

CANTIK

CANTIK

Panduan Lengkap Merawat Kulit Wajah



Dr J. PRIANTO L.A., B.Sc.(Hons)



Penerbit PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta



KOMPAS GRAMEDIA

CANTIK

Panduan Lengkap Merawat Kulit Wajah

Dr J. PRIANTO L.A., B.Sc.(Hons)

GM 210 01 14 0120

Desain sampul: Suprianto

Layout isi: Abhinawa (georgie_net@yahoo.com)

Diterbitkan pertama kali oleh

Penerbit PT Gramedia Pustaka Utama

Anggota IKAPI, Jakarta, 2014

www.gramediapustakautama.com

Hak cipta dilindungi oleh undang-undang

Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian

atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari Penerbit.

ISBN: 978-602-03-0745-9

Dicetak oleh Percetakan PT Gramedia, Jakarta

Isi di luar tanggung jawab Percetakan

Daftar isi

Pengantar	
dari Prof. Dr. Danka Tamburic (Course Director pada School of Cosmetic Science, LCF, University of the Arts London, London.)	7
Peter laing (President Birektor Procter Gamble Indonesia 1995-1999)	11
Cantik	13
Bab 1 Struktur Dasar dan Fungsi Kulit	23
Bab 2 Pengertian Dasar Kosmetik	29
Bab 3 Prinsip Dasar Persiapan Produk Kosmetik	39
Bab 4 Formulasi Produk Kosmetik	59
Bab 5 Pemeliharaan Kulit	67
Bab 6 Jerawat	93
Bab 7 Pengaruh Buruk Sinar Matahari Terhadap Kulit	115
Bab 8 Pelembap	129
Bab 9 Anti-Penuaan	143
Bab 10 Pemutih Kulit	163
Penutup	169
Daftar Pustaka	171
Tentang Penulis	174





Pengantar

Prof. Dr. Danka Tamburic

(Course Director School of Cosmetic Science, LCF, University of the Arts London, London)

The market for cosmetics is a growing and expanding one. Every year new products appear in the market offering new benefits for the consumer. The consumer is also changing – no longer willing to take everything presented at face value, they want a better understanding of what goes into their cosmetic product and why. For too long consumers have been confused by competing product claims and baffling pseudoscience. *Cantik* sets out to strip that away and provide the general reader with a comprehensive, yet

easy to understand introduction to the science behind skin appearance, and how technology can play an important role in that.

I am delighted to commend to Indonesian readers this book on the science behind “beauty”. I am particularly pleased that the author, dr. Juni Prianto Aritonang, is a graduate of the University of the Arts, London, where the London College of Fashion created the first Cosmetic Science course in Britain to focus on product development for the cosmetic industry. Dr Aritonang is also the first medical doctor to complete this degree course, having graduated in Medicine from University of Trisakti, Jakarta. I am sure this combination of knowledge and skills has enabled him to explain the topics involved simply and clearly for his Indonesian readers.

This book covers key areas the reader needs to understand to make sense of cosmetics. Topics include the structure and function of the skin and what a cosmetic can—and cannot—do. Cosmetic preparation and formulation are also covered, along with the function of important cosmetic ingredients. In addition the important steps in keeping skin looking healthy, from skin care regime, through moisturisation and sun protection are discussed.

This book should be of interest to anyone interested in the science behind “beauty”—be they general consumers inte-

rested in their appearance, to people working in the cosmetics industry, or someone looking to make sense of the many new products that appear in the market. This book is also important for anyone working in the fashion industry or involved in the promotion of modern lifestyle products.







Pengantar

Peter Laing, MA (Oxon)

*(President Director Procter & Gamble Indonesia
1995-1999)*

In this important new work, dr. Juni Priant Aritonang brings his unique skills set to explain the science behind beauty to the Indonesian consumer. Daily new products are launched making competing claims about what they can do. What is the average consumer to make of this? With so many claims and counter-claims, how can they possibly separate fact from fiction? This book sets out to do just that. By simply and clearly explaining the science behind beauty, dr. Aritonang will help the public tell the difference between myth and fact in easy to understand terms.

Dr. Aritonang is uniquely qualified to do this as, not only did he complete his medical degree at Trisakti University, Jakarta, he also went on to study Cosmetic Science at the University of the Arts, London. A global leader in Fashion, the University of the Arts, London, also has a strong science faculty at the London College of Fashion. At this school, dr. Aritonang graduated Summa Cum Laude (First Class Honours) in the Bachelor of Science Cosmetic Science degree. With this unique skills set of Medical and Cosmetic Science degrees, dr. Aritonang will help the Indonesian consumer see through the fog of claim and counter claim to reach the truth.

Dr. Aritonang has already published two specialist medical text books (*Parasitologi, Patologi Anatomi*) which are widely used as set books throughout medical schools in Indonesia. This is his first book aimed at the non-specialist general reader.

I first met dr. Aritonang when I was working in Indonesia as President Director Procter & Gamble Indonesia (1995-1999) and take great pleasure in commending this book to the general reader in Indonesia.

Guernsey, February 2012





CANTIK?

Dalam dunia modern saat ini definisi cantik tidak hanya berarti kesempurnaan struktur fisik saja. Terminologi cantik saat ini sangatlah berbeda dengan kenyataan yang kita hadapi tempo dulu. Ketika kita melihat sesuatu yang cantik, keinginan untuk memiliki dan mencintainya seolah tak terbendung lagi. Cantik dapat pula diibaratkan sebagai sesuatu yang mempunyai kekuatan magnet yang menarik perhatian orang di sekelilingnya walaupun terkadang dapat diartikan sebagai sesuatu yang sulit ditemui atau sebagai sesuatu yang unik dan mudah sekali untuk lenyap dari hadapan kita. Sejak dahulu orang pun berpendapat bahwa cantik merupakan anugerah dari Tuhan yang diberikan pada orang-orang yang beruntung. Cantik juga biasanya

terkait erat dengan kisah mengenai titisan putri dari kayangan.

Pada saat ini pengertian cantik dijelaskan tidak hanya secara fisik dan satu arah saja. Cantik di masa kini merupakan perpaduan harmonis dari berbagai macam aspek dan ragam individual. Warna kulit yang putih tidaklah menjadi tolok ukur yang digunakan untuk mengekspresikan suatu kecantikan. Kulit yang sehatlah yang menjadi suatu aspek pendukung ekspresi cantik itu sendiri. Model-model dunia saat ini sangatlah bervariasi dan tidak hanya terdiri atas me-reka yang berkulit putih saja. Inilah yang ingin saya tekankan kepada kalangan umum di Indonesia. Warna kulit, rambut, dan mata tidak lagi menjadi ukuran kecantikan tetapi keunikan dan perbedaan yang saat ini lebih ditekankan dalam pencarian bibit-bibit unggul model dunia. Apalagi kemajuan rias wajah atau *make-up* dapat menciptakan sesuatu yang luar biasa bila diaplikasikan pada wajah yang mempunyai keunikan dan ciri khas tertentu.

Dengan kemajuan teknologi *make-up* saat ini apa yang dahulu khalayak ramai temui sebagai perbedaan justru sekarang menjadi nilai jual di dunia kosmetik dan fashion. Perbedaan drastis di dalam dunia kecantikan saat ini merupakan bukti keberhasilan dari kemajuan teknologi di dunia kosmetik baik dari segi perawatan kulit ataupun *make-up*.

Saat ini perusahaan kosmetik terkemuka di dunia telah mempunyai departemen tersendiri untuk riset dan pengem-

bangun bahan dasar kosmetik. Mereka melakukan uji coba dan tes alergi terhadap kulit manusia di laboratorium pada produk-produk kosmetik yang mereka kembangkan. Berkat inovasi dan kemajuan di dunia kosmetik saat ini, tiada yang mustahil dalam dunia kecantikan. Saya bisa menjamin bahwa semua ini merupakan kenyataan dan bukanlah sekadar impian dan janji-janji muluk belaka. Perkembangan nyata dapat kita lihat dalam pembuatan krim anti-penuaan, proses untuk menghilangkan bekas-bekas jerawat atau kerusakan kulit karena sinar matahari, cara menutupi atau menghilangkan tanda-tanda lahir yang mengganggu segi estetika pada daerah wajah, keberhasilan menyingkirkan lingkaran hitam di sekitar mata, dan inovasi perawatan rambut. Merawat atau mengubah bentuk tubuh bukanlah sesuatu yang mustahil untuk mencapai hasil yang diinginkan oleh pengguna kosmetik saat ini.

Sering kali kita tak menyadari bahwa seseorang yang berada di hadapan kita menggunakan *make-up*. Teknologi di bidang pembuatan *foundation* dan *compact powder* saat ini yang sangat mutakhir dan dapat diandalkan membuat hal itu menjadi sesuatu yang mungkin terjadi. *Foundation* yang ada saat ini dapat dirancang sedemikian rupa dengan menggunakan campuran silikon untuk mencegah efek kelebihan minyak pada daerah wajah setelah pemakaian beberapa jam. Teknologi silikon yang ada saat ini sangatlah menjanjikan hasil akhir *make-up* maupun produk perawatan kulit yang baik. Saat ini kita tidak perlu merasa khawatir akan efek samping *make-up* yang dapat memacu tumbuhnya je-

rawat atau hasil akhir *make-up* yang terlihat tidak menyatu dengan tekstur kulit.

Kemajuan pesat dunia kosmetik tidak hanya berhenti di titik ini saja. Dengan kecanggihan teknologi kosmetik saat ini begitu banyak orang yang terselamatkan dari tekanan, stres, ataupun depresi yang dialaminya. Saya masih terkenang dengan kisah seorang pasien yang datang kepada seorang ahli kulit-kosmetik di London setelah dirujuk oleh psikiater yang merawatnya.

Si pasien merasa tertekan atas problem jerawat yang dideritanya, apalagi setiap wawancara pekerjaan yang ia hadapi selalu berakhir dengan kegagalan. Setelah berkonsultasi dengan seorang psikiater, ternyata ia kehilangan rasa percaya diri... yang penyebab utamanya adalah jerawat yang bercokol di wajahnya. Sederhana, tetapi begitu merusak hidup dan rasa percaya diri.

Setelah beberapa kali perawatan kulit dan pembekalan mengenai cara menanggulangi jerawat didapatkan, masalah kulit si pasien dapat diatasi dengan memuaskan dan rasa percaya diri yang hilang pun kembali diraihnya. Kemajuan teknologi di bidang *make-up* saat ini dapat diandalkan untuk mengatasi kasus sehari-hari yang sering kita temui karena hilangnya percaya diri atau sesuatu yang mengganggu keluwesan dalam kehidupan bermasyarakat secara adekuat dan singkat.

Cantik adalah sesuatu tentang kesenangan dan kebahagiaan, bukan penderitaan ataupun kesengsaraan. Definisi cantik yang kini sangat luas telah membuatnya dipandang tak hanya dari tampilan luar tetapi lebih ke sisi dalam yang berarti kepribadian dan kejiwaan seseorang. Paras dan tubuh cantik tak menjamin seseorang dapat digolongkan sebagai makhluk yang cantik.

Cantik yang ada saat ini merupakan suatu fenomena yang pelik dan lebih mengaitkan banyak aspek. Dalam suatu pemilihan supermodel dunia terkadang juri sering sekali bingung memilih orang yang layak menyandang gelar supermodel. Mereka harus memadukan segala aspek dari tekstur kulit dan rambut, pemakaian *make-up* yang dipadukan dengan busana, bentuk tubuh, yang ini semua dapat diubah atau dibentuk dengan kemajuan teknologi kosmetik saat ini. Terkadang hasil akhirnya kembali kepada pribadi mendasar masing-masing model.

Kemudian kembali lagi kita akan mengkaji sejauh mana kosmetik berpengaruh besar terhadap penguasaan dan kontrol terhadap makna cantik itu sendiri. Jadi, kalau kita akan mendiskusikan arti cantik itu secara mendalam dalam dunia modern, inilah yang akan saya katakan: tidak akan pernah ada kertas kosong untuk mengungkapkan ataupun mengekspresikan arti cantik di balik peran kosmetik.

Aturan untuk penggunaan kosmetik kini juga sedikit bergeser. Zaman dahulu orang hanya menggunakan kosmetik

bila hanya pergi ke pesta. Sekarang orang dapat menggunakan kosmetik kapan saja selama mereka merasa nyaman dan senang melakukannya. Ada aspek psikologis di balik pemakaian kosmetik. Bila pemakai kosmetik merasakan kesenangan dan kenikmatan dalam melakukan semua ini, berarti ia mendapatkan keuntungan yang tepat dari kosmetik.

Dalam industri kosmetik, kita ingin menciptakan kenyamanan dan kebahagiaan dari penggunaan kosmetik. Dari beberapa riset dan statistik yang dilakukan oleh ilmuwan terungkap bahwa setiap individu di alam ini berusaha mencari kebahagiaan hidup dan apa yang membuat mereka senang dan nyaman tentang hidup mereka. Ini semua berdampak positif terhadap peningkatan imunitas tubuh dan ketahanan terhadap penyakit.

Kecenderungan wanita membeli lipstik pada saat mereka baru saja mengalami konflik pribadi dengan pasangannya juga merupakan salah satu fenomena yang sering kita temui dalam kehidupan sehari-hari. Mereka berpikir bila mereka tampak lebih cantik dan menarik dengan produk kosmetik yang mereka beli, mereka akan dapat menaklukkan semua lawan jenisnya. Hal ini sangat berpengaruh dalam meredam badai emosi dan ketegangan pikiran yang tengah mereka hadapi. Itulah sebabnya banyak sekali kita temui wanita menghabiskan sebagian uang mereka untuk membeli produk kosmetik di saat stres dan mengalami depresi.

Setiap saat dalam kehidupan normal, kita selalu menemui tekanan atau hal-hal yang mendatangkan stres. Sebagai individu normal kita berusaha mengkompensasi tekanan tersebut dengan berbagai macam cara. Dari contoh ini kita tidak melihat efektivitas dari produk kosmetik yang mereka beli tetapi lebih mengutamakan perbedaan yang mereka dapatkan pada saat membeli atau pada saat mereka menggunakannya.

Keinginan seluruh ahli kulit-kosmetik seperti saya tentunya adalah untuk memberikan perbedaan mendasar pada keadaan sebelum dan sesudah penggunaan kosmetik. Para ahli kulit-kosmetik tentunya juga ingin dapat mengubah atau mengembalikan alam perasaan ataupun kepribadian seseorang yang telah mengalami kemunduran melalui penggunaan kosmetik. Satu yang harus kita pikirkan tentang dunia kosmetik adalah mengoreksi segala cacat ataupun kelainan yang mempengaruhi atau memberi dampak negatif kepada segi estetika seseorang.

Cantik masa kini sangatlah jauh berbeda dengan apa yang kita lihat di era Twiggy yang terkenal. Wanita sekarang lebih percaya diri dalam mengekspresikan apa arti cantik sebenarnya dan tak lagi didikte dengan aturan yang ada di tahun 60-an. Pemikiran cantik masa kini menunjukkan sesuatu yang lebih relaks dan kasual. Bentuk perawatan wajah dan tubuh ataupun *make-up* apa pun bisa mereka pilih dan menjadi kesukaan mereka, yang penting, hasil akhir yang ingin dinikmati adalah tampil alami dan cantik.

Tentunya ada faktor penting yang tak terelakkan pengaruhnya dalam kecantikan masing-masing individu, yaitu faktor keturunan. Faktor ini juga menentukan genetik dari kulit yang kita miliki. Namun, tidak berarti semua usaha Anda akan sia-sia saja. Justru Anda dapat memperkirakan tindak lanjut yang harus diambil. Anda juga tak dapat menolak proses penuaan, tetapi bisa memperlambatnya. Semua ini merupakan proses alami dalam mekanisme tubuh yang tidak dapat kita hindari sekalipun dengan operasi bedah plastik. Teknik-teknik operasi bedah plastik dan injeksi kolagen sintetik yang ada saat ini merupakan suatu proses rekonstruksi dari jaringan tubuh yang mengalami kemunduran tetapi bukan mengembalikan segala sesuatunya ke kondisi awal. Sekali mekanisme kulit berhenti memproduksi kolagen, tidak ada cara apa pun yang dapat mengembalikannya seperti semula. Suntikan kolagen sintetik hanya dapat bertahan dalam jangka waktu tertentu yang selanjutnya harus diulang kembali. Dan tentunya hasil akhirnya tidak dapat diharapkan terlihat benar-benar alami.

Semua berpulang kepada diri masing-masing. Setiap pribadi memiliki visi dan cara pandang yang berbeda akan makna cantik itu sendiri. Yang jelas, kulit yang sehat dan bersih didapatkan antara lain dari keseimbangan gaya hidup dan pola nutrisi tubuh, pola tidur yang cukup, perawatan dan pemeliharaan kebersihan kulit yang teratur, dan yang tak kalah pentingnya—bagi mereka yang beker-

ja atau banyak terpapar sinar matahari—melindungi kulit dari paparan matahari dengan krim tabir surya karena sinar matahari merupakan satu faktor yang dapat merusak tekstur jaringan kulit.

Buku ini merupakan panduan bagi Anda yang siap untuk mempraktikkan perawatan kulit secara keseluruhan untuk menghasilkan tampilan yang prima. Semua langkah-langkah dan pengertian dasar mengenai perawatan kulit yang diulas di sini saya harap dapat membawa Anda untuk menemukan apa sebenarnya makna cantik itu sendiri dan menjadikan Anda pribadi yang lebih berbahagia.







1 STRUKTUR DASAR DAN FUNGSI KULIT

Sebelum kita membahas pemakaian kosmetik dan teknik-teknik dasar pemeliharaan kulit, sebaiknya kita mengetahui struktur dasar kulit dan fungsi dasar kulit secara garis besar. Bila kita sekilas memperhatikan kulit wajah, tak pernah terpikir bahwa kulit merupakan suatu perpaduan yang kompleks dari berbagai lapisan dan sistem yang mengkoordinasi fungsi kulit itu sendiri. Singkatnya, struktur kulit terbagi atas beberapa lapisan, dimulai dari lapisan teratas

kulit yang mengalami kontak langsung dengan lingkungan luar tubuh.

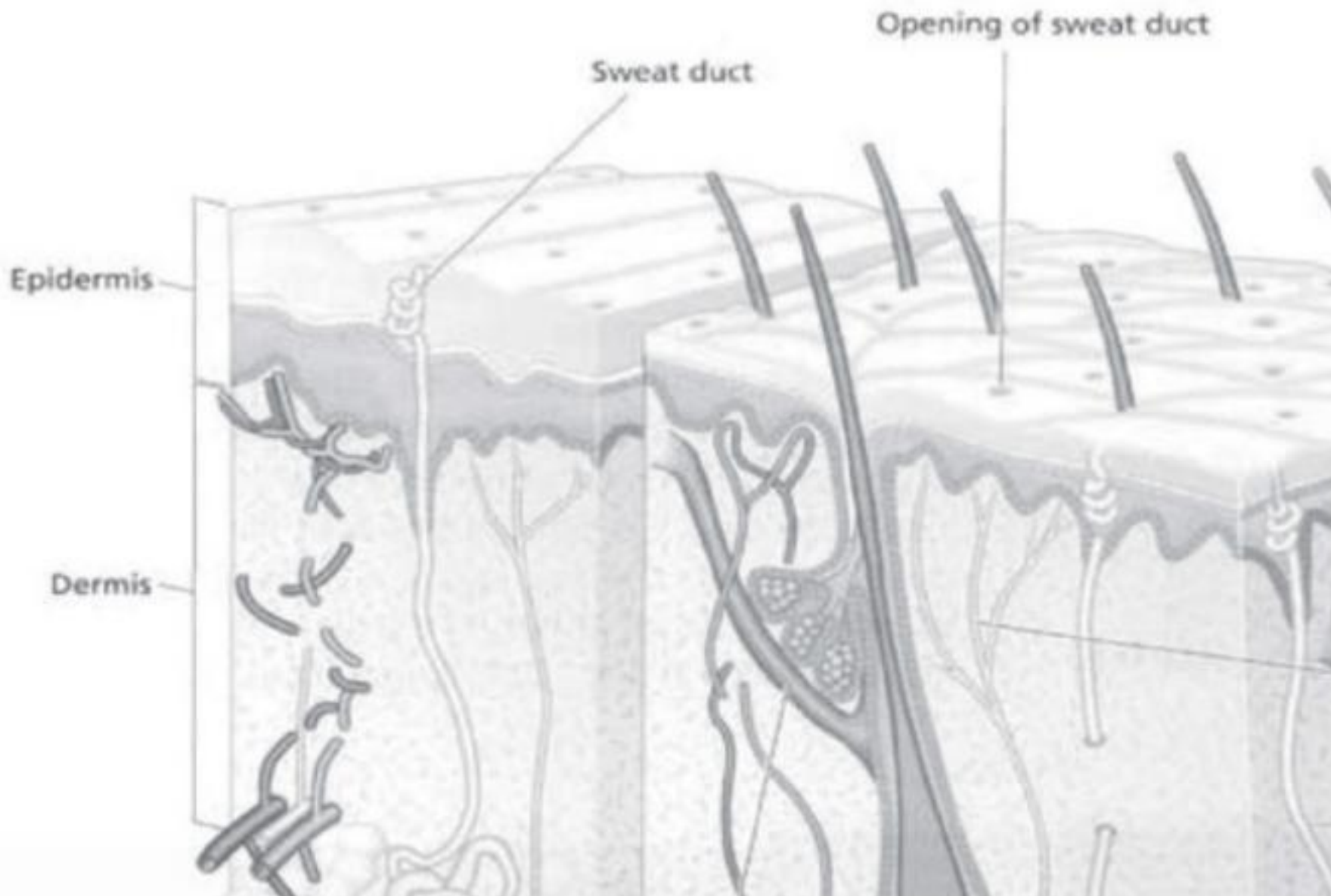


Diagram penampang kulit melintang dilihat dari bagian atas menuju ke bagian dalam lapisan kulit.

Sumber: ilustrasi penampang melintang kulit P&G

LAPISAN EPIDERMIS

Lapisan epidermis adalah lapisan terluar kulit. Di bagian dasar lapisan ini terdapat sel-sel yang terus membelah dan membentuk sel-sel baru. Dalam pembentukannya, sel-sel baru ini menekan sel-sel di atasnya ke arah permukaan epidermis yang kemudian akan mencapai lapisan keratin. Sel-sel kulit di bagian teratas epidermis umumnya lebih gepeng dan kandungan airnya semakin atas semakin kecil, yang pada akhirnya menyebabkan vitalitas sel kulit tersebut

menjadi sangat rendah kemudian mati. Inilah yang sering kita lihat sebagai pengelupasan sel kulit mati. Lapisan kulit mati dikenal dengan lapisan keratin karena mengandung protein keratin.

Normalnya, proses pembentukan hingga pengelupasan kulit ini berlangsung kira-kira sepanjang 28 hari. Tetapi dalam kasus tertentu, misalnya kelainan kulit *psoriasis* atau *dermatitis seborrhoeic*, terjadi peningkatan dari proses pengelupasan kulit yang dapat kita lihat pada penumpukan abnormal dari lapisan keratin kulit menyebabkan adanya kerak atau sisik yang tebal pada kulit bagian atas.

Selain sel-sel keratinosit, kita temui pula sel langerhans yang berfungsi dalam pembentukan sistem imunitas tubuh dan sel melanosit yang berperan dalam memproduksi pigmen yang memberi warna dari kulit pada lapisan epidermis ini. Keaktifan dari sel melanosit inilah yang menentukan perbedaan warna kulit dari individu-individu yang berbeda ras dan didapatkan secara bawaan dari riwayat genetik keluarga. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi keaktifan dari sel melanosit ini adalah paparan sinar matahari.

LAPISAN DERMIS

Lapisan dermis adalah lapisan di bawah epidermis dan lebih tebal daripada epidermis. Komponen utama lapisan ini adalah kolagen dan serat elastin, yang mengandung pem-

buluh darah, saraf, sensor organ, kelenjar keringat, kelenjar minyak, dan folikel rambut. Komponen utama pada dermis adalah serat kolagen dan serat elastin. Kedua serat ini mempunyai fungsi yang berbeda, serat kolagen memberi kekuatan atau bentuk pada kulit, sedangkan serat elastin bertanggung jawab dengan elastisitas kulit terhadap tekanan dari luar kulit. Semakin bertambah usia, kapasitas dari kedua serat ini semakin berkurang dan kulit akan terlihat lebih tipis dan kurang elastis terhadap tekanan — yang umumnya tidak kembali kepada bentuk awal. Hal ini dengan jelas dapat kita lihat sebagai kerutan atau keriput. Inilah sebabnya kita perlu menjaga elastisitas kulit wajah secara dini dengan perawatan kulit yang tepat dan penanganan dini terhadap pengaruh sinar matahari yang berlebihan dan merusak struktur kolagen pada kulit. Bila serat kolagen ini mengalami kerusakan, sangat sulit untuk dibentuk kembali. Salah satu unsur vitamin A golongan tretinoin banyak dikembangkan pada pusat riset kulit dan kosmetik karena beberapa studi perbandingan mengungkapkan bahwa tretinoin memberikan dampak positif terhadap regenerasi atau pembentukan serat kolagen yang baru.

