnya adalah hormon insulin, yang diserap langsung ke dalam darah dan berguna pada proses pertukaran zat hidrat arang.

Gambar 2.39
Beberapa Alat Pencernaan

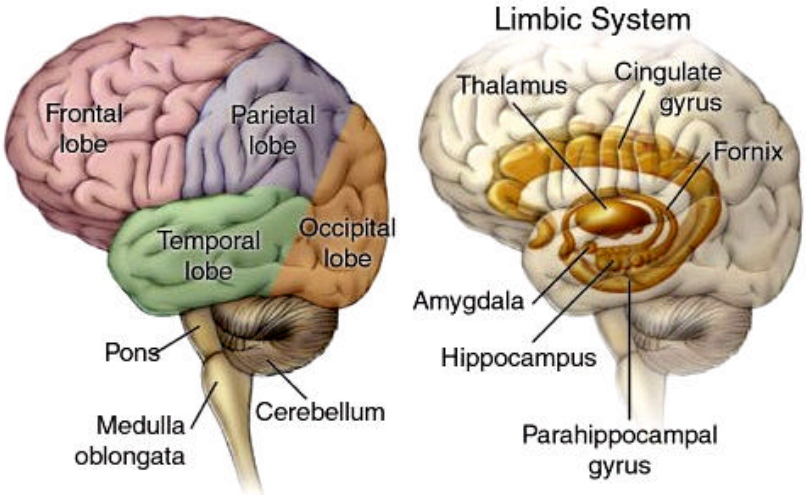
I. Sistem Syaraf

Susunan syaraf terdiri atas :

1. Susunan sarap pusat mencakup otak besar yang terdapat di dalam tengkorak, merupakan pusat ingatan, kesadaran, kehendak, dan alat koordinasi tertinggi, otak kecil yang terletak di bawah otak besar di bagian belakang rongga tengkorak, yang berfungsi mengatur aktivitas otot-otot sehubungan dengan keseimbangan badan, dan batang otak yang menghubungkan otak besar, otak kecil dengan sumsum tulang belakang yang terletak memanjang di dalam tulang belakang. Batang otak terdiri atas otak antara, otak tengah dan sumsum lanjutan. Di dalam batang otak terdapat kelompok-kelompok sel saraf yang merupakan pusat-pusat saraf otak dan pusat yang mengatur berbagai proses seperti pernapasan, denyut jantung, suhu badan, dsb.

2. Susunan saraf tepi yang terdiri atas 12 pasang saraf otak, yakni saraf-saraf yang keluar dari/masuk ke batng otak dan otak besar; 31-33 pasang saraf sumsum belakang (saraf spinal) yang berasal dan menuju ke sumsum bekalang.

3. Susunan saraf otonom yang sebagian terdapat di dalam susunan saraf pusat dan sebagian mengikuti susunan saraf tepi. Saraf otonom terdiri dari susunan ortosimpatik dan susunan parasimpatik



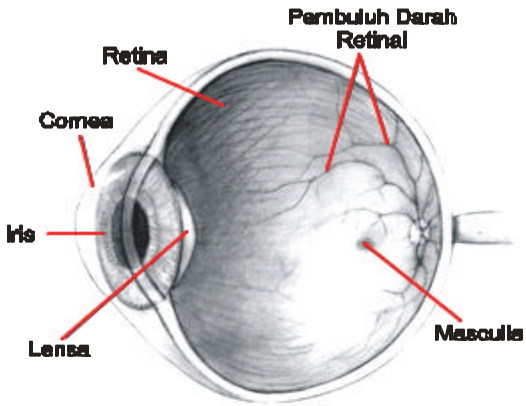
Gambar 2.40
Anatomi Otak

J. Sistem Panca Indera

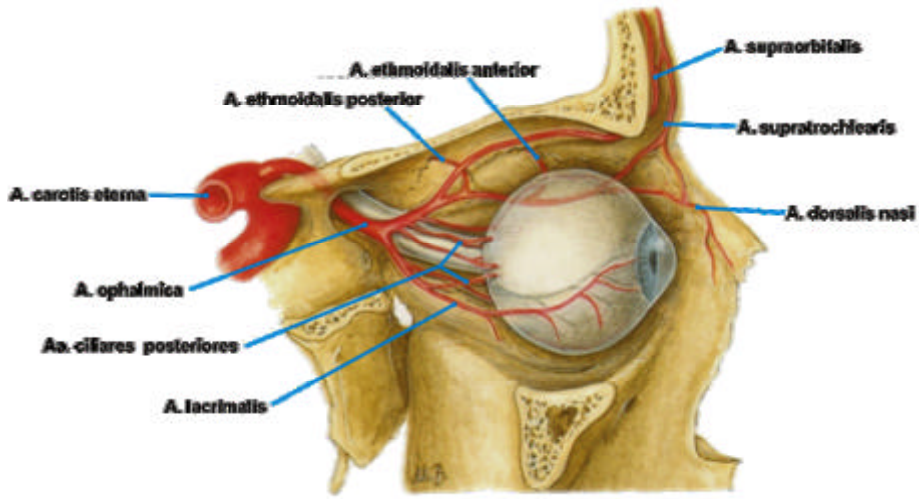
Susunan panca indera yang berguna untuk mengenali dunia luar, terdiri atas berbagai organ, yaitu :

1. Organ Penglihatan

Alat tepi (*perifer*) untuk melihat adalah mata. Mata berguna sebagai kamera yang menerima cahaya. Pada selaput jala (retina) terbentuk pola gambar yang diubah menjadi rangsang pengihat, lalu diteruskan melalui saraf otak II (*nervus opticus*) ke otak besar untuk dikenal.



Gambar 2.41
Skema Indera Penglihatan



Gambar 2.42
Posisi Bola Mata pada Tulang Tengkorak
(Sumber : Frank H. Netter : 2006)

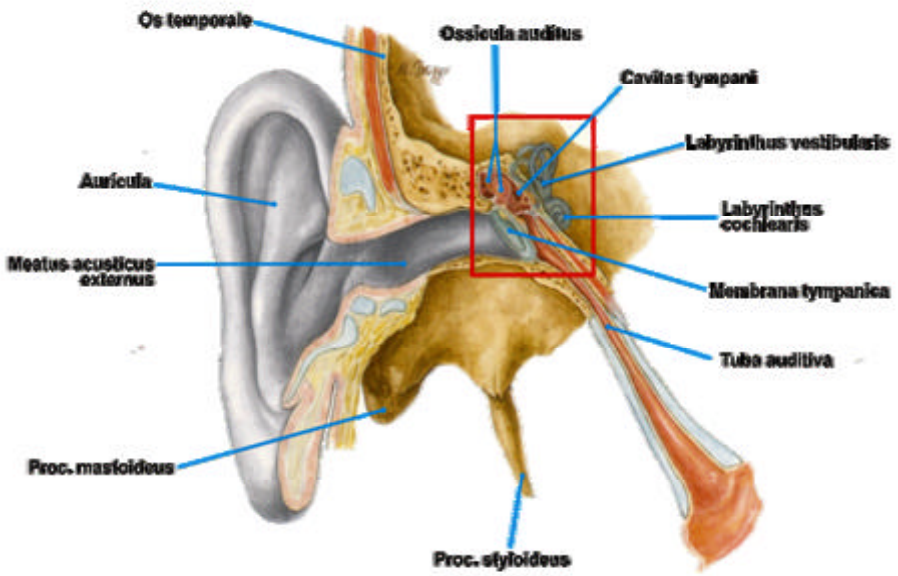
2. Organ Pendengaran (Telinga)

Susunan pendengar terdiri atas : telinga bagian luar, telinga bagian tengah, dan telinga bagian dalam. Telinga bagian luar terdiri atas daun telinga, lubang dan liang telinga, serta gendangan yang berguna untuk membawa getaran-getaran bunyi.

Telinga tengah merupakan bagian pengantar getaran bunyi dan terdiri atas rongga gendangan dengan tiga tulang pendengar di dalamnya (martil, andasan dan sanggurdi). Rongga gendangan berhubungan dengan rongga hidung melalui saluran *eustachius.*

Telinga bagian dalam adalah penerima rangsang pendengar dan berupa rumah siput. Rumah siput merupakan sebagian sesatan (labirin) yang dibentuk oleh tiga saluran setengah lingkaran, rumah siput, utrikulus dan sakulus. Getaran bunyi menimbulkan getaran gendangan dan getaran ini diteruskan oleh tulang-tulang pendengar ke bagian rumah siput yang tertutup selaput, sehingga cairan *endolimfe* di dalam rumah siput turut bergetar. Ini merangsang ujung-ujung saraf pendengar di dalam rumah siput dan rangsang-rangsang tadi diteruskan melalui saraf otak VIII ke susunan saraf pusat untuk disadari dan dikenal.

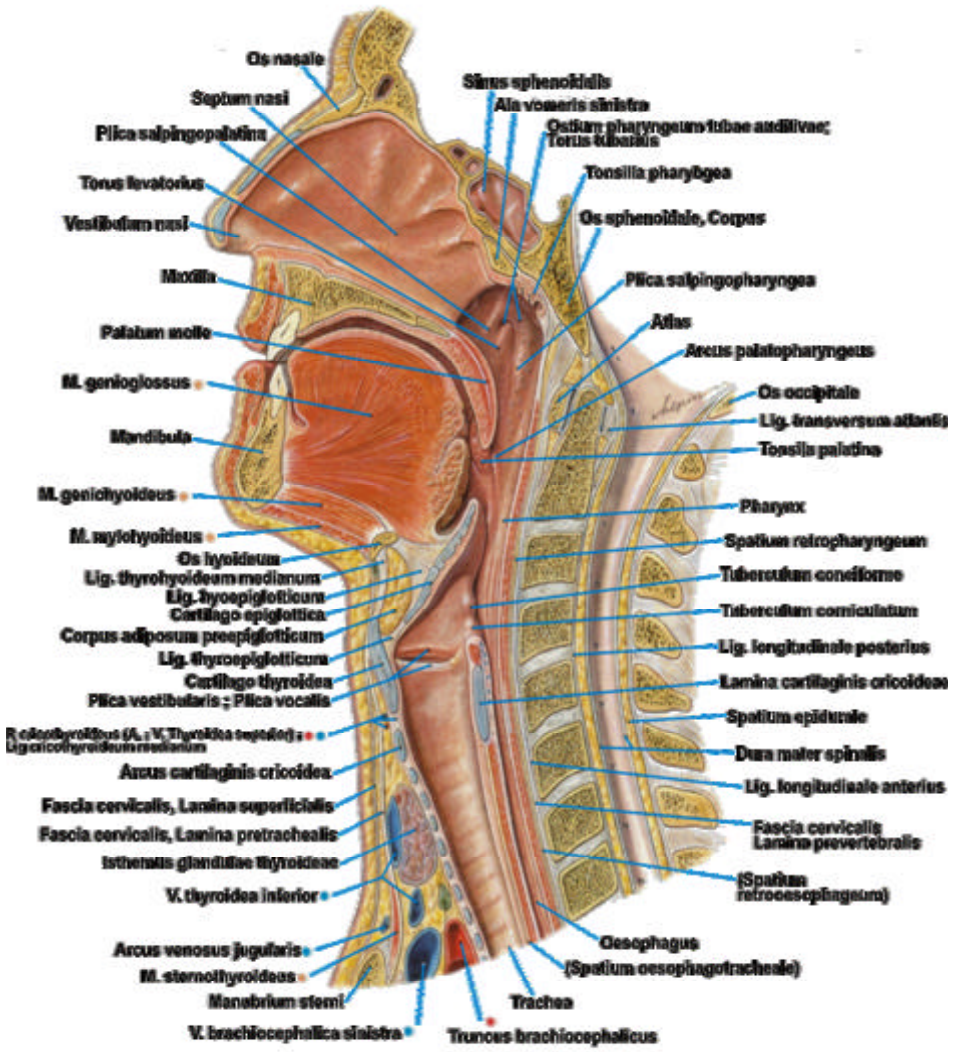
Utrikulus dan *sakulus* serta tiga saluran setengah lingkaran berguna untuk mengenal sikap kepala dan perubahan sikap kepala sehubungan dengan keseimbangan badan.



Gambar 2.43
Skema Indera Pendengaran
(Sumber : Frank H. Netter : 2006)

3. Organ Penciuman (hidung)

Di bagian atas rongga hidung dan sekat rongga hidung terdapat saluran lendir khusus yang disebut selaput lendir penghirup, karena di dalamnya terdapat sel-sel istimewa untuk menerima bau-bauan yang menimbulkan rangsang pada sel-sel tersebut. Rangsang-rangsang ini diteruskan ke otak besar melalui serabut-serabut saraf otak I (*nervus olfaktorius*), dimana saraf otak I berupa benang-benang halus yang menembus tulang tapisan untuk mencapai otak besar.

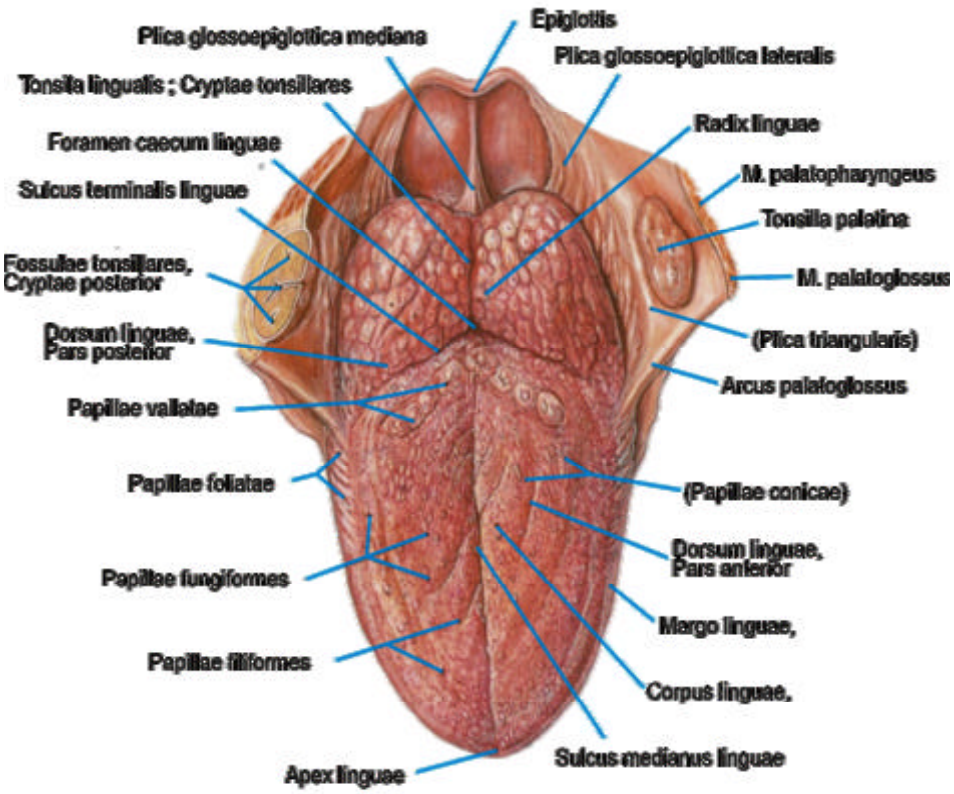


Gambar 2.44
Penampang Hidung & Tenggorokan
(Sumber : Frank H. Netter : 2006)

4. Organ Pengecap (lidah)

Organ pengecap adalah alat yang berguna untuk mengecap cita rasa, yaitu lidah. Permukaan lidah bagian atas, memiliki selaput lendir yang memperlihatkan kelompok-kelompok sel *epitel*, dikenal sebagai kuncup-kuncup pengecap. Rangsangan - rangsangan rasa yang timbul di kuncup pengecap diteruskan melalui serabut-serabut saraf ke susunan saraf pusat untuk disadari.

Fungsi kuncup-kuncup pengecap yaitu : ujung lidah terutama menentukan rasa manis dan asin, pertengahan pangkal lidah mengenyam rasa pahit, dan pinggiran lidah rasa asam.

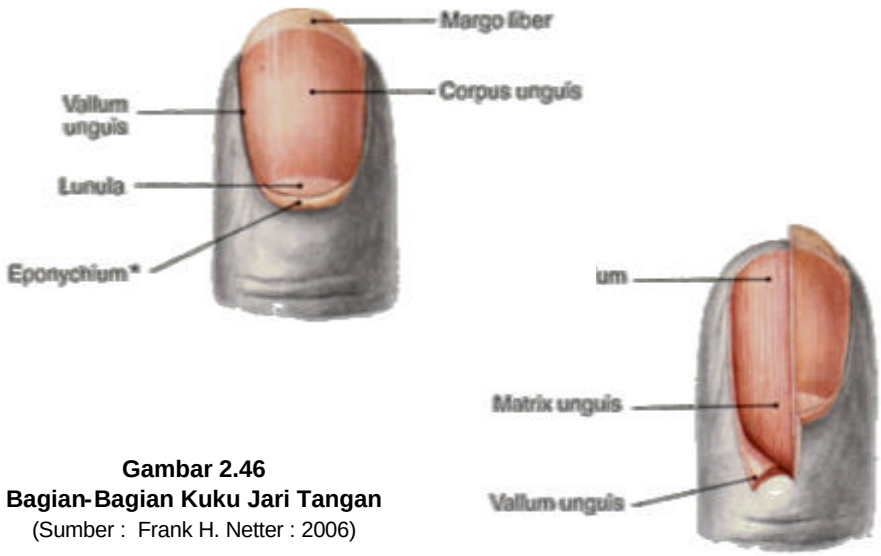


Gambar 2.45
Penampang Indera Pengecap (Lidah)
(Sumber : Frank H. Netter : 2006)

K. Kuku

Kuku berupa lempeng tanduk yang menutupi ruas akhir jari-jari tangan dan kaki. Bagian-bagian kuku dan bangunan-bangunan di sekitar kuku adalah :

1. Lempeng kuku atau Margo Liber
2. Akar kuku, bagian kuku yang terdapat di bawah lipatan kuku yang membentuk kutikula, pertumbuhan kuku terjadi di bagian akar kuku yang disebut *Matriks Unguis*
3. Bulan sabit (*lunula*)
4. Selaput kuku (*kutikula* atau *eponikium*) : pinggiran lipatan kulit yang menutupi akar kuku
5. Tanggul kuku (*paronikium*) atau nail wall
6. palungan kuku (nail bed)
7. alur kuku : alur yang terdapat antara gligi kuku dan badan kuku,
8. *hiponikium* lipatan kulit di bawah sisi lepas kuku



Gambar 2.46
Bagian-Bagian Kuku Jari Tangan
(Sumber : Frank H. Netter : 2006)

Latihan Penguasaan Konsep

Petunjuk : Berilah tanda silang (X) pada alternatif jawaban a, b, c, atau d, yang paling benar.

1. Jaringan penutup permukaan tubuh dan permukaan dalam saluran cerna adalah :
   a. Jaringan ikat
   b. Jaringan lemak
   c. Jaringan epitel
   d. Jaringan endotel

2. Jaringan otot polos terdiri atas :
   a. Otot-otot yang mengerut dan melemas secara cepat dan dapat digerakkan sekehendak kita
   b. Otot yang serabutnya bergaris-garis melintang, membentuk semua otot rangka
   c. Sel-sel otot licin, berbentuk kumparan dan dapat mengerut serta melemas secara lambat
   d. Serabut otot bergaris lintang, mengerut dan melemas secara cepat, tidak terpengaruh kehendak kita

3. Jaringan tulang rawan, bersifat lunak karena zat interselulernya banyak, dan tidak mengandung…
   a. Zat perekat
   b. Zat makanan
   c. Zat lemak
   d. Kalsium

4. Untuk pembuatan jaringan tubuh diperlukan :
   a. Garam laut
   b. Protein
   c. Hidrat arang
   d. Lemak

5. Jaringan ikat terdiri atas serabut …
   a. Lendir dan kalogen
   b. Elastin dan kalogen
   c. Elastin dan placenta
   d. Lemak dan lender

6. Orbicuralis oris adalah otot yang …
   a. Melindungi mata
   b. Melingkari mulut
   c. Terdapat di leher
   d. Membendung tulang hidung

7. Otot lurik merupakan otot yang…
   a. Sel-sel ototnya licin
   b. Serabut-serabutnya bergaris lintang
   c. Tidak dapat dipengarugi kehendak kita
   d. Dipersarafi susunan saraf otonom

8. Proses pertukaran zat berlangsung dalam …
   a. Dinding sel
   b. Protoplasma
   c. Mito kondria
   d. Kromosom

9. Getah kelenjar ludah perut yang menguraikan gula rangkap menjadi gula sederhana adalah …
   a. Ptialin
   b. Amilase
   c. Tripsin
   d. Lipase

10. Jaringan endotel adalah jaringan yang …
   a. Menutup permukaan tubuh
   b. Melapisi permukaan pembuluh darah
   c. Menutup serabut lender berbentuk jala
   d. Menyambung jaringan-jaringan lain

11. Tugas otot (muskulus) korugator supervili adalah …
   a. Mengerutkan alis
   b. Menarik cuping hidung ke bawah
   c. Menarik sudut mulut ke atas
   d. Menarik kelopak mata ke arah garis tengah

12. Berikut ini termasuk unsur-unsur sel, ***kecuali*** :
   a. Kromatin
   b. Protoplasma
   c. Nukleus
   d. Zat antar sel

13. Otot jantung dapat melemas dan mengerut secara :
   a. Cepat dan tidak dapat dipengaruhi kehendak kita
   b. Cepat dan dapat dipengaruhi kehendak kita
   c. Lambat dan tidak dapat dipengaruhi kehendak kita
   d. Lambat dan dapat dipengaruhi kehendak kita

14. Di dalam rongga tulang terdapat sumsum tulang merah yang berfungsi antara lain sebagai :

a. Cadangan lemak
b. Depot mineral kalsium
c. Pro vitamin D
d. Pembuatan sel darah merah

15. Yang mengelilingi inti atom adalah :
    a. Proton
    b. Neutron
    c. Positron
    d. Elektron

16. Otot yang terdapat hamper di seluruh tubuh kita dan melekat pada tulang-tulang di golongkan pada otot :
    a. Polos
    b. Lurik
    c. Mimik
    d. Rangka

17. Daya serap air yang tertinggi dimiliki oleh lapis :
    a. Disyunctum
    b. Malpigi
    c. Papiler
    d. Retikular

18. Salah satu leukosit yang berperan dalam pertahanan tubuh adalah :
    a. Granulosit
    b. Monosit
    c. Limfosit
    d. Eritrosit

19. Otot mudah kejang, bila dalam darah kekurangan :
    a. Kalsium (Ca)
    b. Kalium (K)
    c. Yodium (J)
    d. Matrium (Na)

20. Struktur sel-sel otot terdiri atas 3 jenis yaitu :
    a. Otot polos, otot lurik dan otot perut
    b. Otot lurik, otot pektolaris dan otot jantung
    c. Otot jantung, otot polos dan otot bisep
    d. Otot polos, otot lurik dan otot jantung

Anatomi Fisiologi Kulit

Kulit merupakan bagian tubuh yang paling utama yang perlu diperhatikan dalam tata kecantikan kulit. Pemahaman tentang anatomi dan fisiologi kulit akan membantu mempermudah perawatan kulit untuk mendapatkan kulit wajah yang segar, lembab, halus, lentur dan bersih.

Kulit merupakan organ tubuh paling besar yang melapisi seluruh bagian tubuh, membungkus daging dan organ-organ yang ada di dalamnya. Luas kulit pada manusia rata-rata ± 2 meter persegi dengan berat 10 kg jika ditimbang dengan lemaknya atau 4 kg jika tanpa lemak atau beratnya sekitar 16 % dari berat badan seseorang.

Kulit memiliki fungsi melindungi bagian tubuh dari berbagai macam gangguan dan rangsangan luar. Fungsi perlindungan ini terjadi melalui sejumlah mekanisme biologis, seperti pembentukan lapisan tanduk secara terus menerus (keratinisasi dan pelepasan sel-sel kulit ari yang sudah mati), respirasi dan pengaturan suhu tubuh, produksi sebum dan keringat serta pembentukan pigmen melanin untuk melindungi kulit dari bahaya sinar ultra violet matahari.

Kulit merupakan suatu kelenjar holokrin yang cukup besar dan seperti jaringan tubuh lainnya, kulit juga bernafas (respirasi), menyerap oksigen dan mengeluarkan karbondioksida. Kulit menyerap oksigen yang diambil lebih banyak dari aliran darah, begitu pula dalam pengeluaran karbondioksida yang lebih banyak dikeluarkan melalui aliran darah. Kecepatan penyerapan oksigen ke dalam kulit dan pengeluaran karbondioksida dari kulit tergantung pada banyak faktor di dalam maupun di luar kulit, seperti temperatur udara atau suhu, komposisi gas di sekitar kulit, kelembaban udara, kecepatan aliran darah ke kulit, tekanan gas di dalam darah kulit, penyakit-penyakit kulit, usia, keadaan vitamin dan hormon di kulit, perubahan dalam metabolisme sel kulit dan pemakaian bahan kimia pada kulit.

Sifat-sifat anatomis dan fisiologis kulit di berbagai daerah tubuh sangat berbeda. Sifat-sifat anatomis yang khas, berhubungan erat dengan tuntutan-tuntutan faali yang berbeda di masing-masing daerah tubuh, seperti halnya kulit di telapak tangan, telapak kaki, kelopak mata, ketiak dan bagian lainnya merupakan pencerminan penyesuaiannya kepada

fungsinya masing - masing. Kulit di daerah – daerah tersebut berbeda ketebalannya, keeratan hubungannya dengan lapisan bagian dalam, dan berbeda pula dalam jenis serta banyaknya *andeksa* yang ada di dalam lapisan kulitnya.

Pada permukaan kulit terlihat adanya alur-alur atau garis-garis halus yang membentuk pola yang berbeda di berbagai daerah tubuh serta bersifat khas bagi setiap orang, seperti yang ada pada jari-jari tangan, telapak tangan dan telapak kaki atau dikenal dengan pola sidik jari (*dermatoglifi*).

Dalam tata kecantikan, perawatan kulit dan wajah menjadi penekanan utama untuk mendapatkan penampilan yang menarik. Keseluruhan badan atau tubuh kita, harus dirawat dengan baik dan dijaga agar selalu bersih, sehat, lembut, segar dan cantik. Khusus yang berkaitan dengan badan, semua wanita menginginkan bentuk tubuh yang ideal, yaitu tubuh yang langsing, padat, indah dan dapat disempurnakan dengan penampilan kulit yang sehat. Kita perlu memberikan perhatian khusus dalam perawatan kulit karena kita hidup di negara yang beriklim tropis yang selalu berudara panas, dan kulit merupakan pertahanan pertama terhadap lingkungan sekitar kita, juga kulit kita paling banyak diganggu oleh sengatan sinar matahari dan kotoran keringat badan. Rias wajah sederhana,dapat membuat seorang wanita mampu tampil menarik, asal kulitnya sehat. Rahasianya sederhana yaitu perawatan yang tepat. Semakin dini perawatan itu dilakukan semakin memuaskan pula hasil yang dirasakannya kelak.

Perawatan kecantikan, sudah dikenal sejak berabad-abad silam. Cleopatra terbiasa mandi susu untuk menjaga kehalusan, kelembutan dan keindahan kulitnya. Wanita di beberapa negara terbiasa mengoleskan bermacam-macam minyak dan rempah-rempah untuk mengencangkan tubuh, menghaluskan kulit, hingga membuat awet muda. Sejalan dengan kemajuan zaman, saat ini dapat diperoleh berbagai jenis kosmetik dalam berbagai merek untuk perawatan wajah dan tubuh termasuk untuk perawatan kulit. Masalahnya bagaimana memilih kosmetik yang cocok dengan kondisi kulit dan juga terjangkau oleh keuangan kita.

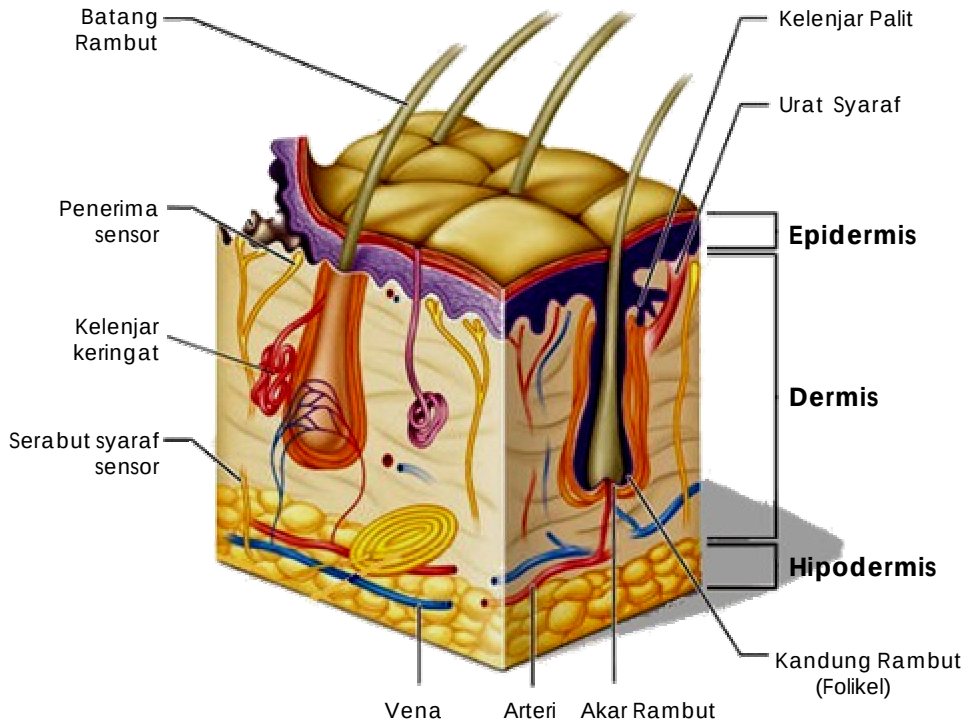
Kulit menutup tubuh manusia pada daerah tubuh yang paling luas dari kepala sampai ke kaki. Kulit wajah yang sehat dan cantik akan tampak kencang, lentur, dan lembab, kondisi ini tidak akan menetap selamanya, sejalan dengan perkembangan usia, ketika kondisi tubuh menurun, kulit tidak hanya menjadi kering tapi juga suram dan berkeriput. Keadaan ini makin mudah terjadi setelah melewati usia tiga puluhan. Saat itu fungsi kelenjar minyak mengendur, sehingga kulit terasa lebih kering dibandingkan dengan sebelumnya.

Diduga dengan bertambahnya usia, kadar asam amino pembentuk kalogen pun berkurang sehingga kalogen yang terbentuk bermutu rendah, selain itu kalogen kehilangan kelembaban dan menjadi kering serta kaku. Akibatnya jaringan penunjang itu tak mampu menopang kulit dengan baik, seperti yang tampak pada kulit orang tua yang makin lama makin kendur dan kurang lentur. Perubahan susunan molekul kalogen ini merupakan salah satu faktor utama yang membuat kulit manusia lebih cepat keriput, timbul pigmentasi, kehilangan kelembaban dan elastisitas. Kapan tanda-tanda penuaan itu muncul, tergantung pada usaha kita untuk melindungi dan merawatnya secara baik.

A. Struktur Kulit

Struktur kulit terdiri dari tiga lapisan yaitu : kulit ari (*epidermis*), sebagai lapisan yang paling luar, kulit jangat (*dermis, korium atau kutis*) dan jaringan penyambung di bawah kulit (*tela subkutanea, hipodermis atau subkutis*)

Sebagai gambaran, penampang lintang dan visualisasi struktur lapisan kulit tersebut dapat dilihat pada gambar berikut :



Gambar 3.1
Skema Bagian – Bagian Kulit

1. Kulit Ari (*epidermis*)

Epidermis merupakan bagian kulit paling luar yang paling menarik untuk diperhatikan dalam perawatan kulit, karena kosmetik dipakai pada bagian epidermis. Ketebalan epidermis berbeda-beda pada berbagai bagian tubuh, yang paling tebal berukuran 1 milimeter misalnya pada telapak tangan dan telapak kaki, dan yang paling tipis berukuran 0,1 milimeter terdapat pada kelopak mata, pipi, dahi dan perut. Sel-sel epidermis disebut *keratinosit.* Epidermis melekat erat pada dermis karena secara fungsional epidermis memperoleh zat-zat makanan dan cairan antar sel dari plasma yang merembes melalui dinding-dinding kapiler dermis ke dalam epidermis. Pada epidermis dibedakan atas lima lapisan kulit, yaitu :

a. Lapisan tanduk (*stratum corneum*), merupakan lapisan epidermis yang paling atas, dan menutupi semua lapisan epiderma lebih ke dalam. Lapisan tanduk terdiri atas beberapa lapis sel pipih, tidak memiliki inti, tidak mengalami proses metabolisme, tidak berwarna dan sangat sedikit mengandung air.

   Pada telapak tangan dan telapak kaki jumlah baris *keratinosit* jauh lebih banyak, karena di bagian ini lapisan tanduk jauh lebih tebal. Lapisan tanduk ini sebagian besar terdiri atas keratin yaitu sejenis protein yang tidak larut dalam air dan sangat resisten terhadap bahan-bahan kimia. Lapisan ini dikenal dengan lapisan *horny*, terdiri dari milyaran sel pipih yang mudah terlepas dan digantikan oleh sel yang baru setiap 4 minggu, karena usia setiap sel biasanya hanya 28 hari. Pada saat terlepas, kondisi kulit akan terasa sedikit kasar sampai muncul lapisan baru.

   Proses pembaruan lapisan tanduk, terus berlangsung sepanjang hidup, menjadikan kulit ari memiliki *self repairing capacity* atau kemampuan memperbaiki diri. Bertambahnya usia dapat menyebabkan proses keratinisasi berjalan lebih lambat. Ketika usia mencapai sekitar 60 tahunan, proses keratinisasi, membutuhkan waktu sekitar 45 - 50 hari, akibatnya lapisan tanduk yang sudah menjadi lebih kasar, lebih kering, lebih tebal, timbul bercak-bercak putih karena *melanosit* lambat bekerja dan penyebaran *melanin* tidak lagi merata serta tidak lagi cepat digantikan oleh lapisan tanduk baru.

   Daya elastisitas kulit pada lapisan ini sangat kecil, dan lapisan ini sangat efektif untuk mencegah terjadinya penguapan air dari lapis-lapis kulit lebih dalam sehingga mampu memelihara tonus dan turgor kulit, tetapi lapisan tanduk memiliki daya serap air yang cukup besar.

