

ABSTRAK

Perawatan kulit merupakan hal yang sangat diagungkan pada masa sekarang. Tidak hanya wanita namun perawatan kulit kini mulai merambah pada pria. Memiliki kulit yang cerah, putih, bebas jerawat serta bebas dari minyak berlebih merupakan idaman bagi semua kaum. Sebelum dikenalnya perawatan kulit, istilah *make up* lebih pertama populer dikarenakan hasil nyata yang terlihat secara jelas dalam waktu yang singkat. Namun dunia *make up* yang senantiasa memberikan perbaikan bagi penggunaannya dengan cara menutupi atau memoles bagian tertentu dari tubuh seseorang kini lambat laun mulai ditinggalkan dan berganti dengan perawatan kulit. Hal ini dikarenakan banyaknya bermunculan penelitian dan opini bahwa perawatan kulit lebih menyehatkan dan hasil yang didapat lebih bertahan dalam jangka waktu yang lebih panjang dibanding *make up*. Banyaknya variasi produk perawatan kulit yang bermunculan menimbulkan kontroversi dan perilaku konsumtif pada penggunaannya. Hal ini juga tidak terlepas dari dampak yang terasa setelah penggunaan perawatan kulit dalam jangka waktu yang lama. Artikel ini dibuat untuk membahas dampak yang timbul dari penggunaan perawatan kulit terhadap *skin barrier* atau lapisan kulit terluar yang menjaga kulit secara alami dari berbagai macam faktor luar yang dapat merusak kulit (Fimela, 2018).

Kata kunci: Make up, perawatan kulit, *skincare*

ABSTRACT

Skincare is something that is highly valued in the present. Not only for women but also skincare is now beginning to spread to men. Having a bright, white, acne-free skin and free from excess oil is a dream for all people. Before skincare, make up was the first popular because of the obvious results that were clearly seen in a short time. But the world of makeup that always provides improvement for its users by covering or polishing certain parts of a person's body is now slowly starting to be abandoned and replaced with skincare. Regarding to many studies and opinions have emerged that skincare is healthier and the results obtained last longer in the longer term than makeup. The large variety of skincare products that have arisen has caused controversy and consumptive behavior. It also can not be separated from the impact after the use of skincare for a long time. This article was written to discuss the impact arising from the use of skincare on the skin barrier or the outer layer of skin that protects the skin naturally from a variety of external factors that can damage the skin (Fimela, 2018).

Keywords: Make up, *skincare*, *skincare*

1. PENDAHULUAN

Kulit merupakan bagian terluar dari tubuh yang menutupi hampir seluruh bagian tubuh. Kulit memiliki fungsi untuk melindungi organ tubuh di bawahnya dari gangguan atau rangsangan luar serta sebagai tempat ekskresi keluarannya keringat. Secara umum jenis kulit seseorang akan berbeda dengan seseorang lainnya. Hal ini didasarkan pada

aktivitas, suhu, kelembapan, paparan polusi, sinar matahari, maupun makanan dan air putih yang dikonsumsi setiap harinya. Namun secara umum jenis kulit dibagi menjadi 3 macam yaitu kulit normal, kulit kering, dan kulit berminyak (Sinulingga *et al.*, 2018 ; Sari *et al.*, 2014).

Selain faktor eksternal tersebut, kondisi kulit seseorang juga dapat dipengaruhi faktor internal diantaranya faktor genetik, hormon, jenis kelamin, usia, dan penyakit yang diderita oleh individu masing-masing. Kulit sendiri terdiri dari 3 lapisan utama diantaranya lapisan epidermis, lapisan dermis, dan lapisan hipodermis. Lapisan kulit yang sering terjadi iritasi karena terpapar faktor-faktor tersebut adalah lapisan epidermis atau lebih tepatnya bagian stratum korneum (Sari *et al.*, 2014).

Sebelum perawatan kulit menjadi populer dikalangan masyarakat khususnya para remaja, *make up* lebih dahulu menjadi pusat perhatian dari tata rias dan kecantikan. *Make up* dapat membuat seseorang lebih percaya diri dengan memoles bagian wajahnya sehingga tampak lebih sempurna dan sesuai dengan ekpektasi yang diharapkan bagi penggunaannya. Namun penggunaan *make up* ini hanya memberikan dampak sementara. Ketika sudah acara telah usai dan pulang untuk beristirahat, kita perlu membersihkan *make up* tersebut agar tidak merusak kulit wajah. Kenyataannya kulit alami yang dipoleskan *make up* menjadi jauh lebih sensitif bila terlalu sering menggunakan produk kecantikan dalam jangka waktu yang lama (Berlkosmetik, 2019).

