

## **BAB II. KECANTIKAN DAN PENUAAN DINI PADA KULIT PEREMPUAN**

### **II.1 Kecantikan dan Penuaan Dini**

Kecantikan adalah suatu hal yang erat kaitannya dengan fisik khususnya perempuan. Menurut Echolas (dalam Prahmadhani, 2007, h. 15), kecantikan memberikan arti yang bertolak pada rupa atau wajah yang tampak dari luar saja. Selain wajah yang cantik, kulit juga adalah suatu bagian yang penting dalam kecantikan. Kecantikan kulit dibutuhkan untuk menyempurnakan kecantikan fisik yang telah terpancar dari wajah. Untuk menyempurnakan kecantikan, banyak perempuan yang menggunakan produk-produk *skin care* dan *body care* yang mana digunakan untuk merawat kulit. Karena dengan menggunakan produk-produk tersebut dapat menunjang penampilan dan mendapatkan kecantikan fisik yang menarik serta terbebas dari masalah kulit.

#### **II.1.1 Penuaan**

Menurut Suastika (2018, h. 1) penuaan adalah hilangnya integritas fisiologi secara perlahan namun progresif, yang menyebabkan meningkatnya kerentahan kematian serta menyebabkan gangguan fungsi. Penuaan merupakan faktor risiko utama dari kelainan patologi utama pada manusia, seperti kanker, diabetes, penyakit kardiovaskuler, dan penyakit neurodegeneratif. Lopez Otin *et al.* (2015) berusaha untuk mengidentifikasi dan mengelompokkan tanda sekuler dan monokuler dari penuaan.

*Aging* merupakan proses yang dirasakan oleh tubuh dimana fungsi dari bagian tubuh makin menurun, seperti kulit yang makin menipis, muncul keriput, daya cerna makin menurun yang menyebabkan penumpukan lemak dan membuat perut gendut, dan lain-lain. Proses penuaan sendiri tidak bisa dipastikan usia yang tepat karena sifatnya individual. Proses penuaan bukanlah sesuatu yang dapat diukur secara kronologis. Proses tersebut berlanjut tanpa bisa dihentikan dan berakhir saat mati (Waluyo, 2010, h. 2).

## II.1.2 Penuaan Dini

Penuaan dini yaitu proses penuaan yang terjadi pada kulit dimana dapat terjadi kapan saja dan dengan waktu yang cepat. Penuaan dini dapat terjadi saat berusia 20 hingga 30 tahun. Pada usia muda kulit akan beregenerasi setiap 28 hingga 30 hari. Seiring bertambahnya usia maka akan semakin lambat kulit beregenerasi. Semakin bertambahnya usia, regenerasi kulit semakin melambat yang menyebabkan kulit menjadi keriput. Organ tubuh yang bertanggung jawab terhadap elastisitas dan kehalusan kulit adalah lapisan dermis. Lapisan dermis adalah lapisan kedua kulit yang berfungsi sebagai fondasi kolagen dan elastin. Kolagen sangat berperan aktif dalam proses regenerasi kulit. Ketika menginjak usia 25 tahun maka setiap tahunnya kolagen di tubuh akan berkurang 1,5%. Dengan bertambahnya usia, kolagen akan mulai pecah dan kaku sehingga elastisitas pada kulit akan berkurang dan berakibat munculnya kerutan dan garis-garis pada wajah. Sedangkan elastin merupakan protein yang membentuk serat tipis dan bersifat elastis. Dengan adanya elastin, kulit akan kembali ke bentuk semula jika ditekan (Noormindhawati, 2013, h. 2).

Menurut Pangkahila (dalam Kompas, 2009), tanda timbulnya penuaan dibagi menjadi dua yaitu tanda fisik, seperti kulit berkerut, sakit tulang, berkurangnya fungsi otot dan daya ingat, meningkatnya lemak, terganggunya fungsi seksual dan kemampuan kerja menurun. Yang kedua tanda psikis, seperti mudah merasa tersinggung dan cemas, turunnya gairah hidup, sukar tidur, dan merasa tidak berarti lagi. Umumnya proses penuaan akan berlangsung melalui 3 tahap diantaranya sebagai berikut:

### 1. Tahap Subklinik (25 - 35 tahun)

Pada tahap subklinik, hormon testosteron, *growth* hormon, serta hormon estrogen di dalam tubuh mulai menurun. Pembentukan radikal bebas bisa merusak sel serta DNA yang mulai mempengaruhi tubuh dan biasanya kerusakan tidak akan terlihat dari luar. Kemudian, dalam tahap ini orang tampak normal serta tidak mengalami gejala dan tanda penuaan.

## 2. Tahap Transisi (35 - 45 tahun)

Pada tahap transisi, setiap tahun massa otot akan berkurang sebanyak satu kilogram. Kadar hormon juga menurun hingga 25% yang menyebabkan tenaga terasa hilang dan meningkatnya lemak tubuh. Keadaan ini dapat menyebabkan bertambahnya risiko penyakit pada pembuluh darah, jantung, serta obesitas dan juga akan mulai merasa terlihat lebih tua.

## 3. Tahap Klinik (usia 45 tahun ke atas)

Pada tahap ini, kemampuan dalam menyerap makanan, vitamin, dan mineral akan menghilang serta kadar hormon terus mengalami penurunan. Menurunnya kepadatan tulang, berkurangnya massa otot setiap tahun sebesar satu kilogram, sehingga mengakibatkan ketidakmampuan untuk membakar kalori. Sistem organ tubuh mulai mengalami kegagalan dan penyakit kronis terasa lebih jelas.

### **II.1.3 Teori-Teori Penuaan**

Teori-teori yang mendeskripsikan tentang proses penuaan yang telah dikategorikan ke dalam beberapa kategori, yaitu “terpogram” dan “eror”. Menurut teori “terpogram”, penuaan terjadi karena telah diatur oleh jam biologis setiap sel makhluk hidup. Teori ini bergantung regulasi “ON” atau “OFF”-nya gen-gen pada DNA makhluk hidup yang memengaruhi sistem-sistem tubuh seperti sistem saraf, sistem imun, sistem pencernaan, dan lain-lainnya. Sedangkan menurut teori “eror”, penuaan terjadi karena komponen-komponen tubuh makhluk hidup yang mengalami kerusakan dan kesalahan dalam bekerja. Kerusakan dan kesalahan tersebut terjadi semakin sering seiring dengan berjalannya waktu (Winarno, 2015, h. 20).

Efendi (2008) menjelaskan bahwa terdapat tiga teori tentang penuaan yaitu teori biologis, teori sosial, dan teori psikologi.