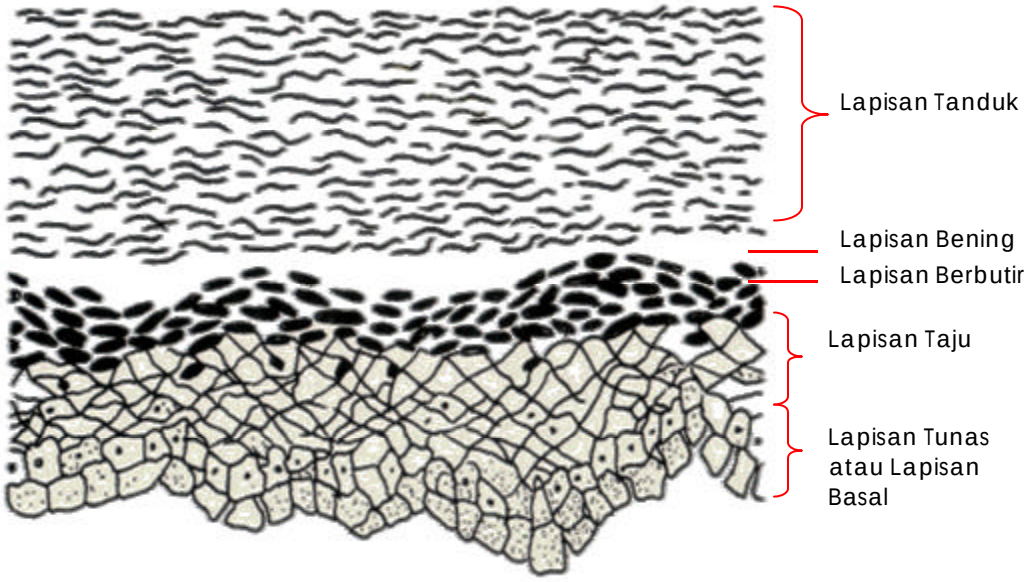
b. Lapisan bening (*stratum lucidum*) disebut juga *lapisan barrier,* terletak tepat di bawah lapisan tanduk, dan dianggap sebagai penyambung lapisan tanduk dengan lapisan berbutir. Lapisan bening terdiri dari protoplasma sel-sel jernih yang kecil-kecil, tipis dan bersifat translusen sehingga dapat dilewati sinar (tembus cahaya). Lapisan ini sangat tampak jelas pada telapak tangan dan telapak kaki. Proses keratinisasi bermula dari lapisan bening.

c. Lapisan berbutir (*stratum granulosum*) tersusun oleh sel-sel keratinosit berbentuk kumparan yang mengandung butir-butir di dalam protoplasmanya, berbutir kasa dan berinti mengkerut. Lapisan ini tampak paling jelas pada kulit telapak tangan dan telapak kaki.

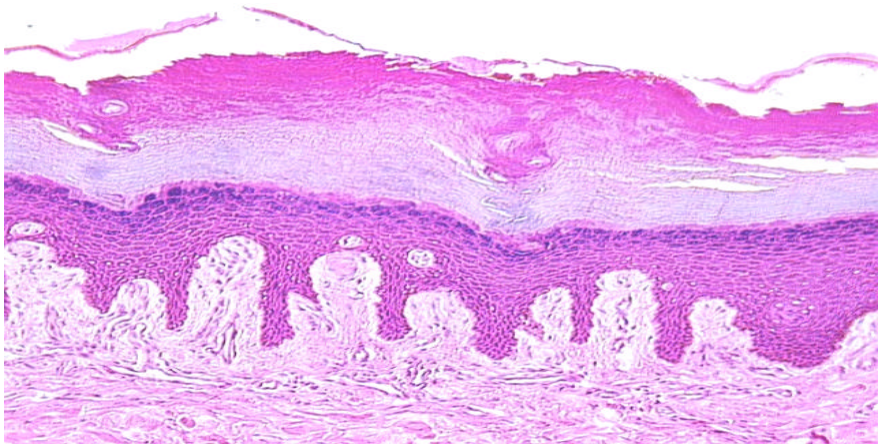
d. Lapisan bertaju (*stratum spinosum*) disebut juga lapisan *malphigi* terdiri atas sel-sel yang saling berhubungan dengan perantaraan jembatan-jembatan protoplasma berbentuk kubus. Jika sel-sel lapisan saling berlepasan, maka seakan-akan selnya bertaju. Setiap sel berisi filamen-filamen kecil yang terdiri atas serabut protein. Sel-sel pada lapisan taju normal, tersusun menjadi beberapa baris.

   Bentuk sel berkisar antara bulat ke bersudut banyak (*polygonal*), dan makin ke arah permukaan kulit makin besar ukurannya. Di antara sel-sel taju terdapat celah antar sel halus yang berguna untuk peredaran cairan jaringan ekstraseluler dan pengantaran butir-butir melanin. Sel-sel di bagian lapis taju yang lebih dalam, banyak yang berada dalam salah satu tahap mitosis. Kesatuan-kesatuan lapisan taju mempunyai susunan kimiawi yang khas; inti-inti sel dalam bagian basal lapis taju mengandung kolesterol, asam amino dan *glutation*.

e. Lapisan benih (*stratum germinativum* atau *stratum basale*) merupakan lapisan terbawah epidermis, dibentuk oleh satu baris sel torak (silinder) dengan kedudukan tegak lurus terhadap permukaan dermis. Alas sel-sel torak ini bergerigi dan bersatu dengan lamina basalis di bawahnya. Lamina basalis yaitu struktur halus yang membatasi epidermis dengan dermis. Pengaruh lamina basalis cukup besar terhadap pengaturan metabolisme demo-epidermal dan fungsi-fungsi vital kulit. Di dalam lapisan ini sel-sel epidermis bertambah banyak melalui mitosis dan sel-sel tadi bergeser ke lapisan-lapisan lebih atas, akhirnya menjadi sel tanduk. Di dalam lapisan benih terdapat pula sel-sel bening (*clear cells, melanoblas* atau *melanosit*) pembuat pigmen melanin kulit.



Gambar 3.2
Penampang Lapisan Kulit Ari (*Epidermis*)



Gambar 3.3
Visualisasi Lapisan Kulit Ari (*Epidermis*)

2. Kulit Jangat (*dermis*)

Kulit jangat atau *dermis* menjadi tempat ujung saraf perasa, tempat keberadaan kandung rambut, kelenjar keringat, kelenjar-kelenjar palit atau kelenjar minyak, pembuluh-pembuluh darah dan getah bening, dan otot penegak rambut (*muskulus arektor pili*).

Sel-sel umbi rambut yang berada di dasar kandung rambut, terus-menerus membelah dalam membentuk batang rambut. Kelenjar palit yang menempel di saluran kandung rambut, menghasilkan minyak yang mencapai permukaan kulit melalui muara kandung rambut. Kulit jangat sering disebut kulit sebenarnya dan 95 % kulit jangat membentuk ketebalan kulit. Ketebalan rata-rata kulit jangat diperkirakan antara 1 - 2 mm dan yang paling tipis terdapat di kelopak mata serta yang paling tebal terdapat di telapak tangan dan telapak kaki. Susunan dasar kulit jangat dibentuk oleh serat-serat, *matriks interfibrilar* yang menyerupai selai dan sel-sel.

Keberadaan ujung-ujung saraf perasa dalam kulit jangat, memungkinkan membedakan berbagai rangsangan dari luar. Masing-masing saraf perasa memiliki fungsi tertentu, seperti saraf dengan fungsi mendeteksi rasa sakit, sentuhan, tekanan, panas, dan dingin. Saraf perasa juga memungkinkan segera bereaksi terhadap hal-hal yang dapat merugikan diri kita. Jika kita mendadak menjadi sangat takut atau sangat tegang, otot penegak rambut yang menempel di kandung rambut, akan mengerut dan menjadikan bulu roma atau bulu kuduk berdiri. Kelenjar palit yan menempel di kandung rambut memproduksi minyak untuk melumasi permukaan kulit dan batang rambut. Sekresi minyaknya dikeluarkan melalui muara kandung rambut. Kelenjar keringat menghasilkan cairan keringat yang dikeluarkan ke permukaan kulit melalui pori-pori kulit.

Di permukaan kulit, minyak dan keringat membentuk lapisan pelindung yang disebut *acid mantel* atau sawar asam dengan nilai pH sekitar 5,5. *sawar asam* merupakan penghalang alami yang efektif dalam menangkal berkembang biaknya jamur, bakteri dan berbagai jasad renik lainnya di permukaan kulit. Keberadaan dan keseimbangan nilai pH, perlu terus-menerus dipertahankan dan dijaga agar jangan sampai menghilang oleh pemakaian kosmetika.

Pada dasarnya dermis terdiri atas sekumpulan serat-serat elastis yang dapat membuat kulit berkerut akan kembali ke bentuk semula dan serat protein ini yang disebut kolagen. Serat-serat kolagen ini disebut juga jaringan penunjang, karena fungsinya dalam membentuk jaringan-jaringan kulit yang menjaga kekeringan dan kelenturan kulit.

Berkurangnya protein akan menyebabkan kulit menjadi kurang elastis dan mudah mengendur hingga timbul kerutan. Faktor lain yang menyebabkan kulit berkerut yaitu faktor usia atau kekurangan gizi. Dari fungsi ini tampak bahwa kolagen mempunyai peran penting bagi kesehatan dan kecantikan kulit. Perlu diperhatikan bahwa luka yang terjadi di kulit jangat dapat menimbulkan cacat permanen, hal ini disebabkan kulit jangat tidak memiliki kemampuan memperbaiki diri sendiri seperti yang dimiliki kulit ari.

Di dalam lapisan kulit jangat terdapat dua macam kelenjar yaitu kelenjar keringat dan kelenjar palit.

a. Kelenjar keringat,

Kelenjar keringat terdiri dari *fundus* (bagian yang melingkar) dan *duet* yaitu saluran semacam pipa yang bermuara pada permukaan kulit membentuk pori-pori keringat. Semua bagian tubuh dilengkapi dengan kelenjar keringat dan lebih banyak terdapat dipermukaan telapak tangan, telapak kaki, kening dan di bawah ketiak. Kelenjar keringat mengatur suhu badan dan membantu membuang sisa-sisa pencernaan dari tubuh. Kegiatannya terutama dirangsang oleh panas, latihan jasmani, emosi dan obat-obat tertentu. Ada dua jenis kelenjar keringat yaitu :

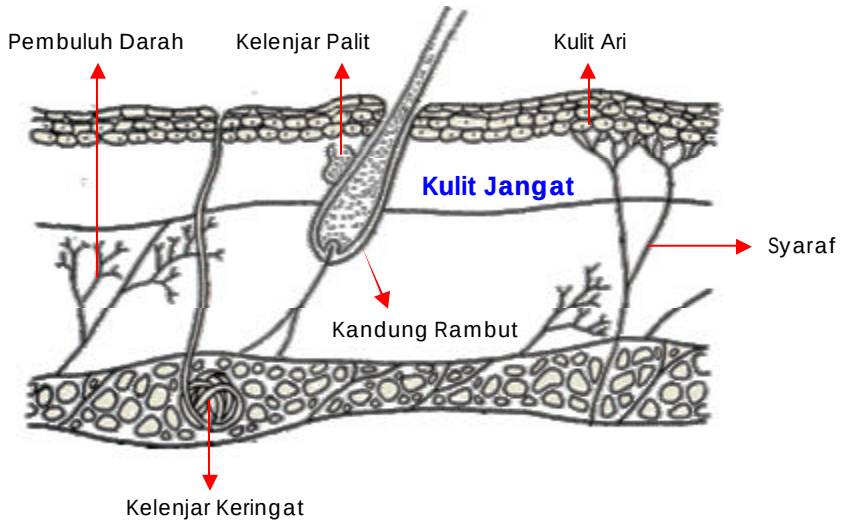
1) *Kelenjar keringat ekrin*, kelenjar keringat ini mensekresi cairan jernih, yaitu keringat yang mengandung 95 – 97 persen air dan mengandung beberapa mineral, seperti garam, sodium klorida, granula minyak, glusida dan sampingan dari metabolisma seluler. Kelenjar keringat ini terdapat di seluruh kulit, mulai dari telapak tangan dan telapak kaki sampai ke kulit kepala. Jumlahnya di seluruh badan sekitar dua juta dan menghasilkan 14 liter keringat dalam waktu 24 jam pada orang dewasa. Bentuk kelenjar keringat *ekrin* langsing, bergulung-gulung dan salurannya bermuara langsung pada permukaan kulit yang tidak ada rambutnya.

2) *Kelenjar keringat apokrin,* yang hanya terdapat di daerah ketiak, puting susu, pusar, daerah kelamin dan daerah sekitar dubur (*anogenital*) menghasilkan cairan yang agak kental, berwarna keputih-putihan serta berbau khas pada setiap orang. Sel kelenjar ini mudah rusak dan sifatnya alkali sehingga dapat menimbulkan bau. Muaranya berdekatan dengan muara kelenjar sebasea pada saluran *folikel* rambut. Kelenjar keringat apokrin jumlahnya tidak terlalu banyak dan hanya sedikit cairan yang disekresikan dari kelenjar ini. Kelenjar apokrin mulai aktif setelah usia akil baligh dan aktivitas kelenjar ini dipengaruhi oleh hormon.

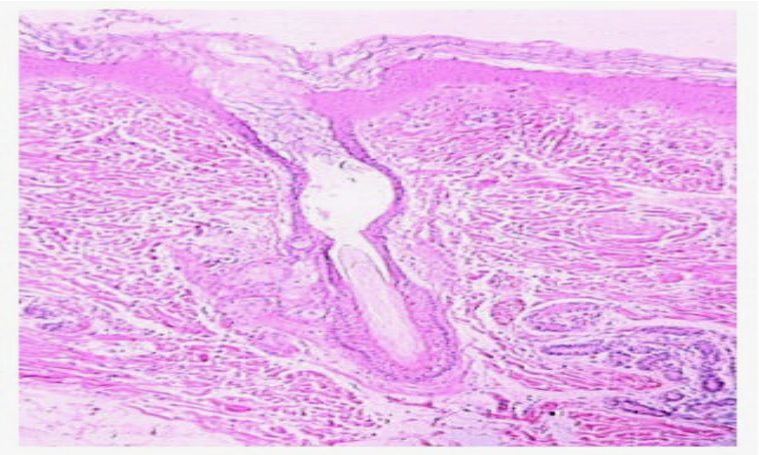
b. Kelenjar palit,

Kelenjar palit terletak pada bagian atas kulit jangat berdekatan dengan kandung rambut terdiri dari gelembung-gelembung kecil yang bermuara ke dalam kandung rambut (*folikel*). *Folikel* rambut mengeluarkan lemak yang meminyaki kulit dan menjaga kelunakan rambut. Kelenjar palit membentuk sebum atau urap kulit. Terkecuali pada telapak tangan dan telapak kaki, kelenjar palit terdapat di semua bagian tubuh terutama pada bagian muka.

Pada umumnya, satu batang rambut hanya mempunyai satu kelenjar *palit* atau kelenjar *sebasea* yang bermuara pada saluran *folikel* rambut. Pada kulit kepala, kelenjar *palit* atau kelenjar *sebasea* menghasilkan minyak untuk melumasi rambut dan kulit kepala. Pada kebotakan orang dewasa, ditemukan bahwa kelenjar *palit* atau kelenjar *sebasea* membesar sedangkan *folikel* rambut mengecil. Pada kulit badan termasuk pada bagian wajah, jika produksi minyak dari kelenjar *palit* atau kelenjar *sebasea* berlebihan, maka kulit akan lebih berminyak sehingga memudahkan timbulnya jerawat.



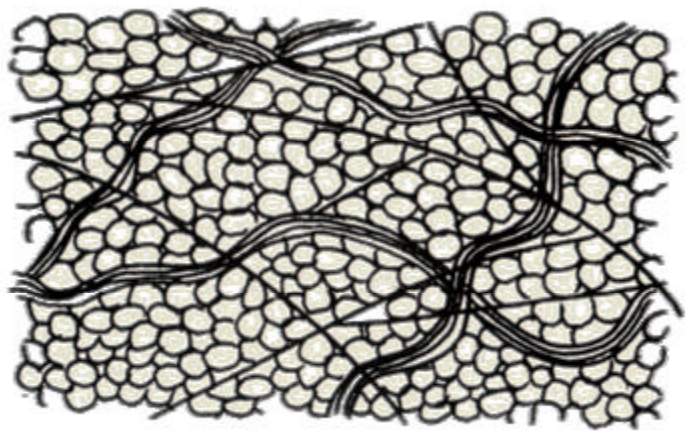
Gambar 3.4
Penampang Kulit Jangat (*Dermis*)



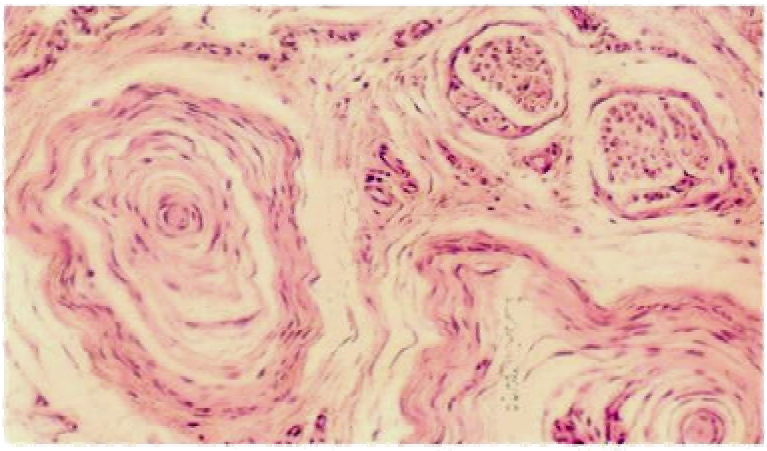
Gambar 3.5
Visualisasi Lapisan Kulit Jangat (*Dermis*)

3. Jaringan penyambung (jaringan ikat) bawah kulit (*hipodermis*)

Lapisan ini terutama mengandung jaringan lemak, pembuluh darah dan limfe, saraf-saraf yang berjalan sejajar dengan permukaan kulit. Cabang-cabang dari pembuluh-pembuluh dan saraf-saraf menuju lapisan kulit jangat. Jaringan ikat bawah kulit berfungsi sebagai bantalan atau penyangga benturan bagi organ-organ tubuh bagian dalam, membentuk kontur tubuh dan sebagai cadangan makanan. Ketebalan dan kedalaman jaringan lemak bervariasi sepanjang kontur tubuh, paling tebal di daerah pantat dan paling tipis terdapat di kelopak mata. Jika usia menjadi tua, kinerja liposit dalam jaringan ikat bawah kulit juga menurun. Bagian tubuh yang sebelumnya berisi banyak lemak, lemaknya berkurang sehingga kulit akan mengendur serta makin kehilangan kontur.



Gambar 3.6
Penampang Jaringan Ikat Bawah Kulit (*Hypodermis*)



Gambar 3.7
Visualisasi Jaringan Ikat Bawah Kulit (*Hypodermis*)

B. Fungsi Kulit

Kulit mempunyai berbagai fungsi yaitu sebagai berikut :

1. Pelindung atau proteksi

Epidermis terutama lapisan tanduk berguna untuk menutupi jaringan-jaringan tubuh di sebelah dalam dan melindungi tubuh dari pengaruh-pengaruh luar seperti luka dan serangan kuman. Lapisan paling luar dari kulit ari diselubungi dengan lapisan tipis lemak, yang menjadikan kulit tahan air. Kulit dapat menahan suhu tubuh, menahan luka-luka kecil, mencegah zat kimia dan bakteri masuk ke dalam tubuh serta menghalau rangsang-rangsang fisik seperti sinar ultraviolet dari matahari.

2. Penerima rangsang

Kulit sangat peka terhadap berbagai rangsang sensorik yang berhubungan dengan sakit, suhu panas atau dingin, tekanan, rabaan, dan getaran. Kulit sebagai alat perasa dirasakan melalui ujung-ujung saraf sensasi.

3. Pengatur panas atau *thermoregulasi*

Kulit mengatur suhu tubuh melalui dilatasi dan konstruksi pembuluh kapiler serta melalui respirasi yang keduanya dipengaruhi saraf otonom. Tubuh yang sehat memiliki suhu tetap kira-kira 98,6 derajat Farenheit atau sekitar $36,5^0$C. Ketika terjadi perubahan pada suhu luar, darah dan kelenjar keringat kulit mengadakan penyesuaian seperlunya dalam fungsinya masing-masing. Pengatur panas adalah salah satu fungsi kulit sebagai organ antara tubuh dan lingkungan. Panas akan hilang dengan penguapan keringat.

4. Pengeluaran (ekskresi)

Kulit mengeluarkan zat-zat tertentu yaitu keringat dari kelenjar-kelenjar keringat yang dikeluarkan melalui pori-pori keringat dengan membawa garam, yodium dan zat kimia lainnya. Air yang dikeluarkan melalui kulit tidak saja disalurkan melalui keringat tetapi juga melalui penguapan air *transepidermis* sebagai pembentukan keringat yang tidak disadari.

5. Penyimpanan.

Kulit dapat menyimpan lemak di dalam kelenjar lemak.

6. Penyerapan terbatas

Kulit dapat menyerap zat-zat tertentu, terutama zat-zat yang larut dalam lemak dapat diserap ke dalam kulit. Hormon yang terdapat pada krim muka dapat masuk melalui kulit dan mempengaruhi lapisan kulit pada tingkatan yang sangat tipis. Penyerapan terjadi melalui muara kandung rambut dan masuk ke dalam saluran kelenjar palit, merembes melalui dinding pembuluh darah ke dalam peredaran darah kemudian ke berbagai organ tubuh lainnya.

7. Penunjang penampilan

Fungsi yang terkait dengan kecantikan yaitu keadaan kulit yang tampak halus, putih dan bersih akan dapat menunjang penampilan

Fungsi lain dari kulit yaitu kulit dapat mengekspresikan emosi seseorang seperti kulit memerah, pucat maupun konstraksi otot penegak rambut.

C. Warna Kulit

Warna kulit sangat beragam, dari yang berwarna putih mulus, kuning, coklat, kemerahan atau hitam. Setiap warna kulit mempunyai keunikan tersendiri yang jika dirawat dengan baik dapat menampilkan karakter yang menarik. Warna kulit terutama ditentukan oleh :

1. O*xyhemoglobin* yang berwarna merah
2. Hemoglobin tereduksi yang berwarna merah kebiruan
3. Melanin yang berwarna coklat
4. *Keratohyalin* yang memberikan penampakan *opaque* pada kulit, serta
5. Lapisan *stratum corneum* yang memiliki warna putih kekuningan atau keabu-abuan.

Dari semua bahan-bahan pembangun warna kulit, yang paling menentukan warna kulit adalah pigmen melanin. Banyaknya pigmen melanin di dalam kulit ditentukan oleh faktor-faktor ras, individu, dan lingkungan. Melanin dibuat dari tirosin sejenis asam amino dan dengan oksidasi, tirosin diubah menjadi butir-butir melanin yang berwarna coklat, serta untuk proses ini perlu adanya enzim *tirosinase* dan oksigen. Oksidasi tirosin menjadi melanin berlangsung lebih lancar pada suhu yang lebih tinggi atau di bawah sinar ultra violet. Jumlah, tipe, ukuran dan distribusi pigmen melanin ini akan menentukan variasi warna kulit berbagai golongan ras atau bangsa di dunia. Proses pembentukan pigmen melanin kulit terjadi pada butir-butir *melanosom* yang dihasilkan oleh sel-sel melanosit yang terdapat di antara sel-sel basal keratinosit di dalam lapisan benih.

D. Jenis-jenis Kulit

Upaya untuk perawatan kulit secara benar dapat dilakukan dengan terlebih dahulu harus mengenal jenis-jenis kulit dan ciri atau sifat-sifatnya agar dapat menentukan cara-cara perawatan yang tepat, memilih kosmetik yang sesuai, menentukan warna untuk tata rias serta untuk menentukan tindakan koreksi baik dalam perawatan maupun dalam tata rias. Kulit yang sehat memiliki ciri :

1. Kulit memiliki kelembaban cukup, sehingga terlihat basah atau berembun
2. Kulit senantiasa kenyal dan kencang
3. Menampilkan kecerahan warna kulit yang sesungguhnya
4. Kulit terlihat mulus, lembut dan bersih dari noda, jerawat atau jamur
5. Kulit terlihat segar dan bercahaya
6. Memiliki sedikit kerutan sesuai usia.

Pada umumnya jenis kulit manusia dapat dikelompokkan menjadi :

1. Kulit Normal

Kulit normal cenderung mudah dirawat. Kelenjar minyak (*sebaceous gland*) pada kulit normal biasanya 'tidak bandel', karena minyak (sebum) yang dikeluarkan seimbang, tidak berlebihan ataupun kekurangan. Meski demikian, kulit normal tetap harus dirawat agar senantiasa bersih, kencang, lembut dan segar. Jika tidak segera dibersihkan, kotoran pada kulit normal dapat menjadi jerawat. Selain itu kulit yang tidak terawat akan mudah mengalami penuaan dini seperti keriput dan tampilannya pun tampak lelah.

Ciri-ciri kulit normal adalah kulit lembut, lembab berembun, segar dan bercahaya, halus dan mulus, tanpa jerawat, elastis, serta tidak terlihat minyak yang berlebihan juga tidak terlihat kering.

Meskipun jika dilihat sepintas tidak bermasalah, kulit normal tetap harus dijaga dan dirawat dengan baik, karena jika tidak dirawat, kekenyalan dan kelembaban kulit normal akan terganggu, terjadi penumpukan kulit mati dan kotoran dapat menyebabkan timbulnya jerawat.

2. Kulit Berminyak

Kulit berminyak banyak dialami oleh wanita di daerah tropis. Karena pengaruh hormonal, kulit berminyak biasa dijumpai pada remaja puteri usia sekitar 20 tahunan, meski ada juga pada wanita usia 30-40 tahun yang mengalaminya. Penyebab kulit berminyak adalah karena kelenjar minyak (*sebaceous gland*) sangat produktif, hingga tidak mampu mengontrol jumlah minyak (sebum) yang harus dikeluarkan. *Sebaceaous gland* pada kulit berminyak yang biasanya terletak di lapisan dermis, mudah terpicu untuk bekerja lebih aktif. Pemicunya dapat berupa faktor internal atau faktor eksternal, yaitu :

a. Faktor internal meliputi :

1) Faktor genetis : anak dari orang tua yang memiliki jenis kulit berminyak, cenderung akan memiliki kulit berminyak pula.

2) Faktor hormonal : hormon manusia sangat mempengaruhi produksi keringat. Karena itulah pada wanita yang sedang menstruasi atau hamil akan lebih sering berkeringat. Selain itu stres dan banyak gerak juga dapat menjadi pemicu keringat berlebihan.

b. Faktor eksternal meliputi :

1) Udara panas atau lembab.

2) Makanan yang dapat merangsang keluarnya keringat seperti makanan yang terlalu pedas baik karena cabai atau merica, makanan yang terlalu asin, makanan yang berbumbu menyengat seperti bawang putih, makanan yang terlalu berminyak serta makanan dan minuman yang terlalu panas.

Kulit berminyak memerlukan perawatan khusus dibandingkan kulit normal. Pada jenis kulit ini, minyak berlebihan yang dibiarkan akan menjadi media yang baik bagi pertumbuhan bakteri yang pada saat selanjutnya akan menjadi jerawat, radang atau infeksi.

Merawat kulit berminyak bukan berarti membuat kulit benar-benar bebas minyak, karena minyak pada kulit tetap diperlukan sebagai alat pelindung alami dari sengatan sinar matahari, bahan-bahan kimia yang terkandung dalam kosmetika maupun terhadap polusi. Yang perlu dilakukan adalah menjaga agar kadar sebum tetap seimbang dan kulit tetap dalam keadaan bersih agar bakteri penyebab jerawat dapat terhambat. Memiliki jenis kulit berminyak, memiliki kelebihan yaitu membantu menjaga kelembaban lapisan dermis hingga memper-lambat timbulnya keriput.

Ciri-ciri kulit berminyak yaitu : minyak di daerah T tampak berlebihan, tekstur kulit tebal dengan pori-pori besar hingga mudah menyerap kotoran, mudah berjerawat, tampilan wajah berkilat, riasan wajah seringkali tidak dapat melekat dengan baik dan cepat luntur serta tidak mudah timbul kerutan.

3. Kulit Kering

Kulit kering memiliki karakteristik yang cukup merepotkan bagi pemiliknya, karena pada umumnya kulit kering menimbulkan efek yang tidak segar pada kulit, dan kulitpun cenderung terlihat berkeriput.

Kulit kering memiliki kadar minyak atau sebum yang sangat rendah dan cenderung sensitif, sehingga terlihat *parched* karena kulit tidak mampu mempertahankan kelembabannya. Ciri dari kulit kering adalah kulit terasa kaku seperti tertarik setelah mencuci muka dan akan mereda setelah dilapisi dengan krim pelembab. Kondisi kulit dapat menjadi lebih buruk apabila terkena angin, perubahan cuaca dari dingin ke panas atau sebaliknya. Garis atau kerutan sekitar pipi, mata dan sekitar bibir dapat muncul dengan mudah pada wajah yang berkulit kering.

Berbagai faktor yang menjadi penyebab kulit menjadi kering, diantaranya :

a. Faktor genetik

Faktor genetik merupakan kondisi bawaan seseorang, termasuk kondisi kulit wajah yang kering.

b. Kondisi struktur kulit

Kondisi kelenjar minyak yang tidak mampu memberi cukup lubrikasi untuk kulit, menimbulkan dehidrasi pada kulit.

c. Pola makan

Pola makan yang buruk, kekurangan nutrisi tertentu seperti vitamin A dan vitamin B merupakan salah satu pemicu kulit menjadi kering.

d. Faktor lingkungan

Pengaruh lingkungan seperti terpapar sinar matahari, angin, udara dingin, radikal bebas atau paparan sabun yang berlebihan saat mandi atau mencuci muka pun akan sangat berpengaruh pada pembentukan kulit kering

e. Penyakit kulit

Kondisi lainnya yang sangat berpeluang menjadi penyebab kulit kering adalah karena kulit terserang penyakit tertentu seperti eksim, psoriasis dan sebagainya.

Kulit kering merupakan bentuk lain dari tanda tidak aktifnya kelenjar *thyroid* dan komplikasi pada penderita diabetes. Kulit kering terjadi jika keseimbangan kadar minyak terganggu. Pada kulit berminyak terjadi kelebihan minyak dan pada kulit kering justru kekurangan minyak. Kandungan lemak pada kulit kering sangat sedikit, sehingga mudah terjadi penuaan dini yang ditandai keriput dan kulit terlihat lelah serta terlihat kasar. Kulit kering memerlukan perawatan yang bersifat pemberian nutrisi agar kadar minyak tetap seimbang dan kulit dapat selalu terjaga kelembabannya. Salah satu keuntungan kulit kering adalah riasan wajah dapat lebih awet, karena kadar sebum dalam lapisan dermis tidak berlebihan hingga riasan tidak mudah luntur.

Kulit kering memiliki ciri-ciri : kulit halus tetapi mudah menjadi kasar, mudah merekah dan terlihat kusam karena gangguan proses keratinisasi kulit ari, tidak terlihat minyak berlebihan di daerah T yang disebabkan oleh berkurangnya sekresi kelenjar keringat dan kelenjar palit atau kelenjar minyak. Ciri lainnya yaitu mudah timbul kerutan yang disebabkan oleh menurunnya elastisitas kulit dan berkurangnya daya kerut otot-otot, mudah timbul noda hitam, mudah bersisik, riasan yang dikenakan tidak mudah luntur, reaktivitas dan kepekaan dinding pembuluh darah terhadap rangsangan-rangsangan berkurang sehingga peredaran darah tidak sempurna dan kulit akan tampak pucat, suram dan lelah.

4. Kulit Sensitif

Diagnosis kulit sensitif didasarkan atas gejala-gejala penambahan warna, dan reaksi cepat terhadap rangsangan. Kulit sensitif biasanya lebih tipis dari jenis kulit lain sehingga sangat peka terhadap hal-hal yang bisa menimbulkan alergi (*allergen*). Pembuluh darah kapiler dan ujung saraf pada kulit sensitif terletak sangat dekat dengan permukaan kulit. Jika terkena *allergen*, reaksinya pun sangat cepat.

Bentuk-bentuk reaksi pada kulit sensitif biasanya berupa bercak merah, gatal, iritasi hingga luka yang jika tidak dirawat secara baik dan benar akan berdampak serius. Warna kemerahan pada kulit sensitif disebabkan *allergen* memacu pembuluh darah dan memperbanyak aliran darah ke permukaan kulit. Berdasarkan sifatnya tadi, perawatan kulit sensitif ditujukan untuk melindungi kulit serta mengurangi dan menanggulangi iritasi.

Kulit sensitif seringkali tidak dapat diamati secara langsung, diperlukan bantuan dokter kulit atau *dermatolog* untuk memeriksanya dalam tes *alergi-imunologi*. Dalam pemeriksaan alergi, biasanya pasien akan diberi beberapa *allergen* untuk mengetahui kadar sensitivitas kulit. Kulit sensitif memiliki ciri-ciri sebagai berikut : mudah alergi, cepat bereaksi terhadap *allergen*, mudah iritasi dan terluka, tekstur kulit tipis, pembuluh darah kapiler dan ujung saraf berada sangat dekat dengan permukaan kulit sehingga kulit mudah terlihat kemerahan.

Faktor-faktor yang dapat menjadi *allergen* bagi kulit sensitif antara lain : makanan yang pedas dan berbumbu tajam, kafein, nikotin dan minuman beralkohol, niasin atau vitamin B3, kandungan parfum dan pewarna dalam kosmetika, sinar ultraviolet dan gangguan stres. Kulit sensitif berbeda dengan kulit reaktif. Meski timbul bercak kemerahan atau gatal-gatal akibat penggunaan kosmetika tertentu, belum tentu menjadi gejala atau tanda kulit sensitif. Kemungkinan bercak kemerahan tadi hanya menandakan iritasi ringan, yang akan hilang sendiri. Kulit reaktif seperti ini dapat menjadi sensitif jika iritasi kemudian meluas dan sukar sembuh. Untuk membedakannya perlu dilakukan tes alergi-imunologi oleh dokter kulit.

5. Kulit Kombinasi atau Kulit Campuran

Faktor genetis menyebabkan kulit kombinasi banyak ditemukan di Asia. Banyak wanita timur terutama di daerah tropis yang memiliki kulit kombinasi : kering-berminyak atau normal-berminyak. Pada kondisi tertentu kadang dijumpai kulit sensitif-berminyak. Kulit kombinasi terjadi jika kadar minyak di wajah tidak merata. Pada bagian tertentu kelenjar keringat sangat aktif sedangkan daerah lain tidak, karena itu perawatan kulit kombinasi memerlukan perhatian khusus. Area kulit berminyak dirawat dengan perawatan untuk kulit berminyak dan di area kulit kering atau normal dirawat sesuai dengan jenis kulit tersebut.