Selain itu, dermis kulit juga mengandung pembuluh darah kecil yang berfungsi untuk transformasi oksigen dan karbondioksida dari dalam tubuh. Daerah kulit yang berambut seperti kulit kepala banyak mengandung kelenjar minyak yang kita kenal sebagai kelenjar sebum. Karena itulah kulit di daerah kepala mengandung minyak lebih ba-

nyak daripada kulit di daerah yang tak berambut. Daerah dermis ini pulalah tempat dimulainya akar rambut—dasar dari rambut. Sama seperti kulit, rambut bagian bawah akar rambut akan mendesak rambut keluar melalui folikel rambut. Semakin ke ujung, kondisi rambut akan semakin tua. Pada rambut pun ada lapisan keratin, hanya saja lapisan keratin pada rambut lebih keras dan komposisi dasarnya sedikit berbeda daripada yang ada di kulit. Pada bagian dermis ini pula terdapat otot rambut yang berfungsi menggerakkan rambut terhadap rangsang cuaca atau psikis.

LAPISAN SUB-KUTIS

Lapisan sub-kutis terletak di bawah dermis dan mengandung sel-sel lemak. Lapisan lemak ini melindungi bagian dalam organ dari trauma mekanik dan juga sebagai pelindung tubuh terhadap udara dingin. Besarnya bagian lemak sangat tergantung kepada faktor keturunan, gaya hidup, diet, dan aktivitas sehari-hari.

FUNGSI DASAR KULIT

Seluruh bagian tubuh manusia memiliki kegunaan masing-masing, demikian pula dengan kulit kita. Pada dasarnya, fungsi kulit adalah sebagai berikut:

- sebagai lapisan proteksi bagian luar tubuh,
- menyambungkan rangsang perabaan,

- membantu pengaturan suhu tubuh,
- memproduksi vitamin D dengan bantuan sinar matahari, dan
- memberikan bentuk dan estetika dari suatu organ tubuh

Dari pengertian struktur dan fungsi dasar dari kulit manusia yang telah dipaparkan di atas, kita bisa mulai memahami dengan tepat apa yang sebenarnya terjadi secara alamiah pada kulit manusia. Kita pun akan lebih peduli dalam melindungi dan merawat kulit kita yang merupakan harta yang tak ternilai harganya di tubuh kita.





2 PENGERTIAN DASAR KOSMETIK

Pengertian kosmetik pada saat ini sangatlah luas dan terkadang kita sering dibingungkan dengan berbagai macam istilahnya. Pada dasarnya yang dimaksud dengan kosmetik adalah segala aspek yang berhubungan dengan kulit wajah dan tubuh terhadap produk kosmetik yang mempunyai fungsi untuk membersihkan, memelihara, melindungi, mempertahankan integritas kulit serta mempercantik, memperbaiki, dan mengubah penampilan seseorang.

Orang yang mengerti prinsip-prinsip dasar pembuatan kosmetik dan efek kosmetik terhadap kulit dapat kita sebut sebagai *ahli kosmetik*. Pengertian tentang ahli kosmetik saat ini sangatlah luas dan berbeda untuk setiap negara. Untuk menjadi ahli kosmetik ada dua jalan yang dapat ditempuh, secara otodidak atau akademik. Orang yang bekerja di industri kosmetik dan memiliki pengalaman yang cukup luas di bidang kosmetik dapat kita golongkan sebagai ahli kosmetik otodidak. Orang yang secara akademik mendalami ilmu kosmetik dapat kita golongkan sebagai seorang ahli kosmetik dengan kualifikasi. Di beberapa negara maju seperti di Amerika Serikat dan negara-negara Eropa terdapat sekolah khusus untuk mempelajari ilmu kosmetik. Siswa yang telah menyelesaikan pendidikan di sekolah tersebut dapat dikatakan sebagai *cosmetologist/cosmetic scientist* (ahli kosmetik).

Orang yang bekerja di bagian penjualan kosmetik atau yang bekerja di salon terlibat langsung dengan pemakai kosmetik. Mereka harus mengerti konsep dasar perawatan kulit, bahan dasar dan utama dari kosmetik yang akan dijual atau didemonstrasikan kepada pelanggan, dan cara pemakaian kosmetik yang dipromosikan kepada pelanggan. Mereka sering kita kenal sebagai *cosmetician* atau sehari-hari disebut *ahli perawatan kulit*. Para ahli perawatan kulit ini biasanya mendapatkan pelatihan dari ahli kulit dan kosmetik.

Berbeda halnya dengan dokter spesialis kulit dan kosmetik. Dokter spesialis kulit bertanggung jawab terhadap pengobatan ataupun diagnosis kelainan dan penyakit kulit. Ada dokter spesialis kulit yang tertarik di dunia kosmetik dan dapat disebut sebagai dokter ahli kulit dan kosmetik. Secara ilmu jaringan tubuh dapat dijelaskan bahwa target ahli kosmetik adalah lapisan epidermis kulit, sedangkan target dokter spesialis kulit adalah lapisan dermis kulit atau lebih dalam.

Secara singkat, kosmetik dapat dibagi secara mendasar sesuai dengan fungsinya, sebagai berikut:

1. Membersihkan dan memelihara kulit.

Pada bagian ini, produk kosmetik yang memegang peranan penting adalah:

- Sabun pembersih wajah, susu pembersih wajah.
- *Astringent* (cairan pembersih atau penyegar).
- *Moisturiser* (pelembap).
- Masker.

2. Melindungi dan mempertahankan struktur kulit.

- Sabun pembersih muka dengan anti-bakteri.
- Pelembap muka yang diperkaya dengan krim tabir surya (*Sun Protection Factor* atau SPF).

3. Mempercantik, memperbaiki, dan mengubah penampilan.

- *Make-up.*
- Anti-penuaan (*anti-ageing*).
- Krim pengelupasan kulit (*face scrub*).

Bertolak pada prinsip kosmetik ini, kita bisa menyesuaikan dan menerapkan konsep-konsep dasar yang digunakan dalam aplikasi produk kosmetik.

PERBEDAAN MENDASAR KOSMETIK DAN OBAT

Pada saat ini perbedaan mendasar antara kosmetik dan obat sering membingungkan. Sebelum dunia kosmetik berkembang pesat seperti saat ini, fungsi dasar kosmetik hanya sederhana membersihkan, melembapkan, dan memperindah penampilan. Dengan perkembangan dunia ilmu pengetahuan dan banyaknya riset yang dilakukan untuk menemukan bahan dasar kosmetik, perkembangan dunia kosmetik semakin pesat dan prinsip dasar dari pemakaian kosmetik ini pun semakin meluas dan bergeser.

Saat ini kosmetik yang ada di pasaran tidak hanya untuk membersihkan, melembapkan, dan memperindah penampilan tetapi bertambah dengan memperbaiki struktur dasar kulit yang rusak, melindungi, dan mempertahankan integritas kulit. Sebagai contoh kita ambil satu bahan utama kosmetik yang sangat terkenal saat ini, asam glikolat (*glycolic acid*). Asam glikolat sering digunakan oleh ahli

kulit (*dermatologist*) sebagai bahan dasar dalam proses pengelupasan kulit wajah demi merangsang pertumbuhan sel-sel baru dari bagian bawah kulit ataupun merangsang pembentukan sel-sel kolagen yang berfungsi mempertahankan bentuk dan integritas dari kulit. Ahli kulit menggunakan asam glikolat dalam konsentrasi tinggi dan dilakukan dalam jangka waktu tertentu dengan pengontrolan ketat dan perbandingan sebelum dan sesudah penggunaan. Dari mekanisme dasar asam glikolat ini, para ahli kosmetik mendesain produk kosmetik menggunakan unsur ini tetapi dengan konsentrasi yang jauh lebih rendah daripada yang digunakan ahli kulit. Penggunaan asam glikolat dalam produk kosmetik lebih ditekankan untuk melembapkan kulit daripada proses regenerasi sel-sel kulit.

Kini perbedaan dasar dari kosmetik dan obat sering kali tampak kabur di mata pemakai kosmetik. Beberapa produk kosmetik dengan menggunakan istilah atau formula kedokteran terkadang membuat pengguna kosmetik ragu akan produk yang mereka gunakan dengan formula itu sendiri. Apakah semua ini hanyalah strategi pemasaran yang digunakan dalam memasarkan produk kosmetik ataukah sebenarnya produk kosmetik tersebut dapat kita kategorikan sebagai kosmetik yang mempunyai fungsi ganda sebagai obat?

Bagaimana halnya dengan obat? Obat selalu diresepkan oleh dokter ahli kulit dan umumnya tidak dijual secara bebas di pasaran. Obat itu sendiri adalah segala zat yang di-

gunakan untuk kegunaan diagnosis, pengobatan, penyembuhan, ataupun pencegahan terhadap penyakit. Obat dapat pula didefinisikan sebagai suatu zat yang bertujuan untuk mempengaruhi struktur dan fungsi dari salah satu organ tubuh.

Jadi, Anda tentunya dapat menyimpulkan perbedaan dasar kosmetik dengan obat. Tetapi tentunya ini semua kembali kepada para ahli kosmetik itu sendiri, sejauh mana pengetahuan dasar mereka terhadap struktur kulit dan aksi reaksi unsur kimia yang digunakan dalam produk kosmetik yang mereka desain. Beberapa produk yang mungkin sering kita dengar di pasaran adalah *cosmeceutical* yang artinya produk kosmetik yang mempunyai efek ganda atau peranan seperti obat. Produk ini umumnya didesain oleh seorang ahli kulit yang diaplikasikan ke dalam produk kosmetik, agar dapat dipergunakan secara bebas tanpa pengontrolan rutin.

PRODUK KOSMETIK YANG BERADA DI PERBATASAN OBAT DAN KOSMETIK

Seperti yang saya jelaskan di atas bahwa ada produk kosmetik di pasaran yang dikenal istilah *cosmeceutical*. Apakah arti dasar *cosmeceutical* itu sendiri? *Cosmeceutical* diambil dari kata *cosmetic* (produk kosmetik) dan *pharmaceutical* (produk farmasi dan obat-obatan). Sebenarnya istilah ini mulai dipopulerkan pada tahun 1962 oleh Albert M. Klig-

man, MD dalam sebuah pertemuan ahli-ahli kosmetik. Istilah ini mulai diperkenalkan bersamaan dengan pesatnya perkembangan inovasi dunia industri kosmetik dan pada saat ini banyak sekali produk kosmetik yang dijual di pasaran dengan kategori kosmetik yang mempunyai keuntungan tambahan yang juga berfungsi sebagai pengobatan.

Walaupun kedua produk ini sama-sama untuk pemakaian pada bagian luar kulit namun perbedaan yang dapat kita pikirkan dari kedua istilah ini adalah bahwa *cosmeceutical* memiliki fungsi tambahan yang mempengaruhi fungsi biologi dari kulit dan juga mengantarkan zat-zat nutrisi yang dibutuhkan untuk memiliki kulit yang sehat. Fungsi inilah membuat para ahli kosmetik menetapkan perbedaan kedua jenis produk itu.

Perdebatan mengenai fungsi sebenarnya dari kedua produk di pasaran menyebabkan beberapa perusahaan kosmetik yang mengategorikan produk mereka sebagai *cosmeceutical* harus menyertai keterangan tambahan guna memperjelas pembeli kosmetik yang berada di pasaran. Biasanya produk tersebut lebih banyak dikembangkan oleh perusahaan kosmetik yang lebih kecil untuk mengambil perhatian pemakai kosmetik, dengan menggunakan teknologi terkini dalam pabrik-pabrik pembuatan bahan-bahan utama dalam industri kosmetik. Walaupun perusahaan besar seperti Procter & Gamble dengan pusat riset kosmetiknya telah melakukan uji klinis terhadap produk kosmetik mereka

yang berada di pasaran namun mereka tidak pernah menggunakan istilah *cosmeceutical* bagi produk-produk yang mereka jual di pasaran.

BAHAN-BAHAN UTAMA KLAIM PADA PRODUK COSMECEUTICAL

- **Kinetin:** zat ini sering ditambahkan pada produk anti penuaan yang berfungsi menghilangkan garis-garis penuaan, kelebihan pigmen kulit, dan kerusakan kulit yang disebabkan oleh sinar matahari.
- ***Human growth factor*:** zat ini biasanya diekstraksi dari kultur sel termasuk kultur dari plasenta.
- **Tembaga (*copper*):** zat ini dahulu digunakan di klinik pengobatan untuk mengobati luka potong. Saat ini banyak sekali perusahaan kosmetik yang memformulasikan zat ini dalam pembuatan krim anti penuaan.
- **Lemak:** meliputi asam lemak, seramis, dan kolesterol. Zat ini semua merupakan komponen sehat untuk kulit dan sering diformulasikan sebagai bahan utama dari krim-krim anti-penuaan yang berada di pasaran saat ini.
- **Retinol:** zat ini dikenal juga sebagai vitamin A. Pengobatan dengan menggunakan retinol dalam persentase tertentu telah terbukti menghilangkan garis-garis penuaan

pada kulit wajah dan kelebihan pigmen pada kulit. Konsentrasi zat ini dalam produk kosmetik amat rendah sehingga hasil akhirnya sering diragukan.

- **Koenzim Q10:** zat ini diketahui memiliki kekuatan antioksidan yang merupakan komponen natural dari sel manusia. Dengan khasiat meningkatkan elastisitas kulit, bahan ini biasa diformulasikan sebagai bahan utama dalam krim-krim kosmetik yang berada di pasaran.
- **Vitamin C:** zat ini sangat populer digunakan dalam krim ataupun serum pada produk kosmetik yang berada di pasaran dengan fungsi mengatasi garis-garis penuaan dan pigmentasi yang tidak diharapkan.
- ***Cassia angustifolia*:** zat ini sering digunakan sebagai pencahar atau obat urus-urus di Eropa atau Amerika. Zat ini dipercaya memiliki fungsi untuk memperbaiki tekstur kulit yang kering dan meningkatkan kapasitas retensi air dari bagian atas kulit, dalam hal ini lapisan korneum kulit pada epidermis.
- ***Centella asiatica*:** zat ini telah lama digunakan pada pengobatan bangsa Indian dan sekarang merupakan pendatang terbaru dalam industri kosmetik. Zat ini memiliki fungsi pengembangan dan metabolisme jaringan penyambung. Ditemukan bahwa di dalam jaringan penyambung yang rusak, zat ini akan memperbaharui jaringan kolagen

baik dari segi kualitas maupun jumlah serta mengembalikan keelastisan kulit dan meningkatkan penampilan kulit itu sendiri.

- **Minyak echium:** minyak ini didapati pada tanaman yang banyak tumbuh di Inggris. Minyak yang telah lama digunakan sebagai obat tradisional ini mengandung asam gamma linoleat dan asam stearidonat. Zat ini memiliki anti peradangan yang efektif dalam krim perawatan kulit setelah pemaparan terhadap sinar matahari. Minyak ini juga berfungsi sebagai anti-penuaan dan penghalus kulit.

- **Asam jawa:** zat yang juga dikenal sebagai asam jawa ini umumnya diekstraksi dari buah-buahan pohon *Tamarindus indica* yang sudah lama digunakan sebagai pengobatan tradisional dan juga sebagai bumbu pelezat masakan. Zat ini direkomendasikan untuk stimulasi dari perbaikan kulit, perlindungan kulit terhadap pengaruh buruk lingkungan, dan pencegahan penuaan dini.

- **Teh:** teh yang biasanya digunakan adalah teh hijau. Teh ini sudah dikenal lama sebagai makanan tambahan dan sebagai minuman yang banyak dikonsumsi di benua Amerika dan Eropa. Teh dipercaya mempunyai fungsi menghindari bau badan dan pemberantasan jerawat yang disebabkan oleh bakteri.





3 PRINSIP DASAR PERSIAPAN PRODUK KOSMETIK

Pemakai kosmetik perlu mengetahui satu hal mendasar, kosmetik yang ada saat ini umumnya hanya untuk penggunaan bagian luar dari tubuh. Pembuatan produk kosmetik melibatkan beberapa proses dan persiapan bahan. Beberapa perusahaan kosmetik besar tentunya bergantung pada teknologi dan sistem komputerisasi dalam proses pembuat-

annya, mulai dari proses penimbangan bahan mentah, pencampuran bahan mentah, hingga proses pengisian produk akhir ke dalam kemasan yang telah siap untuk dipasarkan. Namun, beberapa industri kosmetik rumahan yang belum memiliki fasilitas modern masih menggunakan tenaga manusia dalam proses pembuatan kosmetik ini. Baik industri kosmetik rumah tangga ataupun industri yang telah memiliki fasilitas modern tetap mengategorikan proses pembuatan kosmetik berdasarkan bahan mentah yang mereka campurkan.

Bahan-bahan yang digunakan dalam industri kosmetik pada dasarnya dapat kita bagi menjadi bahan dasar, bahan aktif, dan bahan tambahan. Masing-masing akan dibahas secara terpisah dalam bab ini.

BAHAN DASAR

Bahan dasar berfungsi sebagai campuran dasar bahan aktif yang memudahkan penyerapan dan penyebaran bahan aktif kepada target jaringan yang diinginkan. Syarat utama bahan dasar adalah tidak boleh mengubah fungsi dan struktur dasar bahan aktif yang terdapat dalam sebuah produk kosmetik.

Dalam kosmetik biasanya dikenal tiga komponen utama bahan dasar, yaitu **Minyak**, **Air**, dan **Bubuk**. Hasil akhir dari campuran inilah yang sering kita lihat di dalam produk



Penyimpanan bahan mentah kosmetik.

kosmetik seperti **Losion**, **Krim**, **Salep**, bedak kocok, larutan, pasta, dan bedak. Minyak sebagai bahan dasar dalam kosmetik mempunyai fungsi melembapkan kulit dan mengurangi hilangnya kandungan air pada kulit. Selain itu, minyak sangat membantu proses penyerapan kosmetik pada kulit. Perbedaan mendasar dari losion, krim, dan salep didasarkan atas kekentalan produk kosmetik. Losion cenderung lebih encer

dan lebih banyak mengandung air daripada minyak dan sebaliknya dengan krim. Perbedaan lain antara losion dan salep sebenarnya lebih ditekankan terhadap fungsi atau hasil akhir yang terlihat pada pemakaian produk yang dibuat. Salep lebih sering digunakan untuk produk yang lebih berfungsi obat daripada kosmetik, karena salep mempunyai fungsi yang sangat adekuat di dalam sistem penyerapan bahan aktif ke dalam kulit. Secara estetika, salep memberi rasa lebih lengket pada kulit dibandingkan dengan losion sehingga salep tidak banyak digemari pemakai kosmetik.

Dalam industri kosmetik sebenarnya bahan dasar ini dapat juga berperan ganda sebagai bahan aktif, dan hal ini banyak terjadi. Sebagai contoh dapat kita ambil bahan dasar air. Air merupakan bahan dasar utama dalam dunia kosmetik, tetapi air juga berperan sebagai bahan utama pelembap kulit.

Sebelum kita membahas persiapan dasar dalam pembuatan atau bahan mentah kosmetik, sebaiknya kita membekali diri dengan pengetahuan dasar tentang bahan dasar produk kosmetik. Pengetahuan ini sangatlah berguna dalam memilih produk kosmetik yang kita inginkan di pasaran.

Bahan dasar minyak

Bila kita bicara tentang minyak, pertama kali yang terlintas di benak kita adalah minyak kelapa. Dengan perkembangan pesat di dunia kosmetik, sumber minyak dalam proses pembuatan kosmetik dapat berasal dari berbagai sumber yang mungkin tak pernah kita duga. Berikut ini sekilas sumber minyak yang banyak digunakan dalam industri kosmetik.



Bahan dasar minyak yang disusun berdasarkan urutan alfabetis di laboratorium.

Sumber minyak dari hewan:

- **Biri-biri atau domba.** Dalam bahan mentah kosmetik minyak ini kita kenal sebagai minyak lanolin. Berasal dari sekresi kelenjar minyak dari biri-biri, minyak ini biasanya tidak mengiritasi kulit. Kelemahannya, minyak ini lengket, berwarna kuning, dan baunya agak menyengat. Dengan proses kimia dan fisika, sifat dasar minyak dapat diubah menjadi minyak lanolin yang kurang lengket dan tidak berbau.
- **Ikan paus.** Dalam bahan mentah kosmetik minyak ini kita kenal dengan spermaseti. Untuk menjaga kelestarian ikan paus, spermaseti saat ini jarang sekali digunakan. Penggantinya sering kali adalah sintesis minyak

dari bahan dasar lemak lain untuk mendapatkan sintesis spermaseti.

Penggunaan dari minyak yang berasal dari hewan ini sebenarnya tidak mempunyai efek yang lebih menguntungkan bila dibandingkan dengan minyak tumbuh-tumbuhan. Namun, beberapa ahli kosmetik berpendapat penggunaan minyak yang berasal dari hewan mempunyai efek yang lebih menguntungkan dibandingkan dari minyak tumbuhan ataupun penyulingan dari minyak mentah, karena konsep dasar dari sekresi kelenjar minyak yang dihasilkan binatang mempunyai karakteristik yang sama dengan manusia.

Sumber minyak dari tumbuhan:

- Minyak zaitun
- Minyak kelapa
- Minyak wijen
- Minyak kacang
- Minyak jagung
- Minyak bunga matahari
- Minyak kedelai

Seluruh minyak tumbuhan yang disebutkan di atas sebenarnya berfungsi sama dengan minyak yang dihasilkan oleh hewan dalam pembuatan produk kosmetik.



Pembuatan kosmetik dalam kuantitas kecil menggunakan bahan dasar minyak.

Penyulingan minyak mentah atau mineral

Kita mengetahui bahwa dalam kilang minyak para ahli kimia menyuling minyak mentah berdasarkan rantai hidrokarbon minyak yang akan dihasilkan. Salah satu hasil akhir dari penyulingan minyak ini adalah minyak parafin. Minyak parafin sangat sering digunakan dalam pembuatan produk kosmetik. Salah satu sifat dasar yang tidak disenangi pengguna kosmetik dari minyak ini adalah rasa lengket pada kulit dan warnanya kuning sehingga proses pemurnian lebih lanjut dibutuhkan untuk mengurangi sifat fisik yang sering menjadi permasalahan bagi pemakai kosmetik. Namun, minyak parafin sangat stabil dan jarang sekali menimbulkan iritasi pada kulit serta menghambat

proses penguapan air dari kulit. Itulah sebabnya para ahli kosmetik sering menggunakan minyak ini sebagai salah satu bahan dasar pelembap pada kulit.

Dalam penggunaan bahan dasar dalam kosmetik, perbandingan antara konsentrasi air dan minyak sangatlah menentukan hasil akhir produk. Setiap ahli kosmetik memilih bahan dasar berdasarkan fungsi dan keperluan yang mereka inginkan pada produk akhir. Sebagai contoh, penggunaan minyak lanolin lebih sering digunakan dalam proses pembuatan krim daripada salep, karena sifat kimia lanolin yang mengandung air memberikan estetika yang lebih baik dalam pembuatan krim daripada salep.



Penyimpanan bahan dasar mentah kosmetik dalam kuantitas besar.

Bahan dasar air

Air sebagai bahan dasar kosmetik sering digunakan untuk memberikan rasa dingin pada kulit. Fenomena yang sering tidak kita sadari adalah air dapat memberikan efek kekeringan pada kulit. Hal ini terjadi karena konsep dasarnya adalah air pada kulit akan menguap dengan adanya angin atau udara di sekitar kulit. Air yang kita percikkan ke atas kulit akan bereaksi dengan kandungan air yang berada di kulit dan akan menarik kandungan air yang berada di kulit keluar bersama air yang kita percikkan ke atas kulit tadi.

Contoh nyatanya dapat kita lihat pada kulit orang yang bekerja di ruangan berpendingin ruangan. Kulit mereka akan terlihat kering. Kita juga sering kali berpikir kulit wajah kita akan terlihat lebih segar bila mencuci muka. Anggapan semacam ini merupakan pemikiran yang logis dan masuk akal, tetapi selanjutnya berefek lebih tampak keringnya kulit wajah kita daripada sebelumnya. Hal ini dikarenakan air yang tinggal di wajah kita akan menarik kandungan air yang berada dalam kulit kita secara bersamaan pada proses penguapan yang disebabkan oleh angin atau pendingin ruangan, dan semuanya ini mengakibatkan kulit wajah menjadi lebih kering daripada sebelumnya. Saat mencuci muka secara tidak sengaja kita mengangkat lapisan minyak pada permukaan kulit kita sehingga kandungan air pada bagian dalam kulit ikut terbawa keluar dengan aliran udara yang melewati bagian atas kulit wajah.