Untuk itu hadir lah solusi berupa perawatan kulit, yang mengatasi persoalan kulit wajah yang terkena dampak dari penggunaan *make up* serta menjanjikan wajah bersih, bebas jerawat, dan bebas dari minyak berlebih. Beberapa perusahaan berlomba memproduksi dan menjual produk perawatan kulit yang menjanjikan dan beraneka ragam dengan variasi rangkaian perawatan berupa waktu penggunaannya yang dilakukan pada saat pagi hari sebelum pengaplikasian *make up*, siang

hari, dan malam hari setelah *make up* dibersihkan (Berlkosmetik, 2019 ; Nasution, 2018). Tidak hanya hal itu, perawatan kulit yang ditujukan untuk memenuhi kriteria ekspektasi kulit para konsumen juga disesuaikan dengan jenis kulit individu masing-masing. Perawatan kulit untuk kulit yang cenderung berminyak akan berbeda dengan kulit yang berjerawat (Magovern, 2019).

Namun pada masa sekarang, produk perawatan kulit memiliki sangat banyak varian dan memiliki kesan bahwa semua produk perawatan kulit tersebut penting untuk peremajaan dan kesehatan kulit sehingga umumnya masyarakat membeli hampir semua jenis rangkaian produk perawatan kulit tersebut dan menggunakannya secara berkala dalam jangka waktu yang lama. Beberapa rangkaian perawatan kulit pada umumnya berupa *cleanser*, *facial wash*, *toner*, krim pelembab, *serum*, dan *suncream* (Nor *et al.*, 2018).

Hal ini justru menimbulkan sebuah permasalahan baru, seberapa efektifkah kombinasi perawatan kulit untuk merawat kulit setelah penggunaan *make up*, benarkah perawatan kulit yang digunakan dalam jangka waktu yang lama dapat memperbaiki serta membuat kulit terlihat bagus selamanya atau justru merusak sistem perlindungan alami yang dimiliki kulit sebelumnya

2. ISI

Banyaknya variasi perawatan kulit menimbulkan perilaku konsumtif dan serba pakai di kalangan masyarakat. Memakai semua jenis rangkaian produk perawatan kulit tanpa adanya diagnosis dari dokter kulit terkait permasalahan yang dirasakan membuat penggunaan *skincare* yang fungsi utama seharusnya adalah membuat kulit terawat, bersih, dan bebas dari segala



permasalahan kulit malah menimbulkan masalah baru berupa kerusakan kulit yang cukup parah (Magovern, 2019).

Kerusakan kulit itu umumnya terjadi pada lapisan stratum korneum atau memiliki nama lainnya *moisture barrier* atau *skin barrier* merupakan lapisan kulit terluar yang memiliki pertahan pertama dalam melawan atau menghalangi bakteri yang akan masuk ke dalam, menghalangi berbagai macam polusi dan sinar UV yang ingin masuk ke lapisan berikutnya, serta mencegah kehilangan air dari dalam kulit. Terdiri dari sel-sel pipih yang mati dan protoplasmanya telah berubah bentuk menjadi zat tanduk atau yang lebih dikenal dengan keratin (Fimela, 2018).

Bila *skin barrier* ini dirawat dan dipelihara dengan baik maka kulit pada wajah tidak akan mengalami permasalahan yang serius. Fungsi perawatan kulit yang benar seharusnya menjaga, merawat, dan memperbaiki *skin barrier* agar tetap dapat mempertahankan fungsinya untuk menjaga kulit dari berbagai macam polusi. Namun terlalu banyak *skincare* atau perawatan kulit yang diaplikasikan akan membuat *skin barrier* kehilangan fungsi utamanya. Disinilah awal permasalahan baru mengenai penggunaan *skincare* (Widiastuti dan Yasinta, 2019).

Dampak yang terasa setelah pemakaian dalam jangka waktu yang lama serta menggunakan produk perawatan kulit yang rumit serta banyak akan menimbulkan masalah iritasi pada kulit. Iritasi kulit ini terjadi karena penggunaan *skincare* untuk mengeksfoliasi kulit. Proses eksfoliasi atau pengangkatan sel kulit mati dari wajah, memang diperlukan untuk membantu perkembangan kulit tetapi tidak untuk dilakukan secara rutin. Apabila produk perawatan kulit jenis

eksfoliasi ini digunakan secara rutin, *skin barrier* akan tergores secara terus menerus dan menyebabkan kulit pada wajah terlihat sangat berminyak tetapi terasa kering (Widiastuti dan Yasinta, 2019 ; Honestdocs, 2020).