Kulit kombinasi atau kulit campuran memiliki ciri-ciri sebagai berikut : kulit di daerah T berminyak sedangkan di daerah lain tergolong normal atau justru kering atau juga sebaliknya. Di samping itu tekstur kulit sesuai jenisnya yakni di area kulit berminyak akan terjadi penebalan dan di area normal atau kering akan lebih tipis.

E. Kelainan-kelainan Kulit

Kelainan-kelainan kulit yang sering dialami kaum wanita, biasanya meliputi kelainan pada kelenjar palit seperti jerawat (akne) dan komedo, kelainan karena tumbuhan pada kulit, kelainan karena gangguan pigmentasi, kelainan karena infeksi jamur, penuaan dini serta kelainan karena alergi.

1. Kelainan pada kelenjar palit :

a. J e r a w a t (*akne*)

Masalah paling sering terjadi pada kulit berminyak adalah jerawat, meskipun tidak tertutup kemungkinan timbul pada jenis kulit lain. Pada dasarnya jerawat disebabkan oleh tumbuhnya kotoran dan sel kulit mati yang mengakibatkan folikel dan pertumbuhan sebum terhambat. Produksi minyak pada kulit biasanya disalurkan melalui folikel rambut. Kotoran atau sel kulit mati yang tidak dibersihkan akan menyumbat saluran ini hingga minyak yang ke luar akan bertumpuk dan menjadi komedo. Jika terkena bakteri akne, komedo akan menjadi jerawat.

Jerawat atau akne adalah suatu penyakit radang yang mengenai susunan p*ilosebaseus* yaitu kelenjar palit dengan *folikel* rambutnya. Jerawat sangat umum terdapat pada anak-anak masa pubertas dan dianggap fisiologis oleh karena perubahan hormonal. Timbunan lemak di bawah kulit ini selain membuat kulit kasar, tidak rata juga tidak enak dipandang mata. Penderita umumnya mempunyai jenis kulit berminyak. Kulit kasar akan makin menjadi, pada kulit yang kurang memproduksi minyak, seperti mereka yang termasuk kategori berkulit kering. Selain perubahan hormonal, kesalahan memilih kosmetik juga dapat menyebabkan timbulnya jerawat.

Kurang lebih 90% remaja, wanita dan pria terkena jerawat dan biasanya menghilang sebelum usia mencapai 20 tahun tetapi dapat pula berlangsung terus. Perkecualian, jerawat juga sering dialami oleh wanita dewasa yang menjadi akseptor KB dengan pil bahkan pada wanita saat memasuki masa menopause.

Jerawat timbul di daerah *sebore* yaitu daerah kulit yang mengandung lebih banyak kelenjar palit di daerah kulit yang lain. Daerah sebore terdapat pada daerah hidung, pipi, dahi dan dagu serta di dada dan punggung.

1) Gejala timbulnya jerawat :

a) Peningkatan produksi sebum.

b) Munculnya kondisi abnormal karena bakteri atau jamur sering kali menimbulkan rasa sakit.

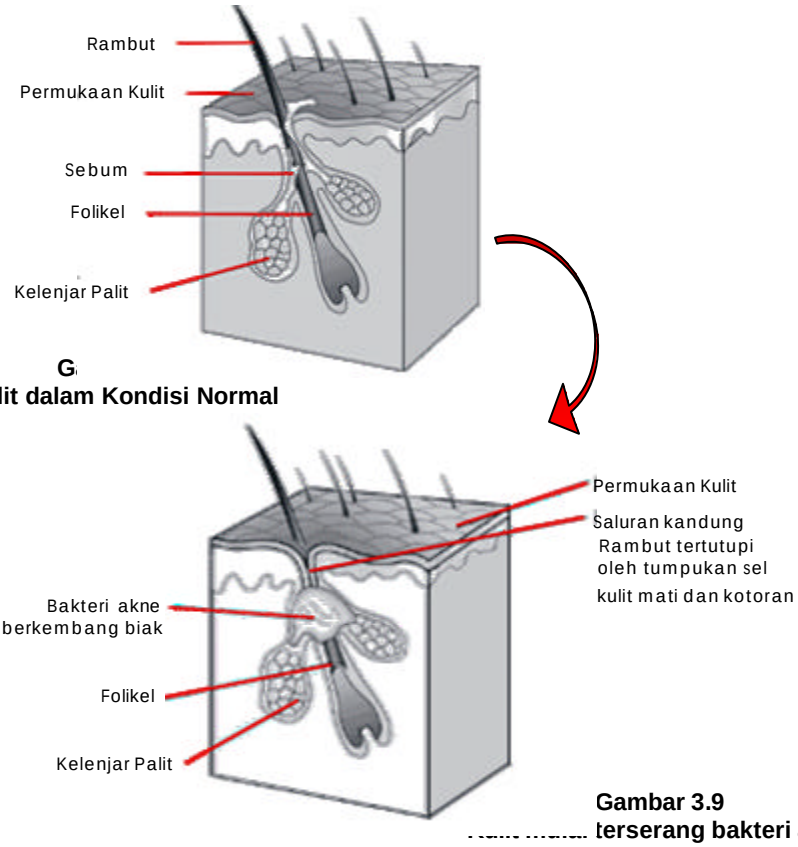
c) Terjadi penebalan jaringan terkadang menjadi benjolan kecil.

d) Peningkatan hormon estrogen.

2) Tahap terjadinya jerawat :

a) Pada kulit yang semula dalam kondisi normal, sering kali terjadi penumpukan kotoran dan sel kulit mati karena kurangnya perawatan dan pemeliharaan, khususnya pada kulit yang memiliki tingkat reproduksi minyak yang tinggi. Akibatnya saluran kandung rambut (folikel) menjadi tersumbat.

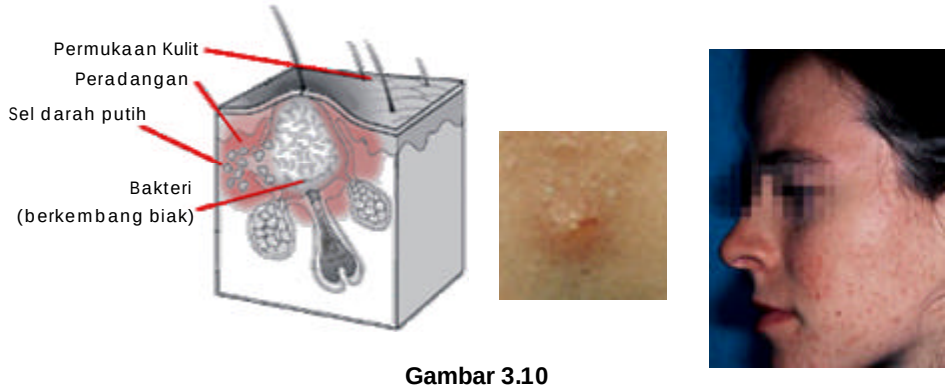
b) Sel kulit mati dan kotoran yang menumpuk tersebut kemudian terkena bakteri *acne*, maka timbulah jerawat.



G
Kulit dalam Kondisi Normal

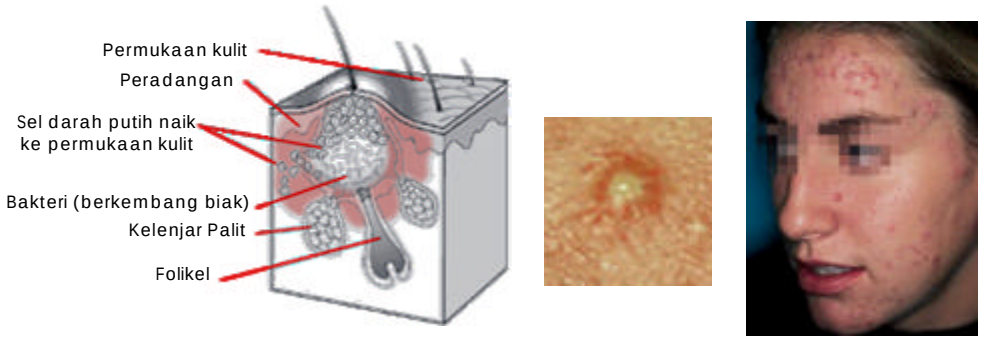
Gambar 3.9
terserang bakteri akne

c) Dalam waktu tertentu, jerawat yang tidak diobati akan meng-alami pembengkakan (membesar dan berwarna kemerahan), disebut *papule*



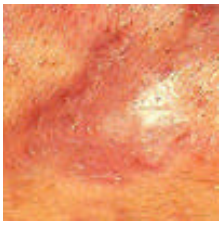
Gambar 3.10
Jerawat yang Meradang (*Papule*)

d) Bila peradangan semakin parah, sel darah putih mulai naik ke permukaan kulit dalam bentuk nanah (*pus*), jerawat tersebut disebut *pastules*. Jerawat radang terjadi akibat *folikel* yang ada di dalam dermis mengembang karena berisi lemak padat, kemudian pecah, menyebabkan serbuan sel darah putih ke area *folikel sebasea*, sehingga terjadilah reaksi radang. Peradangan akan semakin parah jika kuman dari luar ikut masuk ke dalam jerawat akibat perlakuan yang salah seperti dipijat dengan kuku atau benda lain yang tidak steril. Jerawat radang mempunyai ciri berwarna merah, cepat membesar, berisi nanah dan terasa nyeri.



Gambar 3.11
Jerawat yang Bernanah (*Postule*)

e) Bila jerawat mengandung nanah, lemak dan cairan-cairan lain berarti jerawat sudah berada pada kondisi terparah, disebut *cyst.*



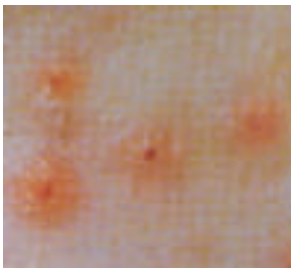
Gambar 3.12
Jerawat dalam kondisi yang terparah (*Cyst*)

f) Bila *Cyst* tidak terawat, maka jaringan kolagen akan mengalami kerusakan sampai pada lapisan dermis, sehingga kulit/wajah menjadi bopeng (*Scar*).

3) Jenis - jenis jerawat

a) Akne Juvenil

Akne Juvenil muncul pada masa pubertas, di mana akne ini biasanya menyerang remaja usia 14 - 20 tahun. Penyebabnya adalah masalah hormonal yang belum stabil dalam memproduksi sebum. Akne *juvenil* dirawat dengan menggunakan sabun ber-pH seimbang atau sabun bayi *transculent.*



Gambar 3.13
Akne *Juvenil*

b) Akne Vulgaris

Akne *Vulgaris* adalah jenis jerawat yang berbentuk komedo, yang timbul pada kulit berminyak. Perawatan jerawat ini dengan penguapan hingga kulit cukup kenyal dan lembab. Kemudian jerawat diambil dengan sendok *una* dan olesi dengan krim jerawat atau *acne lotion*, biarkan semalam baru dibilas dengan air hangat pada keesokan harinya

Gambar 3.14
Akne Vulgaris

c) Akne Rosacea

Akne *Rosacea* yaitu jerawat yang muncul pada wanita yang berusia 30 hingga 40 tahun, tandanya mula-mula jerawat akan tampak kemerahan kemudian menjadi radang hingga menimbulkan sisik di lipatan hidung.

Perawatan kulit yang terkena akne jenis ini biasanya dengan penguapan, kompres air panas atau penyinaran dengan lampu infra merah agar jerawat cepat kering.

Gambar 3.15
Akne Rosaceae

d) Akne Nitrosica

Akne *Nitrosica* merupakan jenis jerawat yang sangat berbahaya karena akan menimbulkan lubang atau bopeng. Tahap yang terjadi sudah termasuk tahap akhir yang memerlukan penanganan khusus dokter ahli kulit.

Gambar 3.16
Akne Nitrosica

4) Faktor- Faktor Penyebab Timbulnya Jerawat :

Beberapa faktor penyebab timbulnya masalah-masalah atau kelainan-kelainan kulit pada kelenjar palit atau jerawat yaitu :

a) Genetik

Mereka yang orang tuanya berjerawat selagi muda, maka anaknya akan lebih mudah terkena jerawat dibandingkan mereka yang tidak memiliki genetik berjerawat, dan biasanya penderita, keadaannya cukup parah (bernanah). Mereka yang tidak memiliki genetik berjerawat meskipun pola hidupnya tidak baik, mereka tidak mudah terkena jerawat.

b) Umur dan jenis kelamin

Pada umumnya jerawat muncul pada usia pubertas dan remaja (usia 13-19 tahun), yang disebabkan masalah hormonal yang belum stabil dalam memproduksi sebum. Wanita lebih banyak terkena dibanding pria tetapi umumnya jerawat pada pria lebih parah keadaannya.

c) Makanan

Menurut penelitian yang dilakukan oleh sebuah institusi kecantikan kulit di Amerika Serikat (*Academy of Dermatology)* mengatakan bahwa jerawat tidak disebabkan oleh makanan. Tidak ada makanan yang secara signifikan dapat menimbulkan jerawat, tetapi ternyata sebuah hasil studi kasus yang terbaru, membuktikan hal yang bertolak belakang. Para pakar peneliti di *Colorado State University Department of Health and Exercise* menemukan bahwa makanan yang mengandung kadar gula dan kadar karbo hidrat yang tinggi memiliki pengaruh yang cukup besar dalam menimbulkan jerawat.

Secara ilmiah dapat dibuktikan bahwa mengkonsumsi terlalu banyak gula dapat meningkatkan kadar insulin dalam darah, dimana hal tersebut memicu produksi hormon androgen yang membuat kulit jadi berminyak. Dan kadar minyak yang tinggi dalam kulit merupakan pemicu paling besar terhadap timbulnya jerawat.

d) Gangguan pencernaan makanan

Tidak teraturnya pembuangan kotoran dapat mempengaruhi timbulnya jerawat.

e) Alergi terhadap makanan

Sifat alergi terhadap beberapa zat protein, karbohidrat dan lemak dapat menjadikan jerawat lebih parah.

f) Mekanis

Kebiasaan memegang atau memencet jerawat menyebab-kan jerawat lebih parah, karena luka yang terjadi memungkinkan infeksi dan menyebabkan penyebaran infeksi ke seluruh tubuh.

g) Iklim

Iklim yang lembab dan panas menyebabkan kelenjar palit bekerja lebih giat dan dapat memperburuk keadaan jerawat.

h) Psikis

Pengaruh tekanan pada pikiran dapat menimbulkan jerawat

i) Faktor hormonal

Hormon androgen memegang peranan yang penting dalam merangsang pembentukan palit oleh kelenjar sebasea dan dalam mempengaruhi proses pertandukan di sekitar muara *folikel*. Tidak terdapatnya jerawat pada laki-laki membuktikan adanya pengaruh *endokrin*.

j) Kosmetika

Penggunaan kosmetika yang melekat pada kulit dan menutupi pori-pori, jika tidak segera dibersihkan akan menyumbat saluran kelenjar palit dan menimbulkan jerawat yang disebut komedo. Kosmetik yang paling umum menjadi penyebab timbulnya jerawat yaitu kosmetik pelembab yang langsung menempel pada kulit.

5) Pencegahan Timbulnya Jerawat

Perawatan kulit bagian wajah berbeda dengan perawatan kulit bagian tubuh lainnya, karena tingkat polusi bagian wajah lebih tinggi daripada kulit tubuh lainnya. Wajah memilki banyak kelenjar sebasea dan keringat, sehingga jika cuaca panas akan mudah berkeringat, lengket dan kasar.

Perawatan wajah untuk mencegah timbulnya jerawat dapat dilakukan dengan cara berikut :

a) Bersihkan wajah 3 kali sehari, kulit wajah harus bersih saat istirahat di rumah dan saat tidur.

b) Hindari menggosok wajah secara kasar, karena dapat menimbulkan iritasi

c) Kulit wajah banyak mengandung kelenjar lemak dan kelenjar keringat. Oleh sebab itu hindari wajah dari debu atau kotoran lain karena akan lebih mudah lengket.

d) Pilih alas bedak yang mengandung air.

e) Gunakan bedak tabur ke kulit wajah dengan menggunakan puff atau bantalan bedak bersih.

f) Jangan memijit atau mengeluarkan sendiri jerawat, karena dapat mengakibatkan infeksi.

g) Memakai riasan tebal untuk menutupi jerawat dapat mengakibatkan infeksi dan merangsang bertambahnya jerawat.

h) Perbanyak mengkonsumsi makanan yang mengandung antioksidan. Batasi asupan lemak jenuh dalam makanan sehari-hari seperti durian, alpukat, kacang tanah dan cokelat.

6) Berbagai Alternatif Penanganan Terhadap Jerawat

Wajah berjerawat saat ini sudah menjadi suatu masalah yang cukup serius. Berbagai upaya pengobatan dan penanganan sering dilakukan untuk menghilangkan jerawat dari kulit muka. Beberapa metoda penghilangan jerawat berikut ini merupakan cara terbaru yang banyak diterapkan oleh ahli-ahli kecantikan, yaitu :

a) Sebelum dilakukan terapi sebaiknya berkonsultasi kepada dokter terlebih dahulu tentang jenis, kondisi dan kelainan kulit yang akan ditangani.

b) Membersihkan wajah dengan menggunakan pembersih yang mengandung minyak esensial yang sudah diformulasi berdasarkan jenis kulit, kondisi, kelainan kulit dalam hal ini jerawat. *Aromatherapy* yang dulu terkenal sebagai relaksasi dan ternyata sangat ampuh untuk menuntaskan jerawat. Khasiat-khasiat minyak esensial yang bermolekul kecil dan daya serapnya yang sangat baik, selain dapat membangun kekebalan tubuh, juga menyeimbangkan kadar minyak. Metode ini biasanya dilakukan secara manual dan dilanjutkan dengan *brush cleanser* yang berfungsi membersihkan kulit dari kotoran maupun sumbatan pori-pori yang berasal dari kosmetika yang digunakan maupun dari lingkungan.

c) Menggunakan *enzyme peeling*. Enzim yang digunakan adalah yang diformulasi dari buah pepaya (*papain enzyme*). Suatu enzim protelitik bisa menghancurkan protein dan meluruhkan sel-sel kulit yang mati. Enzim tersebut dioleskan pada permukaan kulit lalu wajah diuapi agar enzim tersebut aktif tapi papain hanya bisa bekerja apabila kondisinya sama dengan suhu tubuh.

d) Mengoleskan larutan *desinkrutasi* pada wajah. Alat yang digunakan adalah mesin galvanik berupa elektroda yang bekerja secara berpasangan (posistif dan negatif). Alat ini berguna untuk membersihkan pori-pori lebih dalam (*deep*

cleansing). Tujuh menit pertama yang bekerja adalah kutub negatif. Pada permukaan kulit dan pori-pori kulit akan terjadi cairan yang hampir sama dengan sabun yang bersifat basa. Sabun ini akan mengubah keasaman kulit dan melarutkan minyak, membuka pori-pori dan melunakkan sumbatan. Gliserin yang terkandung didalamnya akan melunakkan dan melembutkan kulit.

e) Pembersihan komedo yang dilakukan dengan *comedo axtractor*. Setelah itu larutan *desinkrutasi* dioleskan lagi. Kali ini kutub yang digunakan adalah kutub posistif yang akan memproduksi asam pada kulit dan berfungsi mengembalikan fungsi kulit ke posisi semula, mengembalikan tekstur kulit, mengecilkan pori-pori, mengurangi kemerahan serta menetralisasi basa menjadi asam kembali, sesuai dengan keasaman kulit.

f) Penggunaan alat *high frequency* pada seluruh wajah yang telah diolesi dengan jeli aloe vera dicampur dengan minyak esensial, yang biasanya dipusatkan pada bagian kulit yang berjerawat, selama 10 - 25 menit. Alat ini menggunakan alat sinar argon atau ultraviolet, yang menghasilkan ozon dan berefek anti bakteri, anti peradangan, meningkatkan sirkulasi darah, mempercepat penyembuhan, mengatur produksi minyak dan mengecilkan pori.

g) Melakukan pemijatan *lymph dranaige massage* yang berfungsi untuk melancarkan sirkulasi getah bening. Pijatan ini juga mampu menghilangkan bahan-bahan bersifat racun dan menetralkan kuman penyakit. Pada kondisi jerawat meradang, hanya dilakukan *lymph dranaige massage* tetapi pada jerawat yang tidak meradang, setelah dilakukan pijat *lymph dranaige massage* maka akan dilanjutkan dengan *swedish massage*.

h) Mengoleskan masker. Masker yang digunakan pada umumnya merupakan campuran kaolin atau mineral yang berfungsi mengangkat sisa-sisa kotoran yang berada di pori-pori, ekstrak tumbuhan dan minyak esensial. Setelah masker mengering, wajah dibersihkan lalu diolesi pelembab atau minyak wajah (*face oil*) yang sesuai dengan kondisi anda. Bekas- bekas jerawatpun juga diolesi antibiotik alami dalam bentuk minyak esensial.

i) Menghilangkan bekas jerawat dapat dilakukan dengan terapi tambahan yang menggunakan alat *microdermabration* untuk menghaluskan kulit, menghilangkan noda hitam bekas

jerawat dan menghilangkan jaringan parut. Hal ini dilakukan dengan cara mengelupaskan lapisan sel-sel kulit mati, merangsang pertumbuhan sel kulit baru dan jaringan kolagen sehingga menutupi lubang bekas jerawat.

7) Perawatan wajah Berjerawat

Jerawat sebenarnya dapat sembuh dengan sendirinya, jika kulit wajah yang berjerawat mendapat perlakuan secara bijaksana. Perawatan kulit berjerawat disesuaikan dengan jenis jerawat yang diderita, yaitu sebagai berikut :

a) Kulit Berjerawat Tanpa Radang

Perawatan kulit wajah yang berjerawat tanpa radang, gunakan *facial skin care* satu kali sebulan untuk menguras komedo hitam (*blackhead*). Perawatan ini dapat dilakukan di salon dan klinik kecantikan. Peralatan yang digunakan harus selalu disteril ulang setelah dipakai agar tidak menjadi sarana penularan penyakit lainnya. Proses ini sebaiknya dilakukan oleh orang terlatih, agar pada saat mengeluarkan komedo bisa dilakukan dengan lembut dan tidak merusak permukaan kulit wajah. Setelah pemberian *facial skin care* oleskan krim antibiotik untuk mencegah komplikasi infeksi.

b) Kulit Berjerawat Dengan Radang

Kulit berjerawat yang disertai radang ringan dapat diatasi dengan menggunakan krim antibiotika *erittromisin, gentamisin,* dan *klindamisin* yang dioleskan pada pagi dan sore hari. Kulit berjerawat yang mempunyai radang berat berupa bisul jerawat bernanah, memerlukan pengobatan dokter spesialis kulit. Perawatan *facial skin care* harus ditunda dulu, karena akan berakibat perluasan infeksi pada jerawat. Hindari memijat sendiri jerawat merah meradang. Evakuasi nanah diupayakan dengan suntikan anti radang dan anti nyeri.

Jerawat meradang, sebaiknya tidak di-*massage* atau diurut, karena dapat mengakibatkan proses infeksi menjadi lebih luas. *Massage* memang akan memberikan rasa nyaman pada kulit wajah, tetapi jika terlalu keras tekanannya, dapat mengganggu anyaman serat *collagen* di lapisan dalam kulit (dermis), dan jerawat akan mudah tergelincir ke luar saat *massage* wajah, apalagi bila pengurutan disertai dengan pemakaian butiran halus (*scrubbing*). Penguapan pada kulit wajah berjerawat baik untuk hidrasi kulit wajah yang kusam dan kering, tetapi jerawat yang disertai radang akan bertambah merah bila

diuapi dengan uap panas, oleh karena itu jerawat radang dilarang untuk diuapi. Dengan perlakuan benar, bekas jerawat yang tersisa setelah radang akan tersamarkan.

c) Kulit Berparut Bekas Jerawat

Vlek kecokelatan, lekukan kulit, berparut, dan mengerasnya jaringan bekas jerawat memerlukan bantuan khusus untuk memperbaikinya. *Facial treatment TCA, AHA, micro dermabration, laser resurfacing,* mempunyai prinsip pengelupasan bagian luar kulit ari atau epidermis, tetapi dalam kedalaman yang berbeda, sehingga memberikan harapan perbaikan kulit bekas jerawat.

d) Perawatan Kulit Berjerawat Melalui Makanan

Perawatan dari luar, lebih banyak berimbas pada kulit ari (epidermis) yang terletak di bagian paling luar kulit. Perawatan melalui makanan lebih berimbas ke dalam, karena mempengaruhi kulit jangat (dermis). Kulit yang tampak buruk karena bekas jerawat radang, sangat memerlukan asupan protein dalam jumlah banyak untuk membentuk jaringan baru. Vitamin A (*betacarotene*), vitamin C, vitamin E, dan *zinc* sangat diperlukan untuk metabolisme sel dalam jaringan baru. Untuk mencegah kekeringan pada kulit, cukup mengkonsumsi air putih, minimal 8 gelas sehari. Selain membatasi asupan lemak jenuh, juga batasi mengkonsumsi daging hewan yang berlemak, goreng-gorengan, santan, minuman bersoda, bir, dan kopi.

e) Perawatan Kulit Berjerawat dengan Perawatan Facial di Salon dan Klinik Kecantikan

Facial di salon dan klinik kecantikan mempunyai tujuan utama membantu kulit wajah terbebas dari sumbatan pori-pori yang dinamakan komedo. Jerawat tipe komedo, tidak mengalami reaksi radang, jadi untuk mengatasinya, cukup dengan melakukan tindakan *scrubbing* yakni menggosok kulit dengan bantuan butiran-butiran halus dan *exfoliating* yakni pengelupasan kulit wajah, yang dilakukan sebulan sekali. Hal ini disebabkan karena regenerasi kulit di dalam lapisan epidermis (kulit ari) terjadi dalam waktu 21 sampai dengan 28 hari.

Sebenarnya komedo dapat ke luar dengan sendirinya, jika perawatan sehari-hari dilakukan dengan baik dan cermat. Tetapi akibat kemalasan dan kebiasaan memakai riasan wajah yang tebal, serta diet yang tinggi lemak,

menyebabkan komedo tetap bertahan menyumbat pori-pori kulit. Oleh karena itu, *facial* wajah di salon dan klinik kecantikan sangat diperlukan, karena semua peralatan yang digunakan pun harus dalam keadaan streril, serta semua proses pelaksanaan dilakukan di bawah pengawasan orang terlatih.

Tindakan yang dilakukan dalam upaya mengatasi jerawat di salon dan klinik kecantikan antara lain *injeksi Kenacort Intra Lesion (KIL)* yang dapat menjadikan jerawat besar mengecil, memudar dan akan menghilang dalam waktu 1 hingga 2 hari, pemberian obat anti hormon testosterone yang efektif untuk menekan aktivitas hormon testosteron yang berada di kelenjar sebasea, tempat terjadinya jerawat, bedah listrik atau *Electrocauerisasi* (EC) yang mampu menembus komedo yang tertutup oleh epitel kulit, tidakan membakar atap bintil putih dengan sinar yang dihasilkan oleh elektroda listrik akan menyebabkan isi komedo mencair dan dengan mudah dapat dikeluarkan, serta bedah laser *resurfacing* yang dapat membantu memperbaiki parut bekas jerawat.

8) Pemilihan dan Pemakaian Kosmetika Pembersih untuk Kulit Berjerawat

Pemilihan kosmetika pembersih untuk perawatan jerawat berkomedo berbeda dengan jenis kosmetika pembersih untuk jenis jerawat *konglobata* (jerawat meradang) yang penuh dengan bisul dan nanah. Kosmetika pembersih untuk kulit berjerawat adalah :

a) Susu Pembersih (cleansing milk)

Zat yang terkandung dalam susu pembersih adalah emulsi minyak dalam air (emulsi O/W). Komposisi air dan minyak yang terkandung dalam susu pembersih berbeda-beda. Susu pembersih yang kandungan minyaknya lebih banyak, akan terasa lebih kental dan jenis kosmetika ini cocok digunakan untuk kulit kering. Sebaliknya, susu pembersih yang kandungan minyaknya lebih sedikit, akan terasa encer, dan cocok digunakan untuk perawatan jenis kulit berminyak atau berjerawat. Susu pembersih sangat bermanfaat untuk melarutkan lemak, kosmetika, keringat dan debu, juga ketika digosokkan dapat mengeluarkan sumbatan komedo pada pori-pori kulit wajah.

b) Sabun Wajah

Sabun khusus untuk perawatan kulit wajah berjerawat dapat berupa sabun cair, krim atau sabun padat (*bar*). Sabun untuk perawatan kulit berkomedo sebaiknya mengandung bahan aktif pencegah komedo dan antibakterial, serta mengandung butiran *scrub,* tetapi untuk jerawat yang sedang merah meradang, hindari penggunaan sabun pembersih ini, karena dapat mengakibatkan bertambahnya proses peradangan. Di samping itu sabun yang baik untuk perawatan kulit berjerawat adalah sabun dengan pH rendah (sekitar 5 - 6), agar tidak menimbulkan iritasi.

c) Air Bersih

Air bersih yang digunakan untuk membersihkan kulit wajah berjerawat, sebaiknya air hangat-hangat kuku, hal ini dimaksudkan untuk membilas atau melarutkan kulit wajah yang umumnya tergolong kenis kulit berminyak.

d) Larutan Penyegar (face lotion atau tonic)

Face lotion mengandung air, sedangkan *face tonic* mengandung sedikit alkohol dan antiseptik untuk menstrerilkan kulit wajah. Larutan penyegar untuk kulit wajah berjerawat menggunakan *face tonic* karena sangat efektif mengurangi kandungan minyak yang terdapat pada kulit berjerawat dan dapat menstrerilkan serta memperkecil pori-pori kulit yang sudah ke luar sumbatannya.

9) *Pengobatan Jerawat secara Tradisional*

Pengobatan jerawat secara tradisional ini menggunakan bahan alami yang mudah didapat dan dengan biaya yang relatiif terjangkau. Jenis pengobatan alternatif ini terdiri atas :

a) Temulawak 5 iris, daun mimba 7 lembar, dan pegagan 30 gram. Semua bahan direbus dengan 5 gelas air hingga tersisa menjadi 2 gelas. Hasil rebusan tersebut diminum 2 kali sehari masing-masing 2 gelas. Selama proses penyembuhan, penderita jerawat, hindari mengkonsumsi makanan berlemak, minyak hewani, santan, otak, telur, kacang tanah, jeroan dan makanan pedas.

b) Daun sirih sebanyak 5-10 lembar, kemudian direbus dengan 2 gelas air dalam wadah tertutup. Setelah mendidih, angkat dan diamkan hingga hangat-hangat kuku. Ramuan ini gunakan untuk mencuci muka berjerawat, sebaiknya dilakukan secara rutin menjelang tidur dan sehabis bepergian.

c) Setengah siung bawang putih, seruas jari kunyit dan sebutir kentang ukuran sedang tambah mentimun dan lidah buaya. Semua bahan dihaluskan dan dicampur hingga rata. Ramuan ini dioleskan ke seluruh permukaan kulit berjerawat sebagai masker, biarkan selama 30 menit, kemudian bilas dengan air hangat, disusul dengan air dingin.

d) Sebuah jeruk nipis diperas dan sebuah mentimun atau bengkuang, dihaluskan dan diperas diambil airnya, kemudian campurkan. Oleskan campuran bahan ke seluruh permukaan kulit wajah sebagai masker, biarkan selama 30 menit kemudian bilas dengan air hangat. Lakukan secara teratur 2 hari sekali. Jika jerawat terasa perih, pemakaian dihentikan.

e) Buah mengkudu 2 buah dan 2 ruas jari gula batu dihaluskan (diblender) dengan segelas air (200 cc), kemudian saring dan rebus hingga mendidih. Ramuan diminum saat masih hangat setiap pagi satu jam sebelum makan. Ramuan ini akan membersihkan darah kotor. Darah kotor ini merupakan salah satu penyebab terjadinya jerawat.

f) Bunga melati sebanyak 20 kuntum, 2 jari asam jawa, 2 sdm sari jeruk nipis dan belerang sebesar kelereng, dicampur dan ditumbuk halus, kemudian oleskan pada kulit wajah berjerawat pada pagi dan malam hari sebelum tidur Ramuan ini dapat menyebabkan jerawat mengempis.

g) Belimbing wuluh 5 buah dan air garam secukupnya ditumbuk halus kemudian airnya dioleskan pada kulit yang berjerawat dua kali sehari pada pagi dan malam hari sebelum tidur.

h) Buah mahkota dewa yang masih hijau diparut dan hasil parutannya langsung ditempelkan pada kulit wajah berjerawat sebagai masker.

b. Komedo

Komedo adalah nama ilmiah dari pori-pori yang tersumbat. Komedo merupakan sumbatan lemak yang asalnya dari produksi lemak tubuh kita. Komedo sebagai bentuk permulaan jerawat berupa gumpalan massa atau sebum yang tersumbat di dalam saluran susunan *pilosebaseus*. Sebum adalah salah satu kelenjar minyak yang dihasilkan kelenjar kulit yaitu kelenjar sebasea. Ketika sel-sel

kulit mati dan kelenjar minyak yang berlebihan pada kulit tidak dibersihkan, maka sel-sel mati menumpuk di kulit, minyak di permukaan kulit kemudian menutup sel-sel kulit, maka terjadilah penyumbatan. Bentuk komedo terdiri atas :

***1) Komedo terbuka (black head)*,**

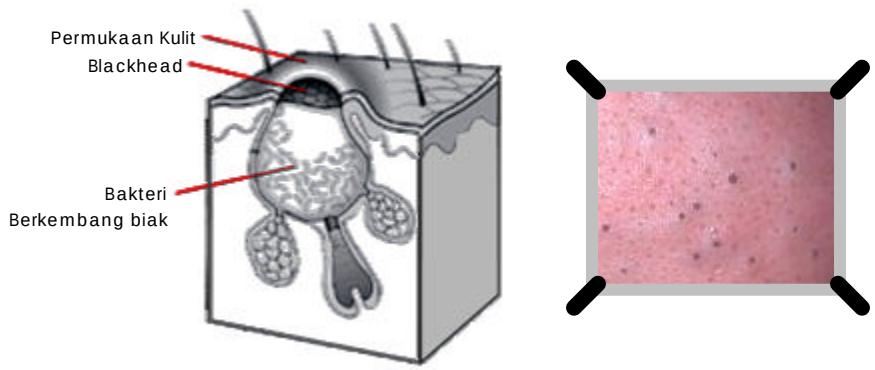
ditandai dengan :

a) Gumpalan sebum terlihat seperti titik-titik hitam di permukaan kulit.

b) Permukaan tidak tertutup oleh epitel kulit.

c) Berhubungan langsung dengan udara di luar sehingga terjadi oksidasi dan pigmentasi.