Untuk mengatasi penguapan air yang berlebihan ini, pemakaian pelembap kulit setelah mencuci atau membersihkan kulit wajah sangat direkomendasikan. Pelembap ini harus dirancang menggunakan bahan dasar minyak sehingga air yang berada di dalam kulit kita tidak akan menguap ke udara dengan mudah.

Bahan dasar bubuk

Bubuk yang digunakan sebagai bahan dasar produk kosmetik harus memenuhi persyaratan utama, yaitu terbuat dari partikel sangat halus yang dikenal sebagai *talcum powder* dan tidak mengiritasi kulit. Biasanya kita menggunakan bedak ini untuk mengatasi kelebihan sekresi kelenjar keringat kita, seperti di daerah ketiak atau lipatan paha. Tetapi saat ini pemakaian *talcum powder* mengarah kepada aplikasi *make-up*.

Beberapa contoh bubuk yang sering digunakan dalam produk kosmetik:

- **Talc:** biasanya merupakan campuran dengan seng oksida atau alumunium silikat. *Talc* biasanya digunakan dalam campuran kosmetik demi alasan estetika dan menghindari adanya iritasi yang disebabkan oleh gesekan campuran bahan lainnya dalam kosmetik.
- **Kalamin (*calamine*):** campuran dari seng oksida dan se-

dikit ferum oksida. Efek pendingin pada kulit dan mengurangi rasa gatal pada kulit sampai derajat tertentu yang dimilikinya menyebabkan kalamina sering digunakan untuk bedak anti-gatal.

- **Starch:** sering digunakan untuk menyerap sekresi kelenjar keringat yang berlebihan sehingga banyak digunakan sebagai campuran deodoran atau bedak.
- **Titanium dioksida:** biasa digunakan sebagai bahan aktif untuk krim anti-ultraviolet.



Bahan dasar bubuk titanium dioksida dalam persiapan pembuatan kosmetik.

Seluruh bahan dasar kosmetik ini dapat dicampur sesuai dengan produk akhir yang ingin kita buat. Seperti yang telah dikemukakan sebelumnya, sebagian besar hasil akhir dari produk kosmetik merupakan kombinasi yang diracik dari berbagai campuran bahan dasar. Kombinasi bahan dasar minyak dan air akan menghasilkan losion dan krim. Kombinasi bahan dasar bubuk dan air akan menghasilkan

bedak kocok. Kombinasi bahan dasar minyak dan bubuk akan menghasilkan pasta.

BAHAN AKTIF

Bahan aktif merupakan komponen utama yang sering kali dijadikan sebagai promosi utama atau keuntungan yang dijanjikan dari produk yang dijual di pasaran. Bahan aktif ini bisa berupa obat-obatan semisal anti-bakteri, anti-jamur, vitamin, asam amino, asam glikolat yang berguna untuk menghambat proses penuaan, dan unsur-unsur lainnya yang mempunyai tujuan khusus. Biasanya bahan aktif ini digabungkan dengan bahan dasar kosmetik dan menjadi suatu campuran yang tidak dapat dibedakan antara bahan dasar dan bahan aktif.

BAHAN TAMBAHAN

Bahan tambahan biasanya digunakan untuk mendapatkan hasil akhir campuran yang lebih baik. Parfum, pewarna, ataupun pengawet bisa digolongkan ke dalam bahan tambahan.

Setelah sebelumnya kita membahas produk kosmetik berdasarkan konsistensi dan bentuk fisik yang melibatkan bahan dasarnya, kita pun selanjutnya akan menelaah perbedaan kosmetik berdasarkan fungsi dan pemakaian. Seperti yang kita ketahui bahwa kosmetik secara konsistensi dapat kita bagi menjadi losion, krim, pasta, dan gel.

bedak kocok. Kombinasi bahan dasar minyak dan bubuk akan menghasilkan pasta.

BAHAN AKTIF

Bahan aktif merupakan komponen utama yang sering kali dijadikan sebagai promosi utama atau keuntungan yang dijanjikan dari produk yang dijual di pasaran. Bahan aktif ini bisa berupa obat-obatan semisal anti-bakteri, anti-jamur, vitamin, asam amino, asam glikolat yang berguna untuk menghambat proses penuaan, dan unsur-unsur lainnya yang mempunyai tujuan khusus. Biasanya bahan aktif ini digabungkan dengan bahan dasar kosmetik dan menjadi suatu campuran yang tidak dapat dibedakan antara bahan dasar dan bahan aktif.

BAHAN TAMBAHAN

Bahan tambahan biasanya digunakan untuk mendapatkan hasil akhir campuran yang lebih baik. Parfum, pewarna, ataupun pengawet bisa digolongkan ke dalam bahan tambahan.

Setelah sebelumnya kita membahas produk kosmetik berdasarkan konsistensi dan bentuk fisik yang melibatkan bahan dasarnya, kita pun selanjutnya akan menelaah perbedaan kosmetik berdasarkan fungsi dan pemakaian. Seperti yang kita ketahui bahwa kosmetik secara konsistensi dapat kita bagi menjadi losion, krim, pasta, dan gel.

Losion

Pengertian losion sangat luas dan terkadang membingungkan. Para pemakai kosmetik selalu berasumsi segala sesuatu yang berwujud encer adalah losion. Tetapi pada dasarnya losion berupa cairan yang sering digambarkan dalam bentuk fisik air, bisa merupakan kombinasi dari berbagai macam bahan dasar. Sebagai contoh, losion dapat merupakan kombinasi dari air, minyak, dan bubuk.

Losion dapat digunakan dalam fungsi yang lebih luas dan untuk setiap produk kosmetik. Karena komposisi utamanya adalah air, biasanya pemakaian losion lebih disukai oleh pemakai kosmetik karena tidak lengket dan lebih mudah dicuci atau dibersihkan. Tetapi salah satu kelemahannya, losion memberikan efek pelembap kulit yang lebih pendek daripada krim. Losion sangat cocok digunakan bila kita mempunyai tipe kulit wajah yang berminyak, sehingga pemakaian losion ini tidak memberikan kelebihan minyak pada kulit wajah yang dapat menyumbat sekresi kelenjar minyak yang lebih lanjut dapat menimbulkan jerawat bila terjadi proses interaksi dengan bakteri di sekitarnya.

Krim

Secara fisik kita telah mengetahui bahwa krim mempunyai konsistensi yang lebih kental daripada losion. Hal ini dikarenakan konsentrasi minyak pada krim umumnya lebih besar daripada air. Pemakaian krim berdasarkan fungsi umumnya didasarkan untuk melembapkan kulit. Tetapi

krim itu sendiri mempunyai macam dan tipe yang berbeda, antara lain krim siang, krim malam, krim pendingin, krim pembersih, dan krim mata.



Pembuatan krim dalam laboratorium (Lokasi: laboratorium Cosmetic School University of the Art, London).

Krim siang

Salah satu krim yang sering kita lihat pada produk kosmetik adalah *vanishing cream*. Secara fisik terkadang kita sering rancu antara *vanishing cream* dan losion, karena kekentalannya hampir sama atau sulit dibedakan. Anda dapat membedakannya berdasarkan karakteristik masing-masing.

Bila kita tinjau dari arti dasar *vanishing* adalah cepat hilang dari permukaan. Jadi, krim ini akan sulit dilihat setelah

diaplikasikan ke kulit. Umumnya krim ini memiliki kandungan air yang cukup tinggi daripada krim lainnya. Salah satu fungsi utama yang diharapkan dari kandungan air yang cukup tinggi ini adalah rasa sejuk pada saat aplikasi kosmetik tersebut, tetapi tetap memiliki efek pelembap kulit karena adanya

kandungan minyak pada krim ini. Krim ini sangatlah mudah untuk diaplikasi dan dibersihkan pada saat pemakaian. Karena cepat sekali meresap dan hilang dari permukaan kulit, sering kali jenis ini diadaptasi pada krim anti-sinar matahari—meski dapat pula digunakan untuk kepentingan lainnya seperti krim anti-penuaan atau untuk keperluan obat-obatan.

Penggunaan istilah *vanishing cream* sendiri saat ini sudah banyak ditinggalkan karena sering kali membingungkan pengguna krim atau losion perawatan kulit. Istilah ini sering sekali digunakan pada promosi atau pemasaran krim-krim anti-penuaan yang sering kali amat berlebihan. Itulah yang membuat istilah ini sangat jarang digunakan lagi sekarang.

Krim malam

Krim malam adalah kebalikan *vanishing cream*. Dengan kandungan minyak yang lebih tinggi daripada kandungan air, krim ini lebih ditekankan untuk melembapkan kulit dan bi-

asanya digunakan untuk jenis kulit yang kering. Beberapa ahli kosmetik mengkategorikannya sebagai *nourishing cream* yang berarti memberi makan pada kulit. Untuk tujuan ini, diharapkan krim malam akan bertahan lama pada permukaan kulit. Karena kandungan minyaknya lebih daripada air, krim ini cenderung tinggal lebih lama pada kulit. Efek inilah yang diharapkan untuk meresapkan bahan-bahan aktif yang terkandung dalam krim tersebut agar target dan tujuan yang diinginkan tercapai.

Krim pendingin

Dari namanya saja kita telah mengetahui fungsi dasar krim ini, sebagai pendingin pada kulit. Bila kita lihat bentuk fisik krim ini tampak tidak stabil, karena antara air dan minyak terlihat terpisah satu sama lainnya. Krim ini tidak mengandung *emulsifier* yang sering kita kenal sebagai bahan untuk menyatukan bahan dasar air dan minyak, sehingga tidak terpisah satu sama lainnya. Pada waktu pemakaian, air akan menguap dan memberikan rasa dingin pada kulit. Sebenarnya krim ini bukan merupakan sesuatu yang baru di dunia kosmetik. Komponen utama krim ini adalah minyak zaitun, air, minyak lebah, dan air mawar untuk memberikan aroma. Kegunaan minyak ini juga sebagai pelembap dan beberapa produk dari krim pendingin saat ini dikembangkan sebagai krim pembersih.

Krim pembersih

Krim pembersih memiliki sistem yang sama seperti sabun. Krim ini biasa dipergunakan membersihkan bekas *make-up* atau bagi pemakai kosmetik yang memiliki kulit yang sensitif. Pemakaian krim pembersih ini bukan seperti pelembap muka (*moisturiser*) dan tidak dianjurkan bagi mereka yang memiliki kulit berminyak karena sisa-sisa krim pembersih dapat menyebabkan penyumbatan pada pori-pori kulit wajah. Oleh karena itu, pemakai dianjurkan untuk membersihkan wajah dengan handuk hangat atau toner setelah pemakaian untuk mengangkat sisa-sisa minyak yang tertinggal di atas pori-pori kulit.

Krim mata

Daerah sekitar mata ini adalah daerah kulit yang paling sensitif di area wajah. Karena itulah dalam proses pembuatan krim kita harus memilih bahan-bahan dasar yang tidak menimbulkan iritasi pada daerah sekitar mata — misalnya tidak mengandung parfum atau pengawet-pengawet tertentu yang mempunyai efek iritasi cukup tinggi. Tetapi, walaupun telah mengikuti standar dasar pembuatan krim mata ini, kita masih sering menemukan risiko iritasi.



Penuangan krim yang siap dikirim ke pusat laboratorium mikrobiologi untuk uji mikrobiologi dan uji siap pakai untuk diproduksi dalam kuantitas besar di pabrik.

Pasta

Seperti yang kita ketahui bahwa pasta merupakan kombinasi dari minyak dan bubuk. Komponen minyak yang sering digunakan adalah minyak parafin. Pasta ini kurang berminyak bila dibandingkan dengan salep tetapi tetap mempunyai efek proteksi dan pelembap kulit. Karena pasta mengandung bubuk maka salah satu keuntungan pasta ini adalah dapat menyerap kelebihan cairan pada kulit sampai jumlah tertentu. Fungsi utama inilah yang membuat pasta sering digunakan untuk produk bayi karena walaupun digunakan untuk bagian tubuh yang lebih basah juga memiliki fungsi ganda dalam penyerapan kelebihan

cairan itu sendiri. Konsentrasi minyak dan bubuk ini tergantung pada fungsi mana yang lebih ditekankan. Bila kita lebih menginginkan fungsi pelindung kulit daripada penyerapan cairan maka konsentrasi minyak haruslah lebih tinggi dan sebaliknya bila fungsi penyerapan cairan yang lebih diinginkan maka konsentrasi bubuk haruslah lebih tinggi. Pengetahuan dasar ini sangat penting bagi ibu yang memiliki bayi untuk memilih krim yang cocok bagi buah hatinya. Karena kegunaan pasta lebih ditekankan untuk fungsi pengobatan, sediaan ini jarang sekali digunakan untuk produk kosmetik.

Gel

Gel yang sering kita lihat saat ini, umumnya tidak berminyak dan transparan. Gel punya kecenderungan menguap yang lebih cepat pada kulit dibandingkan produk kosmetik yang lain. Umumnya komposisi utama dalam gel ini adalah air, alkohol, aseton, dan propilen glikol. Untuk mencapai derajat kekentalan tertentu pada produk gel dapat ditempuh melalui dua cara. Pertama dengan menggunakan bahan pengental larutan dan yang kedua dengan meningkatkan kadar minyak dalam larutan. Cara yang kedua ini cenderung membuat komposisi produk lebih berminyak dan mempunyai efek yang bertahan lebih lama pada kulit.

Gel yang dibuat dengan bahan pengental umumnya mengandung konsentrasi air lebih tinggi daripada minyak sehingga cocok bila diaplikasikan pada kulit berminyak. Gel yang konsentrasi minyaknya lebih tinggi lebih sesuai untuk diaplikasikan pada kulit kering.





4 FORMULASI PRODUK KOSMETIK

Dampak lain perkembangan pesat kosmetik saat ini adalah kosmetik yang saat ini berada di pasaran tidak hanya mempunyai fungsi dasar sebagai perawatan kulit, tetapi juga mengoreksi kelainan-kelainan kulit lainnya. Jadi, penggunaan kosmetik terkadang bergeser ke arah perbaikan struktur kulit. Semua ini tentunya melibatkan pusat riset dan teknologi pada industri-industri kosmetik besar yang

menjadi pemrakarsa penelitian-penelitian bahan dasar dan aktif dalam industri kosmetik.

Bahan-bahan yang digunakan dalam pembuatan kosmetik itu sendiri dapat berasal dari tumbuh-tumbuhan, bagian tubuh binatang, ataupun sintesis dari keduanya. Bahan-bahan aktif yang sering digunakan dalam industri kosmetik pada umumnya dapat dibagi menjadi bahan aktif yang berasal dari tumbuhan dan bahan aktif yang berasal dari hewan. Semuanya akan dijelaskan satu per satu berdasarkan produk yang kita kenal di pasaran saat ini.

BAHAN AKTIF DARI TUMBUHAN

Pada dasarnya pembuatan bahan aktif dari tumbuh-tumbuhan diambil dari ekstraksi dasar bagian utama tumbuhan (umumnya bunga) yang ingin kita ambil manfaat utamanya. Penggunaan tumbuhan dalam kosmetik dikenal dengan *medicinal herbal*, maksudnya, pengobatan menggunakan sari tumbuhan yang diekstraksikan. Beberapa bahan aktif yang sering digunakan dalam industri kosmetik adalah sebagai berikut.

Tea tree oil

Tea tree oil (*Melaleuca alternifolia*) diekstraksi dari daun dan minyaknya berwarna kuning jernih. Tea tree oil sering sekali digunakan untuk campuran krim dan losion ataupun sabun pencuci muka. Efek anti-bakteri dan peradangan

pada kulit ini mempunyai keuntungan yang erat hubungannya dengan penanggulangan jerawat dan produksi minyak yang berlebihan pada kulit wajah.

Lidah Buaya

Lidah buaya yang sering disebut *aloe vera* digunakan dalam sediaan kosmetik secara tradisional ataupun yang dikekola secara modern. Pada dasarnya kegunaan lidah buaya adalah untuk menanggulangi kasus iritasi pada kulit yang disebabkan oleh luka potong ataupun luka bakar. Selain itu, salah satu sifat dasar dari lidah buaya ini adalah menyejukkan kulit sehingga membantu proses penyembuhan luka. Efek lain yang bekerja secara bersamaan adalah sebagai anti-bakteri. Lidah buaya sangat mudah untuk diaplikasikan kepada setiap jenis sediaan kosmetik, dari krim, salep, sabun, hingga shampo. Bahkan saat ini industri makanan dan minuman mengelola lidah buaya mentah menjadi minuman kaleng yang siap dikonsumsi.

Minyak Neroli

Minyak neroli merupakan ekstraksi dari bunga *bitter orange* yang berasal dari Cina. Wangi dari minyak neroli sering digunakan sebagai campuran dalam kosmetik yang dapat diaplikasikan pada parfum ataupun krim kulit yang biasanya memberikan efek penenang atau anti-depresi. Penggunaannya pada krim dan losion sangatlah aman karena jarang ditemukan kasus iritasi kulit pada kulit yang kering.

Evening primrose oil

Minyak ini mengandung konsentrasi asam gamma linoleat (GLA—*gamma linolenic acid*) yang tinggi. Fungsi utamanya adalah anti-peradangan dan meningkatkan perlindungan kulit terhadap hilangnya kadar kelembapan kulit serta mempertahankan kadar air di dalam kulit setelah penggunaan rutin produk pembersih seperti detergen yang terdapat pada kebanyakan produk sabun dan shampo. GLA ini secara nutrisi dalam tubuh juga berfungsi sebagai obat anti-kanker.

Ekstrak teh hijau

Sediaan ekstrak teh hijau dapat digunakan sebagai campuran kosmetik yang diracik dan dapat diminum. Berdasarkan riset dan data yang diterbitkan, teh hijau yang kerap disebut *green tea* mempunyai efek melindungi kulit dari paparan sinar ultraviolet sehingga kerap dihubungkan dengan proteksi terhadap kanker kulit.

Lavender

Lavender merupakan salah satu minyak yang paling sering digunakan pada industri kosmetik sebagai campuran dalam krim, losion, sabun mandi, ataupun parfum. Minyak lavender adalah anti-bakteri serta menstimulasi sistem peredaran darah.

Minyak jojoba

Minyak jojoba sering sekali kita temukan dalam produk shampo, kondisioner, ataupun krim pelembap. Minyak jojoba sangat direkomendasikan untuk mengatasi iritasi dan peradangan kulit karena selain dapat meresap lebih dalam ke arah lapisan dermis juga mempunyai efek mengurangi produksi dari kelenjar minyak yang berlebihan di kulit.

Kamomil

Ekstraksi dari bunga kamomil (*camomile*) biasanya menghasilkan aroma wangi. Dalam bentuk teh, kamomil mempunyai efek menyejukkan saluran pencernaan sehingga kerap digunakan sebagai tindakan preventif terhadap muntah. Kegunaan utama minyak kamomil adalah sebagai anti-peradangan pada kulit, sehingga sering sekali digunakan sebagai racikan bagi penderita eksim.

Nayad

Nayad ini didapatkan dari ekstraksi jamur yang merupakan sistem terbaru dari proses pemurnian ekstrak jamur. Bahan ini mempunyai konsentrasi tinggi dan bekerja untuk menghaluskan atau mengurangi garis-garis kerutan pada kulit. Walaupun sistem ekstraksi ini sangat menjanjikan dalam dunia kosmetik, namun data lengkap tentang sistem kerja dari ekstrak jamur belum dipublikasikan secara lengkap.

BAHAN AKTIF DARI HEWAN

Dengan perkembangan riset dan teknologi, ekstraksi bahan mentah tidak hanya didapatkan dari tumbuhan tetapi juga dari organ hewan, bahkan manusia. Secara umum kita dapat menarik keuntungan dari kemiripan sistem jaringan yang terdapat antara manusia dengan manusia atau manusia terhadap hewan yang kita gunakan jaringan atau organnya. Namun pertentangan tentang efek samping yang dapat ditimbulkan dan perilaku kekejaman terhadap hewan menjadi pemikiran para ahli untuk menemukan bahan-bahan yang mirip dengan jaringan manusia atau hewan dari ekstraksi tumbuh-tumbuhan.

Plasenta

Bagian organ tubuh dari ibu yang melahirkan ini menjadi kontradiksi dalam dunia riset industri kosmetik. Para ahli percaya bahwa plasenta dapat berfungsi sebagai bahan utama anti-penuaan. Kontradiksi penggunaan plasenta sebagai bahan utama kosmetik menjadi bahan pembicaraan terbesar dalam etik kedokteran ataupun kalangan religius.

Secara riset, fungsi utama dari plasenta ini belum benar-benar terbukti efektivitasnya terhadap anti-penuaan. Dikhawatirkan efek samping dari penggunaan krim plasenta adalah adanya kontaminasi dari sisa-sisa sel darah yang tersisa pada pembuluh darah plasenta yang disebabkan proses ekstraksi plasenta yang kurang sempurna. Dengan

demikian, ditakutkan terdapat penyebaran penyakit infeksi melalui plasenta yang disebabkan oleh virus ataupun bakteri yang tersisa di dalam plasenta yang tidak terolah secara baik dan sempurna.

Serat kolagen

Serat kolagen berasal dari kerbau yang biasanya diekstrak dari jaringan tulang atau jaringan lunak binatang tersebut. Penggunaan serat kolagen dalam produk kosmetik sering sekali mengandung salah pengertian dengan penyuntikan serat kolagen ke lapisan dermis kulit. Penggunaan kolagen dalam produk kosmetik memberikan efek melembapkan kulit, karena kolagen di dalam produk kosmetik yang diaplikasikan ke kulit akan menahan kandungan air di dalam kulit. Pengertian bahwa kolagen ini akan menggantikan kolagen yang berada dalam lapisan dermis kulit tentu tidaklah benar. Berat molekul kolagen yang tinggi tidaklah mungkin dapat meresap ke dalam lapisan dermis. Penggantian kolagen dalam lapisan dermis ini hanya dapat dilakukan melalui injeksi langsung ke dalam lapisan dermis. Bahkan setelah injeksi pertama kolagen ke dalam lapisan dermis pun diperlukan injeksi ulang, mengingat kolagen ini akan meresap ke bagian lebih dalam kulit. Seperti yang telah saya kemukakan sebelumnya, sekali serat alami kolagen mengalami kerusakan sangatlah tidak mungkin mengembalikan strukturnya ke bentuk semula.

Saat ini telah dikembangkan kolagen yang diekstrak dari tumbuh-tumbuhan mengingat adanya efek samping yang bisa kita dapatkan dari penyebaran penyakit pada kerbau.

Liposom

Liposom yang terdapat dalam produk kosmetik ini berasal dari seramis (*ceramide*) yang terbuat dari berbagai macam variasi asam lemak termasuk fosfolipida. Liposom dalam produk kosmetik membantu mengurangi hilangnya kelembapan kulit dan menahan kadar air dalam kulit. Fungsi lainnya adalah membantu membawa kandungan zat lain di dalam produk kosmetik agar meresap ke dalam lapisan kulit yang lebih dalam.

Asam hialuronat

Asam hialuronat (HA—*Hyaluronic acid*) adalah polisakarida. Lapisan dermis manusia secara alamiah memproduksi asam ini. Dengan bertambahnya umur, produktivitas kulit dalam menghasilkan HA yang dipercaya sangat membantu kelembapan kulit ini semakin berkurang.





5 PEMELIHARAAN KULIT

Di abad ke-21 ini semakin banyak orang mengerti betapa pentingnya memiliki kulit yang sehat. Pemikiran akan hal ini telah memacu para ahli kulit dan kosmetik untuk menciptakan suatu produk yang adekuat demi mewujudkan impian para konsumen. Walaupun kita telah mengenal kosmetik sejak zaman nenek moyang dahulu, perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi menyebabkan orang menaruh harapan lebih besar akan apa yang bisa mereka dapatkan.

Sebelum kita melangkah lebih lanjut kepada pengetahuan dasar pemeliharaan kulit, ada hal-hal penting yang mesti diperhatikan. Yang pertama, kita harus memiliki pengetahuan dasar tentang kulit yang sehat dan fungsi dasar dari kulit. Dari sini kita akan memikirkan jenis perawatan kulit mana yang sesuai dengan jenis kulit kita dan bagaimana mendapatkan hasil yang terbaik dari pemakaian produk perawatan kulit tersebut.