#### 1. Teori Biologis

Teori biologis dibagi lagi menjadi 4 bagian, yaitu:

- Teori Genetik *Clock*  
Teori ini menjelaskan bahwa proses penuaan sudah terprogram sebagai genetik pada spesies-spesies tertentu. Setiap spesies memiliki nuklei (inti selnya) dimana di dalamnya terdapat suatu jam genetik yang akan memberhentikan replikasi sel jika tak diputar dan menghitung mitosis.
- Teori Mutasi Somatik  
Teori ini menyatakan bahwa mutasi somatik yaitu zat kimia dan radiasi disebabkan oleh faktor lingkungan yang mana dapat memperpendek umur.
- Teori *Auto* Imun  
Dalam proses metabolisme tubuh, terdapat beberapa jaringan tubuh dimana tidak kuat pada suatu zat khusus akibatnya jaringan pada tubuh menjadi sakit dan lemah.
- Teori Radikal Bebas  
Radikal bebas yang tidak stabil bisa mengakibatkan oksigenasi bahan-bahan organik semacam protein dan karbohidrat sehingga membuat sel-sel tak mampu beregenerasi.
- Teori Sosial  
Teori sosial yang berkaitan dengan proses penuaan yaitu teori pembebasan. Teori ini menjelaskan seiring bertambahnya usia seseorang, maka bisa melepaskan diri dari kehidupan sosial yang mana mengakibatkan berkurangnya interaksi sosial sesama lansia, baik secara kuantitasnya maupun kualitatif sehingga sering terjadi kehilangan peran, berkurangnya komitmen, dan hambatan kontak fisik.
- Teori Psikologi  
Menurut Hangskerst (dalam Efendi, 2008) menjelaskan bahwa pada setiap tahap kehidupan tugas perkembangan yang spesifik harus di perhatikan pada setiap individu yang akan memberikan perasaan sukses dan bahagia.

#### II.1.4 Penuaan Kulit

Kulit adalah bagian paling luar pada tubuh manusia dimana dapat berkontak fisik dengan segala sesuatu yang berwujud. Kulit merupakan bagian tubuh yang paling mudah terlihat saat terjadi proses penuaan. Seiring bertambahnya usia akan terdapat kerusakan pada kolagen dan elastin pada kulit. Keadaan ini merupakan tanda-tanda penuaan yang terlihat pada permukaan kulit. Berdasarkan artikel yang dilansir oleh DokterSehat (2018), terdapat 8 tanda-tanda penuaan pada kulit, yaitu:

- Kekeringan

Kekeringan pada kulit biasanya mulai terjadi ketika usia 20 tahun ke atas. Dengan usia yang semakin bertambah, kulit akan mengalami berkurangnya kelenjar minyak yang akan menyebabkan kekeringan pada kulit.



Gambar II.1 Kulit Kering

Sumber: <https://i0.wp.com/profhariz.com/wp-content/uploads/2018/01/cara-hilangkan-jerawat-dan-kulit-kering.png> (Diakses pada 17/05/2019)

- Kusam

Kusam merupakan tanda penuaan umum lainnya yang akan tampak. Semakin tua, kulit akan kehilangan kilau alaminya yang menyebabkan kulit tampak kusam dan tak bercahaya.



Gambar II.2 Kulit Kusam

Sumber: [http://2.bp.blogspot.com/-IwLQhZA8bp8/Vdm\\_XqMoZYI/AAAAAAAAAAk/zGtScYIIZB8/s1600/Cara%2BMengatasi%2BMasalah%2BKulit%2BKusam%2BDan%2BGelap%2BPada%2BWajah.jpg](http://2.bp.blogspot.com/-IwLQhZA8bp8/Vdm_XqMoZYI/AAAAAAAAAAk/zGtScYIIZB8/s1600/Cara%2BMengatasi%2BMasalah%2BKulit%2BKusam%2BDan%2BGelap%2BPada%2BWajah.jpg) (Diakses pada 17/05/2019)

- Kerutan

Kerutan adalah garis-garis halus yang umumnya terlihat pada berbagai area wajah. Kerutan dapat ditemukan pada dahi, bawah mata, dan garis senyum pada pipi. Ekspresi wajah merupakan penyebab timbulnya kerutan dan akan cenderung menjadi seiringnya dengan berjalannya waktu.



Gambar II.3 Kerutan pada Bagian Bawah Mata

Sumber: <https://kamarnurmala.files.wordpress.com/2013/09/4b5c0-menghilangkankerutandibawahmatadenganmetodemadu.jpg?w=400&h=272>  
(Diakses pada 21/04/2019)

- Keriput

Keriput adalah tanda penuaan yang berupa lipatan pada kulit. Biasanya akan terjadi pada dahi, bagian ujung mata, dan sebagainya.



Gambar II.4 Kerutan pada Kulit Wajah

Sumber: [https://ecs7.tokopedia.net/img/cache/700/product-1/2018/11/16/4710179/4710179\\_fdf8039f-a05e-4eed-b5ce-94528162a49d.jpg](https://ecs7.tokopedia.net/img/cache/700/product-1/2018/11/16/4710179/4710179_fdf8039f-a05e-4eed-b5ce-94528162a49d.jpg)  
(Diakses pada 17/05/2019)

- Bintik-bintik gelap

Bintik-bintik gelap/flek hitam terjadi karena seringnya terpapar sinar matahari dan akan terlihat di usia 30 tahun ke atas.



Gambar II.5 Flek Hitam

Sumber:

[https://d324bm9stwnv8c.cloudfront.net/Flek\\_Hitam\\_di\\_Wajah\\_Pengaruh\\_Lingkungan\\_atau\\_Hormon\\_Halodoc.jpg](https://d324bm9stwnv8c.cloudfront.net/Flek_Hitam_di_Wajah_Pengaruh_Lingkungan_atau_Hormon_Halodoc.jpg) (Diakses pada 21/04/2019)

- Kulit kendur

Penyebab kulit kendur adalah menyusutnya kepadatan pada permukaan kulit saat kulit rentan dan menipis. Kondisi ini akan terjadi pada perempuan yang usianya berkisar 50 tahun ke atas.



Gambar II.6 Kulit Kendur

Sumber: [https://www.covesia.com/assets/foto/berita/010217114533\\_tidak-ada-lagi-keriput-dan-kendur-kulit-pada-wajah-anda.jpeg](https://www.covesia.com/assets/foto/berita/010217114533_tidak-ada-lagi-keriput-dan-kendur-kulit-pada-wajah-anda.jpeg) (Diakses pada 17/05/2019)

- Pembesaran pori-pori wajah

Pada saat kulit yang kehilangan elastisitasnya, pori – pori pada kulit akan terus berkembang dan wajah akan semakin memburuk dan berjerawat jika tidak ditangani dengan tepat.



Gambar II.7 Pembesaran Pori-Pori Wajah

Sumber:

[https://www.honestdocs.id/system/blog\\_articles/main\\_hero\\_images/000/002/466/large/Cara\\_Mengecilkan\\_Pori-Pori\\_Wajah\\_Paling\\_Mudah\\_dan\\_Efektif.jpg](https://www.honestdocs.id/system/blog_articles/main_hero_images/000/002/466/large/Cara_Mengecilkan_Pori-Pori_Wajah_Paling_Mudah_dan_Efektif.jpg)  
(Diakses pada 17/05/2019)

### **II.1.5 Faktor-Faktor Penuaan Dini pada Kulit**

Menurut Noormindhawati (2013, h. 6), terdapat dua faktor penyebab terjadinya penuaan dini pada kulit. Faktor-faktor tersebut meliputi:

#### **A. Faktor Internal**

Faktor internal adalah proses alami dimana manusia tidak dapat menghindar. Faktor ini sendiri dipicu oleh genetik, sakit yang berpanjangan, kurang asupan gizi, dan perubahan hormonal. Faktor internal ini tentu tidak dapat dihindari tetapi untuk dapat menguranginya dapat dilakukan dengan rajin berolahraga, perawatan, dan tidak stres dan mencoba untuk hidup santai.