Black head yang berhubungan dengan udara di luar, bersifat terbuka dan dapat keluar sendiri.



Gambar 3.17
Komedo Terbuka (*Blackhead*)

***2) Komedo tertutup* (*white head*)**,

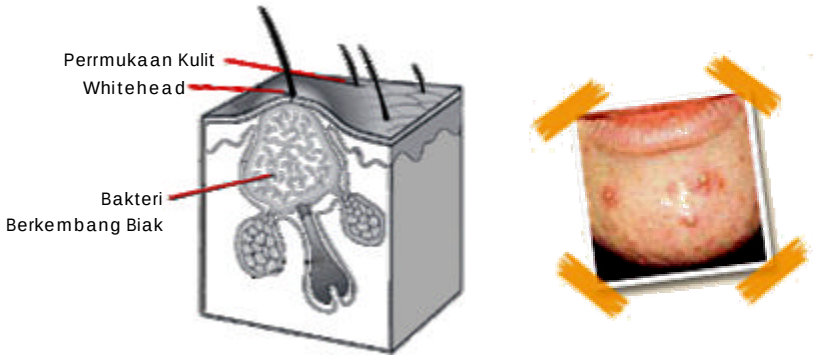
ditandai dengan :

a) Massa sebum terlihat seperti tonjolan putih kekuning-kuningan di bawah permukaan kulit.

b) Permukaannya tertutup oleh epitel kulit.

c) Tidak berhubungan dengan udara di luar.

White head tidak dapat ke luar sendiri karena tertutup oleh lapisan kulit tipis atau epitel.



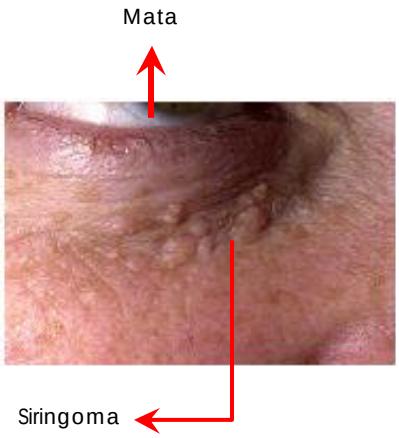
Gambar 3.18
Komedo Tertutup (*Whitehead*)

2. Tumbuhan pada Kulit

Tumbuhan atau tumor pada kulit ari berupa penonjolan yang terjadi karena bertambah banyaknya sel secara berlebihan. Tumor dapat bersifat jinak atau ganas. Tumbuhan atau tumor kulit mungkin berasal dari sel-sel epidermis, dari sel-sel lapisan kulit lebih dalam, dari andeksa kulit atau merupakan hasil penumpukan zat-zat tertentu. Tumbuhan kulit yang sering dijumpai yaitu :

a. Siringoma atau *siringokistoma*

Siringoma berupa tumbuhan jinak yang terjadi karena pelebaran saluran kelenjar keringat. Kelainan ini sering dijumpai pada wanita usia dewasa di sekitar mata yang mungkin meluas di sekitar dahi, pipi, dada dan perut. Kelainan ini berupa bintil-bintil kecil dengan diameter 2 hingga 3 milimeter dan mengkilat.



Gambar 3.19
Siringoma / Siringokistoma

b. *Kutil* atau ***verucca vulgaris***

Kutil yaitu sejenis tumbuhan *epidermal* yang disebabkan oleh virus dan dapat menular. Kutil banyak dijumpai pada anak-anak terutama pada jari-jari tangan, lengan, tungkai dan kaki. Kutil mulai tumbuh kecil dan membesar dalam beberapa minggu atau bulan. Permukaannya tidak rata, warnanya coklat, kelabu atau kehitam-hitaman. Kadangkala kutil tidak tumbuh ke luar, melainkan ke dalam.

Gambar 3.20
Kutil / *Verucca Vulgaris*

Pertumbuhan ke dalam terjadi karena mendapat tekanan terus menerus dan bisa menimbulkan rasa sakit bila kaki dipakai berjalan. Kutil di telapak kaki berbeda dengan katimumul (*clavus*, mata ikan). Katimumul adalah penebalan kulit di telapak kaki yang kadang-kadang tumbuh ke dalam sampai ke lapisan dermis, yang disebabkan sering mendapat tekanan, misal karena pemakaian sepatu yang sempit. Bila tekanan dihilangkan maka katimumul dapat menghilang sendiri.

c. *Xanthoma*

Xanthoma adalah sejenis penyakit yang ditandai dengan terjadinya lempeng - lempeng pipih atau benjolan berwarna kuning jingga. Penderita umum nya wanita yang terjadi karena timbunan sejenis zat lemak dalam sel-sel yang akan ber-perangai seperti busa, serta ber-tambahnya jaringan ikat. Benjolan ini biasanya terletak di kelopak mata, tidak terasa gatal atau sakit dan bersifat *familier* (diturunkan) karena berhubungan dengan kadar kolesterol darah yang tinggi.

Gambar 3.21
Xanthoma

d. Keratosis Seboroik

Keratosis seboroik berwujud sebagai tumbuhan epidermal jinak yang disebabkan oleh penebalan lapisan tanduk, bentuknya dari sebesar kepala jarum pentul sampai sebesar biji jagung atau lebih besar lagi.

Kelainan ini berwarna coklat sampai hitam, tidak menular, dan hanya timbul sedikit di atas permukaan kulit, berbentuk pipih dengan permukaan yang licin ataupun kasar seperti pada kutil. Kelainan ini umum terjadi pada usia tiga puluh tahun ke atas dan timbul di daerah sebore seperti pada kulit wajah, kulit kepala, dada dan punggung.

e. Naevus pigmentosus (tahi lalat)

Tahi lalat yang sering muncul pada kulit manusia berupa tonjolan kecil hingga besar berwarna coklat hingga hitam ini adalah sejenis tumbuhan jinak berwarna coklat sampai hitam yang biasanya ada sejak lahir dan membesar sejalan dengan meningkatnya usia.

Naevus pigmentosus dapat rata dengan permukaan kulit dan kecil yang disebut tahi lalat serta bisa juga menonjol dan agak besar yang disebut tanda. Tahi lalat yang membesar dengan cepat apalagi bila disertai rasa gatal, mudah berdarah dan warnanya bertambah gelap atau menghitam, segera periksakan ke dokter, karena kemungkinan berubah menjadi ganas dan berbahaya.

3. Gangguan Pigmentasi

Warna kulit manusia ditentukan oleh berbagai faktor, yang terpenting adalah jumlah pigmen melanin kulit, peredaran darah, tebal tipisnya lapisan tanduk dan adanya zat-zat warna lain yang bukan melanin yaitu darah dan kalogen. Dalam keadaan normal, melanin dihasilkan secara teratur oleh sel melanosit. Melanin, selain memberi warna pada kulit, juga berfungsi melindungi kulit dari terpaan sinar matahari yang dapat merusak struktur kulit, dan kulit menjadi gelap. Melanin sangat berguna melindungi kulit terhadap penyinaran sinar ultra violet. Pembentukan pigmen melanin dirangsang oleh sinar ultra violet. Kelainan pada proses pembentukan pigmen melanin kulit, yaitu :

a. Melanosis

Salah satu penyakit melanosis adalah *melasma (chloasma)*, yaitu adanya bercak-bercak berwarna coklat kehitaman (*hiperpigmentasi*) di kulit muka yang sangat khas seperti di daerah pipi, dahi dan bibir atas. Melasma sering timbul karena kehamilan, pil kontrasepsi, pemakaian kosmetik dan sinar matahari. *Melasma*

karena kehamilan, dapat menghilang setelah melahirkan. Melasma karena kosmetika terjadi karena fotosensitisasi oleh zat tertentu seperti zat pemutih. Zat ini menyebabkan kulit lebih rentan terhadap sinar ultra violet sehingga lebih mudah dan cepat membentuk melanin.

Gambar 3.22
Melasma (Chloasma)

b. Gangguan pigmentasi dapat berupa : gangguan fungsi kelenjar minyak yakni pengeluaran minyak yang berlebihan dan bila terjadi penyumbat-an saluran kelenjar palit dapat terjadi *millium* atau akne yang dapat meradang, gangguan pertandukan kulit yakni pada bagian muka terdapat berbagai macam keratinosis kulit seperti *hiperkeratinisasi* atau kekolotan dan pada bagian badan, tangan dan kaki terjadi penyisikan kulit seperti sisik ikan, kulit merah dan bersisik, kapalan serta katimumul atau mata ikan, juga gangguan peredaran darah berupa pelebaran pembuluh darah rambut.

c. Lentigo

Lentigo yaitu sejenis *naevus pigmentosus* yang terlihat menyerupai *ephilides*, licin berwarna coklat tua. *Lentigo* tidak akan memudar walau-pun dalam musim dingin, serta dapat pula terjadi di bagian tubuh yang tertutup pakaian.

Gambar 3.23
Lentigo

d. Vitiligo

Vitiligo adalah gangguan pigmentasi pada kulit yang ditandai dengan terjainya bercak-bercak putih karena kehilangan melanin. Kelainan ini terjadi secara turun temurun. Bercak ini dapat berukuran besar atau kecil, berbentuk bulat atau tidak menentu tetapi bila bersatu bisa menjadi lebih besar. Bercak-bercak ini lebih sensitif terhadap sinar matahari. *Vitiligo* lebih banyak terjadi di daerah tropik, terutama pada orang-orang berkulit gelap.

Gambar 3.24
Vitiligo

4. Infeksi Jamur

Kelainan kulit karena infeksi jamur antara lain disebabkan oleh segolongan jamur dermatofita (*dermatofitosis*), ragi *candida* (*kandidosis* kulit) dan jamur *malassezia furtur*. Kelainan kulit karena infeksi jamur dapat berupa :

a. Panu

Panu adalah bentuk lain dari *dermatofitosis* yaitu infeksi jamur dangkal yang disebabkan oleh *fungus mallasezia furtur*. Penyakit ini tampak sebagai bercak-bercak yang kadang tersebar di seluruh tubuh. Bercak ini dapat berwarna putih kelabu, kecoklat-coklatan atau kehitam-hitaman yang disertai pengelupasan sisik-sisik halus. Panu banyak ditemukan di Indonesia terutama pada mereka yang kurang memperhatikan kebersihan badan. Penyakit ini dapat menyebabkan rasa gatal.

b. Kurap

Kurap merupakan *dermatofitosis* yang berupa infeksi kulit ber-bentuk bulat-bulat besar dengan diameter 3 - 4 cm, pinggirnya meninggi, dan berwarna merah sedang di bagian tengahnya bersisik halus menimbul-kan rasa gatal. Kelainan ini dapat terjadi pada anak-anak, remaja, hingga dewasa baik laki-laki maupun perempuan. Kurap bisa menular.

Gambar 3.25
Kurap

c. *Tinea pedis (athlete'sfoot)*

Tinea pedis adalah sejenis penyakit yang disebabkan oleh jamur pada kaki terutama pada telapak kaki dan sela-sela jari kaki. *Tinea pedis* banyak di-jumpai pada laki-laki dibanding-kan pada wanita. Gambaran klinis yang terlihat, berbeda, dari perlunakan kulit di sela-sela jari, pertandukan yang berlebihan, reaksi eksim, gelembung-gelem-bung sampai retak-retak kulit yang diiringi rasa sakit.

Gambar 3.26
Tinea Pedis (Athlete'sfoot)

5. Alergi (Hipersensisitivitas)

Alergi atau *hipersensitivitas* adalah perubahan kemampuan tubuh yang didapat dan khas untuk bereaksi terhadap zat (alergen, antigen) yang menempel atau masuk ke dalam tubuh. Pada hakekatnya, alergi termasuk kompleks kekebalan (imunitas) dan bersifat reaksi ke-kebalan (imunologik) khas antara alergen dengan zat lain (antibodi) yang dibentuk oleh tubuh. Daya reaksi imunologik tubuh, khususnya kulit terhadap zat-zat asing yang berkhasiat sebagai antigen bersifat amat khas dan berlangsung amat lama. Zat-zat yang dapat menyebabkan alergi antara lain berupa :

a. Makanan, minuman dan obat-obatan.

b. Bahan-bahan yang ditempelkan ke kulit seperti kosmetika (alas bedak, bedak, lipstik, parfum, *hair spray*, cat rambut) dan obat-obatan (salep, balsam atau krim).

c. Bahan yang dihirup seperti udara, debu.

Pada umumnya reaksi alergi pada kulit menunjukkan gejala : kulit terlihat merah, gatal, bengkak, sesak napas dan pingsan. Reaksi alergi dapat terjadi segera setelah kontak dengan zat tersebut atau beberapa saat setelah kontak dengan zat-zat tersebut. Sebagai langkah pencegahan, hindari penggunaan zat atau bahan yang dapat menimbulkan alergi.

6. Reaksi kulit terhadap kosmetika :

Di daerah kulit muka dan kepala sering dijumpai reaksi kulit yang disebabkan oleh pemakaian kosmetika. Zat kimia dalam kosmetika dapat menimbulkan :

a. Reaksi alergi. Bila seseorang menggunakan suatu jenis kosmetika, kemudian mengalami reaksi hipertensivitas terhadap kosmetik tersebut, kulit menjadi merah, gatal sampai bengkak-bengkak. Daerah kulit yang terkena umumnya muka (terutama kelopak mata dan telinga) dan leher atau ketiak ketika menggunakan deodorant.

b. Reaksi iritasi primer. Kulit mengalami iritasi segera sesudah pemakaian kosmetika di tempat tersebut dan kulit menjadi gatal dan merah sampai berair, misalnya karena penggunaan *bleaching cream* untuk memutihkan kulit, atau *depilatori* untuk menghilangkan rambut.

c. Reaksi fotosensitivitas. Reaksi kulit yang terjadi pada tempat yang menggunakan kosmetik setelah kontak langsung dengan sinar matahari dengan panjang gelombang tertentu. Kulit di bagian tersebut menjadi merah, gatal kemudian menjadi hitam (*hiperpigmentasi*), misalnya reaksi kulit terhadap penggunaan parfum dan reaksinya berupa bintil-bintil atau gelembung-gelembung berwarna merah kehitaman.

d. Kerusakan rambut. Zat kimia yang dipakai pada pengeritingan, pelurusan dan pewarnaan rambut, dapat menyebabkan rambut menjadi rontok atau rambut patah bahkan dapat timbul kebotakan sementara (*alopecia temporer*).

e. Pengeritingan rambut secara mekanis dapat menyebabkan kebotakan karena tarikan alat pengeritingan (*traction alopecia*)

f. Kerusakan kuku. Kuku dapat rusak, tumbuh bergelombang, berwarna kusam, tidak tumbuh atau menjadi radang karena zat kimia yang terkandung dalam kosmetik kuku.

g. Sensitisasi silang atau *cross sensitization*. Pada peristiwa ini terjadi sensitisasi tidak saja terhadap satu alergen yang telah menimbulkan zat anti terhadapnya, tetapi reaksi alergi juga berlangsung pada kontak dengan zat-zat yang struktur kimiawinya hampir serupa dengan alergen penyebabnya, misalnya pada hipersensitivitas terhadap cat rambut parafenilendiamida acapkali terjadi pula sensitisasi silang terhadap *paratoluendiamina*.

7. Penuaan Dini

Sebum berfungsi sebagai pertahanan terhadap musuh utama kecantikan wanita yaitu penuaan dini. Penuaan dini sering terjadi pada kulit yang berjenis kering, karena kadar sebum dalam kulit kering sangat sedikit. Biasanya penuaan dini ditandai dengan kondisi kulit terlihat lelah, kering, bersisik, kasar dan disertai munculnya keriput dan noda hitam atau vlek.

Penuaan dini disebabkan oleh dua faktor yaitu pertama *faktor internal*, seperti keturunan, kesehatan dan daya tahan, dan kejiwaan. Faktor internal merupakan proses alamiah yang tidak mungkin dihindari setiap manusia. Hal ini dapat juga dipicu oleh stres dan perubahan hormonal, dan faktor ini hanya dapat dikurangi efeknya, dengan cara perawatan wajah yang tepat, rutin dan lembut, mengurangi stres serta mencoba hidup santai.

Penyebab yang kedua adalah *faktor eksternal* yang meliputi :

a. Radikal bebas yaitu molekul ganas yang menggerogoti sel-sel tubuh termasuk jaringan kalogen. Sebagian ahli berpendapat bahwa radikal bebas terbentuk sebagai efek polusi lingkungan, paparan sinar matahari, pemakaian air yang tercampur bahan kimia, perubahan cuaca dan faktor lain yang mengganggu pertumbuhan normal kalogen. Pencegahan radikal bebas dapat dilakukan dengan mengatur pola makan, diet yang mengandung protein tinggi dan mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung vitamin seperti buah dan sayuran. Dengan gizi yang baik, struktur sel akan membaik hingga proses penuaan dini dapat diperlambat.

b. Sinar matahari. Untuk menghindari pengaruh buruk sinar matahari, hindari saat sinar matahari memancarkan sinar ultra violet di titik kulminasi (antara pukul 10.00 – 15.00) dan selalu mengenakan tabir surya pada wajah dan bagian tubuh yang terbuka setiap ke luar ruangan.

c. Kelembaban udara. Kelembaban udara yang tinggi dan tidak stabil seperti di alam tropis ini, menjadi penyebab terjadinya penuaan dini, terutama jika kulit tidak dilindungi dengan baik.

Salah satu cara melindungi kelembaban kulit adalah dengan mengenakan pelembab yang dapat mempertahankan kadar air dalam kulit. Untuk melindungi kelembutan kulit, gunakan pelembab pada wajah dan *body lotion* yang sesuai dengan jenis kulit pada seluruh tubuh terutama yang tidak terlindungi oleh pakaian. Pelembab yang baik untuk melembabkan kulit kering dan kulit normal, pilih bahan pelembab yang mengandung *humektan* sebagai pengikat air yaitu *asam alfa-hidroksi A-HA/Alpha-Hidroksi Acid*)

Sinar matahari dapat menimbulkan masalah pada kulit, terutama pada mereka yang suka mandi matahari atau terkena terpaan langsung sinar matahari secara terus menerus yang mengakibatkan kulit keriput dan timbul penuaan lebih dini. Sinar matahari diduga kuat sebagai penyebab kanker kulit. Bila terpaksa harus melakukan kegiatan di bawah terpaan sinar matahari, gunakan topi pelindung dan oleskan krim pelindung yang mengandung *Sun Protection Factor (SPF)* 15.

- **Tips menjaga kecantikan dan kesehatan kulit (penuaan dini)**

Selalu menggunakan tabir surya/*sun block/sun cream* sedini mungkin dengan SPF (*Sun Protecting Factor*) 15 yang mengandung *titanium dioksida* dan *avobenzena* untuk melindungi kulit dari sinar matahari yang mengakibatkan kelainan warna kulit, kerutan dan kulit menjadi kendur.

a. Lakukan perawatan secara teratur, meliputi penggunaan *scrub* atau *peeling* (untuk menghilangkan sel-sel kulit mati), memperbaiki sirkulasi darah/getah bening di kulit dengan *massage*, pemberian nutrisi, serum, gel atau masker yang mengandung bahan-bahan yang melembabkan kulit dan berfungsi sebagai antioksidan.

b. Perbanyak mengkonsumsi sayur dan buah segar berwarna sebagai sumber nutrisi dan antioksidan untuk menjaga kecantikan kulit. Hindari *junk food* atau produk olahan.

c. Mengkonsumsi produk dari bahan kacang kedelai (tahu, tempe, susu kacang kedelai), kurma dan minum teh yang berasal dari biji adas sebagai sumber estrogen alami.

d. Minum air putih paling sedikit 2,5 liter perhari untuk menjaga kelembaban kulit dan kurangi konsumsi kopi dan *soft drink*.

e. Minum teh hijau minimal 2 cangkir sehari, karena mengandung antioksidan yang lebih paten.

f. Mengkonsumsi suplemen antioksidan seperti vitamin A (betakarotin), vitamin C, vitamin E, vitamin B-kompleks dan beberapa mineral seperti *selenium seng.*

g. Lakukan olah raga yang dapat menggerakkan sebagian otot di tubuh seperti jalan cepat, *jogging*, senam aerobik, berenang minimal 3 kali seminggu. Hal ini dapat melancarkan aliran darah/getah bening, sehingga asupan nutrisi dan oksigen pada sel-sel lebih baik serta mempercepat pembentukan sel-sel kulit yang baru.

8. Kelainan Kelenjar Keringat

Kelainan-kelainan kulit yang disebabkan terganggunya kelenjar keringat yaitu :

a. Biang keringat (*miliaria*), yaitu suatu kelainan kulit yang disebabkan oleh adanya retensi keringat akibat tersumbatnya pori-pori kelenjar keringat. Timbulnya biang keringat biasanya kalau udara panas atau lembab. Penyumbatan pori-pori kelenjar keringat disebabkan oleh bakteri-bakteri yang menimbulkan peradangan atau pembengkakan, akibatnya kulit menjadi gatal. Biang keringat terdapat di daerah dahi, leher, dada dan punggung.

b. *Hiperidrosis*, yaitu suatu keadaan bilamana keringat dihasilkan berlebihan. Kelebihan keringat dapat terjadi di seluruh badan atau hanya setempat misalnya di telapak tangan atau kaki. Hiperdrosis dapat terjadi secara fisiologis, karena suatu penyakit dan faktor psikis.

c. *Anidrosis* yaitu suatu keadaan bila kulit tidak dapat berkeringat, yang disebabkan kelenjar keringat tidak mampu berfungsi lagi atau karena suatu penyakit.

d. *Bromidrosis* yaitu terdapatnya keringat yang berbau (bisa disebut "bau badan") yang mungkin disebabkan oleh bakteri di kulit yang mengadakan dekomposisi keringat, atau karena kelenjar keringat apokrin bekerja lebih aktif. *Bromidrosis* selalu disertai hiperdrosis dan higiene kulit yang baik dapat mencegah *bromidrosis*.

Latihan Penguasaan Konsep

Petunjuk : Berilah tanda silang (X) pada alternatif jawaban a, b, c, atau d, yang paling benar.

1. Kulit terdiri dari 3 lapisan yaitu kulit ari, kulit jangat dan jaringan penyambung di bawah kulit. Kulit yang paling luar disebut :
   a. Korium
   b. Dermis
   c. Kutis
   d. Epidermis

2. Kulit merupakan organ tubuh terbesar yang melapisi seluruh bagian tubuh. Fungsi dari kulit *kecuali* :
   a. Melindungi tubuh dari pengaruh luar
   b. Menunjang penampilan
   c. Mengatur suhu tubuh, antara tubuh dengan lingkungan
   d. Membantu memproduksi kelenjar minyak

3. Kulit jangat berupa jaringan penyambung di bawah kulit (jaringan ikat) dan berisi :
   a. Kelenjar minyak
   b. Jaringan lemak
   c. Otot penegak rambut
   d. Melanosist

4. Berikut ini adalah faktor-faktor yang dapat mempengaruhi warna kulit manusia *kecuali* :
   a. Kadar asam amino
   b. Jumlah pigmen melanin
   c. Kolagen
   d. Tebal tipisnya lapisan tanduk

5. Pada umumnya jenis kulit dapat dikelompokkan menjadi 4 bagian. Ciri-ciri kulit kering yaitu :
   a. Pori-pori membesar
   b. Kulit terasa kencang
   c. Lembab berembun
   d. Kulit mudah infeksi

6. Salah satu penyakit akibat kelainan dalam proses pembentukan pigmen melanin kulit yaitu melasma. Berikut adalah penyebab timbulnya melasma *kecuali* :
   a. Kehamilan
   b. Pemakaian sabun
   c. Pil kontrasepsi
   d. Sinar matahari

7. Bercak-bercak putih di kulit berbentuk bulat atau lonjong akibat kehilangan pigmen melanin disebut :
   a. Tinea versicolor
   b. Ephelide
   c. Vitiligo
   d. Lentigo

8. Kulit menjadi kering karena pengaruh :
   a. Makanan yang benyak mengandung cairan dan lemak
   b. Sinar matahari
   c. Kelenjar kulit yang hanya mengeluarkan keringat
   d. Makanan yang banyak mengandung vitamin B-kompleks

9. Berikut ini adalah faktor yang memegang peranan terhadap sifat elastisitas kulit, yaitu :
   a. Plasenta
   b. Serabut kalogen
   c. Melanosit
   d. Jaringan ikat

10. Acne timbul di daerah sebore, yaitu daerah kulit yang mengandung :
    a. Lebih banyak kelenjar lemak dari pada di daerah lain
    b. Sedikit kelenjar palit, dari pada kelenjar kulit lain
    c. Lebih banyak mengandung kelenjar keringat
    d. Lebih banyak mengandung pembuluh darah kapiler

11. Kutil dan cacar merupakan kelainan pada kulit yang disebabkan oleh :
    a. Virus
    b. Bakteri
    c. Parasit
    d. Kuman

12. Penyakit kulit yang disebabkan oleh jamur adalah :
    a. Panu
    b. Campak
    c. Bisul
    d. Eksim

13. Penyakit yang disebabkan tersumbatnya pori-pori kelenjar keringat disebut :
    a. Bromidosis
    b. Anidrosis
    c. Miliaria
    d. Ichthyosis

14. Psoriasis merupakan kelainan pada …
    a. Dermis
    b. Epidermis
    c. Hipodermis
    d. Seluruh lapisan kulit

15. Bisul-bisul di ketiak yang disebabkan oleh peradangan kelenjar apokrin disebut :
    a. Hiperidrosis
    b. Anidrosis
    c. Bromidrosis
    d. Hidradenitis saupurativa

16. Hiperpigmentasi pada orang hamil (gravidarum) disebabkan oleh :
    a. Pemakaian kosmetik
    b. Sinar matahari
    c. Kekurangan vitamin
    d. Kelainan hormone

17. Dehydrated skin adalah kulit yang :
    a. Berjerawat
    b. Hiperpigmentasi
    c. Kering dan kurang lembab
    d. Alergi dan muara

18. Kulit menjadi kering dan keriput, antara lain disebabkan oleh :
    a. Kurang sinar matahari
    b. Jarang mandi karena sakit
    c. Penurunan kadar factor pelembab alamiah
    d. Kurang melakukan penguapan wajah

19. Fungsi kulit sebagai alat penyerap dapat ditentukan oleh beberapa factor berikut, ***kecuali*** :
    a. Sifat zat yang diserap
    b. Sifat bahan pelarut
    c. Suhu kulit
    d. Syaraf kulit

20. Melasma merupakan gangguan atau kelainan kulit yang disebabkan oleh :
    a. Kulit ari
    b. Pigmentasi
    c. Kelenjar keringat
    d. Kelenjar palit

21. Hiperidrosis termasuk penyakit yang berhubungan dengan kelenjar :
    a. Gondok
    b. Buntu
    c. Keringat
    d. Minyak

22. Penyebab veruca vulgaris (kutil) pada anak-anak adalah …
    a. Virus
    b. Ricketsiae
    c. Bakteri
    d. Jamur

23. Kelainan kulit yang berupa tumbuhan jinak, dan yang terjadi karena pelebaran saluran kelenjar keringat disebut :
    a. Veruca vulgaris
    b. Siringoma
    c. Rosasea
    d. Xantoma

24. Terjadinya sebore, disebabkan oleh :
    a. Peningkatan aktivitas kelenjar keringat apokrin
    b. Peningkatan aktivitas kelenjar keringat ekrin
    c. Bertambahnya lemak subkutis
    d. Peningkatan aktivitas kelenjar palit

25. Akne vulgaris umumnya dijumpai pada jenis kulit :
    a. Kering
    b. Berminyak
    c. Sensitif
    d. Hiperpigmentasi

26. Kemerahan karena pelebaran pembuluh darh disertai hipertrofi kelenjar palit di daerah tersebut termasuk kelainan :
    a. Melasma
    b. Rosasea
    c. Basalioma
    d. Xantoma

27. Yang disebut lentigo adalah :
    a. Bercak-bercak hiperpigmentasi
    b. Kelenjar keringat yang tidak berfungsi lagi
    c. Tumbuhan yang terdiri atas banyak sel-sel melanosit
    d. Bercak putih karena kulit kehilangan pigmen melanin

28. Berikut ini termasuk kelainan pada pertandukan kulit, ***kecuali*** :
    a. Chloasma
    b. Psoriasis
    c. Ichthyosis
    d. Keratoderma palmo plantar

29. Pada epidermis terdapat lapisan tunas yang disebut juga :
    a. Stratum spinosum
    b. Stratum granulosum
    c. Stratum korneum
    d. Stratum germinativum

30. Keringat tidak berguna untuk :
    a. Mengatur suhu badan
    b. Mengeluarkan garam dapur
    c. Mengeluarkan asam laktat
    d. Melarutkan palit (minyak)

BAB 4 Kosmetika

A. Konsep Kosmetologi

Kosmetika sudah dikenal manusia sejak berabad-abad yang lalu, dan baru abad ke 19 mendapat perhatian khusus, yaitu selain untuk kecantikan juga mempunyai fungsi untuk kesehatan. Perkembangan ilmu kosmetik serta industrinya baru di mulai secara besar-besaran pada abad ke 20 dan kosmetik menjadi salah satu bagian dari dunia usaha. Dewasa ini, teknologi kosmetik begitu maju dan merupakan paduan antara kosmetik dan obat (*pharmacuetical*) atau dikenal dengan istilah kosmetik medik (*cosmeceuticals*).

Kosmetik berasal dari kata Yunani *'kosmetikos'* yang mempunyai arti keterampilan menghias atau mengatur. Pengertian kosmetik dalam Peraturan Menkes RI no 445 tahun 1998 dijelaskan sebagai berikut :

Kosmetika adalah bahan atau campuran bahan untuk digosokkan, dilekatkan, dituangkan, dipercikkan atau disemprotkan pada, dimasukkan dalam, dipergunakan pada badan atau bagian badan manusia dengan maksud untuk membersihkan, memelihara, menambah daya tarik atau mengubah rupa, melindungi supaya tetap dalam keadaan baik memperbaiki bau badan tetapi tidak dimaksudkan untuk mengobati atau menyembuhkan suatu penyakit. (Depkes RI, Undang-undang tentang Kosmetika dan Alat Kesehatan, 1976)

Dalam definisi kosmetik tersebut, terdapat kalimat 'tidak dimaksud kan untuk mengobati atau menyembuhkan suatu penyakit', pernyataan tersebut mengandung pengertian bahwa penggunaan kosmetika tidak dimaksudkan untuk mempengaruhi struktur dan faal kulit. Pada tahun 1955, Lubowe menciptakan istilah *Cosmedics* sebagai gabungan dari kosmetik dan obat yang sifatnya dapat mempengaruhi faal kulit secara positif tetapi bukan obat, dan pada tahun 1982, Faust mengemukakan istilah *medicated cosmetics,* yakni semacam kosmetik yang juga bermanfaat untuk memperbaiki dan mempertahankan kesehatan kulit, seperti preparat anti ketombe, deodorant, preparat antipespirant, preparat untuk mempengaruhi warna kulit, dan preparat antijerawat. Tujuan utama penggunaan kosmetik pada masyarakat modern adalah untuk kebersihan pribadi, meningkatkan daya tarik melalui *make-up*, meningkatkan rasa

percaya diri dan perasaan tenang, melindungi kulit dan rambut dari kerusakan sinar ultra violet, polusi dan faktor lingkungan yang lain, mencegah penuaan, dan secara umum membantu seseorang lebih menikmati dan menghargai hidup. (Retno Iswari, 2007:7).

Produk kosmetik diperlukan tidak hanya oleh kaum wanita tetapi juga oleh kaum pria sejak lahir sampai akhir hayat. Produk kosmetik dapat digunakan setiap hari maupun secara insidental atau berkala dan dipakai di seluruh tubuh dari ujung rambut sampai ujung kaki. Tidak semua bahan kosmetika cocok untuk setiap kondisi kulit, jika terjadi ketidakcocokan, akan timbul iritasi pada kulit. Oleh karena itu, perhatikan kandungan bahan kimia yang tercantum di kemasan tiap-tiap produk. Dasar kosmetika biasanya terdiri dari bermacam-macam bahan dasar, bahan aktif dan bahan pelengkap. Bahan-bahan tersebut mempunyai aneka fungsi antara lain sebagai *solvent* (pelarut), *emulsier* (pencampur), pengawet, *adhesive* (pelekat), pengencang, *absortent* (penyerap) dan desinfektan. Pada umumnya 95 % dari kandungan kosmetika adalah bahan dasar dan 5 % bahan aktif atau kadang-kadang tidak mengandung bahan aktif. Hal ini mengandung arti bahwa kosmetika, sifat dan efeknya tidak ditentukan oleh bahan aktif tetapi terutama oleh bahan dasar kosmetika tersebut.

Bahan dasar kosmetika dikelompokkan sebagai berikut :

1. ***Solvent* (Pelarut)**
   Solvent atau pelarut adalah bahan yang berfungsi sebagai zat pelarut seperti air, alkohol, eter, dan minyak. Bahan yang dilarutkan dalam zat pelarut terdiri atas 3 bentuk yaitu padat misalnya garam, cair misalnya gliserin dan gas misalnya amoniak.

2. ***Emulsier* (Pencampur)**
   Emulsier merupakan bahan yang memungkinkan dua zat yang berbeda jenis dapat menyatu, misalnya lemak atau minyak dengan air menjadi satu campuran merata (homogen). Emulgator, umumnya memiliki sifat menurunkan tegangan permukaan antara dua cairan (*surfactant*). Contoh emulgator yaitu lilin lebah, lanolin, alkohol atau ester asam-asam lemak.

3. ***Preservative* (Pengawet)**
   Bahan pengawet digunakan untuk meniadakan pengaruh kuman-kuman terhadap kosmetika, sehingga kosmetika tetap stabil tidak cepat kadaluwarsa. Bahan pengawet yang aman digunakan biasanya yang bersifat alami. Bahan pengawet untuk kosmetika dapat menggunakan senyawa asam benzoat, alkohol, *formaldehida* dan lain-lain. Jenis pengawet kimia efeknya pada kulit seringkali tidak baik.