Kedua, kita sebagai pengguna produk kosmetik harus bersikap realistis terhadap hasil yang akan kita terima. Jika Anda berharap akan tampak lebih muda 25 tahun dari umur sekarang setelah memakai suatu produk, sepertinya Anda harus pergi menemui seorang ahli bedah plastik daripada ahli kulit kosmetik. Sebenarnya, ide di balik produk kosmetik adalah untuk memelihara kulit dan mencegah proses penuaan secara progresif karena tidak adanya pemeliharaan dan perawatan dasar kulit. Hal ini sama seperti rambut dan gigi. Hal lain yang terpenting dari penggunaan kosmetik adalah juga untuk mengoreksi cacat atau kelainan pada kulit sampai tingkat tertentu. Sering kali para pengguna kosmetik terpengaruh untuk menggunakan suatu produk karena model yang digunakan pada promosi produk itu. Anda juga perlu mempertimbangkan kebiasaan dan gaya hidup sehari-hari sebelum membeli sebuah produk. Janganlah membeli produk kosmetik yang rutin bila Anda tidak punya cukup waktu untuk melakukan ritualnya. Anda hanya akan menghamburkan uang tanpa hasil nyata.

Tidak ada kata lain yang bisa memisahkan sehat dan cantik, ini hal penting ketiga. Sehat dan cantik adalah suatu kesatuan yang saling mengisi. Jangan berharap mendapatkan kulit yang indah bila cara hidup Anda tidak sehat. Kulit yang indah sering kali mencerminkan cara hidup sehat dan seimbang dalam aktivitas sehari-hari. Makanan yang sehat, olahraga, istirahat yang cukup, tidak merokok, ataupun mengonsumsi minuman beralkohol secara berlebihan merupakan faktor yang harus dipertimbangkan untuk mendapatkan kulit yang sehat dan indah.

Terakhir, kesabaran. Dalam penggunaan produk kosmetik, Anda butuh waktu untuk memberikan hasil yang cukup baik karena kulit yang rusak butuh waktu untuk memperbaikinya. Perawatan yang rutin akan memberikan hasil yang menjanjikan dan adekuat.

Pada dasarnya, prosedur perawatan kulit dapat dicakup dengan istilah 3M. 3M adalah **membersihkan, memperbaiki, dan melembapkan**. Inilah langkah-langkah dasar untuk mendapatkan kulit yang sehat dan cantik.

MEMBERSIHKAN

Tahap pertama yang perlu kita mengerti dan pahami adalah bagaimana cara terbaik untuk membersihkan kulit wajah. Faktor terpenting yang perlu kita perhatikan dalam membersihkan kulit wajah adalah:

- Tipe kulit wajah (kering, berminyak, atau kombinasi)
- Usia
- Alergi
- Problem kulit terbaru

Produk perawatan kulit yang dibuat oleh ahli kulit dan kosmetik bertujuan untuk membersihkan kulit dari kelebihan minyak dan kotoran sekaligus mempertahankan integritas lapisan teratas kulit (epidermis) — terutama lapisan lemak alamiah dari stratum korneum yang kita kenal sebagai se-ramis. Faktor terpenting lainnya adalah pemilihan sabun atau pembersih wajah yang sesuai dengan jenis kulit Anda. Sabun muka yang dijual di pasaran mengandung unsur kimia yang disebut surfaktan. Surfaktan berguna sebagai media yang memberikan efek terhadap minyak hingga dapat bereaksi dengan air sehingga kelebihan minyak di daerah wajah dibersihkan. Tetapi salah satu efek sampingnya, surfaktan dapat menimbulkan iritasi pada kulit dan keke-
rangan pada kulit.

Suatu zat kimia dapat diukur dengan menggunakan diagram pH (skala derajat keasaman). Skala 14 digunakan untuk mengukur kadar keasaman dan kebasaan suatu zat, dan angka 7 menunjukkan skala netral. Kebanyakan sabun yang berada di pasaran mempunyai pH sekitar 9, yang berarti cenderung basa (menarik kandungan air dari dalam kulit) sedangkan kulit manusia mempunyai kadar pH 5,5

yang berarti sedikit lebih asam. Inilah yang menyebabkan kulit terasa kurang elastis dan kering setelah pemakaian sabun pada daerah wajah. Dengan perkembangan kemajuan teknologi saat ini kita dapat membuat sabun menggunakan surfaktan sintetik dengan kadar keasaman mendekati pH 7 (netral) yang tetap memberikan fungsi sebagai pembersih tetapi kurang menimbulkan iritasi dan kekeringan pada kulit wajah. Berikut ini beberapa contoh sabun muka yang kini beredar di pasaran:

- **Sabun transparan.** Sabun ini semakin populer saat ini karena mengandung gliserin dan beberapa lemak yang membuat kulit wajah lembap dan lebih lembut. Sayangnya sabun ini kurang berbusa dibandingkan dengan sabun normal yang biasa dijual di pasaran. Sabun ini sangatlah tepat digunakan untuk jenis kulit yang sedikit kering atau normal.
- **Sabun yang mengandung lemak.** Biasanya sabun ini mengandung mentega kakao, minyak lanolin atau parafin, dan tambahan zat pelembap. Sabun ini sangat sesuai digunakan bagi mereka yang mempunyai kulit sangat kering karena dapat membersihkan dan sekaligus melembapkan kulit wajah. Bagi Anda yang mempunyai kulit berminyak, sabun ini bukanlah pilihan tepat untuk digunakan karena dapat memacu tumbuhnya jerawat yang disebabkan adanya sisa minyak yang menyumbat pori-pori wajah. Sabun ini juga bukan merupakan pilih-

an utama untuk digunakan di daerah yang beriklim tropis karena pada daerah ini kelenjar minyak cenderung bekerja lebih aktif dan menghasilkan kelebihan minyak pada daerah wajah.

- **Sabun pH seimbang.** Sabun ini merupakan pilihan yang tepat bagi Anda yang memiliki kulit sensitif, karena sifatnya yang sangat lembut dan tidak menyebabkan kulit kering namun mampu membersihkan wajah dari kotoran ataupun *make-up*. Kelemahannya, sabun ini tidak memberikan busa yang setara dengan sabun biasa.
- **Sabun jerawat.** Sabun ini mengandung zat-zat yang menyebabkan kulit menjadi kering. Kandungan sulfur dan benzoil peroksida ditambah beberapa unsur pengelupasan kulit seperti asam salisilat sangatlah berguna untuk Anda dengan kulit yang cenderung memiliki kelenjar minyak aktif atau kulit berjerawat.

Selain sabun yang dipaparkan di atas, kita mengenal juga jenis pembersih wajah lain yang kerap digunakan, antara lain:

- **Susu atau krim pembersih muka.** Kebanyakan produk ini berupa losion. Walaupun pengguna kosmetik lebih menyukai tekstur losion daripada krim, pada dasarnya produk ini merupakan emulsi air dan minyak. Susu pembersih ini adalah produk yang lebih efektif untuk membersihkan kulit wajah setelah pemakaian *make-up*

dan tidak menimbulkan kekeringan. Pada pemakaian *make-up* yang cukup tebal, susu pembersih lebih mudah mengangkat sisa *make-up* tanpa menimbulkan iritasi. Kelemahannya, produk ini meninggalkan residu minyak pada pori-pori kulit wajah sehingga terkadang memacu tumbuhnya jerawat bila terjadi penyumbatan kelenjar minyak pada kulit wajah. Kebanyakan pengguna kosmetik juga mengeluhkan rasa lengket pada kulit wajah. Untuk mengatasi hal ini penggunaan toner atau astrigent sangatlah membantu menghilangkan rasa lengket sekaligus menyegarkan kulit wajah. Saat ini susu pembersih kurang begitu populer dibandingkan dengan sabun pembersih karena penggunaannya sangat menyita waktu. Para pria pengguna produk pembersih wajah juga kurang begitu menyukainya dengan alasan produk ini tidak praktis digunakan.

- **Minyak pembersih (*cleansing oil*).** Produk ini biasanya lebih diutamakan sebagai pembersih *make-up* terutama untuk mengangkat sisa perona mata ataupun alas bedak (*foundation*) karena kelembutannya. Salah satu kelemahannya, minyak pembersih dapat menutupi pori-pori kulit wajah.

Berikut terdapat beberapa ilustrasi proses pemeliharaan kulit dimulai dengan membersihkan kulit wajah yang dilakukan *cosmetician*. (Foto diambil dari klinik kulit di School of Beauty Therapy, London College of Fashion, University of the Arts London, London.)



Atas dan bawah: mengoleskan wajah dengan gel transparan pembersih muka.



Atas dan bawah: proses pengurutan pada bagian wajah yang telah diolesi gel pembersih dengan gerakan yang dimulai dari bawah menuju ke arah atas bagian kening dan dahi.



Dari arah dahi gerakan dilanjutkan ke arah bawah melalui hidung.



Mengangkat kelebihan gel pembersih muka menggunakan handuk hangat saat pengurutan di daerah wajah.



Atas dan bawah: Pemakaian handuk hangat selain pada daerah wajah juga dilakukan pada sekitar daerah dagu, selain untuk mengencangkan kulit wajah ke arah atas juga berguna untuk membuka pori-pori kulit di sekitarnya.



Akhir dari penggunaan handuk hangat untuk meyakinkan bahwa gel atau krim pembersih telah terangkat seluruhnya dari permukaan kulit wajah.



Penggunaan *toner* atau *astringent* dengan gerakan ke arah atas selain untuk mengangkat sisa pembersih juga untuk menyegarkan kulit wajah dan mengangkat sisa-sisa minyak yang belum terangkat seluruhnya oleh air.



Pemakaian *toner* juga dilakukan pada daerah sekitar hidung dan terus mengarah ke arah dahi.



Pemakaian *toner* dimulai dari daerah leher.



Pemakaian *toner* diteruskan ke arah pipi dan kening.

MEMPERBAIKI ATAU MEMPERBAHARUI SEL-SEL KULIT MATI

Pada prinsipnya, memperbaiki atau memperbaharui sel-sel kulit mati adalah dengan mengangkat sel-sel kulit mati dari lapisan atas kulit (dalam hal ini lapisan tanduk atau stratum korneum). Dengan memperbaiki tekstur kulit, orang yang berkulit kering akan terlihat kurang suram dan kulit yang mengelupas tak lagi tampak sementara bagi orang yang berkulit berminyak akan mendapati sumbatan pada pori-pori semakin berkurang.

Secara umum, teknik yang digunakan untuk mencapai hasil maksimal agar kulit terlihat cerah dan sel-sel kulit mati terangkat dapat dikelompokkan menjadi dua teknik besar. Teknik yang pertama adalah teknik secara fisik dan teknik kedua adalah teknik secara kimia.

Teknik secara fisik

Teknik ini sudah digunakan sejak lama dan sangatlah efisien dan murah. Biasanya kita bisa menggunakan spons pembersih muka, handuk kecil, atau sikat halus. Terkadang orang melakukannya bersamaan saat mereka membersihkan wajah dengan sabun. Kelemahan dari teknik ini adalah terkadang kita melakukannya dengan terlalu kasar sehingga menyebabkan iritasi kulit atau kemerahan karena

aplikasi yang terlalu kuat pada kulit. Semua dapat memacu perkembangan bakteri yang tidak diinginkan pada daerah epidermis.

Teknik secara kimia

Inilah teknik yang lebih sering digunakan saat ini. *Facial scrub* adalah salah satu teknik yang paling sering digunakan, biasanya berbentuk pasta dengan butir-butir halus yang berasal dari pengolahan alamiah dari biji buah aprikot atau pengolahan biji dari buah kenari.

Saat ini banyak sekali produk sintetik yang digunakan sebagai pengganti karena butir-butirnya sangatlah halus dan cenderung tidak mengiritasi kulit. Formulasi yang lebih sering digunakan oleh ahli-ahli kulit dengan racikan persentasi yang berbeda adalah asam alfa hidroksi (AHA-*alpha hydroxy acid*) atau asam beta hidroksi (BHA-*beta hydroxy acid*), juga asam salisilat. Namun, penggunaannya harus dalam kontrol ahli kulit. Banyak krim di pasaran yang menggunakan kandungan unsur ini, namun konsentrasinya amat sangat kecil dan bervariasi 0,5% hingga 10%.



Pemakaian *scrub* untuk mengangkat sel-sel kulit mati pada daerah kulit wajah.



Pemakaian *scrub* juga dimulai dari leher yang diteruskan ke arah dagu dan wajah.



Gerakan rotasi untuk mengangkat sel-sel kulit mati pada daerah wajah.



Scrub dapat diaplikasikan pada daerah sekitar hidung.

Masker

Masker yang kita kenal saat ini sebenarnya mengandung banyak fungsi di luar sekadar mengangkat sel-sel kulit mati. Fungsi lainnya adalah membersihkan pori-pori wajah dari sumbatan atau spot dan juga sebagai pelembap kulit wajah. Selain sebagai pelembap, pemakaian masker juga dapat diperuntukkan mengatasi jerawat dan biasanya masker ini mengandung sulfur atau benzoil peroksida.

Pemakaian masker direkomendasikan dua kali dalam sebulan dan masker sebenarnya merupakan tambahan perawatan wajah yang lebih intensif untuk mendapatkan hasil yang cepat dan lebih memuaskan. Jadi, hal ini cenderung dianggap suatu kegiatan ekstra dari apa yang sebenarnya kita butuhkan. Efek samping yang tidak diinginkan dari masker adalah terkadang dapat mengiritasi kulit wajah.

Masker sendiri dapat digolongkan menjadi dua kelompok:

- **Masker yang dibersihkan dengan air**

Masker ini biasanya dibersihkan menggunakan air hangat. Pada umumnya bahan dasar masker ini adalah bahan dasar bedak yang terbuat dari seng oksida, titanium dioksida, kaolin, kalamina. Masker tipe lain yang sering kita lihat diproses berdasarkan proses pembentukan tanah liat atau lumpur alamiah. Sebagian masker tersedia dalam bentuk pasta dan tidak perlu mencampurnya dengan air lagi saat

akan dipakai. Kegunaan masker tipe ini biasanya menyerap kelebihan minyak pada kulit wajah sehingga direkomendasikan bagi mereka yang mempunyai kulit berminyak. Masker ini dibiarkan di daerah wajah sekitar 15-20 menit barulah kemudian dibilas dengan air hangat atau sabun pembersih muka.

- **Masker yang dikelupas**

Masker ini tidak menyerap kelebihan minyak pada kulit wajah. Efek utama dari penggunaan masker ini adalah untuk mencegah hilangnya kandungan air dari kulit wajah. Hasil akhir penggunaannya berupa meningkatnya kelembapan di daerah wajah. Masker ini biasanya direkomendasikan bagi mereka yang memiliki kulit wajah kering. Pada saat pemakaian, masker ini biasanya dilapisi kain kasa sehingga tetap memungkinkan penyerapan zat-zat terpenting dari masker sekaligus mempermudah pada waktu pengangkatan. Sekarang cara ini sudah mulai ditinggalkan karena sangatlah tidak efisien. Penggunaan masker yang menggunakan bahan dasar plastik sangat populer dan mudah diaplikasikan.



Penggunaan masker yang menggunakan bahan dasar plastik.



Daerah sekitar mata ditutup dengan kapas yang biasanya telah dilembapkan oleh losion pendingin.



Daerah sekitar mulut dan sekitar lubang hidung dan daerah mata biasanya tidak diolesi masker.



Pengangkatan masker dari bagian leher dan bawah dagu yang diteruskan ke arah atas. Biasanya masker dibiarkan di atas kulit wajah sekitar 15 hingga 20 menit.



Kulit wajah terlihat lebih cerah dan bersih setelah penggunaan masker ini tanpa mengurangi kelembapannya.

Toner atau astringent

Bagi Anda yang memiliki kulit yang sangat berminyak pemakaian *toner* atau *astringent* sangatlah direkomendasikan dengan alasan selain mengangkat kelebihan minyak juga menyegarkan kulit wajah. Biasanya *toner* atau *astringent* mengandung alkohol sehingga tidak direkomendasikan pemakaiannya bagi yang memiliki tipe kulit kering.

MELEMBAPKAN

Proses pelembapan kulit ditujukan untuk mengembalikan kelembutan tekstur kulit dan juga mempertahankan kadar

kelembapan pada kulit wajah. Bila kita berbicara tentang kadar kelembapan kulit tentunya kita membahas tentang kandungan air pada kulit. Dalam kehidupan sehari-hari kandungan air dalam lapisan epidermis kulit dipengaruhi oleh beberapa faktor yang menimbulkan dampak negatif terhadap kandungan air pada kulit wajah. Faktor-faktor tersebut antara lain adalah sinar matahari, aliran udara yang bertiup ke arah wajah, cuaca dingin, pemakaian sabun pembersih wajah yang cukup sering, dan pendingin ruangan. Faktor ini semua menyebabkan kandungan konsentrasi air pada kulit wajah berkurang. Kulit sehat sangat membutuhkan kandungan air untuk menjaga elastisitasnya.

Di dalam dunia kosmetik pelembap atau yang sering kita kenal dengan kata *moisturiser* merupakan produk yang sangat berguna untuk mempertahankan kadar air dalam kulit dan menghindari kulit dari kekeringan. Pelembap yang ada saat ini dirancang untuk meningkatkan kemampuan kulit dalam mempertahankan kandungan air pada kulit, dalam hal ini stratum korneum dari bagian epidermis kulit. Pelembap kulit yang ada saat ini merupakan emulsi atau campuran dari air dan minyak. Tetapi masing-masing pelembap mempunyai kadar konsentrasi minyak yang berbeda sesuai dengan tipe kulit yang berbeda-beda. Kebanyakan pelembap yang dijual di pasaran mengandung gliserin. Gliserin mempunyai kemampuan untuk menarik air di dalam lapisan terluar kulit sehingga membantu menahan

kandungan air di dalam kulit dan ini merupakan mekanisme dasar kerja pelembap.

Generasi muda disarankan untuk menggunakan pelembap dengan kandungan gliserin yang lebih rendah. Hal ini dikarenakan kapasitas kemampuan kulit untuk menahan air masih cukup besar dan produksi kelenjar minyak masih aktif. Dengan kemajuan teknik di dalam dunia kosmetik, pada saat ini ahli kulit dan kosmetik merancang pelembap spesial yang bukan hanya mengontrol kadar kelembapan pada kulit tapi juga untuk memproteksi kulit dari sinar matahari. Banyak pelembap yang dijual di pasaran mengandung *sun protective factor* (SPF). Semakin tinggi nilai SPF semakin besar kemampuan krim tersebut untuk menangkal gelombang sinar matahari yang merusak kulit. Unsur lain yang sering kita temui dalam pelembap adalah liposom.

Liposom adalah suatu unsur kimia yang membantu proses masuknya kandungan aktif krim untuk meresap dengan baik ke dalam permukaan kulit. Mekanisme terpenting dari pemakaian pelembap ini adalah menghaluskan permukaan kulit dan efek ini dapat langsung terlihat setelah pemakaian beberapa menit saja. Pada lapisan epidermis kulit yang kering, khususnya stratum korneum, kita temui hanya 15-30% sinar yang dipancarkan akan langsung dipantulkan dan 60% sinar memencar ke segala arah. Dengan meningkatnya kadar air di dalam epidermis, maka terlihat stratum corneum yang lebih jernih sehingga kulit dapat 100% me-

nerima sinar yang dipancarkan ke kulit. Kandungan sinar yang masuk ke dalam kulit ini sangat mempengaruhi proses kerja pigmen kulit, dalam hal ini melanin, sehingga memberikan warna akhir dari kulit yang sehat. Selain itu pemakaian pelembap ini sangatlah berguna untuk mempercepat proses pergantian permukaan luar kulit dan meningkatkan efisiensinya. Hasil ini akan menjadikan kulit terlihat lebih cerah dan menyatu rapi dengan permukaan dalam kulit sehingga terlihat sebagai satu paket yang kompak.







6 JERAWAT

Jerawat timbul karena adanya peradangan pada kulit. Tentunya peradangan ini disebabkan oleh adanya faktor hormonal yang berpengaruh pada masa pertumbuhan. Itulah sebabnya jerawat yang sering kita temui dalam kehidupan sehari-hari umumnya ditemui pada masa pubertas antara usia 12 hingga 15 tahun. Perubahan hormonal ini sangat erat kaitannya dengan perkembangan seksualitas. Wanita akan dewasa lebih awal daripada pria. Demikian pula dengan jerawat yang ditemui lebih awal pada wanita daripada pria. Pertumbuhan jerawat biasanya berakhir di pengujung masa pubertas, kira-kira di usia pertengahan 20

tahun, saat perkembangan hormonal seseorang telah lebih stabil.

Pada beberapa kasus, perkembangan jerawat terus berlangsung hingga awal usia 40 tahun. Mereka yang memiliki kecenderungan memiliki jerawat melewati batas umur 30 tahun harus memikirkan tindakan pencegahan ataupun pengobatan jerawat yang tepat.

PRINSIP DASAR TIMBULNYA JERAWAT

Seperti yang telah saya jelaskan di atas, jerawat ditimbulkan oleh adanya peradangan pada kulit. Bila kita meninjau kembali struktur dari anatomi kulit, secara mikroskopis pada bagian dermis kulit manusia terdapat folikel rambut dan kelenjar sebum. Setiap satu folikel berhubungan langsung dengan satu kelenjar sebum. Fungsi kelenjar sebum adalah memproduksi minyak yang akan melapisi kulit atau rambut di atas kulit. Minyak yang dihasilkan oleh kelenjar sebum tidak langsung dikeluarkan ke permukaan kulit tetapi disalurkan terlebih dahulu ke dalam folikel rambut, yang kemudian dari situ akan dikeluarkan ke atas permukaan kulit. Kelenjar sebum ini berada pada seluruh permukaan kulit kecuali pada kulit telapak tangan dan dasar bawah kaki. Penyebaran kelenjar sebum ini lebih banyak dan lebih besar pada daerah wajah, bagian atas dada, dan pundak. Itulah sebabnya daerah ini lebih sensitif terhadap jerawat.

Berbicara tentang timbulnya jerawat bisa dilihat dua faktor yang berperan, yaitu peningkatan produksi sel keratin di dalam folikel rambut dan peningkatan produksi minyak kelenjar sebum. Pada kondisi normal, produksi sel keratin dan minyak pada kulit akan berjalan secara teratur. Sel keratin yang mati akan dikeluarkan melalui folikel rambut beserta minyak dari kelenjar sebum ke atas permukaan kulit. Tetapi pada kasus jerawat, produksi sel keratin dalam folikel rambut ini berlangsung lebih aktif daripada semestinya. Dalam folikel rambut, selain terjadi peningkatan dari produksi sel keratin juga terjadi peningkatan dari minyak yang dimulai dari peningkatan produksi minyak dan penumpukan sel keratin yang mati, yang kemudian menimbulkan kesulitan dalam penyaluran sel keratin beserta minyak ke permukaan kulit melalui folikel rambut. Situasi tersebut menyebabkan penyumbatan pada folikel rambut. Saluran folikel rambut melebar disertai pelebaran dari kelenjar sebum, sebagai kompensasi penyumbatan jalan keluar folikel rambut di permukaan kulit. Akhirnya, terlihat adanya pertumbuhan jerawat yang kita kenal sebagai komedo. Namun, komedo yang timbul ini pada dasarnya belum mengalami peradangan dan belum dapat kita sebut sebagai jerawat.

Komedo yang kita lihat sehari-hari pada dasarnya terbagi atas dua tipe:

- **Komedo terbuka (*blackhead*):** disebabkan oleh pelebaran dari folikel rambut yang disebabkan oleh sel keratin yang menumpuk disertai minyak dari kelenjar sebum. Warna hitam yang terlihat disebabkan pigmen yang terdapat dalam sel mati kulit tersebut bercampur sejumlah kotoran yang terdapat di sekitar lubang atas folikel rambut (pori-pori kulit wajah).
- **Komedo tertutup (*whitehead*):** tentunya dapat kita ketahui secara jelas bahwa pori-pori kulit masih dalam keadaan tertutup, walaupun di bagian dalam folikel rambut telah terjadi penumpukan sel keratin dan produksi minyak yang berlebih dari kelenjar sebum. Pada saat ini komedo tertutup belum mengalami proses peradangan, tetapi kondisi ini dapat berkembang sebagai awal peradangan. Peradangan pada komedo tertutup ini disebabkan adanya penumpukan sel keratin yang telah mati disertai adanya penumpukan minyak yang kaya akan kandungan lemak. Bakteri tumbuh dan berkembang dengan cepat, terutama pada kondisi tertutup dan tidak adanya oksigen di bagian dalam folikel rambut disertai lingkungan yang kaya kandungan lemak. Saat ini kulit telah mengalami peradangan yang kita kenal sebagai jerawat (*acne*).