#### **B. Faktor Eksternal**

Faktor ini adalah faktor yang masih dapat dihindari yang berpengaruh sebagai penyebab terjadinya penuaan dini, yaitu:

- **Polusi**

Polusi memicu terbentuknya radikal bebas. Radikal bebas merupakan molekul yang memiliki sejumlah elektron yang tidak berpasangan sehingga elektron ini berusaha untuk mencari pasangannya menyebabkan radikal bebas bersifat tidak stabil dan bersifat reaktif sehingga mudah mengoksidasi senyawa lain yang mana jika bereaksi dengan protein, karbohidrat, enzim, atau DNA dapat mengakibatkan kerusakan seperti kerusakan DNA dan membran sel, gangguan kulit dan penuaan dini, reaksi autoimun, dan penyakit



kanker, diabetes, stroke, jantung, asma, gangguan reproduksi, serta kerusakan hati. Radikal bebas dapat merusak kolagen dan elastin.

- Sinar Ultraviolet (UV)

Sinar UV dapat menyebabkan kulit cepat keriput, timbulnya pigmentasi, dan berpotensi menyebabkan kanker kulit.

- Stres

Stres dapat memicu produksi hormon kortisol. Hormon ini dapat merusak kolagen dan elastin.

- Kurang tidur

Proses regenerasi kulit terjadi saat tidur. Oleh sebab itu, kurang tidur akan mengganggu proses regenerasi kulit. Waktu tidur yang diperlukan orang dewasa rata-rata sekitar 8 jam.

- Perawatan yang tidak tepat

Penggunaan produk kosmetik yang tidak tepat berkontribusi menyebabkan penuaan dini. Misalnya, penggunaan *cream anti-aging* yang mengandung alkohol, asam glikolat, dan retin-A secara berlebihan justru dapat membuat kulit menjadi kering.

### **II.1.6 Wawancara bersama Reiva Farah Dwiyanana**

Wawancara ini dilakukan di Tivaza Klinik Spesialis Kulit di Jl. Dr. Rajiman No.16, Pasir Kaliki, Cicendo, Kota Bandung bersama seorang dokter spesialis kulit, Reiva Farah Dwiyanana.

Menurut dokter Reiva, penuaan yaitu proses alamiah yang pasti terjadi pada setiap manusia yang usianya berkurang. Penuaan terjadi pada seluruh tubuh manusia dan tanda-tanda yang muncul terjadi di kulit manusia. Penuaan terjadi karena gravitasi, sering terpapar sinar matahari, sering terkena polusi, stres, faktor turunan, penyakit sistemik, dan lain-lain. Untuk yang khusus kulit secara seluler, ia akan berupa

pengecilan dari sel-sel, pemendekan dari telomer yang mana adalah bagian dari DNA yang paling ujung dengan proses pembelahan sel yang terjadi pada organ kulit.

Proses penuaan (*aging*) terjadi karena dua faktor yaitu faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik. Faktor intrinsik selalu akan terjadi di dalam sel tubuh yang terjadi pemendekan yang mana ada umur sel itu sendiri akan memendek. Faktor ekstrinsik sendiri yaitu faktor yang berasal dari luar seperti polutan, sinar matahari, debu, rokok, dan lain-lain. Penuaan dini biasanya sudah dimulai pada usia 20-an, tetapi prosesnya sangat lambat. Secara klinis dari struktur kulitnya, penuaan dini dapat ditandai dengan kulit yang semakin lama semakin menipis, muncul flek-flek pada wajah, muncul keriput serta kulit terlihat kusam. Jika dilihat dari organnya, penuaan dini dapat ditandai dengan mulai adanya kantung mata, garis senyum lebih terlihat jelas, kerutan di sekitar mata dan bibir, kulit menjadi kendur, wajah akan terlihat lebih turun, dan kulit yang kering.

Penuaan dini dapat dicegah dengan menghindari paparan sinar matahari yang terlalu lama, menghindari polusi, rokok, dan zat kimia pada makanan yang terdapat banyak pengawetnya serta pewarna. Untuk mencegah penuaan dini juga harus menghindari stres, haid yang tidak teratur, dan penyakit sistemik seperti diabetes. Selain itu, pencegahan penuaan dini dapat dilakukan dengan menggunakan tabir surya. Tabir surya sendiri berfungsi untuk mengurangi serta memproteksi diri dari akibat buruk paparan sinar matahari. Pada daerah tropis setiap orang harus menggunakan tabir surya. Saat di dalam ruangan yang terdapat jendela yang terbuka pun tetap harus menggunakan tabir surya sebab sinar matahari (sinar UV-A) dapat masuk menembus kaca. Selain tabir surya yang digunakan pada siang hari, terdapat krim *anti-aging* yang digunakan pada malam hari yang mana memiliki tujuan yang sama yaitu untuk mencegah/mengatasi penuaan. Penuaan dini juga dapat dicegah dengan penggunaan alat-alat medis dan laser. Disamping itu, mandi setelah subuh merupakan hal yang bagus sebab sel-sel kulit yang telah beristirahat semalaman akan membentuk sel-sel yang baru lagi.

Sinar matahari adalah pemicu utama terjadinya penuaan dini. Sinar matahari sesungguhnya adalah hal yang bagus dan dibutuhkan oleh tubuh tetapi hanya pada jam-jam tertentu. Lebih dari itu, penyebab kanker kulit serta keringnya kulit adalah seringnya terpapar sinar matahari. Waktu yang tidak baik sering terpapar sinar matahari yaitu pada pukul 8 pagi hingga pukul 4 sore. Berjemur di pagi hari sangat bagus untuk tubuh karena akan mendapatkan vitamin D yang mana untuk metabolisme tubuh, kesehatan tulang, dan kekebalan tubuh, tetapi terdapat batas waktunya yaitu sekitar 15 menit.

## **II.2 Perempuan**

Setiap perempuan memiliki keinginan untuk memiliki kulit yang sehat dan cantik. Dibanding laki-laki, perempuan lebih sering memperhatikan penampilannya dan merawat tubuhnya apalagi mengenai kecantikan kulit. Tidak heran perempuan lebih banyak melakukan *treatment* tersendiri untuk kesehatan kulitnya bahkan melakukan konsultasi ke ahli kecantikan meski harus mengeluarkan banyak biaya. Banyak berbagai upaya untuk melakukan perawatan kulit. Yang tentunya mengetahui berbagai macam faktor-faktor yang mempengaruhi penuaan dini pada kulit.

### **II.2.1 Upaya Pencegahan Penuaan**

Menurut Noormindhawati (2013, h. 12-29), penuaan kulit dapat dicegah dengan berbagai upaya antara lain sebagai berikut:

- Menghindari radikal bebas

Radikal bebas dipicu oleh hasil samping proses oksidasi (pembakaran) dalam tubuh, hasil proses metabolisme yang melibatkan oksigen, sinar UV, stres, polusi udara, makanan tinggi lemak, serta *junkfood*. Radikal bebas membuat fungsi sel menjadi tidak normal yang mana memiliki dampak penuaan dini, kulit menjadi keriput, penyakit degeneratif, munculnya sel kanker, dan mudah terserang penyakit.