Untuk mengetahui efek yang ditimbulkan, penggunaan kosmetik sebaiknya dicoba dulu misalnya pada kulit di belakang telinga. Kosmetika yang sudah kadaluwarsa sebaiknya tidak digunakan lagi. Batas kadaluwarsa beberapa jenis kosmetik, sejak kemasan dibuka dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4.1 Batas Kadaluwarsa Beberapa Jenis Kosmetik

Jenis Kosmetik	Masa Pakai	Ciri Kadaluwarsa
Krim dan Cairan Pelembab, Liquid Foundation, Susu/Krim Pembersih	1 tahun	Berbau, berlendir, berubah warna, menggunpal
Serbuk Perona Mata, Perona Pipi, Bedak Tabur atau Padat	2 tahun	Dapat bertahan lama jika tidak terkontaminasi. Apabila kuas atau spons yang digunakan kotor, produk akan mudah terkena jamur.
Pensil Pensil Mata, Pensil Alis, dan Pensil Bibir	1 tahun	Ujung pensil keras dan pecah
Kosmetik Bibir *Lipstick, Lipgloss, Lipbalm, Lipcare, Lip moisturizer*	1 tahun	Berbau, Mengering, Membuat bibir kering dan gatal

4. *Adhesive* (Pelekat)

Bahan yang biasanya terdapat dalam kosmetika seperti bedak, dengan maksud agar bedak dapat dengan mudah melekat pada kulit dan tidak mudah lepas. Bahan pelakat dalam bedak antara lain menggunakan seng *stearat* dan magnesium *stearat*.

5. *Astringent* (Pengencang)

Merupakan bahan pengencang yang mempunyai daya untuk mengerutkan dan menciutkan jaringan kulit. Bahan pengencang biasanya menggunakan zat-zat yang bersifat asam lemah dalam kadar rendah, alkohol dan zat-zat khusus lainnya.

6. *Absortent* (Penyerap).

Bahan penyerap mempunyai daya mengabsorbsi cairan, misalnya kalsium karbonat dalam bedak yang dapat menyerap keringat di wajah.

7. Desinfektan

Desinfektan berguna untuk melindungi kulit dan bagian-bagian tubuh lain terhadap pengaruh-pengaruh mikroorganisme. Desinfektan dalam kosmetika sering menggunakan *ethyl alkoho*l, *propilalkohol*, *asam borat fenol* dan senyawa-senyawa amonium kuaterner.

Bahan dasar yang paling banyak digunakan dalam kosmetika adalah lemak, air, alkohol dan serbuk. Lemak sebagai bahan dasar kosmetika berfungsi untuk :

1. Lemak dapat membentuk lapisan tipis di permukaan kulit sehingga berfungsi sebagai pelindung (*ptotective film*) yang berguna untuk menghalangi terjadinya penguapan air sehingga mencegah terjadinya kekeringan pada kulit.
2. Lemak memiliki sifat pembasah (*wetting effect*) bagi keratin, sehingga dapat berguna untuk pemeliharaan elastisitas kulit dan mempertahankan kulit agar tetap lembut dan halus.
3. Lemak dapat melarutkan kotoran-kotoran seperti sisa-sisa *make-up*, oleh sebab itu baik digunakan dalam preparat pembersih.
4. Jenis lemak tertentu seperti lemak hewani, nabati dan malam mudah diabsorpsi oleh kulit, sehingga merupakan bahan dasar yang baik untuk bahan-bahan aktif masuk ke dalam kulit.
5. Lemak hewani dan lemak nabati tertentu mengandung bahan aktif seperti vitamin, hormon, dan lestin yang bermanfaat bagi kulit.

Air dapat diserap oleh kulit, tetapi daya penetrasi (daya serap) air dan bahan-bahan yang larut dalam air lebih rendah dibandingkan dengan lemak dan bahan-bahan yang larut dalam lemak. Daya penetrasi bahan-bahan yang larut dalam air, tergantung pada kandungan air (*water content*) *stratum corneum*, oleh sebab itu air bukan bahan dasar yang baik untuk mengantar bahan aktif masuk ke dalam kulit. Air banyak digunakan dalam preparat pembersih, karena air mudah digunakan, dapat melunakkan *stratum corneum* dan dapat membersihkan kotoran yang larut dalam air. Air tidak memiliki daya pembasah kulit dan bukan merupakan bahan pembersih yang sempurna, oleh karena itu, untuk memperoleh efek pembersih yang sempurna perlu ditambahkan bahan dasar lain seperti minyak (*cleansing cream*), alkohol 20 - 40 % (*skin freshener, face tonic*) atau *surfactant* (sabun, deterjen).

Alkohol merupakan bahan pelarut organik dalam kosmetika, seperti halnya eter, aseton, dan kloroform. Bahan-bahan tersebut cenderung dapat menimbulkan reaksi iritasi pada kulit. Pemakaian alkohol dalam jumlah yang dibolehkan (aman) untuk kosmetika adalah alkohol

20 - 40 % dengan bahan dasar air. Tujuan pemakaian alkohol tersebut adalah untuk :

1. Meningkatkan permeabilitas kulit pada air.
2. Mengurangi tegangan permukaan kulit sehingga meningkatkan daya pembasah air.
3. Meningkatkan daya pembersih preparat terhadap kotoran yang berlemak.
4. Bersifat sebagai *astringent* dan desinfektan.

Bahan dasar aktif yang sering ditambahkan ke dalam kosmetika antara lain vitamin, hormon ekstrak tumbuh-tumbuhan dan hewan, asam alpha hidroksil (AHA), merkuri, tretinoin, hidrokinon, dan hidrogen peroksida. Manfaat preparat tropikal yang mengandung bahan-bahan aktif adalah bahan aktif tersebut dapat diabsorpsikan oleh kulit, tidak mudah teroksidasi, berhasiat pada kulit, dan pemberian secara oral atau dengan cara lain tidak mungkin dilakukan.

Kosmetika yang digunakan untuk perawatan kulit harus berfungsi untuk memelihara kesehatan kulit, mempertahankan kondisi kulit agar tetap baik dan mampu mencegah timbulnya kelainan pada kulit akibat proses usia, pengaruh lingkungan dan sinar matahari. Kosmetika menurut penggunaannya dibagi menjadi kosmetika untuk memelihara, merawat dan mempertahankan kulit, serta kosmetika untuk mempercantik wajah yang dikenal dengan kosmetika tata rias.

Biokosmetika adalah kosmetika yang mengandung zat-zat biologis aktif, yang biasanya berasal dari hewani atau nabati. Zat aktif yang berasal dari hewani diantaranya sari placenta, sari embrio, air ketuban lembu, serum lembu, sari jaringan tubuh, dan kolagen.

Sari placenta merupakan kompleks zat aktif yang sangat baik untuk perawatan kulit yang menua, karena mengandung nukleotida, hormon-hormon *steroid*, asam lemak, asam amino, vitamin dan unsur-unsur mikro. Mutu sari placenta ditentukan atas dasar kadar enzim *fofatase* yang dikandungnya. Untuk menjamin khasiat kosmetik yang dibuat dari sari placenta, kadar yang disarankan ada di dalam kosmetika sekurang-kurangnya harus mencapai 3 - 5 %. Sari placenta bermanfaat untuk meningkatkan peredaran darah lokal, merangsang metabolisme kulit, memperbaiki kekenyalan serabut-serabut jaringan ikat, dan merangsang pernafasan kulit.

Sari embrio diperoleh dari telur ayam yang sudah dibuahi, air ketuban lembu dan serum lembu yang diperoleh dari lembu hamil. Sari embrio mengandung zat-zat yang dapat merangsang metabolisme sel sehingga sangat baik untuk mengatasi keriput atau untuk mengencangkan kulit.

Sari jaringan tubuh berasal dari jaringan hewani yang sangat baik untuk mengatasi masalah penuaan kulit.

Kolagen adalah suatu protein yang terdiri atas berbagai asam amino seperti *glisin, prolin, hidroksiprolin, alanin, leusin, arginin, asam aspartat*, asam *glutamat*, dan asam-asam amino lainnya dalam jumlah kecil. Serabut kolagen adalah unsur penting yang memberi kekuatan kepada kulit jangat dan sangat menentukan keadaan jaringan ikat. Dalam keadaan normal, kolagen memungkinkan penyerapan dan pertukaran air serta gas. Dalam jaringat ikat muda, kolagen terdapat dalam bentuk yang mudah larut (*soluble collagen*). Bila kulit menua, kolagen berubah menjadi bentuk yang sukar larut dan menjadi kaku. Serabut-serabut kolagen demikian akan kehilangan daya mengembung dan daya untuk menyerap air. Untuk menghambat perubahan-perubahan negatif pada permukaan kulit sebagai akibat pengerasan serabut-serabut kolagen, karena proses penuaan, dapat diberi hasil uraian (*hydrolstate*) kolagen yang mudah larut, semata-mata untuk menggantikan kolagen yang telah mengeras. Kolagen yang mudah larut diperoleh dengan cara ekstraksi kulit anak lembu. Cara ekstraksi sangat menentukan mutu kolagen yang dihasilkan, karena pada proses tersebut hendaknya struktur dan susunan kimiawi kolagen tidak mengalami perubahan. Mekanisme perubahan kolagen adalah suatu proses yang sangat kompleks, dan berkaitan dengan pembentukan fibril serta serabut, regulasi enzim pada sintesis, modifikasi dan penguraian kolagen. Kosmetika yang mengandung kolagen dapat memperbaiki kekenyalan kulit, melicinkan permukaan kulit, meningkatkan kelembaban kulit, serta memperbaiki fungsi pembuluh kapiler kulit sehingga dapat digunakan untuk peremajaan kulit.

Di dalam dermis, 70 % jaringan ikatnya adalah kolagen, sedangkan 5% adalah jaringan elastin. Elastin sangat berpengaruh terhadap sifat elastisitas jaringan ikat yang secara bersama-sama dengan kolagen dapat digunakan untuk produk kosmetik perawatan kulit. Bahan dasar dermis terdiri dari garam, air, dan glikosaminoglikan yang membentuk molekul kompleks. Asam hialuronat termasuk ke dalam kelompok glikosaminoglikan yang terdapat dalam dermis. Manfaat asam hialuronat adalah sebaai pelumas untuk jaringan kolagen, dan mencegah perubahan kolagen yang larut menjadi kolagen yang tidak larut.

Zat biologis aktif yang berasal dari ekstrak tumbuh-tumbuhan mencakup sari berbagai tumbuh-tumbuhan, minyak-minyak nabati, minyak-minyak atsiri, sari buah dan serbuk sari bunga. Zat biologis aktif ekstrak tumbuhan ini bermanfaat untuk melicinkan dan menghaluskan kulit, mempengaruhi keratinasasi dan hidrasi lapisan epidermis serta dapat membantu dalam proses pemutihan kulit (*bleaching skin*). Asam alfa hidroksi (AAH atau *Alfa Hidroxil Acid* / AHA) adalah asam karbosilat

yang memiliki gugus hidroksi pada posisi alfa. Secara alamiah zat ini terdapat dalam buah-buahan dan yogurt, seperti asam glikgat pada gula tebu, asam laktat pada yogurt, asam tartat pada buah apel, dan asam sitrat pada buah jeruk.

Manfaat AAH atau AHA adalah sebagai emolien, yang dapat meningkatkan pergantian sel kulit dan pembentukan sel kulit baru, mengurangi ikatan antar komeosit dan mensintesis kolagen sehingga dapat mengurangi keriput halus, membentuk kulit halus dan sehat serta dapat memperbaiki tekstur kulit. Oleh karena itu emolien ini sangat baik digunakan bagi perawatan kulit kering, perawatan dan peremajaan kulit menua dan kulit yang terdapat parut bekas jerawat (*acne scar*). AHA hanya cocok digunakan untuk mereka yang berusia antara 30 - 40 tahun, untuk usia lebih dari 40 tahun sebaiknya memilih asam *retinoat*. Asam *retinoat* (*retinoic acid*) mengandung vitamin A yang mampu menembus ke dalam sel kulit, sedangkan AHA hanya bisa sampai lapisan antar sel. Kulit yang kusam pun menjadi lebih lembab, tebal, merah, dan segar lagi.

Bahan aktif lain dalam kosmetika yaitu hidrokinon. Hidroknion (*hydroquinone*) adalah bahan aktif yang dapat mengendalikan produksi pigmen yang tidak merata, tepatnya berfungsi untuk mengurangi atau menghambat pembentukan melanin kulit. Melanin adalah pigmen kulit yang memberikan warna gelap kecokelatan, sehingga muncul semacam bercak atau bintik cokelat atau hitam pada kulit. Banyaknya produksi melanin menyebabkan terjadinya hiperpigmentasi.

Hidrokinon digunakan untuk mencerahkan kulit yang kelihatan gelap akibat bintik, melasma, titik-titik penuaan, dan *chloasma*. Hidrokinon sebaiknya tidak digunakan pada kulit yang sedang terbakar sinar matahari, kulit yang iritasi, yang luka terbakar, dan kulit pecah. Hindari penggunaan hidrokinon pada mereka yang mengalami masalah hati, ginjal, alergi atau sedang hamil dan menyusui. Sebelum mengoleskan hidrokinon, bersihkan wajah dari kotoran dan *make-up,* dan keringkan. Dalam pemakaian hidrokinon harus hati-hati jangan sampai terkena mata, bibir, bagian dalam hidung, dan mulut, karena bisa menyebabkan mati rasa. Kandungan hidrokinon dalam kosmetik yang diizinkan tidak lebih dari dua persen.

Tretinoin adalah bahan aktif dalam kosmetika, berupa zat kimia yang termasuk vitamin A asam atau *retinoic acid,* yang berfungsi untuk membentuk struktur atau lapisan kulit baru, mengganti lapisan kulit luar yang rusak. Krim tretinoin yang dioleskan ke kulit menyebabkan daya permeabilitas kulit meningkat. Ini ditandai oleh terbentuknya lapisan tanduk baru. Tretinoin juga meningkatkan pembentukan pembuluh rambut kulit. Akibatnya, aliran darah ke kulit bertambah. Lapisan luar kulit dan kegiatan pembelahan sel pun meningkat.

Bertambahnya usia menyebabkan bantalan kolagen kulit menipis dan tidak kenyal lagi. *Tretinoin* inilah yang mampu membantu pembentukan sel *fibrobias* di bawah kulit, sehingga bantalan kolagen menebal, kencang, dan kerut memudar. Selain meremajakan, tretinoin mampu mengatasi jerawat, *spoerten,* bekas luka dangkal, serta memunculkan lapisan di kulit yang sudah lapuk. Tretinoin dosis tertentu menyebabkan kulit mengelupas dan muncul kulit baru, tetapi tidak semua kulit tahan menerimanya, sehingga malah kulit menjadi rusak, kulit jadi kemerah-merahan. Pada kulit sensitif, pemakaian tretinoin harus dimulai dengan dosis paling rendah yakni 0,05 persen dengan pemakaian setiap dua malam sekali. Bila kulit mulai kuat dan tidak timbul reaksi radang, rasa terbakar, secara perlahan, dosisnya dapat ditambah atau ditingkatkan dan pemakaiannya pun dapat setiap malam. Kosmetik berbahan dasar aktif tretinoin tidak boleh dipakai siang hari, karena paparan sinar matahari dapat memperkuat efek sampingnya. Pada kulit normal, efek kemerahan karena peradangan, akan mereda setelah pemakaian dihentikan. Pada kulit sensitif, efek ini akan menetap, bahkan hingga berbulan-bulan setelah pemakaian dihentikan. Untuk menghidari efek yang tidak baik, maka :

1. Kosmetik berbahan dasar aktif *tretinoin* jangan digunakan pada kulit yang tidak sehat,
2. Jangan memakai alkohol atau kosmetik yang bersifat mengeringkan terutama pada kulit sensitif,
3. Sebelum pemakaian kosmetik berbahan dasar aktif tretinoin, kulit harus benar-benar bersih dari obat kulit seperti obat luka, obat jerawat, salep eksim atau obat bisul.
4. Tretinoin tidak boleh dipakai pada kulit yang baru melakukan pengelupasan (*peeling*).
5. Pemakaian tretinoin harus segera dihentikan jika muncul lenting lepuh pada kulit atau timbul rasa terbakar.

Merkuri atau air raksa (*hydragyricum* (Hg)) adalah satu-satunya logam yang pada suhu kamar berwujud cair, tidak berbau, warnanya keperakan, dan mengkilap. Merkuri akan menguap bila dipanaskan sampai suhu 357 derajat celcius. Merkuri dapat dijumpai di alam seperti di air dan tanah, terutama dari deposit alam, limbah industri, dan aktivitas vulkanik. Dalam pertambangan emas, merkuri digunakan dalam proses ekstraksi dan pemurnian. Merkuri juga digunakan dalam industri seperti termometer, tambal gigi, baterai dan soda kaustik. Merkuri dapat bersenyawa dengan *khlor*, belerang, dan oksigen senyawa untuk membentuk garam merkurium. Ini adalah bahan - bahan yang sering

digunakan dalam industri krim pemutih kulit. Karena sifat *ion*nya mudah berinteraksi dengan air, merkuri mudah masuk ke dalam tubuh melalui kulit, respirasi (pernapasan), dan makanan. Bila merkuri sudah masuk ke dalam kulit, akan muncul reaksi alergi yang berupa iritasi. Reaksi iritasi ini berlangsung cukup cepat. Mandi beberapa kali di sungai atau di laut yang tercemar merkuri, akan menyebabkan kulit segera mengalami iritasi. Merkuri dapat membuat kulit terbakar, menjadi hitam, bahkan dapat berkembang menjadi kanker kulit.

Merkuri inorganik dalam krim pemutih, dapat menimbulkan keracunan bila digunakan dalam jangka waktu yang lama. Meski tidak seburuk efek merkuri gugusan yang tertelan, efek buruk tetap saja timbul pada tubuh, atau meski hanya dioleskan ke kulit, merkuri mudah diserap ke dalam darah, kemudian memasuki sistem saraf. Manifestasi gejala keracunan merkuri berupa gangguan sistem saraf seperti tremor, insomnia, kepikunan, gangguan penglihatan, gerakan tangan jadi abnormal (*ataksia*), gangguan emosi, dan depresi. Merkuri yang terakumulasi dalam organ tubuh seperti ginjal, hati, dan otak, dapat menyebabkan kematian.

Hidrogen peroksida atau hidrogen dioksida (H_2O_2), terbentuk dari dua atom hidrogen dan dua atom oksigen. Bentuknya menyerupai air (H_2O), tetapi pada H_2O_2 ada kelebihan molekul oksigen, sehinga sangat baik digunakan sebagai *oksidiser*. Bahan ini tidak berwarna, tidak berbau, dan tidak berasa. Penelitian terbaru menyatakan, bahwa hidrogen peroksida bermanfaat dalam reaksi kimia yang berlangsung dalam tubuh. Dalam memerangi infeksi, vitamin C membuat hidrogen peroksida untuk merangsang produksi *prostaglandin*.

Di kolon dan vagina, *lactobacillus* juga membuat hidrogen peroksida berguna untuk melawan bakteri, virus, dan mencegah infeksi. Hidrogen peroksida juga digunakan untuk bahan pemutih gigi dan pembersih kotoran telinga. Untuk keperluan luar tubuh, hidrogen peroksida berfungsi sebagai antiseptik yang dapat membunuh bakteri, virus, serta jamur. Saat berkontak dengan kulit, hidrogen peroksida terpecah menjadi air dan oksigen. Oksigen masuk menembus kulit dan sampai ke pembuluh darah kapiler. Kehadiran oksigen pada pembuluh darah kapiler, menyebabkan kulit menjadi segar, sehat, dan terpenuhi kebutuhan gizinya, sebab oksigen yang dibawa H_2O_2 berfungsi sebagai kendaraan betakaroten yang akan diubah menjadi vitamin A oleh tubuh.

Pemakaian hormon dan vitamin dalam kosmetika tidak dapat dibenarkan, kecuali apabila dilakukan di bawah pengawasan dokter. Pemakaian hormon dalam jangka waktu lama, dapat mengacaukan keseimbangan hormonal dalam darah dan dapat menimbulkan efek samping sistematik seperti gangguan menstruasi dan gangguan sistem reproduksi. Krim hormon yang mengandung estrogen baik untuk perawat-

an kulit menua. Vitamin dalam kosmetika harus memperhatikan termobilitas dan kepekaan berbagai vitamin terhadap oksigen serta sinar ultra violet. Vitamin A sangat baik untuk melindungi *epitel*, merangsang epitelisasi jaringan kulit sebagai ester asetat atau palmitat, dalam kosmetika dipakai untuk kulit yang merah, kasar, kering, dan degeneratif. Kekurangan vitamin A menyebabkan peningkatan keratinisasi secara abnormal (*hiperkeratosis*), lapisan tanduk menutupi folikel rambut, sehingga sekresi sebum terhambat dan terbentuk komedo (*blackhead*) yang mudah menjadi inti infeksi. Vitamin A dalam kosmetika, merangsang granulasi dan mencegah keratinisasi berlebihan, sehingga kulit menjadi lebih halus dan licin, sedangkan turgor jaringan jadi meningkat.

Vitamin E berhasiat sebagai antioksidan. Kekurangan vitamin E antara lain dapat menyebabkan gangguan metabolisme, regenerasi sel yang lambat, dan gangguan fungsional sistem reproduksi. Penggunaan kosmetika yang mengandung vitamin E dan vitamin A pada kulit wajah bertujuan untuk memperbaiki peredaran darah di kulit dan akhirnya dapat memperbaiki kondisi kulit.

B. Pemilihan Kosmetika

1. Kosmetika Pembersih

Kosmetika pembersih sebaiknya memiliki daya melarutkan bahan-bahan, baik yang larut dalam air, maupun yang larut dalam minyak, berwujud emulsi O/W, tidak bersifat asam dan banyak mengandung minyak atsiri (*etherical oils*), karena sifat-sifat pengencangnya yang dapat menciutkan pori-pori. Kosmetika pembersih sebaiknya memiliki kandungan pH lebih ke arah basa yang dapat membuat kulit menjadi lunak sehingga kotoran mudah dibersihkan. Bahan pembersih pada dasarnya menggunakan air, minyak, serta bahan padat yang dapat menyerap kotoran, dan digunakan dengan cara menggosokannya secara mekanis.

a. Kosmetik Pembersih Kulit Berbahan Dasar Air

Air merupakan bahan pembersih yang paling umum, hal ini disebabkan karena air murah, non-toksis serta air tidak berbahaya bagi kulit. Ditinjau dari sudut kosmetika modern, air memiliki kekurangan antara lain tidak punya daya pembasah yang kuat karena ditolak oleh keratin.

Untuk memperbaiki daya pembersih air, biasanya ditambah kan alkohol ke dalamnya, seperti dalam *face lotion* atau *astringent lotion.* Penambahan alkohol memberikan beberapa keuntungan yaitu :

1) mengurangi tegangan permukaan kulit sehingga kulit menjadi lebih mudah basah.
2) menimbulkan rasa segar karena penguapan alkohol.
3) menimbulkan efek pengurangan minyak kulit.
4) parfum yang digunakan dalam *lotion* menjadi lebih mudah larut.
5) menimbulkan efek *astringent* serta desinfektan ringan.

Kosmetik pembersih biasa menggunakan *ethyl alkohol* sebanyak 20 - 40 %. Jika penggunaan *ethyl alkohol* lebih tinggi, pengurangan minyak kulit akan terlalu kuat dan dapat menyebabkan iritasi pada kulit. *Face lotion* atau *astringent lotion* digunakan untuk menyegarkan dan membersihkan kulit dari kotoran yang larut dalam air serta digunakan setelah pemakaian susu pembersih (*cleansing milk*) atau krim pembersih (*cleansing cream*) yang berbahan dasar minyak. Penambahan *gliserol, glikol* atau *sorbitol* dalam *face lotion* atau *astringent lotion* memiliki efek pelembut kulit. *Face lotion* atau *astringent lotion* umumnya diberi warna untuk membedakannya dari air biasa.

b. Kosmetik Pembersih Kulit Berbahan Dasar *Surfactant*

Pembersih yang lebih baik dan lebih kuat daya pembersihnya, dapat dibuat dengan menambahkan *surfactant* ke dalam air tersebut. *Surfactant* (*surface active agens*) adalah bahan-bahan yang memperbaiki daya pembersih air karena mampu memperbesar daya pembasah kulit dan mencegah partikel-partikel kotoran melekat pada kulit dengan jalan mengemulsinya, melarutkannya dan mendispersinya. Bahan-bahan *surfactant* menyebabkan pembuangan kotoran normal dari kulit mudah dibersihkan. Bahan-bahan yang bersifat *surfactant* antara lain sabun, produk-produk kondensasi protein-asam lemak, *sulfonated oils* dan *anionic surfactant.*

Sabun adalah produk campuran garam natrium dengan asam stearat, *palmitat* dan *oleat* yang berisi sedikit komponen asam *miristat* dan *laurat*. Sabun merupakan kosmetik pembersih yang paling tua karena sudah digunakan sejak berbad-abad silam. Fungsi sabun yang cukup tinggi dan populer sebagai kosmetik pembersih disebabkan oleh sifat-sifat baiknya seperti memiliki daya pembersih yang kuat terutama dalam air murni, kurang berbahaya bagi kulit, harga relatif murah dan bahan-bahannya

mudah didapat. Kelemahan penggunaan sabun sebagai kosmetik pembersih adalah diantaranya sabun yang mengandung *alkalisasi*, sehingga dapat menyebabkan iritasi dan alergi pada kulit, dapat pula menyebabkan pembengkakan keratin kulit dan menyebabkan pengurangan minyak (*degreasing*) berlebihan hingga kulit akan menjadi kering.

Beberapa produk sabun diupayakan dibuat dengan efek samping seminimal mungkin, oleh sebab itu dipergunakan bahan-bahan alami sebagaimana dijelaskan pada bahasan sebelumnya (**lihat bahasan tentang Biokosmetika**).

Berikut beberapa contoh sabun wajah yang menerapkan konsep Biokosmetika :

Gambar 4.1
Aneka Jenis Sabun Biokosmetika

Keterangan :

A : Sabun Sari Plasenta Sapi
B : Sabun Sari Pepaya
C : Sabun Bunga Kenanga
D : Sabun Plasenta
E : Sabun Ginseng

c. Kosmetik Pembersih Kulit Berbahan Dasar Minyak

Kosmetik pembersih yang berbahan dasar minyak mempunyai keuntungan sebagai berikut :

1) Lebih efektif dalam membersihkan kotoran yang larut dalam minyak dan tidak larut dalam air, seperti *make-up*
2) Resiko kulit menjadi kering dan pecah-pecah dapat dikurangi
3) Kandungan minyak dalam kosmetik pembersih lebih besar affinitasnya sehingga daya pembersihnya lebih besar.

Kekurangan kosmetik pembersih yang didasarkan pada minyak adalah bahan-bahan yang digunakan seperti mineral oil harganya lebih mahal, air yang tertinggal di permukaan kulit sulit menguap dan kotoran yang larut dalam air sukar dibersihkan dengan minyak.

Kosmetik pembersih berbahan dasar minyak mencakup :

1) Liquefying cleansing creams

Preparat ini merupakan campuran sederhana minyak dan *wax*. Contoh paling sederhana dan penggunaannya sangat efektif adalah minyak zaitun (*olive oil*) murni, yang tidak menimbulkan reaksi negatif pada kulit. *Creams* tanpa air bersifat *thixotropik* yaitu meleleh di bawah tekanan (ketika dikenakan pada kulit). Viskositas nya tidak boleh terlalu tinggi sehingga menimbulkan friksi dengan kulit, atau terlalu rendah sehingga kotoran dapat masuk ke dalamnya. Viskositas yang rendah memudahkan pembersihan setelah pemakaian. Untuk mencegah terjadinya lapisan minyak di muara saluran folikel rambut atau pori-pori kulit, ditambahkan lanolin, *cetyl* alkohol, atau bahan pengemulsi W/O (air < minyak) lainnya yang akan meningkatkan *permeabilitas* air dari lapisan minyak serta memperbesar afinitas krim pada kulit.

2) Pembersih kulit tipe emulsi W/O

Air yang kandungannya sedikit, banyak menghasilkan konsistensi yang lebih lembut dan dapat meningkatkan efektivitas preparat dalam membersihkan kotoran yang larut dalam air. Secara visual produk kosmetik ini menyerupai awan dan bukan seperti kaca seperti halnya lemak atau minyak. (produk kosmetik ini sedikit berwarna putih/*titan dioxide* juga menyerupai awan).

Jika krim ini hanya mengandung sedikit bahan pengemulsi dan separasi terjadi ketika dikenakan pada kulit, penguapan air akan menimbulkan rasa sejuk pada kulit. Preparat bentuk emulsi biasanya mengandung lebih banyak bahan-bahan yang hidrofilik daripada yang *anhidrous* dan menyebabkan berkurangnya *degreasing effect*. Hal ini terjadi karena ketika melewati bahan-bahan yang hidrofilik, lapisan minyak di permukaan kulit setelah proses pembersihan akan lebih mirip lemak kulit dari pada *petrolatum* atau *mineral oil*. Namun demikian, jika bahan-bahan hidrofilik ini terlalu banyak, akan menempel ke kulit dan menjebak kotoran.

3) Emulsi pembersih kulit tipe emulsi-ganda (cold creams)

Di antara emulsi-emulsi untuk pembersih kulit, *cold cream* mempunyai kedudukan yang penting. Jika dibuat dari bahan-bahan baku berkualitas tinggi, *cold cream* akan merupakan daya pembersih yang baik (karena kandungan lemaknya yang tinggi) dengan konsistensi yang lembut, penyebaran yang mudah di kulit, dan warna *snow white*.

Cold cream tidak hanya dipakai sebagai pembersih, tetapi juga sebagai pelembab, krim pelindung, dan krim tabir surya (dengan penambahan bahan-bahan anti sinar ultra violet). Sering kali produk yang sama digunakan untuk berbagai tujuan, misalnya sebagai krim pembersih yang dioleskan dalam jumlah banyak pada kulit lalu cepat-cepat dibersihkan dengan kapas atau kertas tissue, atau sebagai pelembab yang dioleskan tipis-tipis pada kulit dibiarkan lama di kulit, kadang-kadang sampai pagi berikutnya.

Cold cream yang banyak mengandung *mineral oil* dipakai sebagai *night cream*, *cold cream* yang banyak mengandung minyak tanaman dan vitamin hanya dipakai sebagai krim pembersih, karena itu formulasinya harus disesuaikan dengan tujuannya. *Cold cream* bukan emulsi O/W (minyak < air), tetapi juga bukan emulsi W/O (air < minyak), karena itu disebut emulsi ganda, atau sistem campuran.

4) Pembersih kulit tipe emulsi O/W

Emulsi cair tipe O/W sering dipasarkan dengan nama *face milk* atau *beauty milk*, dipakai baik sebagai preparat pembersih maupun dasar bedak. Untuk tujuan yang berlainan itu, formulasinya harus disesuaikan. Untuk dasar bedak, fase minyak sebaiknya terdiri dari asam stearat atau *glyceryl monostearate.* Kadang-kadang *beauty milk* digunakan sebagai pelembab, karena itu formulasinya harus berbeda. Emulsi dengan kadar air yang tinggi digunakan untuk pembersih *make-up*. Walaupun sedikit kurang efektif, tetapi cukup populer karena kulit tampak lebih bersih, dan kurang berminyak.

5) Kosmetik pembersih kulit dalam bentuk padat (solid cleansers)

Terdapat dua bentuk preparat yang efek pembersihnya didasarkan pada penyerapan kotoran ke dalam serpihan-serpihan padat yaitu bentuk serpihan/serbuk padat, dan bentuk krim. Serbuk padat terbentuk setelah cairan pelarut menguap

di permukaan kulit. Preparat tersebut memiliki daya pembersih yang kuat, dan selama tidak mengandung alkali atau *abrasiver* yang kuat, atau kadar disinfektan yang tinggi, dapat menimbulkan efek lembut pada kulit sehingga cocok untuk orang yang tidak dapat mentoleransi sabun, walaupun demikian, alergi terhadap preparat tertentu tetap dapat terjadi. Kebanyakan preparat ini juga mengandung bahan koloidal (selulosa atau derivat protein). Selain kemampuan menyerap kotoran, daya pembersih preparat ini juga didasarkan pada kemampuan bahan-bahan koloidal itu mensuspensi (menyerap) partikel-partikel kotoran. Preparat pembersih kulit dalam bentuk padat masih digunakan cukup luas di Eropa. Bahan baku utamanya adalah buah almond yang dipres, dikeringkan, dan dipulverisasi, tetapi karena mahal buah almond sering diganti dengan biji peach atau apricot. Bahan lain yang sering digunakan adalah bubuk *talcum*, tapioka, akar orris, dan sejumlah *abrasivers*.

Eye Remover
(Pembersih Riasan Mata)

Milk Cleanser
(Susu Pembersih Wajah)

Gambar 4.2
Berbagai jenis Pembersih Wajah

2. Penyegaran

Kosmetika penyegar adalah pasangan dari kosmetika pembersih. Fungsi utama penyegar adalah menyegarkan kulit wajah, mengangkat sisa minyak dari kulit yang dimungkinkan masih ada, serta desinfektan ringan dan sekaligus dapat membantu menutup pori-pori kembali. Penyegar diproduksi sesuai jenis pembersih yang mengacu pada jenis kulit wajah. *Face lotion* atau *astringent lotion* yang digunakan untuk

menyegarkan kulit serta membersihkan sisa minyak kulit dan sisa minyak dari bahan pembersih (*Cleansing milk* atau *cleansing cream*). Dalam *face lotion* atau *astringent lotion* diperkaya dengan gliserol, glikol atau sorbitol yang berguna untuk melembutkan kulit.

Dalam penampilannya, produk *face lotion*/*astringent* sering diberi warna berbeda untuk membedakan kadar alkohol yang dikandungnya. Kandungan alkohol dalam f*ace lotion* untuk kulit sensitif sangat ringan, sedangkan untuk kulit berminyak kadar alkoholnya paling kuat.

Gambar 4.3
Face Lotion dan Astringent

3. Kosmetika Pelembab dan Pelindung

a. Kosmetik Pelembab *(base, pre-foundation*, atau *moisturizer*)

Kosmetik pelembab perlu dikenakan terutama pada kulit kering atau kulit normal cenderung kering. Jenis kulit yang secara alamiah sudah berminyak dan berjerawat tidak perlu memakai kosmetik pelembab. Secara alami, kulit memiliki lapisan lemak tipis pada permukaannya yang terdiri atas produksi kelenjar minyak kulit, yang berfungsi untuk melindungi kulit dari kelebihan penguapan air yang akan menyebabkan dehidrasi kulit, oleh karena itu kulit memerlukan kosmetik pelembab.