PERKEMBANGAN JERAWAT

Seperti yang telah kita ketahui pada bagian awal, folikel rambut dan kelenjar sebum terdapat pada bagian dermis kulit. Kita pun bisa mengerti bahwa proses peradangan alias jerawat sebenarnya terjadi pada bagian dalam kulit, yang mengandung banyak pembuluh darah kapiler dan saraf. Peradangan ini tentunya terjadi secara bertahap dan dapat dijelaskan sebagai berikut.

Tahap awal

Awal peradangan ini dimulai dengan adanya tonjolan merah pada bagian atas kulit yang biasanya berdiameter kurang dari setengah sentimeter. Tonjolan ini kita kenal sebagai papula.

Tahap kedua

Tonjolan bisa tampak lebih jelas bila peradangan di bawah kulit tersebut memproduksi nanah sebagai proses lanjut dari peradangan yang disebabkan oleh bakteri. Sering kali kita lihat tonjolan ini berbentuk kira-kira sebesar ujung jarum pentul kecil berwarna putih yang juga dapat kita sebut sebagai *pustula*.

Tahap ketiga

Bila peradangan ini berkembang lebih besar ke arah bagian dalam kulit terjadilah pembengkakan yang melebar di

bagian atas kulit. Pada saat ini sangat sulit diketahui apakah peradangan ini mengandung nanah atau tidak, karena dasar peradangan mendesak ke arah bagian lebih dalam dari dermis. Terkadang sering kita dapati kondisi nanah telah bercampur darah. Hal ini disebabkan karena dorongan dari penumpukan di folikel rambut dan kelenjar sebum yang terkadang mendesak ke arah kapiler pembuluh darah kulit. Karena tonjolan ini tampak lebih besar dengan batas yang tidak merata, peradangan ini telah mendesak bagian atas dan bawah kulit. Benjolan ini sering disebut sebagai *nodula*.

Tahap keempat

Pada tahap ini peradangan telah menunjukkan keseriusan dari kerusakan struktur kulit itu sendiri. Pembengkakan dapat terlihat dengan jelas dan isi dari pembengkakan ini dapat merupakan campuran antara nanah dan darah. Kerusakan jaringan di bawah epidermis kulit telah merambat ke arah lebih dalam dan lebar yang dapat mempengaruhi kapiler pembuluh darah sekitarnya dan juga saraf-saraf kulit wajah. Itulah sebab dari timbulnya rasa sakit saat diraba. Pembengkakan ini kita kenal sebagai kista yang membutuhkan penanganan cukup serius dari ahli kulit untuk memperbaiki dan mengembalikan struktur kulit kembali ke normal. Pengobatan dengan krim dan antibiotik yang diminum merupakan salah satu penanganan yang adekuat.

JERAWAT DAN KEBERSIHAN KULIT

Satu faktor yang mendasar dan perlu dimengerti adalah jerawat **bukan** berasal dari permukaan kulit, tetapi timbul dari bagian dalam kulit—dalam hal ini bagian dermis kulit yaitu sel keratin dari folikel rambut dan produksi minyak dari kelenjar sebum yang mengalami peradangan. Karena itulah hal ini tergantung kepada faktor hormonal yang berbeda-beda di setiap individu.

Mencuci muka **bukanlah** penanganan atau pengobatan dari problem jerawat itu sendiri. Kita banyak temui orang dengan kebersihan kulit yang baik memiliki jerawat yang lebih banyak daripada orang yang tidak terlalu memperhatikan kebersihan kulit. Namun, kebersihan kulit yang baik akan membantu proses pengurangan minyak berlebih, kotoran, dan bakteri pada permukaan pori-pori wajah. Dengan demikian penyumbatan pori-pori wajah dapat dihindari. Membersihkan kulit wajah tidak dapat menghilangkan komedo yang sebelumnya sudah ada tetapi dapat mencegah penyebaran infeksi dan juga perkembangan peradangan komedo. Mencuci muka dua atau tiga kali sehari menggunakan teknik dan pembersih yang lembut sangat dianjurkan. Penggunaan sabun *scrub* sangatlah tidak dianjurkan karena ditakutkan adanya penyebaran peradangan ke daerah yang baru.

PENGOBATAN DAN PENCEGAHAN JERAWAT

Penanganan jerawat sebaiknya dilakukan oleh profesional yang menguasai teknik dan produk untuk pengobatan jerawat. Profesional yang terlatih dapat diharapkan bantuannya, tetapi bagi mereka yang menderita kasus lebih serius sebaiknya mendapat penanganan dari ahli kulit atau dokter.

Biasanya ahli kosmetik memformulasikan produk kosmetik yang digunakan pada bagian luar kulit. Akan tetapi seorang ahli kosmetik tidak dapat memformulasikan produk berhubungan dengan obat. Batasan obat itu sendiri tergantung kepada jenis zat kimia dan konsentrasi yang digunakan. Sebagai contoh, seorang ahli kosmetik tidak dapat memformulasikan krim dengan menggunakan antibiotik karena penggunaan antibiotik hanya boleh diresepkan oleh seorang dokter.

Jerawat adalah hal yang perlu ditangani serius. Dalam babasan ini saya akan menjelaskan teknik dan produk yang direkomendasikan dalam penanganan jerawat.

1. Penggunaan sabun

Ada dua teknik yang dapat dilakukan penderita jerawat pada saat membersihkan kulit wajah, yaitu sebagai berikut:

- Gunakan sabun yang memiliki kadar pH yang kira-kira sama dengan pH kulit (antara 4 sampai 6,5). Pe-

makaian sabun ditujukan untuk menghindari adanya iritasi pada kulit sehat yang dapat menimbulkan penyebaran peradangan ke daerah yang baru.

- Sabun yang mengandung benzoil peroksida dapat digunakan sebagai bahan anti-bakteri. Benzoil peroksida tak hanya ditemukan pada sabun, tetapi pada beberapa krim dan losion karena menghambat aktivitas bakteri yang berada pada peradangan tersebut. Keaktifan zat kimia ini lebih rendah pada sabun daripada krim dikarenakan zat kimia pada sabun akan terbangun bersama air.

2. Paparan sinar matahari

Karena Indonesia merupakan negara tropis dengan paparan sinar matahari yang cukup tinggi, pencegahan terhadap sinar matahari sangatlah dianjurkan karena dapat mengaktifkan produksi kelenjar sebum dan sel keratin yang dapat menutup pori-pori kulit wajah yang telah mengalami peradangan. Paparan sinar matahari juga dapat memperjelas timbulnya bekas jerawat (*scar*) pada bagian kulit yang mengalami peradangan aktif. Penggunaan tabir surya sangatlah direkomendasikan, tetapi gunakan yang mengandung kadar minyak rendah.

3. Hindari penggunaan pelembap yang mengandung kadar minyak tinggi

4. Pilihlah *make-up* yang tepat

Penggunaan *make-up* pada kulit wajah dapat pula menimbulkan jerawat, karena kebanyakan formulasi *make-up* mengandung kadar minyak yang tinggi. Pemilihan *make-up* dengan konsentrasi minyak yang rendah sangatlah direkomendasikan, terlebih bila ada yang dikombinasikan dengan produk berformulasi anti-jerawat.

5. Pilih profesional yang tepat untuk mengatasi masalah

Pengobatan tahap awal oleh ahli kosmetik profesional sangatlah dianjurkan, tetapi pada kasus yang serius pengobatan oleh dokter ahli kulit lebih menjamin penyembuhan kasus itu sendiri.

Profesi ahli perawatan kulit bukanlah sesuatu yang asing bagi kita. Biasanya mereka mendapatkan pelatihan dari seorang ahli kosmetik atau dokter kulit. Masalahnya, beberapa ahli perawatan kulit di Indonesia tidak mendapatkan pelatihan yang memadai sehingga dikhawatirkan mereka yang mendatangi ahli perawatan kulit seperti ini tidak mendapatkan hasil yang maksimal dan malahan mendapatkan peradangan jerawat yang bertambah parah. Tindakan-tindakan yang dapat dilakukan oleh seorang ahli perawatan kulit profesional meliputi:

Membersihkan kulit wajah

Penggunaan sabun dan pembersih wajah yang lembut atau mengandung anti-bakteri sangatlah direkomendasikan.

Mengeluarkan isi komedo

Prinsip dasar yang pertama kali harus mendapatkan perhatian utama adalah bahwa segala tindakan ini harus dilakukan secara bersih dan tepat. Tindakan yang dilakukan oleh ahli perawatan kulit adalah untuk mencegah perkembangan lanjut dari komedo menjadi peradangan jerawat. Sebelum tindakan ini dimulai, perlu diingat bahwa untuk mengeluarkan komedo secara mudah, kondisi kulit wajah harus dalam keadaan siap untuk pengeluaran isi komedo. Beberapa tindakan yang dapat dilakukan untuk mempermudah pengeluaran komedo ini adalah menguapi kulit wajah sehingga pori-pori kulit terbuka dan mempermudah pengeluaran komedo dari bagian dalam kulit.

Pengeluaran isi komedo dapat dilakukan dengan menggunakan instrumen ataupun secara manual menggunakan jari tangan. Penggunaan alkohol 70% sebagai cairan antiseptik merupakan keharusan untuk menghindari terjadinya infeksi pada saat tindakan dan setelah selesai tindakan.

Teknik pengeluaran bagi komedo yang terbuka dan komedo yang tertutup tentunya berbeda dan memerlukan tingkat keahlian dan pengalaman ahli perawatan kulit yang berbeda. Teknik tersebut meliputi:

- Untuk pengeluaran komedo terbuka, tekniknya adalah dengan penekanan pada daerah sekitar komedo secara vertikal. Dengan cara ini isi komedo akan muncul di atas permukaan kulit. Bila komedo tidak keluar dengan cara penekanan vertikal, sensitivitas kulit jari tangan akan berperan untuk menentukan sudut yang tepat untuk penekanan keluar dari komedo tersebut. Teknik secara manual ini lebih akurat karena lebih mengandalkan kepekaan kulit tetapi sekarang telah banyak ditinggalkan dengan alasan adanya kontak infeksi penyakit lainnya seperti hepatitis B dari sang ahli ataupun sebaliknya. Penggunaan sarung tangan atau kain kasa sangatlah dianjurkan pada saat penekanan komedo dari bagian dalam kulit. Setelah isi komedo keluar (yang terkadang sering disertai darah), tindakan antiseptik menggunakan alkohol 70% dilakukan dengan menggunakan kapas dan dilakukan sedikit penekanan pada bagian atas kulit untuk menghentikan perdarahan dan menutup bagian atas pori-pori kulit wajah. Hal ini dilakukan untuk mencegah masuknya bakteri dari luar ke bagian dalam kulit. Teknik ini dapat pula dilakukan dengan instrumen, tetapi akurasi dari teknik ini lebih rendah daripada teknik manual.
- Pada komedo tertutup, teknik yang sering digunakan adalah pengeluaran isi komedo dengan jarum steril, karena komedo ini tidak mudah dibuka. Umumnya kasus ini lebih serius sehingga penanganannya dianjurkan untuk dilakukan oleh dokter ahli kulit.



Pengeluaran komedo menggunakan instrumen yang telah disterilisasikan dan sarung tangan untuk menghindari adanya kontak infeksi yang dapat terjadi karena adanya jaringan kulit wajah yang terbuka setelah pengeluaran komedo.



Jerawat pada bagian sekitar daerah pipi sebagian mengalami peradangan dan pigmentasi karena tidak dilindungi oleh krim SPF yang menimbulkan bekas-bekas jerawat pada kulit yang berwarna lebih gelap.



Daerah sekitar hidung merupakan daerah yang sering kali ditumbuhi jerawat dan sering ditemukan *blackhead*.

Pengobatan yang dilakukan dokter ahli kulit dan ahli kosmetik (*cosmetologist*)

Ada perbedaan mendasar dari pengobatan yang diberikan dokter ahli kulit dan ahli kosmetik. Ahli kosmetik (*cosmetologist*) hanya bisa memformulasikan produk yang dikategorikan sebagai produk kosmetik sementara dokter kulit bisa meresepkan formulasi obat yang akan dibuat oleh apoteker di apotek.

Produk kosmetik yang diformulasikan ahli kosmetik dapat dijual bebas tanpa menggunakan resep dokter dan tanpa

pemantauan ulang dari ahli kosmetik pada saat pemakaian. Produk kosmetik ini dibuat dengan kapasitas produksi yang tinggi di pabrik kosmetik sehingga konsentrasi zat kimia dalam formulasi yang digunakan hanya dalam konsentrasi rendah untuk menghindari adanya efek samping pada pemakaian produk kosmetik tersebut ataupun iritasi kulit. Ahli kosmetik tidak dapat meresepkan obat jerawat dengan antibiotik, terutama pemakaian tablet minum ataupun krim dengan antibiotik sebagai produk kosmetik. Bila Anda menemui krim di pasaran dengan campuran antibiotik dalam formulasinya, krim itu dikategorikan sebagai obat dan bukan sebagai kosmetik. Dengan adanya pergeseran arti dan penggunaan antara kosmetik dan obat saat ini, ada beberapa bahan kimia yang biasanya ditemukan pada formulasi obat dapat ditemukan saat ini pada formulasi produk kosmetik. Perbedaan yang kita lihat pada kedua jenis produk ini ditentukan oleh besarnya konsentrasi bahan kimia tersebut dalam formulasi produk yang dibuat.

Seorang dokter kulit biasanya meresepkan formulasi yang akan dibuat oleh ahli apoteker di apotik, tetapi pada saat ini ada beberapa obat jerawat yang telah diproduksi di pabrik dengan tujuan untuk menghasilkan estetika produk yang lebih baik dan tahan lama daripada racikan yang dibuat oleh apoteker di apotik. Tetapi dalam praktik sehari-hari sering kali kita temui dokter kulit yang membuat sendiri krim ataupun racikan formulasi yang diresepkan.

ZAT-ZAT KIMIA YANG UMUM DALAM PRODUK KOSMETIK ATAU OBAT JERAWAT

Produk kosmetik atau obat untuk menanggulangi jerawat tentunya berbeda dengan produk untuk kulit yang sehat. Berikut ini beberapa zat kimia yang sering kali kita temui dalam produk kosmetik ataupun obat untuk jerawat.

Benzoil peroksida

Benzoil peroksida banyak digunakan sebagai anti-bakteri yang memiliki efek keratolitik (melarutkan zat keratin di dalam kulit). Substansi ini biasanya digunakan sebagai campuran pada sabun anti-jerawat. Karena fungsi ganda yang dimilikinya, zat ini pun digunakan pada campuran krim atau losion anti-jerawat. Konsentrasi yang digunakan biasanya dimulai dari konsentrasi yang kecil, misalnya 2,5%, dan bila tidak terlihat adanya iritasi, konsentrasinya bisa ditingkatkan lagi hingga maksimum 10%.

Asam salisilat dan sulfur

Penggunaan bahan kimia dapat kita temui pada produk kosmetik ataupun obat yang diresepkan oleh dokter ahli kulit. Perbedaan mendasar antara kosmetik dan obat dibedakan berdasarkan konsentrasi dalam produk yang dibuat. Dalam produk kosmetik, konsentrasi asam salisilat berkisar 0,008% hingga 3%, tetapi konsentrasi ini bervariasi pada setiap negara yang memiliki standar aturan yang berbeda. Penggunaan dengan konsentrasi yang lebih ting-

gi hanya boleh diresepkan dan dengan pemantauan ulang oleh dokter kulit. Fungsi utama asam salisilat dan sulfur adalah keratolitik, selain juga memiliki efek sebagai anti-bakteri—walaupun sebenarnya efek ini tidak terlalu memadai dalam pengobatan jerawat dan menyebabkan iritasi dan kekeringan pada kulit wajah.

Asam retinoat

Secara rantai kimia, asam retinoat berhubungan dengan vitamin A. Efek utama yang dihasilkan oleh zat kimia ini adalah mengatur produksi sel keratin dalam folikel rambut, sehingga mencegah penyumbatan pada jalan keluar folikel. Asam retinoat ini dapat ditemui dalam berbagai macam sediaan, antara lain krim, losion, ataupun gel dengan konsentrasi berkisar 0,025% dan 0,05%. Pada penggunaan pertama kali, kulit cenderung menunjukkan adanya iritasi dan kemerahan. Terkadang pada beberapa hari pertama peradangan pada jerawat semakin berat tetapi hal ini akan berkurang dan akan menunjukkan perbaikan setelah penggunaan beberapa minggu. Satu hal yang perlu mendapat perhatian khusus, penggunaan produk yang mengandung asam retinoat digunakan pada malam hari dan pada siang disarankan untuk menggunakan tabir surya dengan SPF minimal 15 dan dengan formulasi rendah minyak. Asam retinoat juga berfungsi sebagai anti-penuaan dan mencerah bagian gelap pada kulit.

Asam alfa hidroksi (AHA)

Tujuan utama penggunaan zat kimia ini dalam kosmetik atau obat adalah untuk pengelupasan bagian epidermis sel kulit mati. Prinsip dasar dari cara kerja zat kimia ini adalah memperlemah ikatan antara sel kulit dari bawah yang baru berkembang dengan sel kulit mati di atasnya. Situasi ini akan mencegah terjadinya penyumbatan pada permukaan atas kulit, karena penyumbatan ini tidak dapat terjadi pada kondisi pengelupasan atau pada saat bagian atas kulit terpisah atau terlepas dari bagian bawah kulit. Penggunaan AHA dalam praktik sehari-hari dibagi atas dua cara kerja:

- AHA digunakan dalam konsentrasi yang kecil dalam produk obat atau kosmetik sebesar maksimum 10% dari total formulasi sebagai *exfoliant*—artinya mempercepat proses pengelupasan sel kulit mati.
- AHA digunakan dalam konsentrasi yang tinggi pada produk obat dalam penanganan dokter spesialis kulit, dengan konsentrasi antara 10%-70% dari total formulasi sebagai *chemical peeling*, artinya zat pengelupas total pada permukaan atas kulit dengan penetrasi dan intensitas yang lebih tinggi dengan harapan merangsang pertumbuhan sel kulit dari bagian dalam yang lebih aktif. Konsentrasi pemakaian AHA dalam obat ditentukan atas lamanya waktu kontak dengan kulit dan frekuensi penggunaan.

Antibiotik

Selain diminum, antibiotik dapat pula digunakan dalam campuran krim. Pemakaian antibiotik harus dalam pengawasan dokter spesialis kulit karena banyak sekali ditemukan kasus alergi setelah penggunaannya. Pertanyaan mengenai riwayat alergi terhadap salah satu antibiotik sangatlah penting untuk menghindari permasalahan alergi. Antibiotik yang lazim digunakan dalam krim adalah tetrasiklin, klindamisin, dan eritromisin.

Adapalen

Sistem kerja zat ini hampir sama dengan asam retinoat sehingga efek sampingnya juga pada dasarnya nyaris serupa. Penggunaan dalam krim biasanya dengan konsentrasi sebesar 0,1% dan digunakan pada malam hari setelah mencuci wajah.

Asam azelaik

Fungsi utama zat ini adalah sebagai zat anti-bakteri dan peradangan. Sebagai fungsi tambahan, zat ini membantu pengaturan regenerasi sel dan menghambat terjadinya penyumbatan dalam folikel, juga dipergunakan sebagai campuran pada krim pemutih kulit. Zat ini sangat sering digunakan pada kasus peradangan jerawat ataupun pencegahan penyumbatan pada komedo.

Isotretinoin

Zat kimia ini mempunyai rumus kimia yang mirip dengan vitamin A yang sering kita kenal sebagai akutan. Isotretinoin digunakan sebagai obat minum dengan tujuan untuk:

- Memperkecil ukuran kelenjar sebum.
- Mengurangi aktivitas kelenjar sebum.
- Mengurangi populasi bakteri dalam folikel.
- Sebagai anti-peradangan yang akan mempengaruhi peradangan dalam folikel.
- Mengatur regenerasi sel keratin ke stadium normal.

Pada akhirnya seluruh zat aktif dan bentuk terapi yang digunakan dalam penanggulangan jerawat perlu mendapat perhatian yang khusus. Frekuensi keberhasilan dari terapi umumnya menunjukkan angka keberhasilan yang cukup tinggi dan tentunya bila satu macam pengobatan tidak sesuai dengan jerawat dan tipe kulit yang diterapi, sebaiknya Anda mencoba alternatif penggunaan terapi kombinasi dari apa yang telah dijelaskan di atas. Inilah pentingnya tenaga profesional mengerti tipe kulit dan jerawat yang sedang ditangani.

Diharapkan segala sesuatu yang telah dijelaskan dalam bab ini bisa membantu kita semua untuk memahami mekanisme dasar dan penanganan yang tepat terhadap jerawat. Pengetahuan yang cukup akan penanganan jerawat dan prinsip dasar struktur kulit tentunya akan memberikan ha-

sil perawatan yang optimal, menciptakan bayangan proses kerja dan hasil kerja yang diharapkan, dan dapat mengembalikan rasa percaya diri yang selama ini mungkin hilang akibat jerawat.

Selain itu, kita juga bisa lebih waspada dan memperhatikan bahan-bahan yang terdapat dalam produk kosmetik ataupun obat. Kita pun harus memahami bahwa semua ini harus diaplikasikan berdasarkan pengawasan para profesional ahli kulit. Penggunaan zat kimia dalam obat maupun kosmetik di Indonesia telah diatur oleh Badan Pengawas Obat dan Makanan.







7 PENGARUH BURUK SINAR MATAHARI TERHADAP KULIT

Bila memperhatikan fenomena pengaruh sinar matahari terhadap warna kulit terkadang saya berpikir bahwa warna kulit menentukan status kehidupan seseorang. Di Ero-

pa pada zaman dahulu kala banyak orang dengan tingkat sosial ekonomi yang rendah bekerja di lapangan dan mereka ini terkena pancaran sinar matahari, sementara mereka dengan tingkat sosial ekonomi tinggi biasanya akan tinggal di rumah dan tidak bekerja di lapangan. Saat itu masyarakat beranggapan bahwa populasi dengan warna kulit yang lebih gelap berarti berstatus rendah. Pada saat revolusi industri dimulai di Inggris, keadaan berbalik. Para buruh tidak lagi bekerja di lapangan terbuka dengan paparan sinar matahari melainkan bekerja di pabrik-pabrik ataupun gudang-gudang industri. Adanya revolusi industri mengakibatkan pergeseran antara perbedaan warna kulit dan tingkat sosial ekonomi dalam industri kosmetik itu sendiri. Produk pemutih yang biasanya digunakan mulai ditinggalkan dan beralih kepada produk penggelap (*tanning*) kulit. Apa yang terjadi di Eropa dan Amerika berpijak atas pemikiran bahwa kalangan sosial ekonomi atas ingin tampil beda dengan kalangan pekerja atau buruh.

Konsep tentang warna kulit ini tentunya dipengaruhi oleh perkembangan yang pesat dalam dunia kosmetik dan mode yang saat ini sudah merambah ke Asia. Fenomena ini terlihat di kalangan remaja-remaja di beberapa tempat seperti Jepang, Taiwan, dan Hong Kong. Masyarakat Indonesia sendiri masih berpijak pada konsep sebelum revolusi industri—bahwa warna kulit putih tetap menjadi primadona. Hal ini mungkin dikarenakan masih banyaknya kalangan

pekerja dan buruh yang bekerja di lingkungan yang kerap terpapar sinar matahari.

Topik mengenai warna kulit dan pengaruh sinar matahari terhadap kulit merupakan sesuatu yang mungkin menjadi perhatian yang cukup besar bagi masyarakat di negara tropis seperti Indonesia. Meski demikian banyak sekali kalangan umum yang menganggap hal ini bukan merupakan suatu yang patut dibicarakan. Mungkin perbedaan tingkat sosial ekonomi, pendidikan, dan kurangnya informasi yang cukup menjadi penyebabnya. Untunglah kebanyakan penduduk di Indonesia memiliki kulit yang lebih coklat sehingga secara alamiah kulit mempunyai proteksi yang lebih baik dengan pigmen melanin dalam kulit.

Sebenarnya apa saja dampak paparan sinar matahari terhadap kulit? Mengapa proteksi terhadap paparan sinar matahari merupakan hal yang amat penting bagi kita? Tak adakah pengaruh positif dari sinar matahari? Mari kita kupas bersama secara lebih mendalam.