- Menggunakan tabir surya  
 Tabir surya berfungsi memproteksi kulit dari radiasi sinar UV-A dan UV-B. Terdapat dua jenis tabir surya, yaitu *sunscreen* dan *sunblock*. *Sunscreen* digunakan untuk memproteksi kulit dari radiasi sinar UV-A. Sedangkan *sunblock* digunakan untuk memproteksi kulit dari radiasi sinar UV-B. Sinar UV-A adalah sinar yang panjang dimana dapat menembus lapisan kulit dan menyebabkan kanker kulit sedangkan sinar UV-B adalah sinar dengan panjang gelombang yang lebih pendek dari sinar UV-A yang dapat menyebabkan penggelapan pada permukaan kulit, kulit terbakar, serta tanda-tanda penuaan kulit. Untuk aktivitas normal, gunakan tabir surya SPF 15 dan untuk kondisi yang perlu perlindungan ekstra, gunakan SPF  $\geq 30$ .
- Mengonsumsi air putih  
 Air putih merupakan komponen utama penyusun tubuh yang dapat menjaga kelembapan dan elastisitas kulit, mencegah keriput, kulit kering, dan kusam, menjaga kestabilan suhu tubuh, menjaga kesehatan sel tubuh, melancarkan proses metabolisme tubuh, serta melindungi dan melumasi sendi.
- Tidak merokok  
 Merokok dapat menyebabkan gangguan saluran pernafasan, kerusakan pada kulit yang membuat kulit menjadi berwarna keabu-abuan dan penuaan kulit, kerusakan gigi, penyakit jantung, gangguan reproduksi, gangguan pada janin, dan lain-lain.
- Tidak mengonsumsi alkohol  
 Alkohol dapat menimbulkan sejumlah bahaya bagi tubuh di antaranya hilangnya kesadaran, sakit kepala, mual dan muntah, kerusakan hati, kerusakan DNA, menurunnya sistem imun tubuh, dan sebagainya. Alkohol dalam bentuk kosmetik dapat menyebabkan seperti iritasi, peradangan, dan kulit kering, memicu produksi minyak pada kulit sehingga meningkatkan risiko jerawat, dan menghambat regenerasi kulit sehingga menyebabkan kulit keriput.

- Istirahat yang cukup

Kurang tidur akan menyebabkan kulit cepat mengalami penuaan. Proses regenerasi kulit terjadi saat tidur malam. Sewaktu tidur malam, kulit akan melakukan proses perbaikan akibat kerusakan yang disebabkan sinar UV, stres, dan lain-lain. Istirahat yang cukup dapat mengurangi risiko stres sehingga mampu meminimalisir munculnya jerawat dan komedo. Istirahat yang cukup juga mengurangi lingkaran hitam pada kelopak mata, memperlancar aliran darah sehingga warna kulit menjadi lebih cerah, memulihkan stamina tubuh, dan lain-lain.

- Menghindari stres

Stres dapat menyebabkan keriput dan penuaan dini, menyebabkan kerontokan rambut, memicu obesitas, menurunkan sistem imun tubuh, dan meningkatkan risiko penyakit seperti sakit kepala dan migrain, kram, periodontal (gigi dan mulut) serta gangguan kulit seperti pruritis (gatal-gatal kronis).

## **II.2.2 Jenis-Jenis Kulit**

Adrian (2017) menjelaskan bahwa jenis kulit dibagi dalam beberapa kategori, yaitu kulit kering, kulit berminyak, kulit normal, dan kulit wajah sensitif. Sebagian orang juga memiliki jenis kulit kombinasi di area yang berbeda.

- a. Kulit wajah normal

Jumlah kandungan air dan minyak pada jenis kulit ini seimbang, sehingga tidak begitu kering dan tidak begitu berminyak. Pada umumnya pada jenis kulit ini jarang terjadi masalah kulit, tidak begitu sensitif dan pori-pori kulit kecil. Perawatan pada jenis kulit ini cenderung mudah, cukup menggunakan perawatan kulit wajah untuk kulit normal.

- b. Kulit wajah kering

Jenis kulit wajah ini kurang memiliki kandungan air ataupun minyak di lapisan kulitnya sehingga membuat permukaan kulit menjadi kering dan muncul seperti retakan. Biasanya jenis kulit wajah kering memiliki pori-pori kulit yang hampir

tidak tampak, permukaan luar kulit pun tampak kasar dan kusam dan kulit juga kurang elastis. Kulit wajah kering lebih cepat memerah, bersisik, gatal dan meradang serta perubahan hormon, cuaca dingin dan tentunya sinar matahari.

Perawatan jenis kulit wajah kering yaitu:

- Menggunakan pembersih wajah yang tidak mengandung alkohol atau wewangian dan lembut.
- Menggunakan pelembap setiap selesai mencuci muka.
- Menghindari mandi dan mencuci muka menggunakan air hangat yang terlalu lama.
- Menggunakan sabun pembersih wajah yang berfungsi untuk melembabkan, seperti *colloidal oatmeal* dan emolien.

#### c. Kulit wajah berminyak

Produksi sebum dari kelenjar *sebaceous* (kelenjar minyak) yang berlebih menyebabkan kulit wajah berminyak. Sebum adalah zat minyak yang berasal dari lemak. Sedangkan kelenjar *sebaceous* merupakan kelenjar yang ada di bawah permukaan kulit. Kendati sebum berfungsi membantu melindungi dan melembapkan kulit, tetapi kelebihan sebum ini dapat menyebabkan kulit wajah menjadi berminyak, pori-pori tersumbat serta menimbulkan jerawat. Adapun faktor yang memengaruhi produksi sebum yang berlebih pada kulit yaitu faktor genetik, perubahan hormon, dan stres. Jenis kulit wajah ini cenderung memiliki pori-pori yang besar, terlihat berkilau tetapi tampak kusam, dan biasanya terdapat komedo, jerawat, dan flek hitam.

Perawatan untuk jenis kulit wajah berminyak antara lain:

- Mencuci muka setiap dua kali sehari. Menggunakan sabun yang lembut dan mengandung gliserin dan hindari sabun yang mengandung deterjen.
- Kertas minyak. Walaupun tidak dapat mencegah produksi sebum yang berlebih, namun kertas minyak ini dapat membantu mengurangi minyak di wajah.
- Kosmetik *clay*. Kosmetik jenis ini dapat menyerap minyak di kulit wajah.
- Menggunakan masker seperti masker timun, masker madu, masker lidah buaya, masker tomat, dan masker lemon.

- Menghindari makanan yang digoreng, tinggi glukosa, dan makanan olahan.
- Kurangi penggunaan *make up* saat kulit terlalu berminyak. Menggunakan produk berbahan dasar air. Produk berlabel *noncomedogenic* yang tidak menyumbat pori-pori.
- Menggunakan produk yang mengandung asam, seperti asam salisilat, benzoil peroksida, asam glikolat, atau asam beta-hidroksi.
- Menggunakan *sunscreen* dan pelembap yang tidak mengandung minyak.

#### d. Kulit wajah sensitif

Jenis kulit wajah ini sangat rendah dalam kepekaan sehingga mudah mengalami alergi atau iritasi dan ruam sebagai reaksi terhadap faktor tertentu, seperti lingkungan, tanaman, makanan, ataupun bahkan produk kosmetik. Perawatan jenis kulit ini dapat dilakukan dengan mengetahui penyebab reaksi alergi atau iritasi seperti mudah mengalami kemerahan, gatal, kering, pengelupasan, serta terbakar. Gunakan sabun wajah yang lembut dan bilas dengan air hangat serta hindari menggosok wajah. Usahakan untuk tidak menggunakan produk perawatan wajah yang mengandung alkohol, asam, dan wewangian

#### e. Kulit wajah kombinasi

Jenis kulit wajah kombinasi yaitu perpaduan antara kulit kering dan berminyak. Jenis kulit ini akan berminyak dibagian zona-T (dahi, hidung, dan dagu) sedangkan akan kering di bagian pipi. Bersihkan pipi dengan ringan dan gunakan pelembap, sementara produk anti-jerawat dengan *benzoyl peroxide* mungkin diperlukan di zona-T.