Base foundation atau *moisturizer* berfungsi sebagai bahan pelembab kulit untuk menormalisir kadar air dalam kulit serta untuk melindungi kulit terhadap bahan kosmetik lain yang akan membahayakan. Jenis bahan dasar pelembab ada dua macam yaitu minyak (*oil base*) dan air. Pelembab yang berbahan dasar minyak, baik untuk jenis kulit normal dan kering, sedangkan untuk kulit berminyak sebaiknya menggunakan pelembab yang berbahan dasar air. Jenis bahan dasar pelembab menentukan bentuknya, pelembab berbahan dasar minyak biasanya berbentuk krim, sedangkan pelembab berbahan dasar air biasanya berbentuk *lotion*. Penggunaan kosmetik ini dengan cara dioleskan secara tipis dan merata pada wajah dan leher setelah kulit dibersihkan

serta biarkan ± 2 menit sampai kering. Pelembab diratakan di wajah dengan gerakan yang menuju ke atas dan ke sisi wajah. Pelembab yang baik masa penggunaannya (kadaluwarsa) dapat bertahan maksimal 1 tahun selama disimpan dalam kondisi tertutup.

Terdapat dua tipe kosmetik pelembab, yaitu kosmetik pelembab yang berbahan dasar lemak dan kosmetik pelembab berbahan dasar gliserol atau humektan sejenis. Kosmetik pelembab berbahan dasar lemak dikenal dengan nama *moisturizer.* Krim ini membentuk lapisan lemak tipis pada permukaan kulit. *Moisturizer* berguna untuk mencegah penguapan air kulit dan menjadikan kulit lembab serta lembut. Viskositas lemak tidak boleh terlalu rendah karena dapat menyebar ke seluruh permukaan kulit, dan juga tidak boleh terlalu kental karena dapat membuat kulit menjadi lengket dan terlalu berminyak. Penggunaan kosmetik pelembab harus dapat menutupi seluruh permukaan kulit wajah, sehingga dapat mencegah penguapan air kulit.

Kosmetik pelembab berbahan dasar lemak harus dilindungi dan terbebas dari mikroorganisme serta jamur dengan penambahan pengawet, karena kosmetik jenis ini mudah menjadi tengik. Kosmetik pelembab berbahan dasar lemak jenisnya ada yang berbentuk krim lemak anhidrous, krim emulsi W/O, emulsi ganda, krim O/W yang kaya minyak dan emulsi O/W cair yang mengandung air lebih dari 80 %. Kosmetik pelembab berbahan dasar gliserol atau humektan sejenis, akan mengering pada permukaan kulit, membentuk lapisan yang bersifat higroskopis, yang menyerap uap air dari udara dan mempertahankannya di permukaan kulit. Preparat ini membuat kulit nampak lebih halus dan

Gambar 4.4
Berbagai jenis Pelembab Wajah

b. Kosmetik Pelindung

Kosmetik pelindung adalah kosmetik yang dikenakan pada kulit yang sudah bersih dengan tujuan untuk mempertahankan kondisi kulit sebaik-baiknya dan untuk melindungi kulit dari berbagai pengaruh lingkungan yang dapat merugikan kulit, terutama melindungi kulit dari radiasi sinar ultra violet matahari (tabir surya). Syarat-syarat preparat kosmetik tabir surya (***sunscreen***) adalah mudah dipakai, jumlah preparat yang menempel mencukupi kebutuhan, bahan dasar dan bahan aktif dalam preparat ini mudah tercampur serta bahan dasarnya mampu mempertahankan kelembutan dan kelembaban kulit.

Bentuk-bentuk preparat tabir surya (*sunscreen*) dapat berupa preparat anhidrous, emulsi (non-greasy O/W, semi *greasy dual emulsion* dan *fatty* W/O), preparat tanpa lemak (*greaseless preparation*). Preparat jenis anhidrous tahan terhadap air sehingga tidak terganggu oleh perspirasi dan air kolam renang atau air laut. Preparat jenis emulsi umumnya kandungan lemaknya tinggi sehingga tampak mirip minyak, penampakannya menarik serta konsistensinya yang menyenangkan hingga memudahkan pemakaian. Bahan - bahan tabir surya emulsi O/W larut dalam air dan emulsi W/O larut dalam minyak.

Gambar 4.5
Produk Kosmetik Pelindung (Tabir Surya/*Sunscreen*)

4. Kosmetika Dekoratif

Semua jenis kosmetik, mulai dari kosmetik pembersih, kosmetik pelembab dan pelindung serta kosmetik dekoratif (*make-up*), sampai kosmetik pengobatan mempunyai tujuan untuk memelihara atau menambah kecantikan kulit, melalui pembersihan, pelembaban dan periasan. Kekhasan kosmetik dekoratif adalah semata-mata untuk mengubah penampilan sehingga tampak lebih cantik dan bebas dari

noda-noda atau kelainan kulit. Penggunaan kosmetik dekoratif lebih untuk alasan psikologis dari pada kesehatan kulit yaitu dimaksudkan untuk menutupi hal-hal yang dapat mengurangi kecantikannya, seperti garis-garis penuaan (*age-spot*), noda bekas jerawat (*acne scar*), serta untuk mengoreksi bagian-bagian wajah yang kurang baik. Kosmetik dekoratif sebaiknya warnanya menarik, memiliki bau harum yang menyenangkan, tidak lengket, tidak menyebabkan kulit nampak berkilau serta tidak merusak atau mengganggu andeksa kulit.

Kosmetik dekoratif dibagi menjadi kosmetik dekoratif yang hanya menimbulkan efek pada permukaan dan pemakaiannya sebentar, seperti bedak, lipstik, perona pipi dan *eye shadow,* serta kosmetik dekoratif yang efeknya mendalam dan biasanya tidak mudah luntur, seperti kosmetik pemutih kulit dan cat kuku.

a. Alas bedak (*Foundation*)

Alas bedak (*Foundation*) dalam tata rias wajah menjadi dasar sebelum dibubuhi bedak. *Foundation* dapat menahan bedak, hingga bedak mudah menempel pada kulit wajah, alas bedak juga dapat memperhalus permukaan kulit dengan menutupi noda, luka bekas jerawat, noda kebiruan (*couperese*) di seputar pipi. Alas bedak dapat berfungsi untuk menyamarkan warna kulit yang pucat dan bayangan gelap di seputar mata. Alas bedak digunakan di atas pelembab agar pigmen zat warna yang dikandungnya tidak bersentuhan langsung dengan kulit. Alas bedak dapat digunakan untuk membuat *shape* atau dimensi wajah sehingga riasan wajah menjadi lebih sempurna. Ada beberapa jenis alas bedak yaitu:

1) Water based foundation (liquid)*.*

Alas bedak jenis ini cocok untuk wanita muda dan dewasa yang berkulit normal. Menggunakan *foundation* ini, kulit menjadi lembab dan akan menghasilkan riasan yang halus. Bahan dasar *foundation* ini adalah air, sehingga penggunaannya akan lebih mudah menyerap ke dalam kulit dan lebih ringan dari minyak. Hasil akhir dari penggunaan *foundation* ini, riasan akan tampak lebih natural. Gunakan spons untuk mengaplikasikan liquid foundation, kemudian kenakan dengan cara ditekan untuk menutupi pori-pori dan rongga kulit wajah.

2) Oil based foundation.

Alas bedak jenis ini cocok untuk wanita dewasa dan mereka yag berkulit kering, karena *foundation* ini mengandung minyak dan pelembab. Alas bedak ini dapat menutup kerutan sehingga riasan lebih bagus dan rata. Apabila menggunakan *Oil based foundation,* sebaiknya tidak menggunakan bedak lagi, karena

jenis *foundation* ini cenderung lebih berat. Sehingga Jika ingin menggunakan bedak, sebaiknya aplikasikan secara tipis. *Oil based foundation* dikemas dalam bentuk *compact* atau *stick.*

3) Oil free moisturizer Foundation

Kosmetika ini cocok untuk kulit berminyak dan jenis alas bedak ini mampu menyerap kelebihan minyak pada kulit, sehingga wajah tidak tampak mengkilap.

4) Concealer

Jenis *foundation* ini digunakan untuk menutupi bagian-bagian kulit yang memerlukan penutupan khusus seperti noda, bercak-bercak, bekas jerawat atau luka sehingga kulit wajah akan tampak bersih dan rata. Selain itu juga dapat menutupi lingkaran hitam di seputar mata.

5) Foundation krim pemutih.

Jenis alas bedak ini biasanya digunakan di bawah mata untuk memberikan efek cerah di daerah tersebut dan mampu menyamarkan kantung mata.

Gambar 4.6
Alas Bedak (*Fondation*)

b. Bedak (*powder*)

Bedak adalah campuran homogen dari beberapa macam bahan yang tidak larut dalam air. Bahan-bahan bedak dicampur rata dan disaring beberapa kali, hasilnya akan berupa serbuk yang sangat halus dan ditambah pewarna serta parfum sebelum dikemas.

Syarat bedak yang baik adalah bedak yang mampu menutupi cacat-cacat kulit secara sempurna, melekat dengan baik pada kulit, melicinkan kulit, memiliki daya serap yang tinggi dan mampu memantulkan sinar ultraviolet. Sesuai dengan syarat-syarat tersebut, biasanya bedak mengandung :

1) *Zinhoxyda*, zat yang memberi daya penutup.
2) *Zink* stearat, zat yang memiliki daya lekat.
3) *Talcum vanetum*, zat yang memberi daya pelicin.
4) Calcium *Carbonat* dan *magnesium carbonat*, zat yang mempunyai daya hisap.
5) *Titanium dioxyda*, zat yang memiliki daya penutup yang kuat.
6) Zat warna dan wangi-wangian.

Bedak mempunyai daya yang menyatu dengan alas bedak dan memberi kesan kulit menjadi lembut. Ada dua macam jenis bedak yaitu bedak yang berbentuk serbuk (*face powder, loose powder*) dan bedak padat (*compact powder/cream puff*).

Bedak serbuk (tabur) cocok untuk segala jenis kulit. Pemilihan warna bedak tabur biasanya disesuaikan dengan warna kulit. Gunakan warna pink untuk menyegarkan wajah.

Compact powder adalah *loose powder* yang dipres menjadi bentuk *cake* yakni sejenis bedak padat yang pemakaiannya paling praktis dan bedak padat ini ada yang berjenis *transculent*, dan *two* in *one*.

Bedak *transculent* yang bersifat transparan cocok untuk semua jenis kulit terutama kulit kering dan normal, kulit sensitif sebaiknya menggunakan bedak wewangian, dan kulit berminyak sebaiknya menggunakan bedak yang dapat menyerap minyak yang berlebihan di kulit wajah. Bedak *two in one* (*two way cake*) terdiri atas alas bedak dan bedak padat yang digabungkan, ini sangat bagus karena dapat menghasilkan efek halus dan rata.

Bedak mempunyai fungsi antara lain untuk menghilangkan minyak mengkilat yang berasal dari alas bedak, melindungi kulit muka dari sinar matahari, membuat *make–up* tahan lama dan melengkapi tata rias agar menjadi sempurna. Pilihlah warna bedak yang sama atau sedikit lebih terang dari warna *foundation*.

Bedak sebaiknya digunakan setelah kulit wajah dilapisi alas bedak, *cream rouge* dan *shadow* (bayangan) yang dikenakan di hidung atau bagian wajah yang lain. Pemakaian bedak harus rata agar didapat hasil yang natural. Pakailah spons dengan cara

ditepuk-tepukkan pada seluruh wajah, leher dan tengkuk, kemudian diratakan kembali dengan menggunakan kuas bedak yakni kuas besar yang bulu-bulunya sangat halus. Bedak transparan membuat *make-up* lebih kelihatan asli.

Bedak yang bercampur dengan serbuk berwarna mutiara atau keemasan hanya cocok untuk make up malam hari (memberikan kesan gemerlapan). Bedak padat akan lebih tahan lama dibandingkan dengan bedak serbuk.

Gambar 4.7
Bedak Wajah (*Face Powder*)

c. Perona Pipi (*blus - on atau rouge)*

Perona pipi (*rouge*) digunakan dengan tujuan untuk mengoreksi wajah, sehingga wajah tampak lebih cantik, lebih segar dan berdimensi. Perona pipi tersedia dalam bentuk *loose*, *compact powder*, *fat-based make-up*, emulsi cair atau krim, cairan jernih dan gel. *Losse* atau perona pipi serbuk adalah bentuk perona pipi yang paling sederhana, berisi pigmen dan lakes yang digunakan setelah menggunakan bedak dengan cara dibaurkan pada tulang pipi yang menonjol dengan menggunakan kuas perona pipi.

Perona pipi *compact powder* lebih populer dan dapat melekat dengan baik di pipi serta tidak beterbangan ketika dipakai. Penggunaan pemerah pipi *compact powder* sama dengan pemakaian perona pipi serbuk.

Krim *rouge* dapat membentuk lapisan tipis yang rata di permukaan kulit sehingga tampak lebih alami. Krim *rouge* bersifat menolak air sehingga dapat terhindar dari resiko luntur bila terkena

air. Perona pipi berbentuk cair dan *cream* digunakan setelah penggunaan alas bedak *(foundation)* yang masih belum kering di kulit pipi dan sebelum bedak dengan cara dioleskan pada tulang pipi yang menonjol menggunakan *spongse*. *Rouge* cair atau krim emulsi sangat baik digunakan untuk memperoleh hasil yang sangat cantik dan alami.

Pemilihan warna perona pipi sebaiknya disesuaikan dengan warna *lipstick* dan *nail polish* (cat kuku), sehingga penampilan keseluruhan akan lebih harmonis. Perona pipi tersedia dalam berbagai pilihan warna, yaitu merah, jingga, pink dan juga kecoklatan.

Aplikasikan *blus - on* warna coklat muda dan orange jika ingin memberi kesan natural. Aplikasikan *blush – on* warna pink hingga ke puncak hidung jika ingin menampilkan kesan romantis, dan aplikasikan warna coklat tua pada bagian pipi untuk memberi kesan maskulin

Gambar 4.8
Perona Pipi (*Blush-On* / *Rouge*)

d. *Eye shadow*

Penggunaan *eye shadow* dapat menampilkan nuansa keindahan pada mata, sehingga tampak lebih bersinar. Tujuan penggunaan *eye shadow* adalah untuk mengaksentuasikan mata dan membuat putih biji mata sehingga mata tampak cemerlang. *Eye shadow* digunakan di dekat mata dan di kelopak mata bagian atas. *Eye shadow* termasuk 'ekstrem' di antara jenis kosmetik dekoratif lain, kandungan bahan dasarnya harus aman dan cara pemakaiannya harus hati-hati karena digunakan di dekat mata yang kulitnya sangat peka.

Eye shadow dapat ditemui dalam berbagai bentuk, yaitu dalam bentuk cair, *cream, powder* atau *cake*. Warna *eye shadow* mencakup semua warna dan untuk malam hari dibuat warna keemasan atau warna perak yang penggunaannya disesuaikan dengan warna mata atau warna busana yang dipakai. *Eye shadow* dioleskan pada kelopak mata agar mata terlihat bersinar. Cara penggunaan *eye shadow* samar-samar saja. Warna lembut untuk siang hari dan warna emas atau perak untuk malam hari. Di atas bayangan mata atau di bawah alis berilah warna yang lebih terang (*high light*) agar mata tampak lebih cemerlang dan lebih rapi.

Gambar 4.9
Perona Mata (*Eye Shadow*)

e. *Eye liner* (Sipat mata)

Penggunaan *eye liner* dapat mempertegas bentuk mata dan membuat mata tampak lebih besar. Jenis *eye liner* ada yang berbentuk cair, *cream* atau dalam bentuk pensil, kosmetik ini digunakan pada sekeliling mata dan dibuat lebih besar agar mata menjadi kelihatan lebih hidup. Warnanya ada yang mengkilap dan ada pula yang *doff*. Mata yang diberi *eye liner* akan menjadi kelihatan lebih indah dan lebih ekspresif. *Eye liner* yang gelap membuat mata terlihat lebih dalam, dan *eye liners* yang terang akan mengangkat mata lebih cekung ke dalam. *Eye liner*

digoreskan sepanjang garis mata dimana bulu-bulu mata tumbuh.Tariklah dari kelopak mata sebelah atas dengan kencang dan halus sampai ke ujung mata. Ujung dari *eye liner* harus runcing benar.

Gunakan *eye liner* cair agar riasan mata lebih tahan lama dan bersih. Sebelum menggunakan *eye liner*, tentukan terlebih dahulu karakter tata rias yang akan dibuat. Untuk tata rias romantis hindari penggunaan *eye liner* di bawah mata. Untuk memberi kesan glamour, ekspresif dan dramatis, *eye liner* dapat dikenakan di bawah mata dan penuh. Jika memiliki bentuk mata yang bulat, hindari pemakaian *eye liner* penuh, tapi kenakan di tengah.

Gambar 4.10
Sipat Mata (*Eye Liner*)

f. Pensil alis (*Eye brow pencil*)

Bentuk dan ketebalan alis mempengaruhi kesan total wajah. Bentuk dan ketebalan alis dapat diperoleh dengan pencabutan sebagian atau seluruh alis mata dan menggantinya dengan lukisan alis mata menggunakan pensil alis (*eye brow pencil*). Pensil alis berfungsi untuk membentuk alis agar tampak serasi dengan wajah. Kosmetik jenis ini selain berbentuk pensil juga berbentuk *cake*/padat yang biasa digunakan dengan sikat alis. Warna pinsil alis ada 3 macam, yaitu cokelat, hitam dan abu-abu, karena fungsinya selain membentuk alis, juga untuk memperbaiki garis mata yang asli, misalnya membuat bentuk mata lebih lebar, lebih lonjong dan sebagainya.

Untuk membentuk alis, gunakan warna yang lebih muda, karena warna alis tidak boleh lebih kuat dari warna mata. Pensil alis digunakan dengan cara dipegang tegak miring kemudian bentuk alis digambar mulai dari pangkal sampai ke ujung alis dengan bentuk yang biasanya mengecil ke ujung. Setelah alis dibentuk, bubuhkan *eye shadow*, kemudian sapukan dengan sikat alis warna coklat, agar membentuk garis yang natural.

Gambar 4.11
Pensil Alis (*Eyebrow Pencil*)

g. Cat bulu mata (*mascara*)

Maskara berguna untuk menebalkan, melentikkan dan membuat bulu mata kelihatan lebih panjang. Jenis *mascara* terdiri atas :

1) Maskara cair

Maskara cair merupakan bentuk mascara yang banyak dipakai karena mudah disapukan dan mudah dihapus, tetapi kelemahannya mudah luntur. Pemakai lensa kontak sebaiknya menghindari maskara jenis ini karena maskara dapat mengotori lensa kontak. Maskara cair dikemas dalam kemasan botol kecil dengan penutup yang dilengkapi sikat untuk menyapukan maskara pada bulu mata.

2) Maskara water proof

Bentuk maskara *water proof* menyerupai maskara cair, tetapi terbuat dari bahan anti luntur, sehingga aman digunakan bagi mereka pemakai lensa kontak atau mereka yang senang melaku-kan aktivitas yang menguras keringat. Kelemahannya yaitu karena maskara ini tidah mudah luntur maka maskara ini sulit untuk dihapus dan dibersihkan. Untuk mengangkatnya diperlukan pembersih khusus mata yang mengandung minyak seperti minyak bulus atau minyak zaitun. Kemasan maskara *water prof* sama seperti kemasan maskara cair biasa.

3) Maskara dengan conditioner

Maskara yang mengandung *conditioner* sangat baik digunakan pada bulu mata yang mudah rontok dan terputus. Kandungan *conditioner*-nya dapat memberi nutrisi yang menguatkan bulu mata. Biasanya maskara jenis ini tidak berwarna (bening), karena hanya berisi bahan perawatan dan bukan untuk riasan dekoratif.

4) Maskara bulu

Jenis maskara ini cukup unik, karena berupa maskara cair yang berisi bulu. Jika disapukan pada bulu mata, maskara ini dapat memberi kesan bulu mata tampak tebal dan panjang. Maskara ini cocok bagi mereka yang memiliki bulu mata tipis dan jarang.

5) Maskara padat atau cake

Maskara jenis ini berbentuk *cake* hingga sepintas menyerupai perona mata. Maskara ini jika akan digunakan harus dicampur dengan air dan dibubuhkan dengan kuas khusus. Maskara ini dapat memberikan kesan bulu mata tampak alamiah.

Cara penggunaan maskara : buka mata, mulai dari kelopak mata bagian atas, sikatlah ujung bulu mata bagian atas kemudian pangkalnya, diteruskan ujung bulu mata bagian bawahnya serta pangkalnya. Selanjutnya lakukan untuk bulu mata kelopak mata bagian bawah dengan cara yang sama. Dalam pemakaian maskara, perhatikan jangan sampai maskara mengenai kelopak mata, dan mata tidak perlu benar-benar dipejamkan. Posisi terbaik kelopak mata saat diberi maskara adalah seperti melihat obyek yang berada di bagian bawah, tanpa menundukkan kepala. Tunggu sampai maskara benar-benar kering ± 30 detik barulah mata dapat dibuka atau dikedipkan.

Gambar 4.12
Cat Bulu Mata (*Mascara*)

h. Pewarna Bibir atau *Lipstick*

Pewarna bibir berfungsi untuk memberi warna pada bibir, sehingga bibir tampak lebih segar. Koreksi bentuk bibir dapat dilakukan dengan menggunakan *lipliner*, *liplife, lipstick*/*lipcolor, dan lipgloss. Lipliner* berfungsi untuk membentuk garis luar bibir, *liplife* berfungsi

untuk membuat *lipstick* tahan lama, *lipstick* atau *lipcolor* berfungsi untuk memberi warna pada bibir, sedangkan *lipgloss* berfungsi untuk memberi efek kilau yang glamour dan segar sehingga bibir kelihatan basah terus.

Lipstik merupakan jenis kosmetik yang paling banyak digunakan. Lipstik adalah *make-up* bibir yang anatomis dan fisiologisnya agak berbeda dari kulit bagian badan lainnya, misalnya *stratum corneum* bibir sangat tipis dan dermisnya tidak mengandung kelenjar keringat maupun kelenjar minyak, sehingga bibir mudah kering dan pecah-pecah terutama jika cuaca dingin dan kering. Lipstik yang baik hendaknya : dapat melapisi bibir dan melekat dengan baik tetapi tidak lengket, tahan di bibir selama mungkin, tidak menimbulkan iritasi atau alergi kulit bibir, dapat melembabkan kulit bibir, memberikan warna yang merata pada bibir serta dengan warna yang menarik.

Jenis lipstik ada yang dikemas dalam tabung berbentuk padat, ada juga yang berbentuk cream dan tersedia dalam berbagai warna. Jenis lipstik terdiri atas :

1) Satin

Lipstik dengan tekstur sangat lembut, dan dikemas dalam bentuk stik atau *liquid* (cairan) Lipstik ini dapat menutupi bibir dengan sempurna serta memberi efek kilap tetapi tidak berminyak.

2) Semi-gloss

Lipstik yang tidak begitu mengkilap, berminyak dan dikemas dalam bentuk stik atau krim padat.

3) Matte

Sejenis lipstik yang tahan lama, tidak mengkilat, mengandung pelembab, dan dapat memberi kesan halus pada bibir. Lipstik ini dikemas dalam bentuk stik.

4) Laqcuer

Lipstik yang berbahan dasar gel, bening, dan dikemas dalam kemasan botol. Lipstik ini dapat memberi kesan halus dan lembut (*sheer*).

5) Treatment

Lipstik yang terdiri atas campuran antara pewarna bibir dan vitamin, dikemas dalam bentuk stik, bertekstur lembut, mengandung pelembab, dan memberi efek kilau. Lipstik sebaiknya dipakai dengan menggunakan kuas sehingga

hasilnya lebih rata. Untuk membuat bibir seperti yang dikehendaki, gunakan *lipliners* yaitu semacam lipstik yang berbentuk pinsil. Warna dan macam lipstik sangat beragam. Penggunaan warna lipstik diserasikan dengan warna *rouge*, cat kuku dan warna busana. Bibir tebal sebaiknya tidak memakai warna lipstik terlalu merah karena bibir akan tampak lebih menonjol.

Gambar 4.13
Perona Bibir (*Lipstick)*

i. Pensil Bibir atau *Lip Liners*

Penggunaan pensil bibir pada riasan wajah adalah untuk memperjelas bentuk bibir baik untuk riasan koreksi, maupun untuk memberi bentuk yang tegas pada bibir. Bentuk pensil bibir hampir sama dengan pensil alis, namun memiliki variasi warnanya yang lebih beragam.

Gambar 4.14
Pensil Bibir (*Lip liner)*

j. Pelembab Bibir atau *Lipbalm*

Sebelum memakai lipstik, sebaiknya bibir diolesi dengan *lipbalm* yang berfungsi untuk melembabkan dan membantu mencegah bibir pecah-pecah serta terkelupas. *Lipbalm* diperlukan agar lipstik tampak lebih menyatu.

Gambar 4.15
Pelembab Bibir (*Lip Balm)*

k. Lipgloss

Efek *glossy* atau kesan mengkilat pada bibir, dapat diperoleh dengan menggunakan *lipgloss* atau *lip sheener* sehingga bibir terlihat halus, lembut dan mengkilat. Lipgloss dipakai setelah menggunakan lipstik.

Gambar 4.16
Lipgloss

5. Kosmetika Perawatan

Kosmetika perawatan yang menjadi bahasan dalam buku ini meliputi perawatan sehari-hari hingga perawatan secara periodik seminggu atau sebulan sekali. Jenis - jenis kosmetika perawatan tersebut meliputi :

a. Kosmetika Perawatan Wajah

Sebagaimana telah diuraikan sebelumnya bahwa kosmetika perawatan wajah meliputi perawatan sehari-hari, berkala dan perawatan khusus.

1) Perawatan Wajah Sehari-hari

Setiap hari perlu dilakukan perawatan yang berkaitan dengan pembersihan, penyegaran dan nutrisi pada kulit wajah.

Pertama, kosmetika pembersih dan penyegar digunakan setiap hari pada pagi sebelum merias wajah agar kosmetika rias dapat efektif menempel pada kulit dan diperoleh hasil riasan yang bagus. Kemudian gunakan juga setiap malam hari agar kulit wajah tetap bersih dan terbebas dari kosmetika dan kotoran.

Kedua, kosmetika perawatan. Setiap pagi sebelum merias wajah, gunakan cream pelindung anti matahari, dan pada malam hari setelah pembersihan dan penyegaran gunakan cream atau lotion untuk malam hari.

Pembersih Penyegar Tabir Surya Krim pagi Krim Malar

Gambar 4.17
Perawatan Wajah Sehari - Hari
(Pembersih, penyegar, cream pagi/tabir surya, dan cream malam)

2) *Perawatan Wajah Berkala*

Perawatan berkala dapat dilakukan seminggu sekali atau dua minggu sekali atau bahkan sebulan sekali sesuai kebutuhan dan kesempatan. Perawatan ini bertujuan menjaga kesehatan, kebersihan dan yang paling utama adalah menjaga kondisi kulit wajah sehingga awet muda.

Kosmetika perawatan berkala meliputi:

- Pembersihan dan penyegaran.
- Kosmetika pembersihan mendalam (*deep cleansing*).
- *Peeling* (berbentuk *cream, scrub*, pasta).
- *Massage* (berbentuk *cream*, minyak).
- Masker (berbentuk *cream*, bubuk, pasta, *gel*).
- Berbagai vitamin kulit (serum, cream).

Gambar 4.18
Perawatan Wajah Berkala
(Kosmetika Pembersih, Penyegar, Masker, Peeling Scrub, Massage Oil/Cream)

3) *Perawatan Wajah Khusus*

Perawatan wajah khusus adalah perawatan yang dilakukan dalam satu tujuan tertentu terkait dengan kondisi kulit dan kebutuhan. Perawatan wajah khusus ini harus dilakukan oleh ahli kecantikan agar terhindar dari kesalahan prosedur pemakaian kosmetika yang berakibat fatal bagi kulit wajah.

Pertama, Perawatan kulit tidak berproblem yakni perawatan kulit wajah yang dipersiapkan untuk suatu acara istimewa misalnya bagi calon pengantin atau acara yang dipandang penting dan khusus lainnya. Kosmetika pada perawatan khusus yang tidak berproblem ini sifatnya adalah menjaga kestabilan kulit, mencerahkan, memudakan/ peremajaan dan bila diperlukan memutihkan. Jenis kosmetika yang digunakan pada perawatan wajah khusus yang tanpa problem ini sama seperti kosmetika berkala ditambah beberapa kosmetika sesuai tujuan perawatan yakni kosmetika *bleaching*, peremajaan (*anti aging*) dan vitamin.

Kedua, Perawatan kulit wajah yang berproblem, yaitu perawatan kulit wajah yang berproblem dituntut untuk dilakukan karena problem pada kulit wajah terkait kondisi permasalahan pada kulit wajah dapat dilakukan seminggu sekali atau dua minggu sekali atau bahkan sebulan sekali sesuai kebutuhan dan saran dari ahli kecantikan yang dikunjungi.

Berbagai kosmetika untuk perawatan wajah khusus tersebut meliputi : Pembersihan dan penyegaran, kosmetika pembersihan mendalam (*deep cleansing*), *peeling* (berbentuk *cream, scrub*, pasta), *massage* (berbentuk *cream*, minyak), masker (berbentuk *cream*, bubuk, pasta, gel), berbagai vitamin kulit (serum, *cream*), *bleaching* (pemutih), *anti aging* (peremajaan), vitamin, *anti acne* (*lotion, cream*)

Gambar 4.19
(Pembersih, Penyegar, *Peeling,* Vitamin, *Bleaching, Anti Aging, Colagen Serum Anti Acne)*

b. Kosmetika Perawatan Tangan dan Kaki

Seperti halnya pada perawatan kulit wajah, maka pada perawatan tangan dan kaki juga diperlukan perawatan sehari-hari, berkala dan perawatan khusus.

1) Perawatan Tangan dan Kaki Sehari-Hari

Setiap hari tangan dan kaki dilakukan pembersihan dengan frekuensi tidak terbatas sesuai kebutuhan. Kosmetika pembersihan yang digunakan untuk perawatan tangan dan kaki sehari-hari : sabun cuci tangan, *lotion hand wash*

Gambar 4.20
Perawatan Tangan dan Kaki Sehari-Hari
(Sabun Cuci Tangan, Krim Tangan, Losion Tangan/Kaki)

2) Perawatan Tangan dan Kaki Berkala

Perawatan berkala dapat dilakukan seminggu sekali atau dua minggu sekali atau bahkan sebulan sekali sesuai kebutuhan dan kesempatan. Perawatan ini bertujuan menjaga kesehatan, kebersihan dan performa tangan kaki. Perawatan ini dapat dilakukan di rumah secara mandiri atau ke jasa salon oleh seorang ahli manicuris. Kosmetika yang dipergunakan antara lain : sabun cuci tangan, cairan *antiseptic, c*ream pelembut kutikula (*cuticle remover*), *massage cream*/*oil*

Gambar 4.21
Perawatan Tangan dan Kaki Berkala
(Sabun Cuci Tangan, Cairan Anti Septik, Massage Krim dan Cuticle Remover)

3) Perawatan Tangan dan Kaki Khusus

Kosmetika perawatan tangan dan kaki khusus diperlukan untuk mengatasi kelelahan pada kaki dan perawatan untuk performa atau peningkatan kualitas keindahan tangan dan kaki. Kosmetika yang dipergunakan antara lain : sabun cuci tangan, cairan *antiseptic*, cream pelembut kutikula (*cuticle remover*), *massage cream/oil, hydrogen peroxide* dengan kadar 2 %, *borax*.

Gambar 4.22
Kosmetika perawatan tangan dan kaki Khusus
(Sabun Cuci Tangan, Cairan Antiseptik, Cuticle Remover Hidrogen Peroksida dan Borax)

c. Kosmetika Perawatan Badan

Seperti halnya pada perawatan kulit wajah, maka pada perawatan badan juga diperlukan perawatan sehati-hari, berkala dan perawatan khusus.

1) Perawatan Badan Sehari-Hari

Setiap hari badan dilakukan pembersihan dengan frekwensi tidak terbatas sesuai kebutuhan. Kosmetika pembersihan dan perawatan badan sehari-hari : *body shampoo*/sabun, *body lotion*, *body talk*, serta anti bau badan (*lotion, spray talk* dan lain-lain).

Gambar 4.23
Kosmetika perawatan Badan Sehari – Hari
(Sabun, Body Shampoo, Body Talk, Body Wash)

2) Perawatan Badan Berkala

Perawatan berkala dapat dilakukan seminggu sekali atau dua minggu sekali atau bahkan sebulan sekali sesuai kebutuhan dan kesempatan. Perawatan ini bertujuan menjaga kesehatan, kebersihan dan performa badan. Perawatan ini dapat dilakukan di rumah secara mandiri atau ke jasa salon oleh seorang ahli body theraphy. Kosmetika yang dipergunakan antara lain : *body shampoo*/sabun, *body lotion, body talk, scrub*/lulur/ boreh, *massage cream/oil*.

3) Perawatan Badan Khusus

Kosmetika perawatan badan khusus diperlukan untuk mengatasi kelelahan pada seluruh badan dan untuk performa atau peningkatan kualitas. Kosmetika yang dipergunakan antara lain : *body shampoo*/sabun, *body lotion, body talk, scrub*/lulur/boreh, *massage cream/oil*, *body steam cosmetics, aroma theraphy*.

Gambar 4.24
Kosmetika perawatan badan
(Sabun/Body Shampoo, Body Lotion, Body Talk, Scrub/Lulur/Boreh/Massage Oil, Body Steam Cosmetic, Aroma Theraphy)

d. Kosmetika Perawatan Payudara

Payudara adalah bagian yang dalam yang harus diperhatikan dan dirawat. Dari segi kesehatan banyak wanita yang tidak menyadari memiliki kelainan dan terlambat menanganinya.

1) Perawatan Payudara Sehari-Hari

Setiap hari pada saat mandi dilakukan pembersihan. Kosmetika pembersihan payudara sehari-hari adalah : *body shampoo*/sabun, *body lotion, body talk*, serta anti bau badan.

2) *Perawatan Payudara Berkala*

Perawatan berkala dapat dilakukan seminggu sekali atau dua minggu sekali atau bahkan sebulan sekali sesuai kebutuhan dan kesempatan. Perawatan ini bertujuan menjaga kesehatan untuk deteksi kelainan secara dini, menjaga kebersihan dan bentuk payudara. Perawatan ini dapat dilakukan di rumah secara mandiri atau ke jasa salon oleh seorang ahli body theraphy. Kosmetika yang dipergunakan antara lain : *body shampoo*/sabun, *buste lotion, body talk, scrub*/lulur/boreh, *massage cream/oil, buste mask*, minyak zaitun.

3) *Perawatan Payudara Khusus*

Kosmetika perawatan payudara khusus diperlukan untuk mengatasi kelelahan pada seluruh badan dan untuk performa atau peningkatan kualitas. Kosmetika yang dipergunakan antara lain : *body shampoo*/sabun, *buste lotion, body talk, scrub*/lulur/boreh, *massage cream/oil, buste mask*, minyak zaitun, *aroma theraphy*.