PENGARUH BURUK SINAR MATAHARI TERHADAP KULIT

Sinar matahari yang kita kenal sehari-hari terbagi atas beberapa jenis. Jenis sinar yang mempunyai efek terhadap kulit sering kita kenal sebagai sinar ultraviolet A dan sinar

ultraviolet B. Sinar ultraviolet B memberikan efek merah dan terbakar pada kulit. Sinar ultraviolet A mempunyai energi yang kurang dari sinar ultraviolet B sehingga tidak merusak permukaan kulit luar, tetapi pancarannya tak hanya berhenti pada permukaan kulit luar melainkan masuk ke jaringan kulit lebih dalam. Akibatnya, sinar ultraviolet A ini dapat merusak serat elastin dan serat kolagen pada bagian dermis kulit dan menyebabkan kerusakan dan penuaan pada kulit secara cepat.

Dalam bidang kulit dan kosmetik, paparan sinar matahari yang berlebihan dalam jangka waktu lama dapat menimbulkan efek yang merugikan pada lapisan paling atas kulit (epidermis) dan lapisan lebih dalam (dermis). Pada lapisan epidermis kulit, kerusakan mengarah kepada pembentukan keriput kulit wajah yang dini dan timbulnya bintik-bintik hitam tidak teratur pada daerah wajah, leher, dan bagian atas dari telapak tangan akibat distribusi dari pigmen melanin yang berlebihan. Kerusakan pada serat elastin dan serat kolagen dapat kita lihat pada lapisan kulit dermis yang mengakibatkan kemunduran dari elastisitas kulit. Hal itu secara nyata tampak dalam bentuk kerutan-kerutan dini pada kulit wajah dan leher yang lebih lanjut mengakibatkan hilangnya bentuk dan tekstur asli dari kulit wajah. Efek lain yang dapat kita lihat adalah pelebaran dari kapiler pembuluh darah di daerah wajah.

Efek selanjutnya dari paparan sinar matahari yang berlebihan dan akumulasi dari efek ini setelah beberapa tahun adalah kanker kulit. Terkadang kita sulit menduga angka kejadian kanker kulit karena kita tidak dapat menjadikan patokan adanya kemerahan atau terbakarnya kulit sebagai efek awal adanya kanker. Semua ini tergantung dari lamanya seseorang terpapar sinar matahari. Kanker kulit tidak hanya ditemui di daerah wajah, tetapi lebih lanjut dapat ditemui pada daerah bibir ataupun hidung. Untuk itu sangatlah dianjurkan untuk menggunakan krim tabir surya (*sunscreen*) yang mempunyai SPF bila kita terpapar sinar matahari secara langsung ataupun tidak langsung, karena sinar ultraviolet A tetap dapat menembus kaca atau gelas dan masuk ke dalam kulit.

Waspadalah!

Paparan sinar matahari berlebihan
akan mengakibatkan:

- Kerusakan serat kolagen dan elastin kulit, sehingga kulit akan terlihat kasar dan kurang elastis.
- Pada kulit yang lebih putih maka akan dengan mudah terlihat bintik-bintik hitam di sekitar wajah dan tangan.
- Kerutan pada kulit wajah yang tidak sesuai dengan usia.
- Pembesaran pembuluh darah kapiler di daerah wajah.
- Sumber awal kanker kulit.

TABIR SURYA

Krim tabir surya atau *sunscreen* secara fisik memberi gambaran lapisan putih saat aplikasi pada kulit wajah. Hal ini dikarenakan komponen utama dalam tabir surya umumnya adalah titanium dioksida. Dalam jumlah sedikit, sinar matahari tetap dapat memacu produksi vitamin D dalam tubuh kita. Walaupun kita telah menggunakan tabir surya, dalam kulit kita masih dapat memacu produksinya vitamin D ini. Dengan tabir surya, kulit tetap menyerap radiasi sinar matahari tetapi kekuatan radiasinya akan berkurang dengan adanya penghalang tabir surya tadi. Produk terbaik tabir surya adalah yang mempunyai spektrum yang luas untuk kedua tipe sinar ultraviolet A dan B. Saat ini tabir surya yang memenuhi persyaratan itu menggunakan bahan dasar dioksibenzon dan oksibenzofenon (menggantikan pemakaian bahan dasar asam para amino benzoat—PABA—yang dahulu sering menimbulkan kasus iritasi pada kulit).

Sun Protection Factor (SPF)

Krim tabir surya yang kita lihat sehari-sehari dibedakan berdasarkan SPF (Sun Protection Factor). Pengukuran SPF ditentukan berdasarkan derajat perlindungan kulit terhadap sinar matahari dengan menggunakan tabir surya dibandingkan dengan kulit tanpa menggunakan tabir surya. Keefektifan SPF diukur berdasarkan derajat kemerahan kulit yang ditimbulkan oleh paparan sinar matahari.

Derajat kemerahan kulit yang ditimbulkan sinar matahari berbeda untuk setiap individu, tergantung kepada warna kulit dan tipe kulit masing-masing. Kita ambil contoh, jika seseorang tanpa menggunakan tabir surya dapat mengalami kemerahan pada kulit setelah menerima paparan sinar matahari dalam jangka waktu 10 menit, paparan sinar matahari dengan kekuatan yang sama menggunakan tabir surya berkekuatan SPF 20 akan menimbulkan kemerahan pada kulit setelah terkena paparan sinar matahari selama 200 menit.

Beberapa industri kosmetik saat ini memproduksi tabir surya berdasarkan keperluan utama dari produk yang akan mereka pasarkan. Pada dasarnya, tabir surya dibedakan antara *sunscreen* dan *sunblock*. *Sunblock* mempunyai nilai SPF yang biasanya di atas 15, jauh lebih tinggi daripada *sunscreen*. Sesuai dengan keperluan utamanya, *sunblock* digunakan untuk menghambat proses transmisi dan penyerapan sinar matahari ke dalam kulit. Penggunaan segala jenis tabir surya didasarkan atas kepekaan kulit terhadap sinar matahari. Orang-orang yang memiliki kulit yang lebih terang atau yang memiliki kulit yang sensitif seperti pada bayi memerlukan kadar SPF yang lebih tinggi daripada mereka yang memiliki kulit yang lebih gelap dan kurang sensitif. Pada saat ini beberapa krim pelembap wajah telah memadukan beberapa keuntungan dari penggunaan bahan dasar tabir surya. Tujuannya untuk memberikan nilai tambah pada produk.

Krim tabir surya tahan air

Selain nilai SPF yang telah diuraikan sebelumnya, tabir surya juga dibagi-bagi berdasarkan kategori berikut:

- *Water resistant sunscreens*, artinya produk ini harus efektif untuk melindungi kulit terhadap sinar matahari sampai atau lebih dari 40 menit setelah berada atau kontak dengan air.
- *Waterproof sunscreens* artinya produk ini harus efektif untuk melindungi kulit terhadap sinar matahari sampai atau lebih dari 80 menit setelah berada atau kontak dengan air.

Kita dapat mengetahui produk tersebut tahan air atau tidak jika dalam jangka waktu 40 menit setelah berada dalam air (misalnya saat berenang) keefektifan tabir surya ini tidak berkurang lebih dari 25%. Jika keefektifan tabir surya ternyata berkurang, artinya produk itu tidak tahan air dan pemakaian ulang harus dilakukan kembali. Keefektifan produk tabir surya dapat dilihat dari efek kemerahan pada kulit di bawah paparan sinar matahari.

Bila kita ingin berada lebih lama terkena paparan sinar matahari, pemilihan SPF dengan nilai lebih tinggi sangatlah dianjurkan mengingat lamanya waktu kulit bersentuhan dengan sinar matahari. Selain itu, tabir surya yang direkomendasikan adalah jenis *water resistant sunscreen* (yang tidak mudah terbawa air) dengan SPF 15 sampai 30.

Cara pemakaian krim tabir surya yang baik dan benar

Untuk memastikan kulit terlindung dari paparan sinar matahari, kita perlu memastikan bahwa krim tabir surya telah diaplikasikan dengan tepat. Idealnya, pemakaian krim tabir surya dilakukan 30 menit sebelum kita terpapar sinar matahari. Dengan demikian krim yang kita usapkan dapat meresap ke dalam lapisan epidermis kulit secara merata. Pastikan bahwa tabir surya sudah diaplikasikan secara menyeluruh ke area yang bersentuhan dengan sinar matahari seperti wajah, telinga, leher, dada, punggung, tangan, kaki.

Ingatlah bahwa krim tabir surya yang Anda kenakan akan bercampur dengan keringat dan terbilas setelah bercampur dan terendam air. Jadi, krim tabir surya tahan air pun tetap harus diulang kembali setelah tiga atau empat jam pemakaian. Pengulangan harus dilakukan dengan lebih sering apabila Anda mengenakan krim tabir surya yang tidak tahan air. Anda juga sebaiknya memakai ulang krim tabir surya setelah berolahraga atau berenang.

Tidak ada krim tabir surya yang memiliki keefektifan 100% terhadap kulit. Bagaimanapun proteksi terhadap kulit sangatlah dianjurkan mengingat pengaruh sinar ultraviolet yang dapat merusak integritas kulit. Bahkan dalam jangka waktu yang lebih lama, akumulasi sinar matahari ini dapat mengakibatkan kanker kulit.

KRIM PENGHELAP KULIT

Krim penggelap kulit atau *self tanning cream* adalah krim yang biasanya digunakan untuk memberikan warna coklat keemasan pada kulit. Biasanya produk ini sangat laku di pasaran Eropa karena pada umumnya saat ini orang menginginkan warna kulit coklat sebagai pengaruh dari perkembangan mode.

Bahan dasar krim ini berasal dari dihidroksi aseton dicampur dengan pelembap dengan kandungan minyak yang tinggi. Reaksi kimia akan terjadi pada bagian paling atas kulit (epidermis) dan memberikan warna coklat keemasan. Inilah salah satu jalan keluar bagi orang yang menginginkan warna kulit coklat tanpa adanya radiasi dari sinar matahari. Pemakaian krim penggelap kulit biasanya dilakukan pada salon profesional yang spesial menangani hal ini karena ada instrumen tambahan yang perlu digunakan.

Umumnya warna kulit yang dihasilkan oleh proses ini dapat bertahan selama satu tahun. Salah satu keuntungan penggunaan krim ini adalah kita bisa mendapatkan warna kulit coklat tanpa harus mendapat radiasi sinar matahari dan terhindar dari proses penuaan dini yang disebabkan oleh pengaruh sinar matahari terhadap kulit. Hasil dari warna yang dihasilkan pada kulit ini tergantung dari tipe krim penggelap kulit yang kita pakai dan juga pemakaian ulangnya. Di area kulit yang lebih kering seperti siku, lutut, dan tumit biasanya warna yang dihasilkan lebih gelap

daripada daerah sekitarnya, karena umumnya daerah ini menyerap pigmen yang lebih banyak dari daerah sekitarnya.

Untuk mendapatkan hasil yang mendekati warna kulit yang sebenarnya, gunakan produk yang direkomendasikan oleh salon profesional yang umumnya memiliki efek pelembap terhadap kulit dan konsentrasi pewarna yang tidak begitu pekat. Untuk mendapatkan warna kulit yang sama pada setiap bagian tubuh, gunakanlah produk *scrub* pada daerah-daerah yang memiliki kulit yang lebih kering dari sekitarnya. Hal ini dapat dilakukan dengan menggunakan sikat yang sangat halus dan tidak mengiritasi kulit ataupun menggunakan krim yang biasanya mengandung buah aprikot. Melembapkan kulit sebelum menggunakan krim penggelap kulit adalah cara terbaik untuk memberikan lapisan dasar guna mendapatkan hasil akhir yang merata. Pada akhirnya, tes alergi sangatlah dianjurkan sebelum mengaplikasikan krim ini ke seluruh tubuh.

PENANGANAN LUKA BAKAR DARI SINAR MATAHARI

Paparan sinar matahari yang berlebihan dapat mengakibatkan kemerahan pada kulit dan akhirnya bisa mengakibatkan terbakarnya kulit. Tindakan yang sangat sederhana untuk menanggulangnya adalah mengompresnya dengan air dingin. Pada kasus yang lebih mengarah terhadap pe-

ngelupasan dan terbakarnya kulit, krim pelembap yang mengandung lidah buaya sangat membantu proses pertahanan kulit dan penyembuhan kulit terhadap efek paparan sinar matahari berlebih. Pemakaian berlanjut krim yang mengandung efek pendingin dan SPF sangatlah dianjurkan untuk membantu mempertahankan tekstur dasar dari kulit yang terkelupas dan mempertahankan bagian dalam kulit dari sinar matahari yang akan menyebabkan perbedaan warna kulit.

LINDUNGI KULIT ANDA

Sekadar menyegarkan ingatan kita, pada bagian teratas kulit (epidermis) terdapat sel melanosit yang menghasilkan melanin dengan adanya pengaruh sinar matahari pada bagian epidermis ini. Reaksi ini merupakan proses alamiah kulit setelah terpapar sinar matahari. Kulit akan terlihat lebih gelap dengan adanya produksi melanin. Melanin ini sendiri sebenarnya berfungsi untuk melindungi kulit secara alamiah dari kerusakan yang disebabkan sinar matahari.

Orang yang mempunyai kulit yang lebih gelap biasanya memproduksi melanin yang lebih besar dan efektif. Dengan adanya proteksi terhadap kulit ini orang yang berkulit lebih gelap mengalami proses penuaan kulit yang lebih lama bila dibandingkan dengan orang yang berkulit putih. Orang berkulit putih dengan produksi melanin yang lebih sedikit membutuhkan krim tabir surya yang membantu

proses perlindungan kulit terhadap paparan sinar matahari. Pada akhirnya bagaimanapun gelap atau terangnya warna kulit Anda, hindari paparan sinar matahari yang berlebihan dan lindungilah kulit Anda dengan tabir surya.





8 PELEMBAP

Kulit yang lembap berarti kulit yang memiliki kadar minyak lebih tinggi daripada kulit yang kering. Kulit yang berminyak memiliki kemampuan mempertahankan kadar air yang lebih tinggi daripada kulit yang kering. Pengetahuan dasar ini perlu diketahui agar kita mengerti konsep kelembapan kulit. Peran kelembapan kulit adalah untuk menjaga kadar air yang berada dalam kulit dalam rangka mempertahankan elastisitasnya.

Kulit lapisan epidermis dan lapisan dermis memiliki kadar air berkisar 80%. Tetapi pada bagian teratas lapisan epidermis terdapat lapisan yang kita kenal sebagai lapisan ke-

ratin yang hanya memiliki kadar air sejumlah antara 10% hingga 30%. Kandungan air sangat menentukan elastisitas bagian atas kulit sehingga kulit akan tampak lembut, halus, dan bercahaya. Tekstur kulit pada kulit yang lembap terlihat lebih tebal sehingga kulit terlihat lebih rata dan kerutan-kerutan pada kulit wajah terangkat ke permukaan. Efek ini sering sekali digunakan dalam memformulasikan dan mempromosikan produk kosmetik yang berada di pasaran sebagai produk anti-penuaan.

Seperti telah dikemukakan di atas, kulit yang kering umumnya memiliki kadar minyak yang rendah. Kurangnya kadar minyak pada permukaan kulit ini mengakibatkan kandungan air yang berada di bagian permukaan bawah lapisan keratin menguap lebih cepat, yang selanjutnya mengakibatkan kekeringan pada kulit yang pada tingkat ekstrem kita kenal dengan istilah xerosis. Kulit semacam ini akan terlihat kasar dan bergaris, bagian atas kulit terlihat berkerak disertai rasa gatal. Dalam kondisi demikian kulit akan lebih mudah terkena infeksi bakteri ataupun jamur. Sering pula ditemui hilangnya kadar air yang cukup besar pada kulit. Kasus yang sering kita lihat di klinik kulit antara lain adanya *atopic dermatitis* (kelainan kulit yang ditandai adanya kekeringan, kemerahan, dan gatal).

Tentunya selain kadar minyak pada kulit, terdapat faktor luar yang mempengaruhi hilangnya kadar air dari kulit. Faktor-faktor tersebut adalah sebagai berikut:

Lingkungan yang kering

Dalam kehidupan sehari-hari kita sering dibingungkan antara suhu udara dan kelembapan. Suhu udara ekstrem seperti di sahara ataupun negara yang memiliki musim dingin sangat mempengaruhi rendahnya kelembapan udara. Lingkungan sekitar yang lembap sangatlah berpengaruh terhadap kestabilan kadar air dalam kulit. Jadi, lingkungan yang kering adalah lingkungan yang memiliki kadar kelembapan udara sekitar rendah.

Angin

Angin dapat menarik kadar air dari dalam kulit. Dalam kehidupan sehari-hari dapat kita lihat ruangan yang memiliki pendingin udara (AC) memiliki kelembapan udara yang rendah. Kondisi dingin dan udara kering yang dikeluarkan menarik kadar air dalam kulit yang menyebabkan kulit menjadi kering.

Paparan terhadap bahan kimia atau unsur lainnya

Pada saat kita mencuci tangan ataupun wajah, kulit akan terasa lebih kering. Hal ini dikarenakan kadar minyak di atas permukaan kulit hilang karena pengaruh dari sabun yang kita gunakan. Selanjutnya kandungan air yang berada di bagian bawah kulit menguap keluar kulit. Inilah yang terjadi bila kulit kita terpapar bahan kimia.

MENGAPA KULIT MEMBUTUHKAN PELEMBAP?

Kulit yang kering membutuhkan penanganan yang memadai untuk mengembalikan keelastisan serta kadar air dalam kulit. Salah satu cara yang umumnya digunakan dalam mengatasi kulit yang kering antara lain dengan penggunaan pelembap (*moisturiser*).

Kegunaan pelembap adalah:

- Mencegah kerusakan tekstur kulit yang disebabkan oleh kulit yang kering.
- Melindungi bagian atas kulit dengan minyak yang merupakan lapisan pelembap dari kotoran dan debu.
- Memberikan warna kulit yang cerah, kulit wajah terlihat lebih elastis dan segar. Kerutan kulit muka tidak terlihat jelas dikarenakan permukaan kulit terangkat ke atas oleh adanya efek pelembap.

Penggunaan pelembap ini harus dilihat berdasarkan tipe kulit wajah. Pada kulit berminyak, biasanya kita tidak perlu lagi menggunakan pelembap, terutama untuk iklim tropis seperti Indonesia. Walaupun masih ingin menggunakan, pelembap bebas minyak (*oil free moisturiser*) sangatlah direkomendasikan. Selain itu pada lapisan keratin terdapat beberapa komponen zat kimia seperti urea, asam laktat, fosfolipida, asam piruvat, dan beberapa komponen lainnya yang membantu mempertahankan konsentrasi air dalam kulit.

Pada saat kulit berada di lingkungan dengan kadar kelembapan udara yang rendah atau kering, misalnya di musim dingin, sahara, dan pada saat bekerja di lingkungan ber-AC, penggunaan pelembap sangatlah disarankan. Pilihlah pelembap yang sesuai dengan jenis kulit kita.

Sebagian orang sering membasuh wajah dengan tujuan untuk membersihkan ataupun menambah kesegaran kulit wajah. Sebenarnya pada saat mencuci kulit wajah, kita telah menghilangkan lapisan minyak pada bagian atas dan sekaligus menarik kadar air dalam kulit. Pakailah kembali pelembap yang sesuai dengan tipe kulit setelah mencuci muka agar kulit wajah tidak mengalami kekeringan.

PRINSIP DASAR DAN CARA KERJA PELEMBAP

Prinsip dasar yang perlu kita mengerti dalam rangka mempertahankan kelembapan kulit adalah menjaga kadar air di dalam kulit. Menjaga konsentrasi air dalam kulit seringkali merupakan hal yang kontradiktif dalam kehidupan sehari-hari—selain pengaturan sistem dari dalam tubuh tentunya faktor lingkungan dan tipe kulit ikut berperan. Konsentrasi air di dalam kulit dipertahankan oleh barrier minyak di atas permukaan kulit. Barrier minyak di atas epidermis kulit melindungi penguapan air dari dalam kulit ke luar kulit, sehingga tekstur kulit tetap terlihat sehat dan lembap. Dalam keadaan normal dan seimbang kulit kita memproduksi minyak melalui kelenjar sebum. Tetapi pada

keadaan yang tidak seimbang, terkadang produksi minyak ini tidak cukup melindungi kelembapan kulit dari penguapan air yang berlebihan dari dalam kulit ke luar kulit.

Di saat suhu sekitar memiliki kadar kelembapan udara yang rendah atau udara yang kering (misalnya pada ruangan ber-AC, musim dingin seperti di Eropa, musim kemarau dengan kondisi udara yang kering, ataupun setelah penggunaan sabun pembersih muka dan obat jerawat yang sering menyebabkan kekeringan pada kulit), kandungan air di dalam kulit tertarik keluar sebagai efek adaptasi kulit terhadap pengaruh udara sekitar. Bila hal ini terjadi terus-menerus tanpa ada usaha perlindungan terhadap kulit, maka kekeringan dan kemerahan akan muncul pada kulit yang pada stadium lanjut akan terlihat mengelupas. Keadaan ini selanjutnya dikhawatirkan akan menimbulkan peradangan kulit yang sering kita kenal dalam istilah kedokteran sebagai dermatitis. Dermatitis dapat berlanjut lebih serius menjadi infeksi kulit, sebagai reaksi karena bagian dalam kulit sudah tidak dilapisi sempurna oleh bagian atas kulit (epidermis).

Jadi, menjaga integritas dari tekstur kulit yang sehat sangatlah penting. Di saat konsentrasi air dalam kulit yang tidak seimbang, kita perlu melindungi dan mengembalikan sistem pengaturan konsentrasi air di dalam kulit untuk kembali kepada keadaan yang seimbang. Salah satu usaha yang dapat kita lakukan untuk mencapai konsentrasi air

yang seimbang dalam kulit adalah dengan penggunaan pelembap (*moisturiser*). Prinsip kerja pelembap adalah untuk mengembalikan konsentrasi air dalam kulit dalam keadaan yang seimbang.

Ada dua bahan utama yang sering digunakan dalam pelembap. Keduanya dikenal dengan nama oklusif dan humektan.

Apakah sebenarnya oklusif itu?

Oklusif adalah suatu unsur yang berperan dalam memproduksi lapisan minyak di atas permukaan kulit. Pada saat yang tidak seimbang, bagian atas kulit tidak dilapisi cukup oleh lapisan minyak yang mempertahankan konsentrasi air di dalam kulit. Peran oklusif adalah untuk mencegah penguapan air dari dalam kulit. Zat ini akan lebih produktif apabila kita oleskan setelah mencuci muka karena zat ini akan bereaksi secara langsung untuk menahan kandungan air yang masih tersisa pada kulit.

Pada umumnya, oklusif meliputi minyak yang kita dapat dari hewan, mineral, dan tumbuh-tumbuhan. Pada produk kosmetik minyak ini telah diformulasikan dengan campuran air dan unsur lainnya sehingga secara estetika akan terasa tidak lengket sewaktu dioleskan pada kulit. Pelembap dalam bentuk losion dan krim lebih digemari oleh pengguna kosmetik daripada bentuk salep. Umumnya bentuk

salep ini lebih diperuntukkan untuk produk obat dikarenakan lebih bertahan lama di atas kulit.

Apakah sebenarnya humektan itu?

Humektan adalah suatu bahan utama dalam pelembap yang menyerap air. Umumnya golongan bahan utama ini dapat menyerap air ke bagian dalam lapisan keratin sehingga menambah konsentrasi air dalam kulit. Pemakaian humektan diperuntukkan di daerah yang memiliki kelembapan udara sekitar yang cukup tinggi, karena fungsi dasarnya adalah menarik air dari luar ke dalam kulit. Pada saat udara sekitar memiliki tingkat kelembapan yang rendah atau kering, zat ini menyerap air dari dalam kulit sehingga menyebabkan kekeringan. Itulah sebabnya dalam pelembap yang baik diperlukan kedua bahan dasar ini untuk menyeimbangkan kadar air dalam kulit terhadap suhu sekitar.

Bahan-bahan di bawah ini adalah beberapa zat yang sering kita temui dalam formulasi kosmetik:

- Gliserin (gliserol)
- Sorbitol
- Propilen glikol
- Asam hialuronat
- Asam laktat
- Fosfolipida (liposom)

CARA TEPAT MEMILIH PELEMBAP

Untuk memilih pelembap yang tepat, kita harus menyesuaikan dengan tipe kulit. Umumnya *cosmetician* yang berada di counter penjualan dapat memberikan penjelasan dan masukan mengenai tipe kulit kita. Dari situlah kita bisa memilih jenis pelembap yang kita sukai.

Pelembap yang berada di pasaran biasanya terdiri atas beberapa macam sediaan, antara lain krim, losion, emulsi cairan, dan salep. Pelembap tipe emulsi cairan dan salep biasanya jarang kita temui, kecuali formulasinya memiliki maksud dan khasiat tertentu. Pelembap yang mengandung kandungan air yang lebih banyak umumnya tidak memberikan rasa lengket dan kilap pada kulit setelah diaplikasikan. Hal yang sebaliknya berlaku dengan pelembap ber-kandungan minyak yang lebih tinggi.