Apapun jenis kulit wajah, tetap harus menggunakan tabir surya untuk perlindungan dari sinar UV. Menghindari rokok dan minum air putih setiap hari. Menggunakan pelembab setelah mencuci muka dan hindari tidur dengan wajah yang masih menggunakan *make-up*.

### II.2.3 Jenis Perawatan Kulit

Noormindhawati (2013, h. 32-70) menjelaskan bahwa cara pencegahan penuaan dini lainnya dapat dilakukan dengan perawatan kulit secara alami dan secara medis.

#### A. Perawatan Secara Alami

Perawatan secara alami terbagi menjadi dua jenis yaitu perawatan dalam dan perawatan luar. Perawatan secara alami memiliki keunggulan di antaranya bahan-bahan mudah didapatkan, tidak menimbulkan efek samping serta hemat waktu dan biaya. Tetapi, dalam jangka yang lama efeknya akan terasa dan dilakukan harus secara rutin dan teratur.

- Perawatan dari Dalam

- Minum jamu

Jamu bermanfaat menunjang penampilan dan melawan penuaan dini. Terdapat berbagai macam jamu di antaranya jamu kunyit asam, jamu beras kencur, jamu sirih kunci, jamu pahitan, jamu pelangsing, dan jamu galian putri. Ramuan tradisional ini dapat dibeli ataupun dibuat sendiri.

- Perawatan dari Luar

- *Facial*

*Facial* adalah perawatan kulit yang mencakup *face cleansing* (pembersih wajah), eksfoliasi (*peeling scrub* wajah), *steam* (kompres hangat), masker, serta *moisturizing* (melembapkan kulit wajah). *Facial* memiliki banyak manfaat anatara lain mencegah kerutan di wajah serta mencegah timbulnya jerawat, melembutkan kulit, menjaga kulit agar tetap awet muda, dan menjaga elastisitas kulit. *Facial* dapat dilakukan sendiri di rumah, namun hanya sebatas membersihkan wajah dan *scrubbing* tanpa ekstraksi komedo sebab ekstraksi komedo harus dilakukan oleh trapis kecantikan yang terlatih.

- *Body scrubbing*

*Body scrubbing* dapat memberikan manfaat seperti mengangkat sel kulit mati, mengatasi kulit kusam, dan menghilangkan selulit. *Body*



*scrubbing* dapat dilakukan sendiri dengan menggunakan bahan-bahan alami seperti gula, beras, kelapa, garam dan lemon, *oatmeal* dan yogurt, serta kopi.

- Pelembap kulit

Pelembap kulit dapat menggunakan bahan-bahan seperti minyak zaitun, minyak kelapa murni, dan *shea butter* ini dapat digunakan sendiri untuk menjaga kelembapan dan keremajaan kulit, mengatasi kulit kusam serta melembutkan kulit.

- *Body message*

*Body message* adalah pemijatan otot-otot dan seluruh tubuh. *Body message* dapat dilakukan oleh terapis kecantikan yang berguna untuk melancarkan peredaran darah, membantu relaksasi, menghilangkan pegal-pegal, menyegarkan badan, dan meningkatkan fungsi organ tubuh.

- Spa

Spa (*Solus Par Aqua*) yang disebut juga dengan hidroterapi adalah perawatan dengan air yang dilakukan dengan merendamkan badan yang diakhiri dengan *body message*. Spa dapat dilakukan sendiri di rumah dan berguna untuk menjaga kelembapan kulit, memberi nutrisi kulit, mencerahkan kulit, meremajakan kulit, dan mencegah penuaan dini.

- Lulur

Lulur dapat menutrisi kulit, membuat kulit tampak berseri, melembapkan dan menghaluskan kulit serta meremajakan kulit dan mencegah penuaan dini serta dapat dilakukan sendiri di rumah.

## B. Perawatan secara Medis

Perawatan ini harus di bawah pengawasan ahlinya (dokter atau ahli kecantikan). Hasil dari perawatan ini lebih cepat terasa bila dibandingkan dengan perawatan secara alami. Perawatan ini membutuhkan biaya yang relatif mahal dan belum tentu aman bagi setiap jenis kulit.

- *Mesotherapy*  
*Mesotherapy* adalah tindakan medis dengan memasukkan ekstrak tumbuhan alami melalui suntikan, seperti bahan homeopati (semacam obat), vitamin, dan mineral ke dalam mesodermis (jaringan kulit bagian tengah).
- *Mesotherapy* tanpa jarum  
 Merupakan tindakan *mesotherapy* tanpa menggunakan suntikan, melainkan menggunakan gelombang elektroporesis dan *ultrasound*.
- *Light therapy*  
 Perawatan kulit dengan bantuan sinar laser untuk merangsang produksi kolagen yang bermanfaat untuk mengatasi flek hitam, menyembuhkan jerawat, dan mengurangi garis-garis halus dan keriput.
- *Microdermabrasion*  
 Merupakan tindakan semacam eksfoliasi pada wajah untuk mengangkat sel kulit mati dan merangsang produksi sel kulit baru menggunakan Kristal mikro.
- *OXY-Skin*  
 Perawatan kulit yang menggunakan cairan berbahan dasar oksigen untuk merangsang produksi kolagen dan elastin.
- *Microcurrent*  
 Perawatan kulit yang menggunakan arus mikro dengan getaran sangat rendah untuk melancarkan sirkulasi darah serta merangsang produksi kolagen dan elastin.
- *Facelift*  
 Merupakan tindakan operasi wajah untuk mengencangkan kulit dan mengatasi garis-garis halus yang memiliki efek samping kerusakan sistem saraf, bengkak, bekas parut pada wajah, dan rasa sakit dalam jangka waktu yang lama akibat sayatan.
- *Lifting*  
 Merupakan teknologi pengencangan kulit wajah tanpa operasi yang tidak meninggalkan bekas dan tanpa efek samping.
- *Derma filler*

Penyuntikan suatu zat ke dalam kulit untuk mengencangkan serta menyamarkan garis-garis halur dan keriput.

- Botox

Penyuntikan dengan menggunakan *Botulinum Toxin*.

#### **II.2.4 Urutan Penggunaan *Skincare***

Menurut Damar Upahita (dalam Andini, 2019) *skin care* memiliki banyak macam, mulai dari pembersih wajah sampai *sunscreen*. Untuk mendapatkan hasil yang maksimal penggunaan produk harus sesuai dengan urutan yang tepat. Kunci utama dalam memakai *skin care* yaitu menggunakan produk dengan tekstur dari yang paling ringan ke yang paling berat. Ini adalah urutan *skin care* yang tepat:

##### 1. Sabun Cuci Muka (*Cleanser*)

Langkah pertama sebelum menggunakan produk perawatan lain adalah dengan membersihkan wajah. Ketika wajah bersih maka produk-produk yang akan digunakan selanjutnya akan mudah meresap ke wajah. Oleh karena itu, urutan pertama dimulai dari *facial wash* atau sabun muka.

##### 2. Toner

Sesudah membersihkan wajah dengan memakai sabun, selanjutnya yaitu menggunakan toner. *Skincare* ini dapat membuang kotoran serta minyak yang sedang menempel di wajah sesudah mencuci muka. dr. Christine Choi Kim, , menjelaskan bahwa penggunaan toner adalah tahap yang paling penting untuk membantu menyiapkan kulit sebelum memakai serum dan pelembap.