Gambar 4.25
Kosmetika Perawatan Payudara
(Sabun/Body Shampoo, *Buste Lotion, Body Talc, Scrub*/Lulur, Massage cream/Oil, *Buste Mask*, Minyak Zaitun, *Aroma Theraphy*)

6. Kosmetika Tradisional

Perawatan kecantikan dapat dilakukan dengan menggunakan kosmetika tradisional. Pada hakekatnya perawatan secara tradisional merupakan salah satu manifestasi kebudayaan kita, dan sebagai seni perawatan diri yang turun-temurun.

Berikut akan diuraikan pengetahuan tentang tumbuh-tumbuhan yang banyak digunakan dalam perawatan kecantikan secara tradisional.

a. Kunyit (*curcuma domesticaerhizoma*)

Kunyit mengandung minyak atsiri, *sikloiserin, mirsen, metal farbinol, d.kamper,* dan *curcumin*. Kandungan antioksidan yang terdapat di dalam warna kuning dari kunyit menjadi kunci untuk kesehatan dan kecantikan. Sebagai bahan kosmetik, kunyit telah dikenal luas secara turun temurun dan digunakan oleh puteri-puteri keraton untuk merawat kecantikannya. Kunyit yang mengandung *curcumin* dan zat antioksidan sangat efektif untuk menjaga kecantikan, menghaluskan kulit, mengurangi bau badan, menjaga tubuh tetap ramping dan memperlancar *haid*. Kunyit dapat juga digunakan sebagai masker dan lulur, menjadikan tubuh dan wajah terlihat lebih cerah, tetapi gunakan kunyit yang muda agar warna kuningnya tidak terlalu pekat. Penggunaan kunyit untuk masker yaitu kunyit diparut, kemudian dijemur lalu campurkan dengan tepung beras, sari jeruk atau alpokat, aplikasikan pada wajah maka kulit wajah akan mulus dan halus. Fungsi lain kunyit adalah untuk mengobati eksim dan kudis, bahkan bila sudah diolah menjadi salep bisa digunakan untuk mengobati borok.

Gambar 4.26
Kunyit (*curcuma domesticaerhizoma*)

b. Lidah buaya (*aloe vera*)

Lidah buaya mengandung sekitar 72 zat yang dibutuhkan tubuh, di antaranya asam amino, karbohidrat, lemak, air, vitamin, mineral, enzim, hormon, dan zat golongan obat seperti lignin, saponin,

senyawa antrakuinon, senyawa kuinon, dan senyawa gula. Dalam hal pengobatan, lidah buaya mampu menghilangkan bekas luka bakar pada kulit, ini karena kandungan saponin yang berfungsi sebagai pembersih dan antiseptik. Dalam hal kecantikan kulit, lidah buaya bersifat merangsang pertumbuhan sel baru pada kulit. Lendir lidah buaya mengandung zat lignin yang mampu menembus dan meresap ke dalam kulit. Lendir ini akan menahan hilangnya cairan tubuh dari permukaan kulit. Hasilnya kulit tidak cepat kering dan tetap lembab sehingga terlihat awet muda. Untuk menghaluskan kulit, lidah buaya digunakan sebagai campuran adonan masker.

Gambar 4.27
Lidah Buaya (*Aloe Vera*)

c. Bunga kenanga

Kenanga mengandung minyak kenanga yang memberi wangi pada tubuh. Minyak kenanga merupakan minyak esensial untuk keperluan kosmetik yang dapat membantu mengurangi garis ketuaan, merangsang sel baru, mengatasi kulit kasar karena terlalu banyak kosmetik, dan mengatasi kulit berminyak. Minyak sumber vitamin E yang mampu memberikan perlindungan dari radiasi sinar ultra violet sebagai salah satu penyebab penuaan kulit. Untuk keperluan perawatan kulit wajah, tumbuk halus 5 kuntum bunga kenanga, 5 ruas jari rimpang temu giring dan satu buah kulit jeruk purut. Saring kemudian peras. Airnya oleskan pada wajah dan biarkan beberapa menit.

Gambar 4.28
Bunga Kenanga

d. Tomat

Tomat mengandung *betha carotene* dan *likopen* yang merupakan antioksidan dan pre-vitamin A, yang memiliki khasiat untuk menghaluskan kulit wajah dan mengobati jerawat. Untuk keperluan perawatan wajah, tomat dicuci, potong menjadi 4 bagian lalu oleskan pada wajah, biarkan sampai kering kemudian bilas dengan air hangat. Untuk perawatan sehari-hari, tomat yang merah tua diperas dan airnya oleskan pada wajah, wajah akan terasa segar dan halus.

Gambar 4.29
Buah Tomat

e. Air Teh Basi

Air teh basi mengandung *polyfenol* yang merupakan zat antioksidan yang berfungsi untuk mengurangi jerawat. Caranya, diamkan air teh yang berasal dari daun teh yang diseduh semalam dipanci terbuka. Keesokan harinya, air teh sudah berasa sejuk dan gunakan untuk mencuci wajah selama beberapa menit, kemudian wajah dicuci dengan air hangat.

Gambar 4.30
Segelas Air Teh Basi

f. Seledri

Seledri berkhasiat untuk mengatasi kulit berminyak. Caranya, ambil beberapa daun seledri dari iris halus, masukkan ke dalam mangkuk yang berisi air mendidih, biarkan selama 20 menit. Simpan di lemari es agar zat yang terkandung di dalamnya tidak rusak. Pada malam hari, aplikasikan pada wajah menggunakan kuas, dan terakhir bilas dengan air hangat.

Gambar 4.31
Daun Seledri

g. Cengkih (*eugenia caryophylata*)

Kuncup bunga, tangkai dan daun cengkih, mengandung minyak atsiri eugenol, zat penyamak dan lendir. Pada umumnya cengkih berkhasiat menghilangkan rasa mual dan bau mulut. Daun cengkih dapat dipakai sebagai param. Minyak cengkih dapat digunakan sebagai parfum.

Gambar 4.32
Cengkeh

h. Kemukus (*piper cubeba linn*)

Buah kemukus mengandung minyak atsiri kubebin, asam kubebat, terpen, zat pahit, lendir dan mineral yang sangat berguna untuk menormalisir fungsi selaput lendir saluran kemih.

Gambar 4.33
Kemukus

i. Kencur (*kaemferia galanga linn*)

Akar kencur mengandung *sineol, alkaloida, kamfer* dan beberapa zat lain. Kencur banyak dipakai dalam jamu, karena berkhasiat utuk meredakan pembengkakan dan kekakuan otot, menghilang-kan rasa kembung perut serta untuk merangsang pembentukan keringat.

Gambar 3.34
Kencur

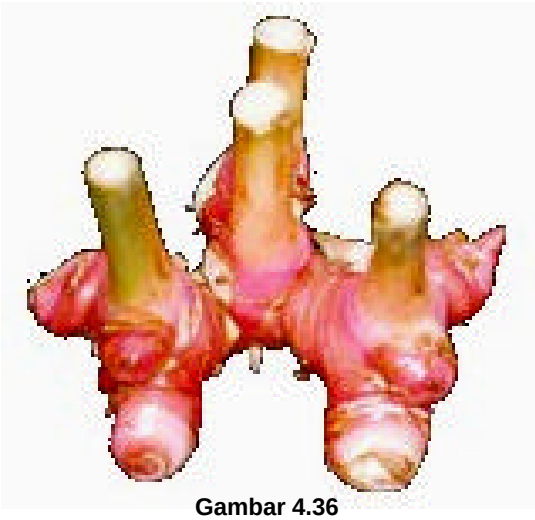
j. Mawar (*regula, rosa SPP*)

Daun-daun bunga segar dari beberapa jenis keluarga rosa disuling, hingga menghasilkan minyak mawar yang dalam dunia kosmetika tradisional digunakan sebagai bahan untuk membuat penyegar yaitu minyak mawar dicampur dengan air menjadi air mawar. Air mawar juga berguna sebagai bahan untuk melarutkan bubuk masker menjadi adonan masker yang siap digunakan.

Gambar 4.35
***Regula, rossa SPP* dan Produk kecantikan yang dihasilkannya**

k. Jahe

Jahe mengandung antioksidan sebesar 21.571 mmol / 100 gr, yang dapat berfungsi sebagai antioksidan bagi kulit bila dikonsumsi. Selain dapat menghangatkan tubuh, jahe memiliki berbagai khasiat yang sangat baik untuk kulit. Beberapa fungsi positif yang dapat diperoleh dari jahe diataranya dapat menghilangkan kasar-kasar pada kaki apabila dicampur dengan minyak nabati, kemudian digosokkan pada bagian kaki yang kasar. Selain itu jahe juga dapat dijadikan herbal healing bath yang dapat mengatasi kelelahan otot, gejala flu, menenangkan, menghangatkan dan menyegarkan tubuh. Manfaat lainnya, jahe dapat dijadikan ginger salt scrub, yang berfungsi untuk menghaluskan kulit kering, membantu proses pengeluaran racun dan membantu pelepasan sel-sel kulit mati.



Gambar 4.36
J a h e

l. Minyak Cendana

Minyak cendana mengandung minyak sulingan kulit cendana. Minyak ini berkhasiat untuk menghangatkan badan, merangsang peredaran darah, merawat kulit dan membuat badan menjadi harum, lembut serta untuk mencegah kulit kering. Minyak ini dapat juga digunakan dalam pemijatan badan, punggung, tangan dan kaki.

Gambar 4.37
Minyak Cendana

m. Sari ketimun

Dalam ketimun terdapat zat zaponin, protein, kalsium, garam fosfat, vitamin B dan vitamin C. Sari ketimun digunakan sebagai cairan pembersih, karena saponin yang terkandung di dalamnya memiliki daya pembersih yang baik. Sari ketimun sangat baik untuk kulit berminyak, kulit yang peka dan kulit yang terbakar (mendinginkan). Sari ketimun dipakai sebagai bahan penyegar (*astringent*). Sari ketimun berkhasiat juga untuk memupuk dan memutihkan kulit.

Gambar 4.38
Buah Ketimun dan Produk kecantikan yang dihasilkannya

n. Minyak bergamot

Bergamot mengandung minyak atsiri, mudah menguap dan didapat dari penyulingan kulit jeruk kuning, coklat, dan hijau serta berbau harum. Minyak bergamot baik digunakan sebagai *body lotion.*

o. Minyak kacang

Minyak kacang mengandung berbagai asam lemak yang dapat digunakan sebagai bahan pelunak dalam pembuatan krim malam.

p. Minyak jarak (*oleum ricini, castor oil*)

Minyak jarak diperoleh dari penyulingan kulit buah jarak, tidak berwarna dan digunakan sebagai bahan pembuatan lipstik, cat kuku serta penghapus cat kuku

Gambar 4.39
Berbagai minyak bahan pembuatan kosmetik tradisional

Latihan Penguasaan Konsep

Petunjuk : pilihan jawaban yang paling benar dengan ketentuan sbb :

A. jika alternatif jawaban a, b dan c benar
B. jika alternatif jawaban a dan c benar
C. jika alternatif jawaban b dan d benar
D. jika hanya alternatif d yang benar
E. jika semua alternatif jawaban benar

1. Kosmetik pembersih yang berbahan dasar minyak emulsinya adalah.....
   a. W=O
   b. O/W
   c. O:W
   d. W/O

2. Kosmetik berfungsi memperindah wajah. Jenis kosmetik yang berfungsi menormalisir kadar air dalam kulit serta melindungi kulit terhadap bahan kosmetik lain adalah :
   a. Moisturizer
   b. Alas bedak
   c. Base foundation
   d. Powder

3. Dalam membeli kosmetika sebaiknya memilih yang…….
   a. Sesuai kemampuan
   b. Kualitasnya bagus
   c. Keinginan pelanggan
   d. Sesuai jenis kulit

4. Mata adalah jendela hati, karena melalui mata dapat tercermin suasana hati kita. Kosmetik yang dapat digunakan untuk tata rias korektif mata adalah :
   a. Eye pencil
   b. Eye shadow
   c. Eye brow pencil
   d. Maskara

5. Campuran masker untuk perawatan wajah tingkat dasar adalah…..
   a. Air mawar
   b. Astringent
   c. Sari buah-buahan
   d. Face tonic

6. Kosmetik pada perawatan tangan dan kaki yang berungsi untuk menghilangkan noda pada kuku dan untuk memutihkan kuku adalah :
   a. Nail polish removers
   b. Nail cleanser
   c. Nail polish solvent
   d. Nail bleaches

7. Lotion astringent dipergunakan untuk :
   a. Peringkas pori-pori
   b. Pelebar pori-pori
   c. Penutup pori-pori
   d. Pelembab pori-pori

8. Bentuk foundation antara lain di bawah ini, kecuali :
   a. Cair
   b. Padat
   c. Bubuk
   d. Cream

9. Fungsi lipstik selain untuk memberi warna pada bibir, juga untuk :
   a. Membuat bibir terlihat lebih seksi
   b. Membuat bibir lebih sempit dan mungil
   c. Membentuk dan mengoreksi bentuk bibir yang kurang sempurna
   d. Membuat bibir terlihat lebih tebal

10. Jenis kosmetik yang digunakan dalam perawatan bibir adalah :
    a. Lipbalm
    b. Lipcare
    c. Lipmoisture
    d. Lipgloss

11. Kosmetik pembersih berbahan dasar minyak lebih efektif dalam membersihkan kotoran yang larut dalam minyak dan tidak larut dalam air, seperti *make-up.* Tipe kosmetik jenis ini yaitu :
    a. Emulsi W/O
    b. Emulsi O/W
    c. Emulsi ganda
    d. Solid cleanser

12. Penambahan alkohol pada kosmetik pembersih berbahan dasar air, memberikan beberapa keuntungan, yaitu :
    a. Dapat mengurangi minyak pada kulit
    b. Dapat menimbulkan rasa segar
    c. Kulit menjadi lebih mudah basah
    d. Bersifat desinfektan

13. Biokosmetika, selain berasal dari sumber hewani dan sumber nabati, juga dapat berasal dari sumber maritim yang mencakup :
    a. Liposome
    b. Plankton
    c. Ceramides
    d. Ganggang laut

14. Kosmetika untuk mempertahankan kondisi kulit salah satunya krim pelembab siang atau malam. Krim pelembab umumnya mengandung :
    a. Parafin cair
    b. Asam stearat
    c. Lanolin
    d. Aqua destilata

15. Biokosmetika adalah kosmetika yang mengandung zat-zat biologis aktif. Zat-zat yang berasal dari sumber hewani dapat berupa :
    a. Sari placenta
    b. Sari embrio
    c. Air ketuban lembu
    d. Kalogen

16. Lotion yang digunakan untuk mengecilkan pori-pori kulit berminyak dan berfungsi sebagai desinfektan adalah :
    a. Face lotion
    b. Face tonic
    c. Bleaching lotion
    d. Astringent lotion

17. Kosmetik pemupuk digunakan untuk perawatan wajah pada kulit :
    a. Berminyak
    b. Berjerawat
    c. Kering
    d. Normal

18. Pelembab sangat diperlukan untuk dasar rias wajah, ***kecuali*** pada kulit :
    a. Normal
    b. Dehidrasi
    c. Kering dan Keriput
    d. Berminyak

19. Suatu emulsi yang memberikan rasa dingin dan dpakai sebagai krim pembersih adalah …
    a. Cleansing cream
    b. Cold cream
    c. Finishing cream
    d. Cleansing milk

20. Pelembab atau moisturizer ***tidak*** berfungsi untuk :
    a. Memutihkan kulit
    b. Melembabkan kulit
    c. Mempertahankan kadar air dalam kulit
    d. Melembutkan kulit

Daftar Pustaka

Andiyanto dan Ayu Isni Karim, (2003), *The Make Over Rahasia Rias Wajah Sempurna*, Jakarta : Gramedia Pustaka Utama

Doreen Mille, (1985), *Let's Make-up,* London : Judy Piatkus Publisher.

Elly Ratna Candra, 1978, *Rahasia Make - up,* Surabaya : Penerbit Indah

Gusnaldi (2003) *The Power of Make-up.* Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.

Guyton & Hall, (1997), Text Book Of Medical Physiology,9th Ed., W.B. Saunders Company, Philadelphia, Pennsylvania.

Hernas (1977) *Ilmu Kecantikan dan Kosmetika Modern*. Jakarta : Parisade

Joanna Lorenz (2003) *Hair Care, Skin Care, Make-up & Fitness.* Singapore : Hermes House.

Kinkin S. Basuki, (2001), *Tampil Cantik dengan Perawatan Sendiri,* Jakarta : Gramedia Pustaka Mandiri

Majalah Info Kecantikan Edisi Januari 2007

Majalah Tata Rias Edisi Mei 2007

Majalah Tata Rias Edisi Agustus 2007

Majalah Info Kecantikan Edisi Januari 2007

Marie Mingay. (2001) *Nail Style, Beautiful Nails for Every Occasioan*. England : D & R Books

Martha Tilaar, (1995), *Indonesia Bersolek, Tata Rias Korektif,* Jakarta : PT Grasindo

Mooryati Soedibyo, (1984), *Seni Berhias Ngadi Saliro & Ngadi Busono Mustika Ratu,* Jakarta : PT Lithopica

Nelly Hakim, dkk. (2001). *Tata Kecantikan Kulit Tingkat Terampil*. Jakarta : Carina Indah Utama.

Penelope Mc Phee, (2000), *Rahasia Kecantikan Rambut, Kulit, Tata Rias & Tubuh*, Pionir Jaya, Bandung

R. Putz & R. Pabst, (2007), SOBOTTA : Atlas Anatomi Manusia, Edisi 22, Jilid 1, Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta, Indonesia.

R. Putz & R. Pabst, (2007), SOBOTTA : Atlas Anatomi Manusia, Edisi 22, Jilid 1, Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta, Indonesia.

R. Putz & R. Pabst, (2007), SOBOTTA : Atlas Anatomi Manusia : Tabel Otot, Sendi dan Syaraf, Edisi 22, Jilid 1, Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta, Indonesia.

Rachmi Primadiati, (2001), *Kecantikan,Kosmetika & Estetika*, Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.

Reni K, (2006), *Let's Make-up by Wawa Sugimurwati*, Gramedia Pustaka Utama, Jakarta, Indonesia

Retno Iswari T, Fatma Latifah, (2007). *Buku Pegangan Ilmu Pengetahuan Kosmetik*, Gramedia Pusatka Utama, Jakarta, Indonesia

Roeswoto, (1983), Kosmetologi Tata Kecantikan Kulit, Jakarta : Direktorat Dikmas, Ditjen PLSPO, Dep P dan K.

Sri Ardiati Kamil, (1977), Tata Rias untuk Kecantikan dan Kepribadian, Jakarta : Miswar

LAMPIRAN A.2

Situs Internet :

http://www.cosmotek. dk/inventar/inventar.htm

http://www.stokesabode.com/

http://infocompany.biz/de/products/ 520/glass_bottles/

http://nailartdirect.com

http://www.zwilling.com/en-WW

http://www. transdesign.com

http://www.can-west.ca/furniture.html/

http://www.magnaesthetics.com/promos.asp

http://www.okokchina.com/product/Home-Appliances/Kitchenware/
Towel-Steamer/

http://sg.geocities.com/jtech_ii/cs.htm

http://www.dauman-retail-displays.co.uk/mands2.htm

http://beautyrmt.en.alibaba.com/ product/ 50038231/50173287
/Nail_Care/_Foot_Bath_Massage_Chair.html

http://www.ukneadme.com/ kneadchairs.htm

LAMPIRAN A.4

Glossary

Abrasive	:	Proses pengikisan atau penipisan, dalam perawatan kuku, pelaksanaannya dibantu kosmetika untuk kesempurnaan hasil. Sedangkan wujud kosmetika dapat berupa krim, pasta, atau gel
Acrylic	:	Bahan sintetis dalam berbagai wujud, ada yang gumpalan padat, bubuk, lembaran. Dalam perawatan kuku, sering dimanfaatkan yang berbentuk bubuk untuk memperbaiki atau mengubah bentuk kuku
Accupresure	:	Tindakan menekan–nekan pada titik-titik wajah tertentu dengan menggunakan alat atau ujung jari.
Acne / jerawat	:	Suatu penyakit radang yang disebabkan oleh bakteri, yang mengenai susunan *pilosebaseus* yaitu kelenjar palit dengan folikel rambutnya
Acne Lotion	:	Anti jerawat berbentuk cair
Acne scar		Pori-pori besar atau bahkan berlubang atau bopeng pada kulit wajah yang disebabkan oleh jerawat
Adhesive	:	Perekat khusus yang digunakan untuk menempel bulu mata tambahan, ataupun *crepe hair* pada rias fantasi.
Aging Skin	:	Kulit menua, yakni kondisi kulit wajah yang mengalami pengurangan daya elastisitas dan disertai terjadinya penurunan kualitas, sehingga kulit wajah nampak lebih kusam, kering, dan lebih tua dari usianya. Bisa terjadi pada berbagai usia yang disebabkan oleh kondisi nutrisi, kesehatan dan faktor gaya hidup.

Air brush Nail Art	:	Alat dalam seni menghias kuku yang dipergunakan untuk membantu memper-cepat mengeringnya cat kuku atau hiasan kuku.
Aktivator	:	Larutan khusus untuk mencampur bubuk acrylic
Allergen	:	Kondisi kulit yang sensitif, biasanya jenis kulit ini lebih tipis dari jenis kulit lain sehingga sangat peka terhadap hal-hal yang bisa menimbulkan alergi
Analisa/diagnosa	:	Proses menarik kesimpulan atas kondisi klien sebelum dilakukan oerawatan kecantikan berdasarkan data atau catatan, dan fakta.
Anamnesse	:	Proses analisa kondisi klien sebelum dilakukan perawatan dengan metode wawancara atau konsultasi untuk mengingat kembali riwayat kondisi klien berdasarkan pengalaman dan ingatan klien.
Anidrosis	:	Suatu keadaan bila kulit tidak dapat berkeringat, yang disebabkan kelenjar keringat tidak mampu berfungsi lagi atau karena suatu penyakit.
Antiseptik	:	Bahan-bahan kimia yang berfungsi mem-bunuh kuman/bakteri
Asam alfa hidroksi (AAH atau Alfa Hidroxil Acid/AHA)		Asam karbosilat yang memiliki gugus hidroksi pada posisi alfa. Secara alamiah zat ini terdapat dalam buah-buahan dan yogurt. Manfaatnya sebagai emolien, yang dapat meningkatkan pergantian sel kulit mati dan pembentukan sel kulit baru, mengurangi ikatan antar komeosit dan mensintesis kolagen sehingga dapat mengurangi keriput halus, membentuk kulit halus dan sehat

Astringent	:	Kosmetika penyegar untuk jenis kulit berminyak
Base Coat (cat dasar)	:	Kosmetik kuku yang digunakan sebelum menggunakan cat kuku agar cat kuku melekat dengan segera pada permukaan kuku.
Beautician	:	Ahli kecantikan kulit
Beauty Operator	:	Orang yang melaksanakan pelayanan dalam bidang kecantikan kulit
Beautician	:	Ahli kecantikan kulit
Beauty Operator	:	Orang yang melaksanakan pelayanan dalam bidang kecantikan kulit
Berpigmentasi	:	Kondisi kulit yang memiliki pigmen sehingga berwarna dan tidak pucat. Contoh : orang Asia berwarna kuning, orang negro berwarna hitam, orang Indonesia berwarna sawo matang, dan orang Indian berwarna kemerahan
Biokosmetika	:	Kosmetika yang mengandung zat-zat biologis aktif, biasanya berasal dari hewani atau nabati
Blush-on (Rouge)	:	Perona pipi yakni kosmetik pemberi warna pada pipi sehingga wajah tampak lebih cantik dan lebih segar
Bolus alba	:	Bahan dasar kosmetika masker berasal dari hasil tambang yang diolah menjadi berupa bubuk.
***Botoks* (*botolinum toxin*)**	:	Cairan protein alami yang telah dimurnikan, dapat merelaksasikan otot-otot yang menyebabkan kerutan, menciptakan kulit lebih halus, meremajakan, dan memberkan penampilan yang lebih muda

Bromidrosis	:	Terdapatnya keringat yang berbau (bisa disebut "bau badan") yang mungkin disebab-kan oleh bakteri di kulit yang mengadakan dekomposisi keringat, atau karena kelenjar keringat apokrin bekerja lebih aktif
Cikatri (Cicatrial) (rias wajah cikatri)	:	Rias wajah dengan tujuan untuk me-nyamarkan cacat kulit.
Chemical peeling	:	Teknik pengelupasan yang meluruhkan lapisan kulit terluar hingga kulit terlihat lebih segar, dapat menipiskan noda akibat sinar matahari dan usia, mampu mengatasi hiperpigmentasi, bekas jerawat dan keriput halus
Concealer	:	Kosmetika rias wajah berguna untuk koreksi rias di sekitar kantung mata. Warna sesuai tujuan rias, ingin tampak lebih gelap atau lebih terang
Cuticle Cream	:	Kosmetika perawatan kuku berupa krim untuk melembutkan kutikula, sehingga ketika dilakukan perawatan tidak terasa sakit.
Cuticle Oil	:	Kosmetika perawatan kuku berupa minyak untuk melembutkan kutikula sehingga ketika dilakukan perawatan tidak terasa sakit.
Cuticle Pusher **(pendorong kutikula)**	:	Alat untuk perawatan kuku berfungsi untuk mendorong kutikula sehingga memudah-kan untuk dipotong bagian ujungnya atau kulit arinya.
Cuticle Removers (Solvent)	:	Kosmetik kuku untuk melunakkan kulit ari yang ada di sekitar kuku sehingga kulit ari mudah dilepaskan.
Dehidrasi	:	Kehilangan atau kekurangan air dalam lapisan kulit yang diakibatkan oleh kurang-nya asupan air ke dalam tubuh atau keluarnya cairan tubuh yang berlebihan.

Depilasi	:	Tindakan penghilangan bulu atau rambut badan secara sementara tanpa menggganggu bagian yang tertanam di dalam kulit, sehingga dalam beberapa hari, rambut akan tumbuh kembali. Dilakukan dengan mencukur, menggunting, menggosok putus rambut-rambut menggunakan sarung tangan abrasif, dan penghancuran keratin batang rambut dengan krim-krim depilatori.
Dermabrasi	:	Pengelupasan atau pengikisan kulit yang dilakukan dengan alat dermabrator yang bekerja sebagai 'gerindra kulit'
Dermatoglifi	:	Pola sidik jari
Dermatomikosis	:	Sejenis panau yaitu infeksi jamur yang dangkal yang disebabkan oleh *fungus malassezia furtur*. Penyakit ini berupa bercak-bercak yang kadang tersebar di seluruh tubuh, berwarna putih kelabu, kecoklat-coklatan atau kehitam-hitaman disertai pengelupasan sisik-sisik halus.
Dermis, korium atau kutis	:	Lapisan kulit jangat sebagai tempat ujung saraf perasa, keberadaan kandung rambut, kelenjar keringat, kelenjar palit atau kelenjar minyak, pembuluh-pembuluh darah dan getah bening, dan otot penegak rambut
Disposel /disposible	:	Fasilitas atau alat perawatan kecantikan yang sifatnya sekali dipakai dan harus dibuang dengan alas an sanitasi hygiene. Contohnya : tissue, kapas, jarum jerawat, jarum elektrolisis, celana dalam, dll
Effleurage	:	Teknik gerakan mengusap ringan pada pengurutan
Ekskresi	:	*Sistem Pengeluaran.* Kulit mengeluarkan zat-zat tertentu berupa keringat yang dikeluarkan melalui pori-pori dengan membawa garam, yodium dan zat kimia lainnya

Electronic	:	Teknologi (listrik)
Emery Boards (kikir ampelas)	:	Alat manikur dan pedikur untuk membentuk, merapihkan dan menghaluskan kuku.
Emulsier (Pencampur)	:	Bahan yang memungkinkan dua zat yang berbeda jenis dapat menyatu, misalnya lemak atau minyak dengan air menjadi satu campuran merata (homogen)
Emulsi O/W (emulsi oil in water)	:	Emulsi pembersih yang kandungan minyaknya lebih sedikit dari air atau emulsi dengan kadar air yang tinggi digunakan untuk pembersih *make-up*
Emulsi W/O (emulsi water in oil)	:	Emulsi pembersih yang kandungan airnya sedikit, banyak menghasilkan konsistensi yang lebih lembut dan dapat meningkatkan efektivitas preparat dalam membersihkan kotoran yang larut dalam air
Ephelides atau freckles	:	Bintik-bintik coklat atau kehitam-hitaman dan menjadi lebih gelap karena pengaruh sinar ultra violet, besarnya sebesar kepala jarum pentul sampai sebesar biji jagung, terjadi pada bagian tubuh yang sering langsung terkena sinar matahari seperti muka, leher, lengan, punggung tangan dan tungkai, serta biasanya bergerombol secara simetris kanan dan kiri.
Epidermis	:	Kulit ari, sebagai lapisan yang paling luar
Essential oil	:	Minyak hasil dari olahan tumbuhan yang mengeluarkan aroma khas yang digunakan sebagai terapi dalam perawatan wajah maupun badan. Penggunaan dengan dicampur minyak dasar (*base oil*)
Epilasi	:	Tindakan mengangkat / mencabut bulu / rambut yang tidak dikehendaki, biasanya dilakukan untuk menyempurnakan bentuk alis atau pada area kulit tertentu yang tidak menginginkan pertumbuhan rambut tersebut

Eye make-up remover	:	Kosmetika untuk membersihkan riasan di kelopak mata
Eye shadow		Bayangan mata
Eye liner		Sipat mata yakni semacam pinsil untuk membentuk mata
Eye brow		Pinsil untuk membentuk alis
Eversion	:	Kaitannya dengan posisi ujung telapak kaki keluar dari meridian
Facial		merawat wajah
Facial Bed	:	Tempat tidur khusus untuk berbaring pelanggan/klien pada waktu menerima layanan perawatan kulit/badan
Facial Mask Pack	:	Jenis kemasan masker yang sudah dipak oleh produsen kosmetika, konsumen tinggal menggunakan tanpa membuat adonan. Biasanya kosmetika kemasan ini dipergunakan untuk perawatan di rumah. Kosmetika ini dapat berupa jelly atau pasta.
Facial Pack	:	Satu set alat atau kosmetika perawatan wajah
Facial Sauna	:	Jenis alat untuk menguap wajah
Faradic	:	Alat listrik kecantikan arus searah yang berdaya guna menimbulkan kontraksi otot, dimanfaatkan untuk melatih otot yang kendur
Friction	:	Teknik gerakan menggosok dengan melingkar-lingkar pada pengurutan
Foundation	:	Kosmetika rias wajah untuk dasar bedak atau alas bedak bertujuan memberi warna dasar serta mendasari bedak, agar menempel lebih baik pada kulit muka dan lebih bertahan lama, berdasarkan jenis wujudnya foundation ada yang padat, cair atau pasta.

Frimator	:	Jenis alat listrik kecantikan yang berdaya guna menimbulkan gerak mekanik, dimanfaatkan untuk membersihkan kulit lebih mendalam (*deep cleansing*).
Galvanic	:	Jenis alat listrik kecantikan arus searah yang berdaya guna ionisasi, dimanfaat-kan untuk meresapkan kosmetik pemu-puk yang berbentuk ekstrak (ionthopo-resis), atau disincrustasi.
***Geriatri* (Rias Wajah Geriatric)**	:	Rias wajah untuk wanita usia lanjut
Grease	:	Pembengkakan meradang pada kaki dengan pembentukan retak kulit serta ekskresi kulit mengeluarkan bahan berminyak.
Hidrogen peroksida atau hidrogen dioksida (H2O2)	:	Terbentuk dari dua atom hidrogen dan dua atom oksigen berguna untuk melawan bakteri, virus, mencegah infeksi, bahan pemutih gigi dan pembersih kotoran telinga.
Hidrokuinon (hydroquinone)	:	Bahan aktif yang dapat mengendalikan produksi pigmen yang tidak merata, berfungsi untuk mengurangi atau menghambat pembentukan melanin kulit.
High Frequency	:	Jenis alat listrik kecantikan dengan frequency tinggi yang berdaya guna mengubah energi listrik menjadi energi cahaya yang mengandung anti bakteri, dimanfaatkan untuk mensterilkan jerawat.
Hiperidrosis	:	Suatu keadaan tubuh bilamana keringat yang dihasilkan berlebihan
Hiperkeratosis	:	Peningkatan keratinisasi secara abnormal
Hipodermis atau subkutis	:	Jaringat penyambung di bawah kulit berfungsi sebagai bantalan atau penyangga benturan bagi organ-organ tubuh bagian dalam, membentuk kontur tubuh dan sebagai cadangan makanan

Hygiene	:	Berkenaan dengan ilmu kesehatan, kebersihan dan bebas dari penyakit
Infra Red Lamp	:	Lampu yang didesain khusus mengeluarkan sinar infra merah, berfungsi untuk membantu mempercepat proses peresapan kosmetika serta memberi rasa hangat pada kulit sehingga manfaat perawatan lebih cepat. Lampu ini dapat digunakan untuk perawatan wajah dan badan.
Inversion	:	Kondisi posisi ujung telapak kaki berlawanan dengan eversion.
Ionthoforesis	:	Salah satu metode penerapan alvanic yang berfungsi nourishing (pemupukan)
Inflamasi	:	Kondisi meradang yang biasa terjadi pada kulit
Insfeksi	:	Salah satu teknik analisa dengan cara mengamati secara seksama untuk mendapatkan data dan fakta tentang kondisi kulit, ataupun adanya kelainan kulit
Jerawat	:	Kondisi kelainan kulit yang biasanya terjadi pada kondisi kulit berminyak berupa tonjolan dengan ukuran bervariasi tergantung jenisnya.
Keratosis seboroik	:	Tumbuhan epidermal jinak yang disebabkan oleh penebalan lapisan tanduk, sebesar kepala jarum pentul sampai sebesar biji jagung, berwarna coklat sampai hitam, tidak menular, dan hanya timbul sedikit di atas permukaan kulit, berbentuk pipih dengan permukaan yang licin ataupun kasar seperti pada kutil
Kolagen	:	Suatu protein yang terdiri atas berbagai asam amino seperti *glisin, prolin, hidroksiprolin, alanin, leusin, arginin, asam aspartat*, asam *glutamat*, dan asam-asam amino lainnya

Komedo	:	Jenis kelainan kulit yang berupa tonjolan kecil diakibatkan adanya penyumbatan lemak di bawah lapisan kulit. Biasanya terjadi kondisi kulit yang berminyak.
Kontra-indikasi	:	Suatu kondisi yang dinyatakan tidak boleh dilakukan perawatan
Kosmetika	:	Campuran dari suatu bahan yang digunakan untuk perawatan dan menambah kecantikan kulit dan atau rambut, yang dalam pemakaiannya melalui dioleskan, dipercikkan, disemprotkan, dan bukan golongan obat.
Kurap (dermatofitosis)	:	Sejenis infeksi kulit berbentuk bulat dengan diameter 3-4 cm, pinggirnya meninggi, dan berwarna merah sedang di bagian tengah-nya bersisik halus menimbulkan rasa gatal.
Kutil atau verucca vulgaris	:	Sejenis tumbuhan epidermal yang disebab-kan oleh virus dan dapat menular, dapat membesar dan permukaannya tidak rata, warnanya coklat, kelabu atau kehitam-hitaman
Latex	:	Jenis perekat untuk menempelkan bahan-bahan kosmetika berkaitan dengan pem-bentukan rias karakter
Lentigo yaitu sejenis naevus pigmentosus	:	Menyerupai *ephilides*, licin berwarna coklat tua dan kecil. Lentigo dapat terjadi sejak lahir atau baru timbul kemudian tetapi sekali timbul tidak akan hilang lagi
Lip balm	:	Kosmetik bibir untuk melembabkan dan mencegah bibir pecah-pecah serta terkelupas
Lip care	:	Kosmetik untuk perawatan bibir agar bibir tidak kering atau pecah-pecah
Lip gloss atau lip sheener	:	Kosmetik bibir untuk memberikan kesan mengkilat (*glossy*) sehingga bibir kelihatan basah, lembut, halus, dan mengkilat. *Lipgloss* dipakai setelah menggunakan lipstik

Lip Make-up Remover	:	Kosmetika pembersih rias bibir
Lipofilik	:	Semacam populasi bakteri atau jamur yag senang memakan lemak dan mudah mengalami peningkatan
Lipstik atau lipcolor	:	Jenis kosmetik untuk memberi warna pada bibir
Locker	:	Almari khusus untuk penyimpanan barang
Massage Cream	:	Jenis kosmetika bentuk krim yang digunakan untuk pengurutan
Melasma	:	Bercak-bercak berwarna coklat kehitaman (hiperpigmentasi) di kulit muka yang sangat khas seperti di daerah pipi, dahi dan bibir atas, yang disebabkan oleh kehamilan, pil kontrasepsi, pemakaian kosmetik dan sinar matahari
Merkuri, air raksa atau hydragyrum (Hg)	:	Bahan kosmetika berbentuk logam yang pada suhu kamar berwujud cair, tidak berbau, warnanya keperakan, dan mengkilap. Merkuri dapat membuat kulit terbakar, menjadi hitam, bahkan dapat berkembang menjadi kanker kulit
Miliaria	:	Suatu kelainan kulit yang disebabkan oleh adanya retensi keringat akibat tersumbatnya pori-pori kelenjar keringat
Minyak Atsiri	:	Minyak Atsiri : Minyak yang berasal dari saripati tumbuhan (essensial oil) yang beraroma khas. Karena sifatnya mudah menguap maka disebut juga minyak terbang, seperti : minyak sereh berdampak rileks dan mengantukkan.
Moisterizer/ Moisterizing	:	Kosmetika yang berfungsi menjaga kelembaban dan menormalisir kadar air dalam kulit
Naevus pigmentosus (tahi lalat)	:	sejenis tumbuhan jinak berwarna coklat sampai hitam yang biasanya ada sejak lahir dan membesar sejalan dengan meningkatnya usia.