Dengan begitu banyaknya jenis pelembap yang ada di pasaran, terkadang kita bingung menentukan pilihan. Sebenarnya, ada hal-hal mendasar yang perlu dimengerti dalam memilih pelembap yang akan dipaparkan berikut ini.

Pelembap untuk tipe kulit kering

Pada tipe kulit kering, pori-pori kulit sering kali tampak lebih besar dan umumnya terdapat pada orang yang memiliki kulit yang lebih terang. Kulit pun tampak kusam dan terkadang terlihat mengelupas.

Pelembap yang sebaiknya digunakan oleh mereka yang berkulit sangat kering adalah pelembap dengan bahan utama oklusif (minyak) dalam konsentrasi tinggi. Tujuan utama penggunaan bahan utama ini adalah untuk menghambat penguapan air yang berlanjut dan mengembalikan elastisitas dan tekstur dari kulit.

Untuk tipe kulit kering yang tidak terlalu ekstrem, kita dapat menggunakan pelembap dengan kombinasi oklusif dan humektan (gliserin atau sorbitol). Kedua zat ini berguna untuk menyeimbangkan konsentrasi air dalam kulit.

Pelembap untuk tipe kulit berminyak atau cenderung berminyak

Kulit berminyak atau cenderung berminyak umumnya tidak memerlukan pelembap. Namun pada saat kadar kelembapan lingkungan sekitarnya rendah, misalnya saat tinggal di ruangan ber-AC pada jangka waktu panjang, pemakaian pelembap bebas minyak sangat dianjurkan. Pada kulit yang berminyak dan berjerawat, pemakaian pelembap sangat tidak direkomendasikan, karena akan menutup jalan keluar dari pori-pori kulit muka.

Pelembap untuk tipe kulit normal atau cenderung normal

Untuk tipe kulit normal atau cenderung normal, umumnya kulit memiliki produksi minyak yang cukup pada bagian

atas kulit. Untuk itu, penggunaan pelembap dengan konsentrasi humektan yang tinggi lebih direkomendasikan.

Pelembap untuk tipe kulit kombinasi dan berminyak di daerah sekitar hidung dan dahi

Pelembap bebas minyak sangat direkomendasikan bagi mereka yang memiliki kulit dengan tipe ini. Pelembap seperti ini umumnya mengandung konsentrasi air dan humektan yang cukup tinggi.

Pelembap bagi mereka yang berusia di atas 50 tahun

Mereka yang berusia di atas 50 tahun cenderung memiliki kulit lebih kering dan produksi kolagen kulit umumnya tidak produktif lagi. Hal ini menyebabkan elastisitas dan tekstur kulit tidak seperti pada saat masih muda. Pada saat-saat ini kita memerlukan pelembap yang merupakan kombinasi oklusif dan humektan atau pelembap dengan kadar minyak yang tinggi. Namun, tetap saja kita perlu menyesuaikannya dengan tipe kulit yang kita miliki.

CARA MENGETAHUI PERSENTASE KONSENTRASI BAHAN UTAMA

Pada umumnya produk kosmetik mengikuti standar formulasi yang ditentukan oleh INCI (International Nomenclature of Cosmetic Ingredients). Setiap produk makanan,

obat, dan kosmetik yang dijual di pasaran secara bebas seharusnya mencantumkan daftar bahan utama dan tambahan yang terkandung dalam produk yang dijual. Biasanya nama unsur ini tertera di bagian belakang botol atau kotak produk yang dijual dan umumnya ditulis menggunakan nama kimia standarnya, misalnya vitamin E akan tertulis sebagai tokoferol (*tocopherol*). Anda dapat mengetahui artinya dengan melihat di situs INCI name.

Daftar kandungan bahan utama yang tertera pada kemasan produk kosmetik ini disusun berurutan dari konsentrasi tertinggi ke konsentrasi terendah. Jadi, bila kita membeli produk pelembap dan melihat *aqua* pada urutan pertama daftar kandungan yang tertera di kemasan, berarti persentase tertinggi dari komposisi kosmetik tersebut adalah air. Teknik ini dapat digunakan untuk melihat keseluruhan persentase produk kosmetik yang kita beli.

PERBEDAAN PELEMBAP WAJAH, TUBUH, DAN ALAT GERAK

Secara prinsip tidak terlihat adanya perbedaan mendasar antara pelembap untuk kulit wajah, tubuh, dan anggota gerak. Pelembap wajah umumnya diperkaya dengan beberapa bahan untuk mendapatkan fungsi tambahan yang banyak diharapkan dari pembeli kosmetik. Pelembap yang memiliki formulasi dasar tidak terlalu diminati oleh pembeli karena pemakai kosmetik saat ini memilih produk yang

memberi nilai tambah daripada sekadar pelembap kulit biasa. Misalnya saja beberapa pelembap masa kini dilengkapi dengan tabir surya yang umumnya memiliki SPF 6-15, atau diperkaya dengan vitamin dan beberapa zat lainnya.

Pelembap untuk badan dan alat gerak umumnya lebih ditentukan kepada kesukaan konsumen itu sendiri. Karena umumnya daerah badan dan anggota gerak tertutup pakaian, banyak orang memilih pelembap yang kurang berminyak atau dengan kekentalan yang lebih cair. Bagi sebagian orang yang memiliki tipe kulit sangat kering, kulit tampak bersisik atau mengelupas di bagian daerah badan dan alat gerak setelah selesai mandi, pemilihan pelembap yang lebih berminyak lebih direkomendasikan. Kita pun dapat menggunakan minyak atau pelembap yang dioleskan ke tubuh sebelum mandi untuk menghindari adanya kulit yang bersisik dan mengelupas sehabis mandi. Hal ini dilakukan dengan tujuan untuk menghindari iritasi kulit di sekitar badan yang bersentuhan langsung dengan pakaian dan mengurangi rasa gatal yang timbul pada kulit kering atau bersisik, terutama untuk bagian lutut dan bagian bawah lutut. Kulit di area ini lebih kering dan kurang mendapatkan perhatian pada saat pemakaian pelembap.

Khusus untuk pelembap tangan, umumnya pengguna kosmetik tidak terlalu suka dengan pelembap yang terlalu kental atau lengket di kulit. Mungkin yang menjadi salah satu penyebabnya adalah banyak orang yang mengenakan

perhiasan di tangan. Namun, perlu diingat bahwa bagian tangan sering kali terpapar zat kimia, misalnya saat mencuci tangan. Itulah sebabnya pelembap tangan biasanya diperkaya dengan unsur silikon yang selain memberikan efek halus pada kulit juga tidak menimbulkan rasa lengket. Yang lebih penting, silikon melindungi kulit terhadap alergi yang dapat ditimbulkan berbagai unsur seperti deterjen yang banyak terkandung dalam sabun.

Dasar-dasar pemakaian dan pemilihan pelembap harus kita pahami agar kita lebih bijak dalam memilih produk dan mendapatkan hasil maksimum dari produk kosmetik yang kita pakai sehari-hari.





9 ANTI-PENUAAN

Seperti yang kita ketahui, kulit merupakan penghalang utama tubuh dari dunia luar. Kita melakukan segala upaya untuk membuat kulit menjadi sehat dan terawat, salah satunya adalah dengan menggunakan produk perawatan kulit. Saat ini terdapat dua bentuk perawatan kulit yang beredar di pasaran. Kita dapat membedakan dari fungsinya. Segala bentuk produk yang menghambat atau yang lebih tepatnya memperlambat proses penuaan dapat kita kategorikan sebagai anti-penuaan (*anti-ageing*). Produk yang lebih menekankan fungsi pemeliharaan kulit kita dikenal dengan sebutan produk *skincare*.

Sebenarnya, kapankah kulit kita memerlukan produk anti-penuaan —atau lebih tepatnya, kapankah kulit kita mulai mengalami proses penuaan? Mari kita bahas bersama satu per satu.

Usia

Ketika usia kita mulai mencapai 40 tahun, kolagen di dalam lapisan kulit dermis mulai tidak memproduksi secara aktif. Misalnya, kulit tangan orang yang sudah berusia 60 tahun apabila ditarik ke atas akan lambat kembali ke bentuknya semula. Ini semua karena berkurangnya serat kolagen dan elastin di dalam kulit manusia yang membantu pembentukan tekstur dan elastisitas kulit.

Faktor genetik

Sebagian orang tampak lebih muda daripada umur yang sebenarnya. Kualitas kulit yang baik seperti ini bisa saja terjadi karena faktor genetik dengan kata lain diturunkan dari generasi sebelumnya. Proses metabolisme dan hormonal seseorang juga bisa jadi sangat terpengaruh faktor genetik.

Tipe kulit

Kulit yang kering harus mendapat perawatan yang lebih intensif dibandingkan tipe kulit berminyak atau normal. Hal ini dikarenakan kurangnya produksi minyak dari ke-

lenjar sebum untuk melembapkan kulit pada kulit kering. Kulit yang lembap adalah kondisi yang harus dipertahankan demi menjaga elastisitas dan kadar air di dalam kulit. Kondisi seperti ini juga akan memperlambat proses penuaan kulit.

Sinar matahari

Seperti telah kita ketahui, sinar matahari dapat menimbulkan kerusakan struktur kulit pada lapisan kolagen dan elastin. Rusaknya kedua serat yang sangat berperan terhadap pembentukan tekstur dan elastisitas kulit menyebabkan pembentukan keriput yang lebih cepat daripada semestinya. Penggunaan krim tabir surya sangatlah direkomendasikan untuk menghambat efek buruk terhadap sinar matahari.

Rokok

Sebagian orang tidak percaya akan pengaruh buruk rokok terhadap kulit. Namun, bila kita lihat secara saksama, nikotin yang merupakan unsur utama dalam rokok dapat menyebabkan penyempitan kapiler pembuluh darah yang selanjutnya akan mengganggu suplai darah dan oksigen ke kulit kita. Selain itu, penyerapan bahan aktif dan tambahan dalam rokok itu sendiri secara langsung akan menyebabkan kerusakan terhadap lapisan kolagen dan elastin di dalam lapisan dermis kulit. Rokok menyebabkan kekeringan dan iritasi terhadap kulit, yang akan menyerap kadar air

dalam kulit keluar. Pada perokok berat sering kita lihat adanya kerutan di daerah sekitar mulut dan bagian akhir kulit kelopak mata.

Alkohol

Konsumsi alkohol secara berlebihan menyebabkan keke-
ringan terhadap kulit. Alkohol akan menarik air keluar
dari tubuh sehingga tubuh dan kulit kita kekurangan air.

Nutrisi dari makanan dan minuman

Kulit membutuhkan cukup nutrisi vitamin dan mineral. Makanan yang dikonsumsi sangat dibutuhkan untuk pembentukan kulit yang sehat dari dalam tubuh kita. Makanan berserat sangat direkomendasikan untuk membantu proses detoksifikasi (pembuangan zat yang tak berguna) di dalam tubuh, sehingga sirkulasi makanan di dalam tubuh dan pembuangan zat sisa akan berjalan secara teratur. Kondisi ini sangat membantu proses pembentukan dari dalam tubuh untuk mendapatkan nutrisi kulit yang sehat secara alamiah. Tentunya konsumsi air putih yang cukup juga membantu proses pembentukan kulit yang sehat.

Gaya hidup perkotaan

Gaya hidup metropolitan yang sibuk 24 jam menyebabkan kita terkadang lupa akan pentingnya istirahat. Saat ini

dengan jadwal kesibukan waktu kerja yang lebih panjang dari biasanya, stres yang ditimbulkan dari pekerjaan sangat mempengaruhi kurangnya waktu istirahat. Kulit yang sehat adalah kulit yang membutuhkan cukup istirahat. Seperti layaknya organ tubuh lainnya, kulit kita memerlukan waktu yang cukup untuk memproduksi sel-sel baru. Waktu istirahat yang cukup merupakan faktor utama yang berperan dalam mendapatkan kulit yang sehat dan bercahaya.

TANDA-TANDA AWAL PROSES PENUAAN

Sebagaimana proses-proses lainnya, proses penuaan pun memiliki tanda-tanda awal yang dapat kita cermati. Apa sajakah tanda-tanda itu?

Adanya keriput pada kulit yang dapat terlihat dengan jelas tanpa ekspresi wajah.

Keriput terjadi karena menipisnya lapisan kolagen dan elastin di dalam lapisan dermis kulit. Beberapa teknik untuk mengatasi kondisi ini yang sering kita temui adalah dengan penyuntikan kolagen sintetik. Bagaimanapun, cara ini hanya bersifat sementara karena sekali kedua serat ini berhenti memproduksi tidak ada cara lain yang dapat kita lakukan untuk membuat kedua serat ini memproduksi secara alami.

Terdapat garis-garis yang jelas dan masuk ke dalam kulit di ekspresi wajah

Garis ekspresi wajah ini biasanya terbentuk pada saat awal akil balig. Saat masih muda, garis ekspresi wajah ini akan hilang pada saat wajah tidak berekspresi. Dengan bertambahnya umur dan berkurangnya elastisitas kulit, garis ekspresi wajah akan tampak dengan jelas dan menjadi garis permanen sekalipun wajah tidak berekspresi.

Terlihatnya kulit yang berlebih dan menggantung pada bagian sekitar mata, leher, dan tangan

Pada saat ini umumnya proses penuaan pada kulit sangat terlihat jelas karena tidak hanya keriput yang kita dapati tetapi proses kemunduran dari elastisitas kulit itu sendiri sudah terlihat.

TINDAKAN UNTUK MEMPERLAMBAT PROSES PENUAAN

Faktor umur dan genetik merupakan faktor yang tidak dapat kita hindari, tetapi alangkah baiknya bila kita mengerti dan menyadari bahwa proses penuaan dapat kita hindari dengan cara lain. Ada dua sikap yang perlu kita ambil dalam memperlambat proses penuaan tersebut:

Pencegahan

Ada beberapa pencegahan yang dapat kita lakukan secara mudah untuk mencegah proses penuaan yang berlangsung lebih cepat daripada yang semestinya seperti di bawah ini:

- Untuk Anda yang memiliki tipe yang kering, gunakanlah pelembap. Pelembap akan melindungi tekstur dan elastisitas kulit.
- Hindari paparan langsung sinar matahari dan gunakan losion atau krim tabir surya yang memiliki SPF.
- Hindari kebiasaan merokok atau berada di lingkungan sekitar yang penuh dengan asap rokok. Asap rokok bisa menyebabkan kulit kering dan kusam.
- Batasi konsumsi alkohol. Efek dari alkohol yang menarik air dari dalam tubuh akan menyebabkan kekeringan pada kulit.
- Konsumsi makanan yang mengandung vitamin C dan E yang saat ini sangat populer sebagai anti-penuaan dan konsumsi cukup air minum sesuai dengan suhu sekitar Anda.
- Beristirahatlah dengan cukup dan hindari tidur melewati tengah malam. Seperti organ lainnya, kulit kita butuh istirahat dan membentuk sel baru.

- Hidup sehat secara fisik dan spiritual, dan hindari stres yang sebenarnya dapat mempengaruhi kesehatan kulit.
- Hindari mengerutkan wajah karena ekspresi ini akan membentuk garis yang permanen menjelang umur 45 tahun. Biasanya kita menemui garis ekspresi pada daerah dahi karena pengaruh ekspresi dari bagian alis mata ke arah atas.

Tindakan

Pada bagian ini akan dijelaskan dua bahan utama atau unsur kimia yang sering kali kita temui dalam produk kosmetik untuk memperlambat penuaan pada kulit. Saat ini segala badan riset kosmetik merancang berbagai produk yang banyak dijual di pasaran. Beberapa produk kosmetik yang mengandung bahan utama yang dipercaya bisa memperlambat proses penuaan tersebut antara lain:

Asam retinoat

Asam retinoat (*retinoic acid*) biasanya digunakan untuk mereka yang berusia di atas 40 tahun atau pada orang yang mengalami kerusakan tekstur kulit, dalam hal ini garis-garis penuaan ataupun bintik-bintik hitam di sekitar kulit wajah yang disebabkan oleh paparan sinar matahari. Pada awalnya asam retinoat digunakan untuk pengobatan jerawat tetapi selanjutnya ditemukan bahwa zat ini mempu-

nyai fungsi tambahan yang dapat memperhalus kulit, mengurangi garis-garis penuaan, dan memutihkan kulit wajah dari bintik-bintik hitam karena pengaruh sinar matahari.

Keuntungan yang bisa kita peroleh dari penggunaan asam retinoat dapat diperinci sebagai berikut:

- Secara laboratorium dan riset telah dibuktikan bahwa asam retinoat membantu mempercepat pergantian sel-sel kulit mati dengan sel baru, mengurangi produksi pigmen kulit melanin pada bagian kulit epidermis, dan membantu pembentukan serat kolagen dan elastin baru pada bagian kulit dermis.
- Menghaluskan serta menebalkan kulit yang selanjutnya menghilangkan garis-garis penuaan pada kulit wajah.
- Memutihkan dan menghilangkan bintik-bintik hitam pada kulit wajah, baik yang disebabkan penuaan ataupun sinar matahari.
- Meningkatkan peredaran darah kapiler ke kulit wajah sehingga kulit terlihat lebih sehat.

Terlepas dari keuntungannya, Anda harus mengetahui bahwa asam retinoat adalah obat. Dengan demikian, penggunaannya harus menggunakan resep dan harus dalam

pengontrolan dokter yang meresepkannya. Asam retinoat biasanya tersedia dalam tiga macam konsentrasi, meliputi 0,025%, 0,05%, dan 0,1%.

Pemberian obat ini berdasarkan umur, tipe kulit, sensitivitas terhadap zat ini, dan adanya tanda-tanda kerusakan kulit yang disebabkan oleh sinar matahari. Biasanya pengobatan selalu dimulai dengan konsentrasi terendah untuk melihat efek sensitivitas kulit terhadap obat tersebut. Selanjutnya bila dosis pengobatan dinaikkan, sebaiknya konsentrasinya dinaikkan secara perlahan dan dalam kurun waktu teratur untuk menghindari adanya iritasi pada kulit.

Produk ini digunakan setelah mencuci muka, biasanya diformulasikan dalam bentuk krim atau losion. Waktu pemakaian yang terbaik adalah pada malam hari sebelum tidur dan dicuci kembali keesokan paginya untuk mengurangi sensitivitas bila terpapar sinar matahari pada pagi dan siang hari. Sebaiknya krim ini tidak dioleskan berlebihan pada kulit dan untuk pemakaian pertama kali harus diberikan selang waktu malam berikutnya untuk melihat reaksi dasar dan sensitivitas kulit si pemakai. Jadwal pemakaiannya juga diatur oleh dokter yang meresepkannya.

Selama menggunakan asam retinoat, ada hal-hal yang perlu **dihindari** yaitu:

- Hindari kontak langsung dengan sinar matahari. Hal ini dapat ditempuh dengan beberapa cara seper-

ti menggunakan payung anti-refleksi sinar matahari dan penggunaan berulang krim tabir surya.

- Hindari merokok atau berada di ruangan penuh asap rokok.
- Hindari pemakaian asam retinoat dengan kosmetik lainnya secara bersamaan. Bila Anda ingin menggunakan krim tabir surya, berilah jeda beberapa saat sesudah mengenakan asam retinoat. Hal ini dikarenakan pemakaian asam retinoat yang bercampur dengan kosmetik lain secara bersamaan akan mempengaruhi kestabilan asam retinoat itu sendiri serta dapat memacu iritasi yang timbul pada kulit seperti produk sabun muka ataupun *astringent*.
- Hindari pemakaian asam retinoat dengan pengobatan yang dapat memacu sensitivitas kulit terhadap sinar matahari.
- Hindari pemakaian asam retinoat pada masa kehamilan. Pemakaian obat ini, terutama yang diminum, dapat menimbulkan cacat pada bayi yang dikandung.
- Hindari pemakaian asam retinoat di daerah sekitar mulut dan mata. Walaupun terdapat beberapa keuntungan dari penggunaan zat ini di daerah mulut dan mata, namun pemakaiannya ini harus diikuti dengan aturan pakai dan instruksi jelas dari dokter yang ber-

sangkutan mengingat bagian tersebut lebih sensitif daripada bagian lainnya.

Anda yang ingin menggunakan produk yang mengandung asam retinoat, harus mempersiapkan mental dan tidak terkejut menghadapi **efek samping** pemakaian obat ini. Umumnya pada dua minggu pertama setelah pemakaian, kulit akan terlihat seperti mengalami iritasi dan kemerahan. Rasa panas dan terbakar juga merupakan hal yang sering dirasakan sebagai efek samping pemakaian zat ini. Hal ini dapat dimengerti karena pada pemakaian di minggu pertama, asam retinoat ini menipiskan lapisan epidermis kulit. Selanjutnya kita akan merasakan kekeringan di bagian atas kulit dan kulit akan terlihat sedikit mengelupas.

Hal-hal itulah yang membuat formulasi asam retinoat lebih baik dibuat dalam sediaan krim dengan tujuan untuk lebih menjaga kelembapan kulit. Selain itu, pemakaian krim tabir surya yang berulang diharuskan pada pagi dan siang hari untuk melindungi kulit dari pancaran langsung sinar matahari.

Bagaimana bila terjadi kasus **iritasi** yang cukup serius saat Anda menggunakan asam retinoat? Berikut tindakan yang bisa Anda lakukan untuk mengatasinya:

- Hentikan pemakaian krim asam retinoat selama beberapa hari dan pantau kondisi kulit yang sedang bermasalah.

- Selain memberi jarak pengobatan, Anda juga bisa menurunkan konsentrasi asam retinoat dalam krim yang digunakan.
- Bersikaplah tenang dan sabar. Pengobatan ini membutuhkan waktu dan perhatian yang cukup lama.
- Kunjungi kembali dokter yang meresepkan obat ini kepada Anda.

Asam Alfa Hidroksi (alpha-hydroxy acid—AHA)

Ada beberapa sumber yang dapat menghasilkan asam alfa hidroksi. Zat ini dapat diekstraksi dari beberapa jenis buah-buahan dan hasilnya sering kita kenal sebagai asam buah (*fruit acid*). Asam buah yang sangat dikenal antara lain adalah asam sitrat yang berasal dari lemon, asam tartarat dari anggur, dan asam malat dari apel. Sedangkan bentuk lain dapat ditemukan dari susu yaitu asam laktat. Akan tetapi semua bentuk asam alfa hidroksi yang digunakan dalam industri kosmetik saat ini umumnya telah diproduksi secara kimia. Dari semua golongan asam alfa hidroksi, yang sering digunakan secara umum adalah asam glikolat.

Asam glikolat ini umumnya dapat kita temukan dalam sediaan kosmetik ataupun dalam bentuk sediaan obat. Keduanya dapat berupa krim, losion, salep, gel, ataupun dalam sabun pembersih. Tetapi di dalam sabun pembersih umum-

nya unsur ini tidak memberikan efek yang sama seperti di dalam bentuk sediaan kosmetik lainnya karena konsentrasi zat ini di dalam sabun pembersih akan terbawa pada saat pembilasan dengan air.

Bertambahnya konsentrasi zat ini dalam sediaan akan mempengaruhi besarnya efek terhadap kulit. Konsentrasi yang biasa kita temui di dalam sediaan dapat dibagi menjadi tiga jenis.