##### 3. Serum

Sesudah memakai toner, dilanjutkan dengan memakai serum. Serum yaitu suplemen vitamin bagi kulit wajah. Gunakan serum pada kulit wajah lalu oleskan dengan lembut supaya bahan aktifnya hilang.

##### 4. Pelembap (*Moisturizer*)

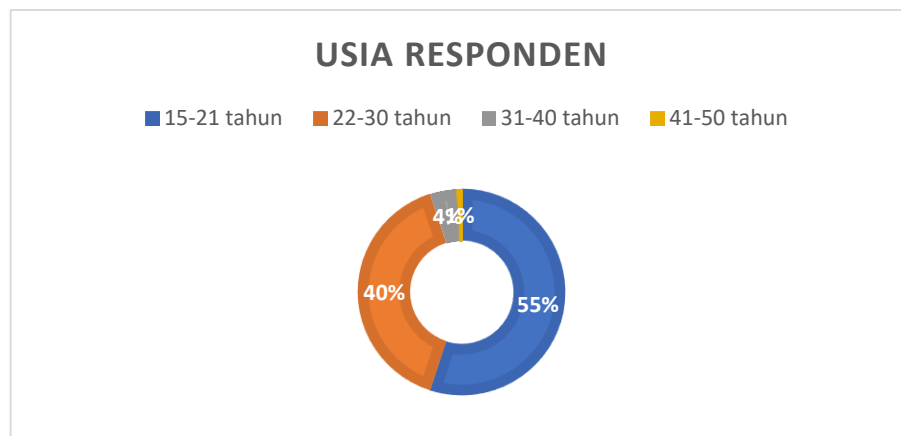
*Moisturizer* dapat menghidrasi kulit serta mencegah kekeringan pada kulit. Cara menggunakannya adalah dengan sedikit pijatan dari dari leher ke arah dahi agar meresap dengan sempurna dan membantu mlancarkan sirkulasi darah di wajah.

##### 5. Tabir Surya (*Sunscreen/Sunblock*)

Tabir surya yaitu langkah paling akhir dalam penggunaan *skin care*. Tabir surya dapat melindungi wajah dari bahaya sinar matahari seperti kulit terbakar ataupun penuaan dini. Tidak di wajah saja, tabir surya juga harus dipakai di seluruh tubuh, dari wajah sampai kaki agar kulit terjaga sempurna.

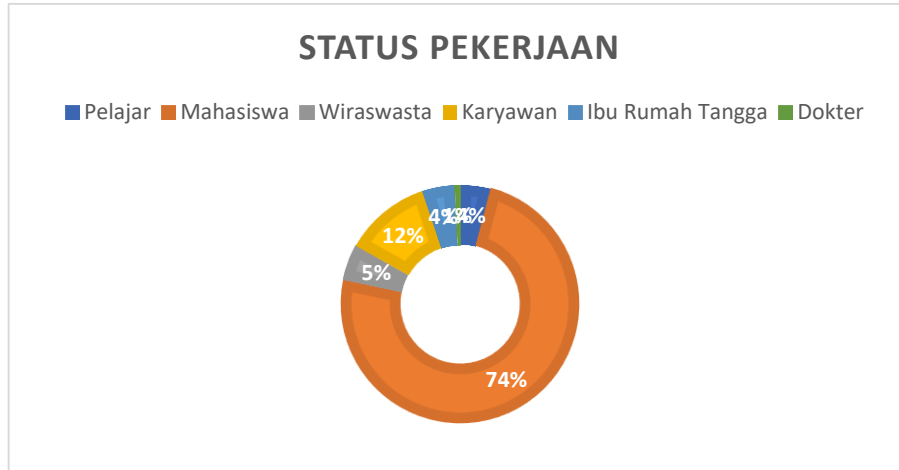
### II.2.5 Kuesioner

Sugiyono (2005) berpendapat, kuesioner yaitu teknik pengumpulan data dengan c memberikan beberapa pertanyaan yang berupa tulisan kepada responden untuk dijawab. Jumlah Kuesioner telah diisi oleh 101 orang responden perempuan kuesioner yang berupa *google form* dan disebarakan melalui media *online* kepada orang-orang yang berdomisili di Bandung.

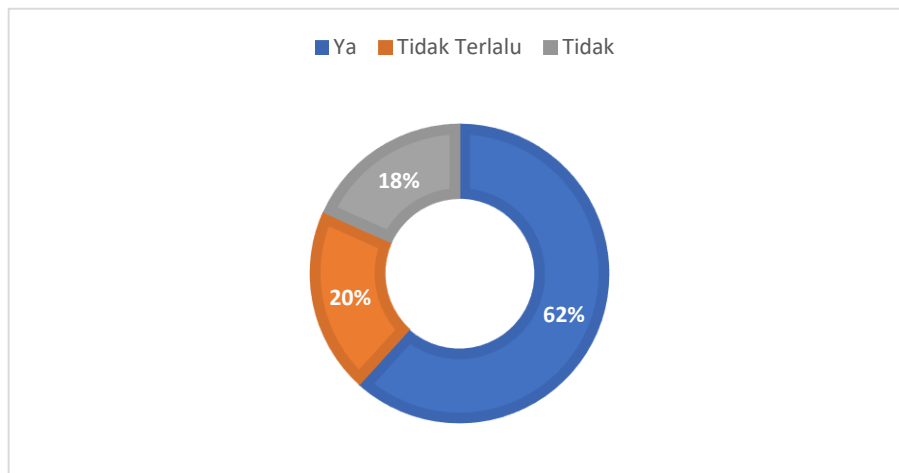


Gambar II.8 Usia Responden  
Sumber: Dokumen Pribadi (2019)

Hasil data kuesioner menunjukkan, mayoritas responden berusia 15 – 21 tahun dengan persentase 55%, usia 22 – 30 tahun dengan persentase 40%, usia 31 – 40 tahun dengan persentase 4.2%, dan usia 41 – 50, 0.8%. Sebanyak 75.8% responden adalah seorang mahasiswa. Pelajar dengan persentase 4.2%, wiraswasta dengan 5%, karyawan dengan 10%, ibu rumah tangga 4.2% dan dokter dengan persentase 0.8%.

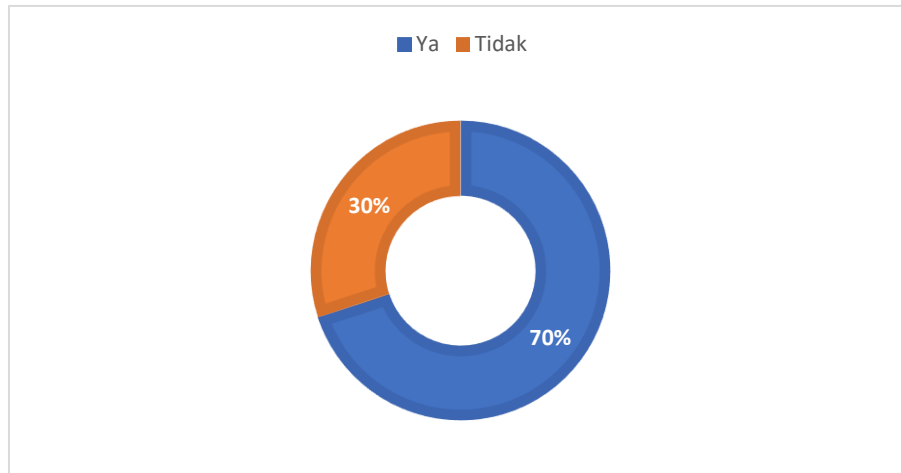


Gambar II.9 Status Pekerjaan  
Sumber: Dokumen Pribadi (2019)