Nail Acrilic	:	Kuku palsu berasal dari Acrylic atau bahan pembentuk kuku berasal dari acrylic.
Nail Brush (sikat kuku)		Alat manikur dan penikur untuk membersih-kan kuku dan ujung-ujung jari dengan bantuan air hangat yang mengandung soap
Nail Enhancement	:	Tindakan meningkatkan penampilan kuku
Nail Extention	:	Tindakan meningkatkan penampilan kuku dengan menyambung kepanjangan kuku.
Nail Gel	:	Meningkatkan penampilan kuku dengan bahan jelly
Nail Tip	:	Bahan perekat yang dipergunakan pada proses pelaksanaan nail extention atau menambah kepanjangan kuku.
Nedle	:	Jarum khusus untuk mengeluarkan jerawat/ komedo ataupun yang digunakan pada pemakaian alat electrolisis.
Nouse Patty	:	Jenis lilin khusus yang dapat dibentuk untuk penambahan efek tertentu pada rias karakter.
Orangewood Stick	:	Alat untuk memberi krim, minyak atau obat pelarut pada kuku dan kulit kuku
Palpasi	:	Salah satu teknik analisa dengan cara meraba/ menekan untuk mendapatkan data dan fakta dari kondisi kulit, otot.
Parafin	:	Jenis lilin dengan titik suhu lebur rendah, digunakan untuk pengangkatan bulu yang tidak dikehendaki ataupun untuk masker tergantung tipe/jenisnya.
Pelanggan dan atau Klien	:	Orang yang datang untuk minta pelayanan jasa salon sesuai keinginan

Peeling cream	:	Kosmetik kemasan berbentuk cream yang berfungsi untuk mengelupas sel tanduk yang sudah mati, digunakan untuk merawat kulit wajah. Selain berbentuk cream ada pula peeling yang berbentuk bubuk atau emulsi.
Petrisage	:	Teknik gerakan menekan dan meremas pada pengurutan
Pinset	:	Jenis alat untuk mencabut alis. Pinset ukuran khusus untuk pemasangan bulu mata individual.
Premier	:	Jenis bahan pembunuh bakteri yang dikenakan sebelum penambahan kuku palsu
Preservative (Pengawet)	:	Bahan pengawet yang digunakan untuk meniadakan pengaruh kuman-kuman terhadap kosmetika, sehingga kosmetika tetap stabil tidak cepat kadaluwarsa
Pulverisator	:	Jenis alat untuk mengaplikasikan kosmetik penyegar dengan teknik semprot sehingga penyegar dapat berubah partikel yang lebih halus tersebar keluar
Radikal bebas	:	Molekul ganas yang akan menggerogoti sel-sel tubuh termasuk jaringan kalogen, terbentuk sebagai efek polusi lingkungan, paparan sinar matahari, pemakaian air yang tercampur bahan kimia, perubahan cuaca dan faktor lain yang mengganggu pertumbuhan normal kalogen
Retidektomi	:	Suatu tindakan bedah kosmetik untuk mengurangi serabut otot wajah yang kendur, membuang kulit wajah dan leher yang berlebihan, mengurangi timbunan lemak di kulit leher, sehingga kulit wajah menjadi kencang kembali
Rinoplasti (rhynoplasty)	:	Bedah kosmetik untuk memperbaiki bentuk hidung dengan memperkecil atau memper-besar ukurannya

Sari placenta	:	Kompleks zat aktif yang sangat baik untuk perawatan kulit yang menua, karena mengandung nukleotida, hormon-hormon steroid, asam lemak, asam amino, vitamin dan unsur-unsur mikro
Sawar asam	:	Lapisan pelindung kulit dengan nilai pH sekitar 5,5. sebagai penghalang alami yang efektif dalam menangkal ber kembang biaknya jamur, bakteri dan berbagai jasad renik lainnya di permukaan kulit
Scotch tape	:	Alat untuk mengoreksi mata yang tidak seimbang atau mengganjal kelopak mata agar menjadi lebih besar. *Scotch tape* dibuat dari bahan sejenis plastik atau bahan yang membuat *eye shadow* mudah menempel pada kelopak mata.
Senduk Una	:	Jenis alat dari steinless, untuk mengeluar-kan isi jerawat /komedo
Serum	:	Campuran dari berbagai bahan organis aktif. Serum dalam konsentrasi tinggi, memiliki kemampuan untuk menembus kulit secara lebih baik, dan penyerapan-nya ke kulit lebih efektif dan efisien
Shading	:	Tindakan memberikan warna lebih gelap dari warna kulit aslinya pada bagian-bagian wajah untuk menyembunyikan ketidak sempurnaan
Siringoma atau siringokistoma	:	Tumbuhan jinak yang terjadi karena pelebaran saluran kelenjar keringat
Skin Peeling	:	Tindakan mengelupas sel tanduk yang sudah mati dengan menggunakan kosmetik *peeling cream* dengan gerakan penggosokan secara rotasi.
***Solvent* (Pelarut)**	:	Bahan yang berfungsi sebagai zat pelarut seperti air, alkohol, eter, dan minyak

Soothing lotion	:	Jenis kosmetik penenang kulit setelah dilakukan skin peeling ataupun setelah proses epilasi/depilasi (pengangkatan bulu yang tidak dikehendaki).
Spatula	:	Alat untuk mengambil kosmetik yang berbentuk krim ataupun untuk mengoleskan *wax*/parafin bila ukurannya besar.
Sterilisasi	:	Tindakan mensucihamakan jasad renik
Sterilizer/box sterilizer	:	Alat yang berfungsi mensterilkan peralatan kecantikan, dapat berbentuk kotak yang di dalamnya terdapat lampu sinar ultra violet yang mempunyai daya anti bakteri
Surfactant (surface active agens)	:	Bahan-bahan yang memperbaiki daya pembersih air seperti sabun, produk-produk kondensasi protein-asam lemak, *sulfonated oils* dan *anionic surfactant.*
Sunscreen (tabir surya)	:	Kosmetik pelindung kulit dari radiasi sinar ultra violet matahari
Tapotage	:	Teknik gerakan menepuk pada pengurutan.
Thermoregulasi	:	Pengatur panas. Kulit mengatur suhu tubuh melalui dilatasi dan konstruksi pembuluh kapiler serta melalui perspirasi yang keduanya dipengaruhi saraf otonom
Tinea pedis (athlete'sfoot)	:	Sejenis penyakit yang disebabkan oleh jamur pada kaki terutama pada telapak kaki dan sela-sela jari kaki.
Tint	:	Tindakan untuk menonjolkan bagian-bagian wajah dengan memberikan warna lebih muda dari warna kulit aslinya.
Top Coat (sealer)	:	Kosmetik kuku berupa cairan yang digunakan di atas/setelah menggunakan cat kuku
Towel Steamer	:	Alat untuk menghangatkan dan mensterilkan handuk perawatan.

Tretinoin		Bahan aktif dalam kosmetika, berupa zat kimia yang termasuk vitamin A asam atau *retinoic acid,* berfungsi untuk membentuk struktur atau lapisan kulit baru, mengganti lapisan kulit luar yang rusak
Trolley	:	Rak beroda untuk menempatkan alat dan kosmetika
Vapozone	:	Jenis alat listrik kecantikan yang berdaya guna mengeluarkan uap yang mengandung anti bakteri.
Vacuum Suction	:	Alat listrik kecantikan yang berdaya guna mengubah energi listrik menjadi energi mekanik, dimanfaatkan untuk mengisap kotoran yang berada di pori-pori.
Vibratie	:	Teknik gerakan menggetar pada sistem pengurutan
Vibrator	:	Jenis alat dengan daya kerja getaran tinggi untuk merawat badan dengan tujuan untuk menghancurkan lemak
Vitiligo	:	Gangguan pigmentasi pada kulit, ditandai adanya bercak-bercak putih karena kehilangan melanin, dan terjadi secara turun temurun
Wax	:	Jenis malam khusus dengan titik lebur tinggi, untuk mengangkt bulu yang tidak dikehendaki. Tersedia hot wax/cold wax.
Xanthoma	:	Sejenis penyakit yang ditandai dengan terjadinya lempeng-lempeng pipih atau benjol-an berwarna kuning jingga, dan biasanya terletak di kelopak mata, tidak terasa gatal atau sakit dan bersifat *familier* (diturunkan) karena berhubungan dengan kadar koles-terol darah yang tinggi.
Zink Okside	:	Jenis bubuk campuran masker.

Daftar Gambar

1	Berbagai Posisi Tubuh Bediri	14
2	Posisi Duduk yang Salah	14
3	Posisi Duduk yang Benar	14
4	Posisi Tubuh pada Waktu memungut Sesuatu	15
5	Posisi Berdiri dengan Hak Sepatu Tinggi yang Benar	15
6	Posisi Berdiri dengan Hak Sepatu Tinggi yang Salah	15
7	Posisi Berdiri dengan Hak Sepatu Rendah	16
8	Bentuk Sel Manusia	16
9	Berbagai Bentuk Jaringan Epithel	18
10	Jenis-jenis Jaringan Ikat	18
11	Struktur Jaringan Lemak	19
12	Jaringan Tulang Rawan	19
13	Bentuk Jaringan Tulang Keras	20
14	Jaringan Otot Polos	20
15	Jaringan Otot Lurik	20
16	Jaringan Otot Jantung	21
17	Sel Saraf (Neuron) dengan Akson dan Dendrit	21
18	Jaringan Darah	22
19	Corak dan Bentuk Otot	23
20	Otot Rangka dengan Contoh Brachialis	24
21	Otot Wajah dan Kepala	25
22	Contoh Otot Batang Badan (Otot Punggung)	26
23	Otot-otot Leher	27
24	Otot-otot Anggota Badan Atas	28
25	Otot-otot Anggota Badan Bawah	29
26	Skema Tengkorak Manusia Dilihat dari Samping Depan	30
27	Skema Tengkorak Manusia Dilihat dari Depan	31

28	Susunan Kerangka Manusia	33
29	Berbagai Jenis Sendi	35
30	Pola Pergerakan Sendi	35
31	Jantung Tampak Muka	36
32	Irisan Jantung	36
33	Skema Aliran Darah	38
34	Organ-organ Pernafasan Manusia	41
35	Skema Sistem Pencernaan	43
36	Penampang danVisualisasi Rongga Mulut	44
37	Penampang Gigi	45
38	Beberapa Alat Pencernaan	47
39	Anatomi Otak	48
40	Skema Indera Penglihatan	49
41	Posisi Bola Mata pada Tulang Tengkorak	49
42	Skema Indera Pendengaran	50
43	Penampang Hidung dan Tenggorokan	51
44	Penampang Indera Pengecap (Lidah)	52
45	Bagian-bagian Kuku Jari Tangan	53
46	Skema bagian-bagian Kulit	59
47	Penampang Lapisan Kulit Ari (Epidermis)	62
48	Visualisasi Lapisan Kulit Ari (Epidermis)	62
49	Penampang Kulit Jangat	65
50	Visualisasi Lapisan Kulit Jangat	66
51	Penampang Jaringan Ikat Bawah Kulit (Hipodermis)	66
52	Visualisasi Jaringan Ikat Bawah Kulit (Hipodermis)	67
53	Kulit dalam Kondisi Normal	75
54	Kulit Mulai Terserang Bakteri Akne	75
55	Jerawat yang Meradang (Papule)	76
565	Jerawat yang Bernanah (Postule)	76
7	Jerawat dalam Kondisi Terparah (Cyst)	77
58	Akne Juvenil	77
59	Akne Vulgaris	77
60	Akne Rosaceae	78
61	Akne Nitrosica	78

LAMPIRAN C.2

62	Komedo Terbuka (Blackhead)	88
63	Komedo Tertutup (Whitehead)	89
64	Siringoma/Singokistoma	89
65	Kutil/Verucca Vulgaris	90
66	Zanthoma	90
68	Melasma (Chloasma)	92
69	Lentigo	92
70	Vitiligo	93
71	Kurap	94
72	Tinea Pedis (Athlete's foot)	94
73	Aneka Jenis Sabun Biokosmetika	116
74	Berbagai Jenis Pelembab Wajah	119
75	Face Lotion dan Astringent	120
76	Berbagai Jenis Pelembab Wajah	121
77	Produk Kosmetik Pelindung (Tabir Surya/Sunscreen)	122
78	Alas Bedak (Foundation)	124
79	Bedak Wajah (Face Powder)	126
80	Perona Pipi (Blush-on/Rouge)	127
81	Perona Mata (Eye Shadow)	128
82	Sipat Mata (Eye Liner)	129
83	Pensil Alis (Eyebrow Pencil)	130
84	Cat Bulu Mata (Mascara)	131
85	Perona Bibir (Lipstick)	133
86	Pensil Bibir (Lip Liner)	133
87	Pelembab Bibir (Lip Balm)	134
88	Lipgloss	134
89	Perawatan Wajah Sehari-hari (Pembersih, Penyegar, Cream Pagi/Tabir Surya, dan Cream Malam	135
90	Perawatan Wajah Berkala (Pembersih, Penyegar, Masker, Peeling Scrubb, Massage Oil/Cream)	136
91	Pembersih, Penyegar, Peeling, Vitamin, Bleaching, Anti Aging, Colagen Serum, Anti Acne	137
92	Perawatan Tangan dan Kaki Sehari-hari (Sabun Cuci Tangan, Krim Tangan, Lotion Tangan/Kaki)	138

93	Perawatan Tangan dan Kaki Berkala (Sabun Cuci Tangan, Cairan Antiseptik, Massage Krim & Cuticle Remover)	139
94	Kosmetika Perawatan Tangan dan Kaki Khusus (Sabun Cuci Tangan, Cairan Antiseptik, Cuticle Remover, Hidrogen Peroksida & Borax)	139
95	Kosmetika Perawatan Badan Sehari-hari (Sabun, Body Shampoo, Body Talk, Body Wash)	140
96	Kosmetika Perawatan Badan (Sabun/Body Shampoo, Body Lotion, Body Talk, Scrubb/Lulur/Boreh/Massage Oil, Body Steam Cosmetic, Aromatheraphy)	141
97	Kosmetika Perawatan Payudara (Sabun/Body Shampoo, Buste Lotion, Body Talk, Scrubb, Lulur, Massage Cream/Oil, Buste Mask, Minyak Zaitun, Aromatheraphy)	142
98	Kunyit (Curcuma Domesticaerhizoma)	143
99	Lidah Buaya (Aloe Vera)	144
100	Bunga Kenanga	144
101	Buah Tomat	145
102	Segelas Air The Basi	145
103	Daun Seledri	146
105	Cengkeh	146
106	Kemukus	146
107	Kencur	147
108	Regula, Rossa spp & Produk Kecantikan yang Dihasilkannya	147
109	Jahe	148
110	Minyak Cendana	148
111	Buah Ketimun & Produk Kecantikan yang Dihasilkannya	149
112	Berbagai Minyak bahan Pembuatan Kosmetik Tradisional	150
113	Alat New Magic Beauty (Cara penggunaan & Efek yang Dihasilkannya)	156
114	Cryoelectrophoresis Polarity dan Hasil Perawatannya	156
115	Frimator	157
116	Alat Galvanic & Penggunaannya	157

LAMPIRAN C.4

117	Pulverisator	158
118	Radio Frekuency Pacelift, Cara Penggunaan & Hasil Perawatannya	159
119	Alat Kecantikan Vapozone	160
120	Orangewood Stick	161
121	Nail File	161
122	Berbagai Bentuk Cuticle Pusher	162
123	Gunting Kuku dan tang Kulit	162
124	Nail Brush	163
125	Emory Board	163
126	Nail Buffer	163
127	Pinset	164
128	Nail Clipper	164
129	Nail Dryer	165
130	Back Brush & Cara Penggunaannya	165
131	Berbagai Bentuk Body Brush	166
132	Asal Bahan LoofaH & Loofah yang Siap Pakai	166
133	Shower Puff dalam Berbagai Warna yang Menarik	167
134	Spons (Sponge) Mandi Aneka Warna dan Bentuk	167
135	Shower Cap Pelindung Kepala dari Cipratan Air	168
136	Batu Apung untuk Mandi	168
137	Alat Bio-slim	169
138	Terapi Lemak dengan Kombinasi Teknologi Infra Merah, Ozon dan Bio Elektrik Slimmer)	169
139	Terapi Laserpunktur	170
140	Terapi Penghancur Lemak Laser Blue	170
141	Vibro Massage	171
142	Micro Peel	171
143	Kuas/Sikat Alis & Bulu Mata	172
144	Kuas Eye Liner	172
145	Kuas Bibir	173
146	Kuas Concealer	173
147	Kuas Eye Shadow	174
148	Aneka Bentuk Kuas untuk Berbagai Keperluan Rias	175

149	Berbagai Spons & Puffs Tata Rias	175
150	Peralatan Penunjang Tata Rias	177
151	Bulu Mata Bawah	178
152	Bulu Mata Angsa	178
153	Bulu Mata menyamping dan Lebat	178
154	Bulu Mata Berwarna	179
155	Bulu Mata Berkilau	179
156	Bulu Mata Silang	180
157	Bulu Mata Satuan	180
158	Bulu Mata Natural	180
159	Bulu Mata Setengah Atas	181
160	Scotch Tape Glitters	181
161	Hidraulic Chair dalam Berbagai bentuk dan Warna	182
162	Ring Chair	182
163	Electronic Beauty Facial Bed	183
164	Manicure Desk	184
165	Berbagai Bentuk Trolley	184
166	Towel Steamer	185
167	Box Sterilizer	185
168	Hidraulic Beauty Facial Bed	186
169	Beauty Facial Bed	186
170	Beauty case	187
171	Cosmetic Display	187
172	Foot bath Chair	188
173	Knead Chair	188
174	Urutan Pengolesan Krim Pembersih pada Wajah	204
175	Gerak Pembersih Wajah	205
176	Cara Menyegarkan Kulit Muka	206
177	Contoh-contoh Metode Teknik Pemijatan Effleurage di Dahi	208
178	Teknik Pemijatan Effleurage di Daerah Kering, Pipi, Leher, dan Bulu dengan Arah Putaran yang Berbeda	209
179	Pola Gerakan Ritmis pada Teknik Pemijatan Effleurage	209
180	Teknik Pemijatan Petrisage pada Bagian Muka/Wajah	211

LAMPIRAN C.6

181	Pemijatan Petrisage di Bagian Muka, Dagu dan Pundak	211
182	Mekanisme Gerakan Pemijatan Friction	212
183	Teknik Friction pada pemijatan di Daerah Pipi, Dagu, Leher & Dada	213
184	Teknik Tapotage pada Wajah	214
185	Teknik Tapotage pada Wajah yang Dilakukan dengan Ringan	214
186	Teknik Tapotage pada Daerah Bawah Dagu	215
187	Berbagai Pola Pemijatan Vibration	216
188	Tahapan dan Arah Pemijatan secara Keseluruhan	217
189	Penguapan Wajah	221
190	Bahan & Proses Pengelupasan/Peeling/Scrubbing)	223
191	Pemakaian Masker	224
192	Bahan & Cara Pemakaian Masker Bubuk	225
193	Bahan & Cara Pemakaian Masker Krim	225
194	Bahan & Cara Pemakaian Masker Gel	226
195	Bahan & Cara Pemakaian Masker Kertas	227
196	Bahan & Cara Pemakaian Masker Buatan yang Telah Jadi	228
197	Buah Alpukat & Masker yang Dihasilkannya	228
198	Buah Jeruk & Masker yang Dihasilkannya	229
199	Masker Jeruk Nipis dan Putih Telur	230
200	Susu Bubuk & Masker yang Dihasilkannya	230
201	Telur Ayam dan Masker yang Dihasilkannya	231
202	Buah Strawberri dan Masker yang Dihasilkannya	232
203	Mentimun dan Masker yang Dihasilkannya	233
204	Buah Tomat dan Masker yang Dihasilkannya	233
205	Buah Pepaya dan Masker yang Dihasilkannya	234
206	Buah Pisang dan Masker yang Dihasilkannya	234
207	Semangka dan Melon dan Masker yang Dihasilkannya	235
208	Buah Apel dan Masker yang Dihasilkannya	235
209	Havermout dan Masker yang Dihasilkannya	236
210	Wortel dan Masker yang Dihasilkannya	236
211	Kentang dan Masker yang Dihasilkannya	237

212	Cara Pemakaian Masker	238
213	Pembersihan dan Penyegaran Pasca Pemaskeran	238
214	Titik-titik Akupuntur Kecantikan di Wajah	246
215	Gerakan Akupresure pada Titik-titik Akupuntur Kecantikan di Wajah	247
216	Cara Mengeluarkan Komedo Secara Manual	250
217	Proses Maintenance Facial Serum Placenta dan Kolagen	256
218	Tahapan proses Perawatan Wajah dengan Facial Oksigen	258
219	Proses dan Tahapan Facial Oxygen dengan Gelombang Elektromagnetik	259
220	Bahan Facial Placenta Totok Emas	261
221	Proses Terapi Facial Placenta Totok Emas	261
222	Proses Facial Serum Placenta dan Kolagen	264
223	Proses Facial Totok Giok	265
224	Perawatan Wajah dengan Teknik Besem Face	270
225	Perawatan Wajah dengan Teknik Face Lift & Deep Lane	273
226	Benang Aptosh	275
227	Sketsa Pemasangan Benang Aptosh pada Wajah	275
228	Metode Perawatan Wajah dengan Terapi Aptosh	275
229	Teknologi Fraxel dalam Perawatan Wajah	278
230	Perangkat Teknologi Skin Rejuvenation untuk Perawatan Wajah	278
231	Sistem Perawatan Wajah dengan Metode Kombinasi LHE & Diamond Dermabrasion	284
232	Metode Perawatan Wajah dengan Teknik Pengelupasan	284
233	Proses Chemical Feeling	286
234	Proses Pembersihan Tangan	301
235	Pengikiran Kuku Tangan	302
236	Mengikir Kuku dengan Emory Boards	303
237	Proses Melepaskan Kulit Ari dari Jari Tangan	303
238	Mengoleskan Krim Urut sebelum Pengurutan	304
239	Arah Gerakan Pengurutan Perawatan Tangan	306

LAMPIRAN C.8

240	Melindungi Kuku dengan nail Strengtheners	307
241	Proses Pengecatan Kuku dengan Kuteks	308
242	Menghilangkan Kelebihan Cat kuku dengan Nail Polish Remover	308
243	Membersihkan Kaki dan Kuku Kaki	309
244	Menyikat Kaki dan Kuku Kaki	310
245	Tahapan, Arah dan Gerakan Pedikur	312
246	Mengecat Kuku Kaki	312
247	Perawatan Terakhir Tangan dan Kaki	313
248	Proses Pembuatan Nail Art Snakeskin	314
249	Nail Art Bermotif Snakeskin	315
250	Tahapan Pembuatan Nail Art Lace with Twister	316
251	Nail Art Bermotif Nail Art Lace with Twister	316
252	Tahapan Nail Art Bermotif Bindi Magic	317
253	Nail Art Bermotif Bindi Magic	317
254	Tahapan Nail Art Teknik Lukis Manual	318
255	Nail Art Teknik Lukis Manual	318
256	Tahapan Proses Nail Extension	320
257	Paket Nail Extension dan Berbagai Desain Motif Kuku Palsu	320
258	Desain Spring Summer pada Kuku Palsu dan Aspek Psikis yang Ditimbulkannya	323
259	Alat dan Bahan pada Proses Epilasi dan Depilasi	324
260	Ruang Perawatan Tubuh yang Ideal	344
261	Berbagai Jenis Minyak Pijat	348
262	Sikap/Posisi Tubuh Operator Saat Memijat (Tegak & Rileks)	349
263	Teknik Effleurage Pada Pemijatan Tubuh	350
264	Teknik Friction pada Pemijatan Tubuh	351
265	Teknik Petrisage (Meremas)	353
266	Teknik Clapping dan Hacking pada Pemijatan Tubuh	355
267	Teknik Vibration pada Pemijatan Tubuh	356
268	Pijat Effleurage padaTungkai	357
269	Gerakan *Gastrocnemius*	358

270	Gerakan Mengambil dan Meremas	358
271	Gerakan Mengambil dan Meremas	359
272	Gerakan Meremas	359
273	Patella	361
274	Friction pada Telapak Kaki	363
275	Effleurage pada Telapak Kaki	363
276	Vibrations pada Telapak Kaki	363
277	Effleurage di Seluruh Punggung	364
278	Effleurage Menyamping di Seluruh Punggung	364
279	Friction pada Otot-otot Punggung	365
280	Mengurut Otot-otot Tulang Punggung	366
281	Gerakan Friction pada liac Crest	366
282	Friction pada Tulang Belikat	368
283	Gerakan Petrisage pada Bahu	368
284	Gerakan Effleurage pada Lengan	370
285	Effleurage pada Lengan Bawah	371
286	Gerak Putar Effleurage	372
287	Gerak Putar Effleurage dengan Satu Tangan	373
288	Pijat Usus	373
289	Effleurage pada Dada	385
290	Memijat Dahi	378
291	Meratus rambut	381
292	Ramuan Ratus	381
293	Meratus Rambut dan Daerah Kewanitaan	382
294	Mandi Rempah	383
295	Terapi Lemak dan Berbagai Penyakit dengan Media Api	394
296	Terapi dengan Body Wrap Sliming	395
297	Tahapan Proses Lulur Garam dan Gula	399
298	Massage Payudara	406
299	Gerakan-gerakan pada Senam Payudara	407
300	Terapi Payudara dengan Janssen Cosmeceutical	410
301	Terapi Dura Bust Treatment	411
302	Mengukur Bentuk Wajah	420
303	Proporsi Bentuk Wajah Oval	420

LAMPIRAN C.10

304	Proporsi Bentuk Wajah Bulat	421
305	Proporsi Bentuk Wajah Persegi	421
306	Proporsi Bentuk Wajah Buah Pear	422
307	Proporsi Bentuk Wajah Panjang	422
308	Proporsi Bentuk Wajah Segi Tiga Terbalik (Heart)	423
309	Proporsi Bentuk Wajah Diamond (Belah Ketupat)	423
310	Diagram Letak Bagian-bagian Wajah	424
311	Proporsi Bagian-bagian Wajah (Samping)	425
312	Fokus Wajah	425
313	Proporsi Wajah A-Simetris	426
314	Koreksi Wajah Bentuk Diamond (Belah Ketupat)	433
315	Koreksi Wajah Bentuk Hati/Heart	434
316	Koreksi Wajah Bentuk Pear	434
317	Koreksi Wajah Bentuk Bulat	435
318	Koreksi Wajah Bentuk Panjang	436
319	Koreksi Wajah Bentuk Persegi	437
320	Cara Memakai Kosmetik Bibir	438
321	Koreksi Bibir Terlalu Tipis	438
322	Koreksi Bibir Terlalu Lebar	439
323	Koreksi Bibir Terlalu Kecil	439
324	Koreksi Bibir Terlalu Besar	439
325	Koreksi Bibir Menyudut	440
326	Koreksi Bibir Asimetris	440
327	Cara Mengoreksi bentuk Mata	441
328	Koreksi Mata Terlalu Berdekatan	441
329	Koreksi Mata Terlalu Berjauhan	442
330	Koreksi Mata Sipit	442
331	Koreksi Mata Bulat	443
332	Koreksi Mata Sudut Menurun	443
333	Koreksi Mata Cekung	444
334	Koreksi Mata Cembung	444
335	Koreksi Bentuk Alis Menurun	445
336	Koreksi Bentuk Alis Melengkung	445
337	Koreksi Bentuk Alis Lurus	446

338	Koreksi Bentuk Alis Terlalu Lebat/Tebal	446
339	Koreksi Bentuk Alis Terlalu Berdekatan	446
340	Koreksi Bentuk Alis Terlalu Berjauhan	447
341	Alis untuk Bentuk Wajah Panjang	447
342	Alis untuk Bentuk Wajah Bundar	447
343	Alis untuk Bentuk Wajah Heart	447
344	Alis untuk Bentuk Wajah Segitiga	448
345	Alis untuk Bentuk Wajah Persegi	448
346	Alis untuk Bentuk Wajah Diamond	448
347	Koreksi Bentuk Hidung Terlalu Mancung	449
348	Koreksi Bentuk Hidung Lebar	450
349	Koreksi Bentuk Hidung Panjang	450
350	Koreksi Bentuk Hidung Pendek	450
351	Koreksi Bentuk Hidung Mencuat ke Atas	451
352	Koreksi Bentuk Dagu Terlalu Mundur	451
353	Koreksi Bentuk Dagu Terlalu Maju	451
354	Koreksi Bentuk Dagu Terlalu Panjang	452
355	Koreksi Bentuk Dagu Rangkap	452
356	Wajah dengan Lingkaran Gelap di Bawah Mata	455
357	Mengaplikasikan Concealer di Bawah Mata	455
358	Meratakan Concealer	456
359	Memberi Bedak agar Wajah Tampak Lebih Halus	456
360	Wajah Bebas dari Efek Lingkaran Gelap Bawah Mata	456
361	Membersihkan dan Menggunting Bulu Mata Palsu	457
362	Mengaplikasikan Lem Khusus Bulu Mata Palsu	457
363	Memasang Bulu Mata Palsu	458
364	Melentikkan Bulu Mata Palsu	458
365	Memasang Bulu Mata Palsu untuk Mengesankan Natural	459
366	Menggunakan Scoth Tape	459
367	Melentikkan Bulu Mata	460
368	Susunan Penggunaan Eye Shadow dan Eye Liners	462
369	Contoh Riasan Mata	462
370	Cara Menentukan Puncak dan Ujung Alis	463
371	Cara Membentuk Alis agar Tampak Alami	464

LAMPIRAN C.12

372	Contoh Riasan Alis	464
373	Tahapan Merias Bibir	466
374	Teknik Mengaplikasikan Blush-on	468
375	Tahapan dan Hasil Riasan Wajah Sehari-hari	470
376	Tahapan dan Hasil Riasan Wajah Fresh Sepanjang Hari	472
377	Tahapan dan Hasil Riasan Pesta Malam yang Natural dan Elegan	475
378	Tahapan dan Hasil Riasan Pesta dengan Menonjolkan Kekuatan Karakter Mata yang Semarak dan Eksentrik	477
379	Tahapan dan Hasil Riasan Pesta dengan Menonjolkan Kekuatan Karakter Mata yang Glamour dan Elegan	479
380	Tahapan dan Hasil Riasan Pesta dengan Teknik Make-up Lilin	481
381	Tahapan dan Hasil Riasan Wajah Untuk Menutupi Hyperpigmentasi	483
382	Tahapan dan Hasil Riasan Wajah menyimpang	484
383	Tahapan dan Hasil Riasan Wajah Geriatric	487
384	Tahapan dan Hasil Rias Wajah Panggung	492
385	Tahapan dan Hasil Riasan Wajah Flawless	497
386	Rias Wajah sesuai Tuntutan Peran (Jenis Kelamin)	500
387	Rias Wajah Karakter sesuai Suku Bangsa	500
388	Pola Rias Wajah Orang Tua	502
389	Rias Wajah sesuai Usia	503
390	Rias Wajah Karakter sesuai Tokoh	504

ISBN 978-979-060-039-3
ISBN 978-979-060-040-9

Buku ini telah dinilai oleh Badan Standar Nasional Pendidikan (BSNP) dan telah dinyatakan layak sebagai buku teks pelajaran berdasarkan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 45 Tahun 2008 tanggal 15 Agustus 2008 tentang Penetapan Buku Teks Pelajaran yang Memenuhi Syarat Kelayakan untuk digunakan dalam Proses Pembelajaran.

HET (Harga Eceran Tertinggi) Rp. 21.186,00