- **Konsentrasi rendah.** Pada konsentrasi ini umumnya persentase yang digunakan hingga 10%. Konsentrasi sebesar ini dapat kita temukan pada bentuk kosmetik yang dijual secara bebas di pasaran dan tidak memerlukan pengawasan dari dokter atau spesialis kulit. Efek yang diharapkan adalah mendesak sel kulit mati untuk melepaskan ikatan dengan sel kulit baru yang dibentuk, sehingga bagian kulit mati akan terkelupas dan tampak kulit yang muda dan lembut. Selain itu, asam glikolat memiliki efek menyerap air dari luar kulit yang menyebabkan kulit menjadi lebih lembap dan lembut. Efek melembapkan ini ternyata lebih bertahan lama daripada krim pelembap pada umumnya. Efek lain yang mungkin dapat kita lihat setelah pemakaian produk yang mengandung zat ini adalah anti-peradangan, memutihkan kulit, dan memperbaiki tekstur kulit dari kerusakan oleh sinar matahari, dan yang tidak kalah pentingnya

mempunyai efek untuk mengurangi garis-garis penuaan di atas kulit

- **Konsentrasi sedang.** Pada konsentrasi hingga 50%, penggunaan unsur ini harus dalam pengawasan dokter ahli kulit. Pada konsentrasi tersebut setelah pemakaian beberapa bulan, terlihat jelas perbaikan di bagian epidermis. Tekstur dan sel kulit terlihat seragam, bagian atas kulit terlihat lebih halus, dan garis-garis penuaan berkurang bersamaan dengan bertambahnya umur atau pengaruh kerusakan kulit yang disebabkan oleh sinar matahari. Kulit akan jauh tampak lebih cerah dan putih merata. Pada bagian dermis dapat terlihat terjadinya pengaktifan dari pembentukan serabut kolagen baru yang berguna dalam pembentukan tekstur kulit dan elastisitas kulit.
- **Konsentrasi tinggi.** Konsentrasi hingga batas 70% termasuk ke dalam konsentrasi tinggi. Tentunya penggunaan konsentrasi sebesar ini harus dengan pengawasan dokter ahli kulit. Mekanisme kerja dari penggunaan konsentrasi tinggi asam glikolat ini adalah mengelupasnya bagian teratas kulit sehingga bagian bawah kulit (dalam hal ini bagian atas epidermis yang baru) akan berkembang dan menggantikan tempat yang baru sehingga terlihatlah kulit muda yang sehat dan segar. Tetapi, semua akan sangat tergantung kepada lamanya kontak zat kimia tersebut terhadap kulit dan frekuensi

penggunaannya. Seperti pada konsentrasi sedang, terlihat juga perubahan yang jelas pada tekstur kulit di bagian atas epidermis. Warna kulit terlihat lebih cerah dan merata. Pada bagian bawah epidermis, dalam hal ini bagian dermis, juga terlihat adanya pembentukan sel-sel kolagen dan elastin muda.

Faktor-faktor lain yang perlu diperhatikan dalam penggunaan asam alfa hidroksi:

- Bagi yang memiliki kulit yang sensitif dianjurkan melakukan tes sensitivitas kulit pada area yang kecil. Bila terlihat adanya tanda-tanda kemerahan dan rasa panas yang jelas terlihat dan dirasakan, berarti kulit Anda sangat sensitif terhadap unsur tersebut dan pemakaiannya tidak dapat diteruskan.
- Pemakaian asam alfa hidroksi pertama kali dimulai dari konsentrasi rendah, misalnya antara 2,5% sampai 4%, tergantung kepada sediaan yang tersedia dan tergantung terhadap tes sensitivitas kulit.
- Pemakaian dimulai dari sehari sekali yang kemudian dapat diteruskan menjadi dua kali sehari, bila tidak terlihat tanda-tanda iritasi pada kulit.

- Setelah pemakaian beberapa minggu, konsentrasi zat ini dapat dinaikkan, tergantung kepada hasil yang diharapkan, tipe kulit, dan sensitivitas kulit.
- Pemakaian asam alfa hidroksi di atas 10% hanya boleh diresepkan dan dalam pengawasan dokter kulit yang berpengalaman.
- Pemakaian asam alfa hidroksi harus disertai dengan penggunaan krim tabir surya, walaupun si pemakai hanya menggunakannya pada malam hari. Hal ini dikarenakan bagian kulit yang baru harus dilindungi dari sinar matahari yang merusak. Pemakaian krim tabir surya perlu dilakukan secara berulang.
- Sediaan yang dibuat untuk asam alfa hidroksi ini harus disesuaikan dengan jenis kulit si pemakai untuk memberikan rasa yang nyaman. Sebagai contoh, untuk tipe kulit yang kering, bentuk krim lebih direkomendasikan.

Sama seperti zat lainnya, asam alfa hidroksi juga memiliki **efek samping**. Pada konsentrasi yang rendah umumnya ditemui kemerahan, rasa panas seperti disengat semut, ataupun rasa gatal. Hal ini menandakan kulit Anda sensitif dan mudah teriritasi. Hal yang dapat ditempuh adalah berkonsultasi dengan dokter ahli kulit sebelum meneruskan pemakaian zat tersebut.

Pada pemakaian dengan konsentrasi sedang hingga tinggi, asam alfa hidroksi dapat menimbulkan efek seperti luka bakar ringan yang disertai terkelupasnya bagian atas kulit. Terutama pada mereka yang memiliki kulit yang lebih gelap, pemakaian asam alfa hidroksi konsentrasi tinggi perlu mendapat pemantauan yang serius dari dokter ahli kulit karena dapat menimbulkan iritasi dan bulatan-bulatan hitam akibat aktifnya pigmen di dalam kulit.

Asam hialuronat

Asam retinoat dan asam alfa hidroksi merupakan zat kimia yang biasa digunakan dan sangat populer untuk memperlambat proses penuaan kulit. Namun, pengembangan riset dalam penemuan anti-penuaan semakin marak dan perusahaan-perusahaan farmasi pun terpacu untuk melakukan riset dan uji coba terbaru atas bahan aktif lain yang bisa digunakan untuk memperlambat penuaan. Salah satu bahan aktif yang diuji adalah asam hialuronat.

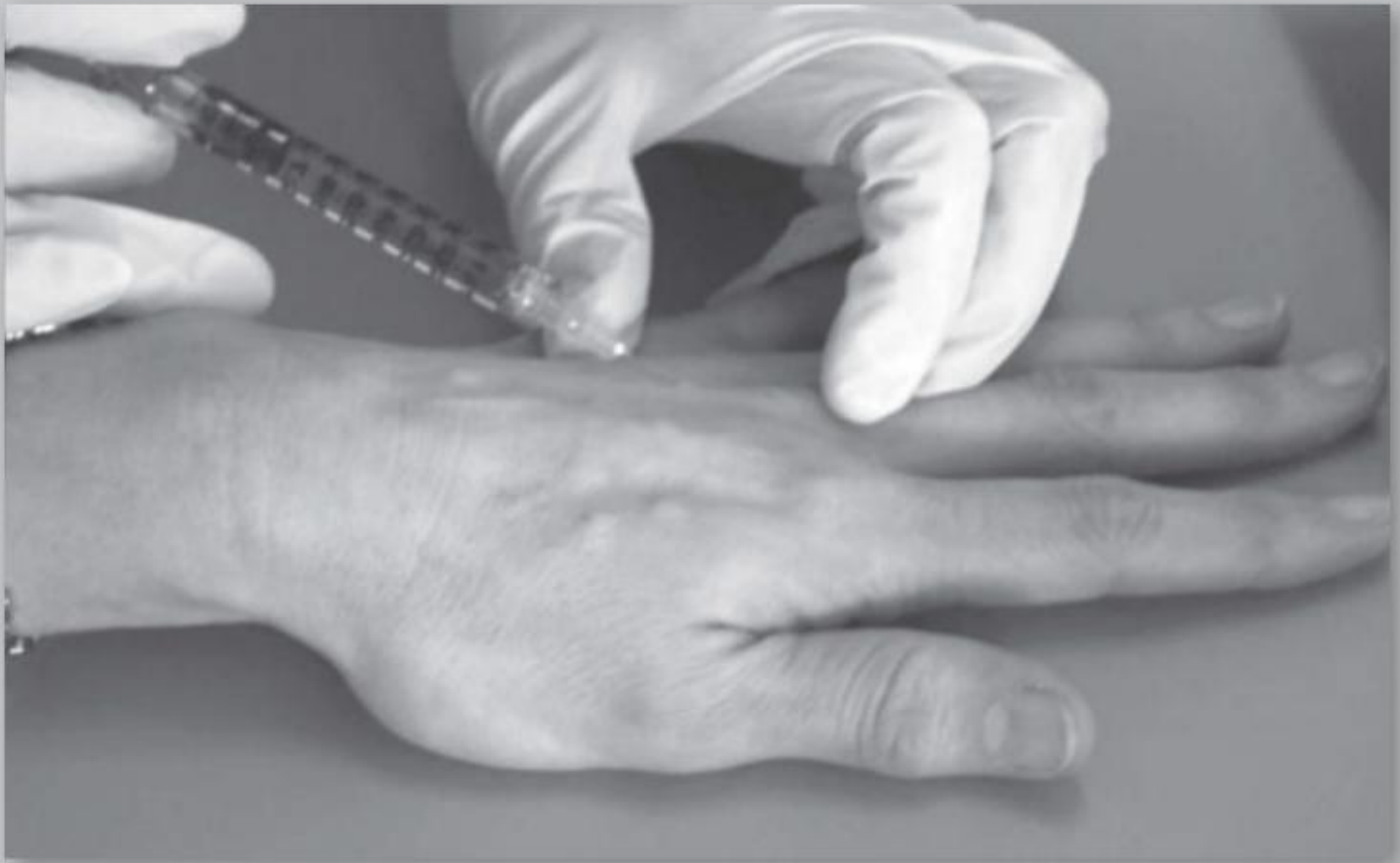
Di bawah ini riset penggunaan asam hialuronat yang diujicobakan dengan cara disuntikkan pada bagian atas telapak tangan dalam jangka waktu tertentu untuk mengurangi garis-garis penuaan pada kulit dan menghaluskan kulit yang terlihat lebih kusam. Penelitian ini dilakukan atas kerjasama ahli-ahli dermatologis Inggris dengan University of the Art London. Pengambilan foto dilakukan di laboratorium Cosmetic Science School University of The Art London.



Pemberian krim anestesi sebelum dilakukan penyuntikan asam hialuronat di bagian atas kulit.



Setelah pemakaian krim anestesi lokal, bagian atas tangan ditutupi oleh plastik untuk memaksimalkan efek krim anestesi agar meresap secara baik ke bagian permukaan dalam kulit.



Penyuntikan asam hialuronat pada bagian atas tangan dan masuk ke bagian bawah dermis.



Setelah penyuntikan asam hialuronat, kita akan mengulang penyuntikan ini kembali untuk melihat dan menilai efek zat ini terhadap jaringan kolagen dan elastisitas kulit. Penelitian ini dilakukan pertama kali pada bagian tangan untuk melihat hasil yang memadai sebelum dilakukan pada daerah wajah. Penyuntikan ini dinilai setelah beberapa bulan penyuntikan dalam waktu tiga bulan untuk melihat efektivitas asam hialuronat dan akan diukur menggunakan parameter statistik.



10 PEMUTIH KULIT

Pemutih kulit atau *whitening* merupakan produk kosmetik yang biasanya disukai pemakai kosmetik di daerah Asia dan sekitarnya. Kebanyakan populasi di Asia memiliki kulit yang lebih berpigmen dibandingkan dengan populasi Eropa dan Amerika. Seperti kita ketahui, warna kulit dipengaruhi oleh pigmen yang disebut melanin. Produksi melanin ini dipengaruhi oleh beberapa faktor yang meliputi ras, faktor genetik dan hormonal, serta paparan sinar matahari terhadap kulit.

Sebenarnya pigmen melanin berfungsi untuk melindungi kulit kita terhadap pengaruh sinar matahari. Akan tetapi

pada orang yang memiliki kulit yang lebih putih kadar pigmen ini lebih rendah sehingga paparan sinar matahari yang berulang akan menimbulkan kerusakan tekstur kulit atau menimbulkan daerah yang lebih gelap daripada daerah lainnya. Hal ini dikarenakan tidak meratanya penyebaran pigmen melanin. Warna kulit pun terlihat merata dan tidak satu warna.

Di sinilah kita memerlukan pemutih untuk meratakan warna pada kulit agar terlihat seragam. Selain itu pemutih dapat pula meningkatkan keceriaan dan kesegaran warna kulit itu sendiri.

KEADAAN YANG SERING DITEMUI PADA KASUS HIPERPIGMENTASI

Sering kali kita melihat adanya perubahan warna pada kulit muka karena kondisi dan penyebab yang berbeda. Kebanyakan kasus yang kita temui berkaitan dengan hiperpigmentasi disebabkan oleh paparan terhadap sinar matahari dalam jangka waktu yang lama. Beberapa hal di bawah ini yang sering kali kita lihat dan cukup erat hubungannya dengan produk pemutih yang akan digunakan untuk menanggulangnya:

- Perubahan warna kulit wajah sering kali terjadi akibat jerawat. Bintik-bintik hitam timbul setelah jerawat keluar sendiri atau dipecahkan. Keadaan akan bertambah buruk bila area sekitarnya terpapar sinar matahari.

- Peradangan kulit yang disebabkan kontak dengan bahan-bahan tertentu juga bisa mengakibatkan hiperpigmentasi. Misalnya, bekas sentuhan langsung logam di kulit orang yang menggunakan aksesoris yang tidak terbuat dari logam murni (emas atau perak). Peradangan lainnya dapat pula ditimbulkan setelah kontak dengan parfum atau produk *after shave* yang kemudian timbul lebih jelas dengan adanya paparan sinar matahari di area tersebut.
- Luka bakar atau luka lainnya umumnya menimbulkan warna kulit menjadi lebih gelap.
- Paparan sinar matahari terhadap kulit tanpa pelindung tabir surya menyebabkan perubahan warna kulit. Hal ini umumnya terjadi pada kulit orang berumur di atas 40 tahun setelah terpapar sinar matahari bertahun-tahun.
- Kehamilan dan penggunaan kontrasepsi sering pula membuat warna kulit di sekitar pipi dan dahi lebih gelap.

CARA APLIKASI PRODUK PADA KULIT YANG MENGALAMI HIPERPIGMENTASI

Produk pemutih yang akan kita gunakan di sini adalah pemutih yang berfungsi untuk mengatasi kelebihan pigmen pada daerah-daerah tertentu. Pemakaiannya hanya pada

daerah yang bermasalah, karena pada dasarnya tak ada kegunaannya untuk pemakaian pada daerah yang normal. Pemutih lain yang banyak dijual secara bebas di pasaran sebagai produk kosmetik sebenarnya merupakan produk pencerah kulit saja dan digunakan untuk seluruh area kulit yang diinginkan agar menjadi lebih cerah.

Beberapa bahan utama pada produk pemutih

- **Asam retinoat dan asam alfa hidroksi**

Kedua unsur ini sangat banyak digunakan dalam produk obat ataupun kosmetik, karena selain kedua zat ini merupakan bahan utama yang teraman bila diformulasikan untuk obat ataupun kosmetik, kegunaannya pun sangatlah luas. Asam retinoat dan asam alfa hidroksi dapat juga digunakan untuk pengobatan jerawat dan menghambat proses penuaan.

- **Hidrokuinon**

Merupakan bahan utama yang banyak digunakan secara luas untuk produk pemutih yang mungkin diberikan berdasarkan resep dokter. Akan tetapi dalam konsentrasi yang kecil hingga 2%, biasanya dijual sebagai obat bebas tanpa resep. Zat ini berfungsi untuk memperlambat produksi pigmen melanin dalam kulit. Di beberapa negara Eropa, terutama Inggris, zat ini tidak dapat dijual secara bebas

atau digunakan sebagai kombinasi campuran untuk produk kosmetik. Sebagai obat biasanya digunakan dengan konsentrasi yang tinggi hingga 5%, tetapi hanya dengan resep dokter dan pemakaiannya biasanya dikombinasikan dengan tabir surya. Efek samping yang biasanya terjadi adalah rasa gatal dan kemerahan pada kulit bila digunakan dalam konsentrasi yang cukup tinggi. Kontak dengan kuku dapat menyebabkan warna kuku berubah warna seperti kuning jeruk, sehingga kontak langsung sebaiknya dihindari.

- **Beberapa ekstrak dari tanaman** yang juga dapat digunakan sebagai kombinasi produk pemutih dalam produk kosmetik adalah ekstrak dari teh hijau, *Chamomila recutita*, *Catharanthus roseus*, *ganoderma*.

- **Asam kojat**

Pertama kali dikembangkan di Jepang dan saat ini sering digunakan sebagai campuran untuk produk pemutih di dalam produk pemutih. Mekanisme kerja asam kojat sama dengan hidrokuinon, tetapi unsur ini lebih aman bila diformulasikan sebagai produk pemutih dalam kosmetik karena didapatkan dari fermentasi jamur.

Sebelum menggunakan produk pemutih Anda harus mengetahui apa saja yang menjadi kepentingan mendasar produk tersebut. Pada intinya, produk pemutih memiliki dua kepentingan. Kepentingan pertama adalah sebagai

obat untuk menghilangkan kelebihan pigmen pada daerah tertentu kulit. Kepentingan kedua adalah sebagai campuran dalam produk kosmetik yang sering dikombinasikan dengan bahan utama lainnya untuk mendapatkan kegunaan tambahan pada kulit dengan fungsi utama mencerahkan kulit muka.

Jadi lakukan segala tindakan Anda dengan aman dan sesuai dengan kebutuhan. Jadilah cantik dengan bijaksana dan bertanggung jawab, Anda pun akan merasa lebih bahagia dan tampil percaya diri.





PENUTUP

Beberapa dekade yang lampau banyak orang yang berpikir bahwa kosmetik hanya diperuntukkan kaum wanita saja. Dengan perkembangan teknologi di bidang kosmetik dan perawatan kulit serta perkembangan *lifestyle*, kosmetik bukanlah hal yang luar biasa. Kosmetik saat ini merupakan suatu perawatan kulit dan tubuh yang rutin digunakan sehari-hari oleh hampir setiap orang yang menginginkan hasil terbaik dari kosmetik yang dijual di pasaran atau diresepkan tersendiri oleh dokter yang berkecimpung dalam bidang perawatan kulit.

Dalam buku ini, saya ingin mengemukakan dan mengacu pada pemilihan kosmetik yang tepat bagi para pengguna

kosmetik. Tentunya dengan membaca buku ini saya berharap para pengguna kosmetik mulai mengerti dan menyadari pentingnya pemilihan kosmetik yang tepat dan sesuai dengan tipe kulit yang dimilikinya, sehingga memberikan efek positif dari fungsi yang dijelaskan pada produk kosmetik tersebut.

Di lain pihak sering kali para pengguna kosmetik dirancukan antara penggunaan kosmetik yang mengarah ke dalam perawatan atau pengobatan. Juga, mereka sering dibuat bingung oleh beberapa klaim yang dibuat dalam keterangan petunjuk pemakaian atau hasil akhir yang dijanjikan.

Buku ini membahas secara detail berbagai aspek pemakaian kosmetik dan produk kosmetik yang berefek pengobatan, terutama cara penanggulangan efek buruk sinar matahari dan proteksi dini terhadap kerusakan kulit karena pengaruh sinar matahari. Dan, yang tak kalah pentingnya, dijelaskan juga teknik terbaru yang digunakan untuk mengurangi proses keriput di kulit dan penanggulangan jerawat yang tepat.

Harapan besar saya sebagai dokter dan ahli kosmetik agar buku ini menjadi tolak dasar pengambilan keputusan dalam perawatan kulit yang tepat bagi para pembaca buku ini.





Daftar Pustaka

BUKU

Draelos, Zoe, K. 1990. *Cosmetics in Dermatology*. New York: Churchill Livingston.

Harry, Ralph, G., and Reiger, Martin, M. 2000. *Harry's Cosmeticology 8th Edition*. New York: Chemical Publishing Inc.

Laba, Dennis (ed). 1993. *Rheological Properties of Cosmetics and Toiletries*. New York: Marcel Dekker Inc.

Leyden, James, J., and Rawlings, Anthony, V. (eds). 2002. *Skin Moisturization*. New York: Marcel Dekker Inc.

Mehran, Dorianne, (ed). 2000. *Nature in Cosmetics and Skin Care*. Carol Stream: Allured Publishing Corporation.

Michalun, Natalie and Michalun, N. Varinia. 2009. *Milady's Skin Care and Cosmetic Ingredients Dictionary*. Albany: Milady Publishing Company.

Ryman, Danièle. 2002. *Aromatherapy Bible New Edition*. London: Piaktus Books.

Schueller, Randy, and Romanowski, Perry (eds). 1999. *Conditioning Agents for Hair and Skin*. New York: Marcel Dekker Inc.

Schueller, Randy, and Romanowski, Perry (eds). 2003. *Multifunctional Cosmetics*. New York: Marcel Dekker Inc.

Shai, Avi MD, Maibach, Howard I. MD, Baran, Robert MD (Eds). 2009. *Handbook of Cosmetic Skin Care*. London: Informa healthcare.

JURNAL

Fujii, M., Yoshida, M., Utoguchi, N., Matsumoto, M., Watanabe, Y., *Comparison of Skin Permeation Enhancement by 3-1-menthoxypropane-1-2 diol and I-menthol, International Journal of Pharmaceutics*. 2003, Vol. 258, No. 1, pages 217-223.

Watson, Hems, Rowsell & Spring. *Journal of Cosmetic Chemistry*. 1978, Vol. 29, pages 185-200.

MONOGRAPHS

Principles of Product Evaluation: Objective Sensory Methods. 1987. IFSCC Monograph Number 1. Weymouth: Micelle Press.

The Fundamentals of Stability Testing. 1992. IFSCC Monograph Number 2. Weymouth: Micelle Press.

Lecture Notes - University of the Arts, London, London College of Fashion Emblem, A. 2002. Packaging Technology and Development.

Grant, P.G. 2001. Analysis of Variance.

Matts, P.J., Ph.D. 2003. Substrate Measurement – the Practical tools of Claim Support.

Patel, D. 2003. Evaluation Studies.

Ryan, J. 2002. Sensory Evaluation and Experimental Design.

Tamburic, D. 2002. Product Evaluation

Tentang Penulis



Dr J. PRIANTO L.A., B.Sc.(Hons), lahir di Bandar Lampung pada 13 Juni 1972, dan menyelesaikan pendidikan dokter umum dari Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti tahun 1999.

Selama menjalani pendidikan kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti, dia telah menulis buku *Atlas Parasitologi* yang diterbitkan oleh PT Gramedia Pustaka Utama pada tahun 1996 dan *Atlas Patologi Anatomi* yang diterbitkan oleh Universitas Trisakti pada tahun 1997.

Pada tahun 2000, Penulis mendapatkan beasiswa untuk melanjutkan pendidikan di dalam bidang ilmu kosmetik

di University of the Arts London (London College Of Fashion), London, England, yang merupakan Art University di London yang memiliki *science school* di bidang kosmetik dan sekaligus universitas yang pertama kali mengadakan kerjasama dengan perusahaan-perusahaan kosmetik yang terkemuka di dunia. Pada tahun 2001, dia mendapatkan penghargaan dan beasiswa tambahan dari CTPA (Cosmetic Toiletries Perfumery Association) dan pada tahun yang sama mendapatkan penghargaan dari CPL Aromas Ltd untuk New Product Development. Tahun 2003 Penulis melakukan *internship* di Perusahaan Coty dan bekerja di bagian colour cosmetic yang bertanggung jawab dalam bidang formulasi hingga stabilitas produk tes serta mendapatkan beasiswa tambahan dari University of the Arts London. Pada tahun akhir kelulusan, Penulis mendapatkan kelulusan Summa Cum Laude dalam Ilmu Kosmetik dari University of the Arts London.

Selama bertempat tinggal di London, dr. J. Prianto L.A. pernah bekerja sebagai konsultan pada *brand* premium kosmetik seperti Lancome dan Helena Rubinstein, London. Dan saat ini penulis sebagai *founder* untuk London Institute Aesthetic Medicine, Jakarta.

Untuk masa yang akan datang Penulis akan mencoba melihat kesempatan di dunia perawatan kulit muka dan *make up* di Indonesia untuk pengembangan produk *development* dan praktek pribadi bagi pasien ataupun konsumen di Indonesia.





CANTIK

PANDUAN LENGKAP MERAWAT KULIT WAJAH

Dalam dunia modern saat ini, definisi cantik tidak hanya berarti kesempurnaan struktur fisik. Cantik di masa kini merupakan perpaduan harmonis dari berbagai aspek dan ragam individu. Kulit sehatlah yang menjadi aspek pendukung ekspresi cantik itu sendiri.

Buku ini bisa menjadi panduan Anda mempraktikkan perawatan kulit yang benar dan menyeluruh untuk menghasilkan tampilan wajah yang cantik, sehat, dan berseri. Di dalamnya dibahas antara lain:

- Pengertian dan pengenalan bahan-bahan pembentuk kosmetik dan cara memilihnya yang sesuai dengan jenis kulit.
- Perawatan kulit secara menyeluruh.
- Penanganan jerawat yang benar.
- Pengenalan pelembap, kosmetik anti-penuaan, dan pemutih kulit.

Semua penjelasannya yang mudah, terperinci, dan disertai dengan foto-foto pendukung mengenai perawatan kulit akan membawa Anda menemukan apa makna cantik itu sendiri, dan membuat Anda menjadi pribadi yang lebih nyaman dan bahagia.

In collaboration with
London Institute Aesthetic Medicine



Penerbit
PT Gramedia Pustaka Utama
Kompas Gramedia Building
Blok I, Lt. 5
Jl. Palmerah Barat 29–37
Jakarta 10270
www.gramediapustakautama.com

ISBN: 978-602-03-0745-9