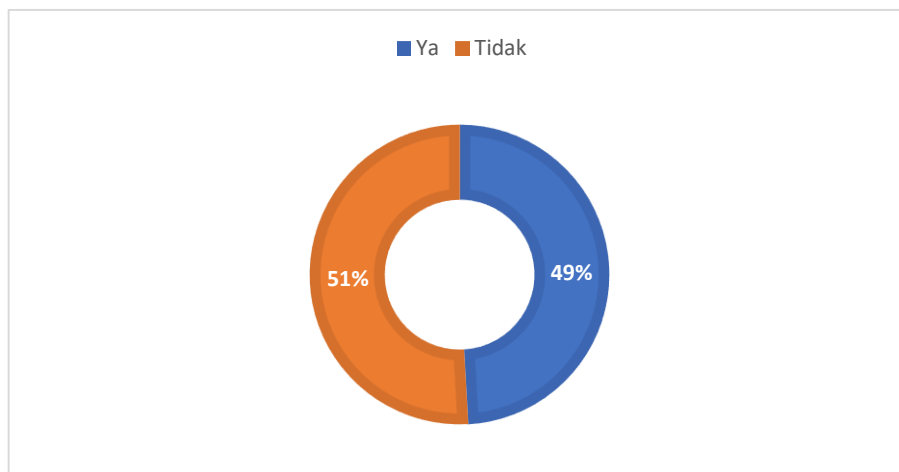
Gambar II.10 Keperdulian Terhadap Kesehatan Kulit  
Sumber: Dokumen Pribadi (2019)

Pertanyaan yang diajukan pada hasil kuesioner di atas yaitu apakah anda memperdulikan kesehatan kulit anda. Sebanyak 61.7% menjawab ya, 18.3% menjawab tidak terlalu, dan 20% menjawab tidak.



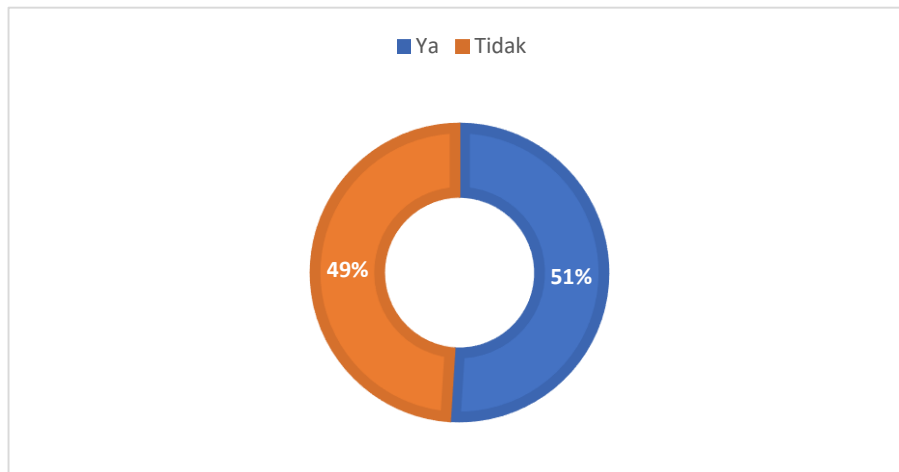
Gambar II.11 Melakukan Perawatan Kulit  
 Sumber: Dokumen Pribadi (2019)

Sebanyak 70% responden mengatakan melakukan perawatan kulit, sedangkan 30% lainnya menjawab tidak melakukan perawatan kulit.



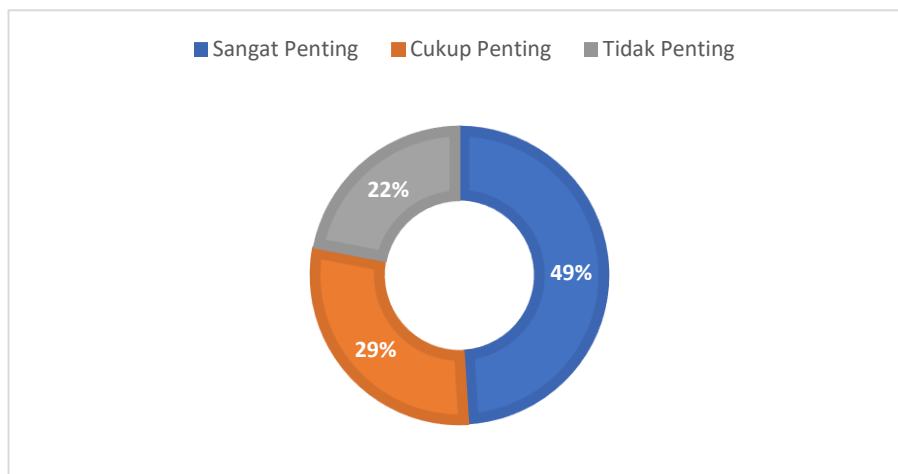
Gambar II.12 Penggunaan Rutin *Skincare*  
 Sumber: Dokumen Pribadi (2019)

Berdasarkan pertanyaan yang diajukan kepada responden yaitu apakah anda menggunakan produk *skincare* rutin setiap hari, 51% di antaranya menjawab tidak, sedangkan 49% lainnya menjawab ya.



Gambar II.13 Melakukan Perawatan dari Dalam  
 Sumber: Dokumen Pribadi (2019)

Sebanyak 49% responden tidak melakukan perawatan dari dalam seperti rutin mengonsumsi air putih, rutin makan sayur dan buah-buahan, serta rajin berolahraga.



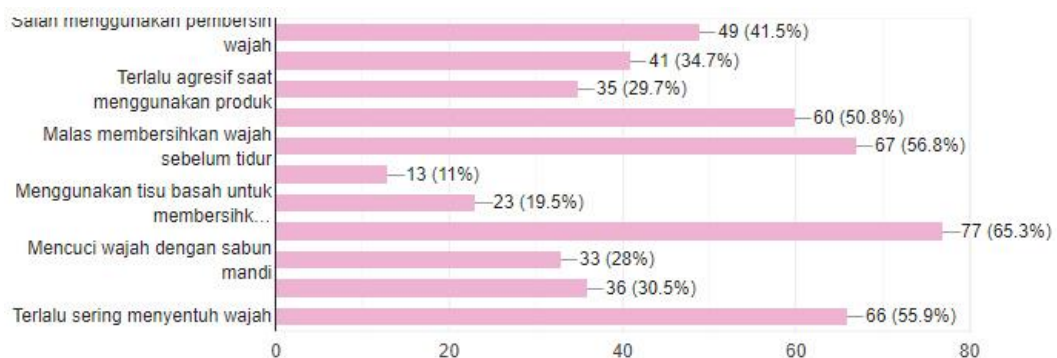
Gambar II.14 Melakukan Perawatan Kulit Sedini Mungkin  
 Sumber: Dokumen Pribadi (2019)

Pertanyaan dari hasil kuesioner yang di atas yaitu apakah penting melakukan perawatan kulit sedini mungkin. Sebanyak 49% responden mengatakan sangat penting, 29% responden mengatakan cukup penting, dan 22% lainnya mengatakan tidak penting.



Gambar II.15 Mengetahui Urutan Penggunaan *Skin Care*  
 Sumber: Dokumen Pribadi (2019)

Terdapat sebanyak 52% responden tidak mengetahui urutan penggunaan *skin care*, dan 48% lainnya mengatakan mengetahuinya.

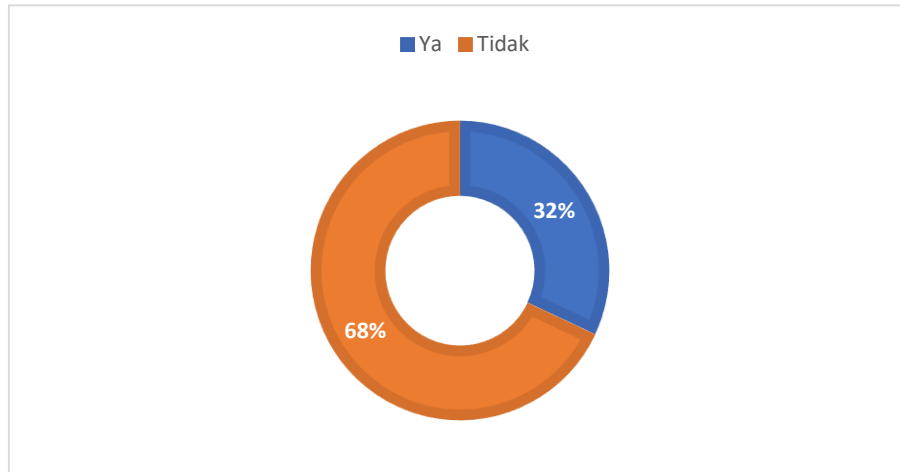


Gambar II.16 Tindakan yang Salah dalam Merawat Kulit  
 Sumber: Dokumen Pribadi (2019)

Sebanyak 65.3% responden, menjawab melakukan tindakan yang salah dalam merawat kulit dengan memencet jerawat. Sebanyak 56.8% melakukannya dengan malas membersihkan muka. 60% responden melakukannya dengan terlalu sering meyentuh wajah. 50.8% responden tidak menggunakan *sunscreen/sunblock*, 41.5% salah dalam menggunakan pembersih wajah, 34.7% tidak memakai toner setelah membersihkan wajah, 30.5% jarang membersihkan *makeup*, 29.7% responden terlalu agresif dalam menggunakan produk, 28% responden mencuci wajah dengan

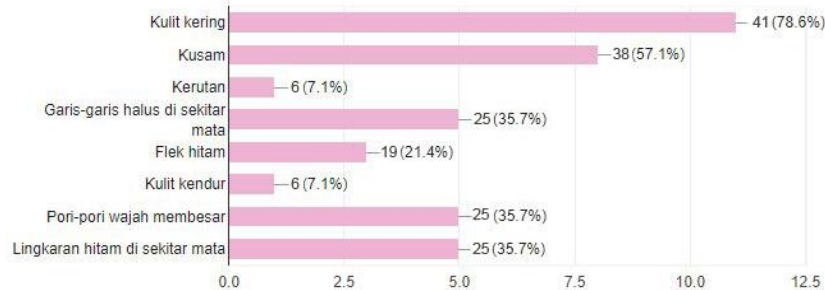


sabun mandi, 19.5% menggunakan tisu basah untuk membersihkan wajah, dan 11% responden menggunakan masker wajah terlalu sering.



Gambar II.17 Mengetahui Faktor-Faktor Penuaan Dini  
Sumber: Dokumen Pribadi (2019)

Sebanyak 68% responden tidak mengetahui apa saja faktor-faktor penuaan dini pada kulit.



Gambar II.18 Tanda Penuaan Kulit yang Dialami  
Sumber: Dokumen Pribadi (2019)

Sebanyak 78.6% responden, menjawab mengalami kulit kering di wajah. Sebanyak 57.1% responden mengatakan mengalami kulit kusam. 25% responden mengalami tanda-tanda penuaan kulit wajah dengan muncul garis-garis halus di sekitar mata, pori-pori wajah membesar, dan lingkaran hitam di sekitar mata. 7.1% responden telah mengalami kerutan dan kulit kendur di wajahnya, dan sebanyak 41.5% telah mengalami munculnya flek hitam di wajah.

### **II.3 Analisis**

Berdasarkan masalah yang telah ditentukan, maka permasalahan terjadi akibat masih banyak perempuan yang melakukan penundaan perawatan kulit. Berdasarkan hasil wawancara bersama seorang dokter kulit, Reiva Farah Dwiyanita menyatakan bahwa faktor penyebab terbesarnya penuaan dini pada kulit adalah seringnya terpapar sinar matahari dan polusi yang mana diwajibkan menggunakan *sunscreen* setiap hari bahkan saat di dalam ruangan pun tetap harus digunakan. Penuaan dini biasanya dimulai pada usia 20-an, tetapi prosesnya sangat lambat. Menurut dr. Reiva, penggunaan krim *anti-aging* pada malam hari juga tidak kalah penting karena pada malam hari, terjadi regenerasi sel kulit. Penggunaan bahan-bahan alami dapat mencegah munculnya tanda-tanda penuaan dini. Berdasarkan hasil data kuesioner, sebanyak 35.2% responden mengatakan tidak menggunakan produk *skin care* dikarenakan malas, sibuk, lupa, dan tidak cocok. Dan juga sebanyak 70.5% responden mengatakan bahwa pernah salah menggunakan produk *skin care* dan banyak diantaranya yang masih melakukan kesalahan dalam merawat kulit seperti salah menggunakan pembersih wajah, menggunakan tisu basah untuk membersihkan wajah, terlalu agresif dalam pemakaian produk, memencet jerawat, dan lain-lain. Banyak perempuan usia 18-25 tahun yang sedang atau telah mengalami tanda-tanda penuaan, diantaranya yang paling banyak dialami yaitu kulit kering dan kulit kusam, disusul dengan muncul garis-garis halus di sekitar mata, pori-pori wajah membesar, dan lingkaran hitam di sekitar mata.

### **II. 4 Resume**

Berdasarkan analisis yang sudah diuraikan di atas yaitu perempuan masih salah kaprah mengenai penuaan dini, mereka tidak mengetahui bahwa penuaan kulit itu dimulai dari usia 25 tahun. Masih banyak di antaranya yang menunda perawatan kulit dengan alasan malas, sibuk, dan juga lupa yang mana mengakibatkan penuaan dini terjadi lebih cepat dari usia yang semestinya. Dalam melakukan perawatan kulit, dapat digunakan bahan-bahan alami yang dapat dilakukan sendiri di rumah yang tentunya aman untuk digunakan. Perempuan juga kerap kali melakukan kesalahan saat merawat kulitnya tanpa menyadari dan mengetahui hal tersebut adalah suatu kesalahan. Bukannya membuat kulit menjadi sehat malah

menimbulkan banyak masalah pada kulit. Kesalahan dalam merawat kulit di antaranya malas membersihkan wajah sebelum tidur, menggunakan tisu basah untuk membersihkan wajah, terlalu agresif saat menggunakan produk, dan lain-lain.

## **II. 6 Solusi Perancangan**

Berdasarkan kondisi masalah yang telah dijelaskan, dapat disimpulkan bahwa menunda perawatan kulit perempuan dapat mempengaruhi kualitas dan kesehatan kulit. Maka solusi yang digunakan untuk menangani masalah ini yaitu dengan membuat kampanye sosial. Oleh sebab itu, sangat penting untuk mensosialisasikannya kepada perempuan bersifat persuasi bertujuan untuk membujuk dan membangun kesadaran untuk dapat mengubah perilaku tersebut.