Dampak selanjutnya adalah alergi kulit. Hal ini terjadi karena kandungan dari produk *skincare* yang digunakan tidak sesuai atau tidak cocok dengan kondisi kulit pada individu masing-masing. Meskipun tipe produk perawatan kulit sudah sesuai dengan jenis kulit yang dimiliki, tidak menutup kemungkinan untuk terjadinya alergi. Hal ini dikarenakan terdapat beberapa bahan yang tidak cocok dengan kulit pada wajah, sehingga secara alami kulit pada wajah akan menimbulkan ruam kemerahan sebagai bentuk reaksi alergi. Namun beberapa penelitian menyebutkan bahwa saat pertama kali atau kurang lebih dalam jangka waktu 1 bulan, baik sesuai maupun tidak, kulit pada wajah akan menimbulkan ruam kemerahan. Hal ini dapat sebagai bentuk alergi atau mengeluarkan toksin dan kotoran yang menyumbat pori-pori kulit pada wajah. Namun tetap perlu pengawasan dan kewaspadaan bila dampak alergi ini berkepanjangan, segera hentikan penggunaan *skincare* terkait dan hubungi dokter kulit bila ruam kemerahan bertambah parah (honestdocs, 2020).

Selain dampak negatif dari penggunaan *skincare* terdapat dampak positif yang justru dapat menjaga dan mempertahankan *skin barrier* sehingga kulit tampak sehat dan cerah alami. Produk perawatan kulit seperti ini biasanya berupa krim pelembab yang cara penggunaannya mengikuti pedoman yang sudah tertera dan tidak digunakan dalam porsi yang berlebihan. Bahan-bahan alam yang terdapat pada *skincare* juga membantu mempertahankan *skin barrier* agar tetap

sehat diantaranya vitamin B5, *niacinamide*, dan *ceramide* (Sociolla, 2019).

Pola hidup yang sehat juga sangat berpengaruh terhadap kesehatan dan ketahanan dari *skin barrier* diantaranya adalah mengontrol pola makan agar tetap seimbang dan tidak banyak mengonsumsi makanan yang mengandung lemak dan kolesterol, minum air putih minimal 8 gelas per hari akan membantu kulit agar tetap lembap, dan juga dengan mengurangi bahkan tidak merokok apalagi meminum alkohol akan ikut membantu mempertahankan ketahanan *skin barrier* (Sociolla, 2019).

Selain cara-cara di atas, berikut cara untuk memperkuat dan mempertahankan *skin barrier* agar kulit tidak terkena masalah kulit yang serius:

1. Kembali ke rutinitas *skincare* dasar

dr. Samantha Bunting berkata dalam sebuah wawancaranya dengan *Get the Gloss*, “*skincare* yang rumit dapat berisiko merusak *skin barrier*”. Bereksperimen menggunakan *skincare* yang kandungan bahannya tidak diketahui atau asal coba mengakibatkan kerusakan *skin barrier* yang parah, sehingga akan sangat membantu bila sebelumnya dilihat dan dipelajari dahulu tipe kulit, jenis perawatan yang sesuai dengan keadaan tipe kulit tersebut, dan bahan kandungan dari produk perawatan kulit yang cocok dengan kulit Anda (Sociolla, 2019).

Penggunaan eksfoliator yang merupakan pengangkatan sel kulit mati berbentuk *scrub* sangat tidak disarankan, bila diperlukan pun disarankan menggunakan produk eksfoliator sebanyak 2 kali dalam 1 bulan. Hal ini dikarena saat memakai eksfoliator dalam bentuk *scrub* terdapat proses menggosok kulit dimana bila

penggosakan tidak dilakukan dengan baik dan benar serta terlalu sering akan mengikis *skin barrier*, sehingga kulit menjadi lebih rentan terhadap iritasi (Sociolla, 2019).

2. Menggunakan produk perawatan kulit dengan kandungan bahan yang tepat

dr. Elizabeth Tanzi, yang merupakan seorang dermatolog asal Universitas George Washington mengatakan bahwa kandungan bahan yang tepat pada perawatan kulit yang digunakan akan mempertahankan dan menjaga *skin barrier* dalam wawancaranya dengan media daring Shape. Secara lebih rinci, beliau menjelaskan, kulit yang sangat rentan terhadap kemerahan ataupun iritasi memerlukan produk perawatan kulit yang didalamnya terdapat *ceramide* dan *niacinamide*. *Ceramide* merupakan satu dari kandungan alami yang terdapat pada kulit lapisan atas *skin barrier*, sedangkan *niacinamide* merupakan bahan yang dapat meningkatkan produksi *ceramide* dan kolagen pada kulit (Sociolla, 2019).

3. Meningkatkan pertahanan pada kulit

Dalam menjaga *skin barrier*, hanya dengan memperkuatnya saja tidak cukup. Dibutuhkan suatu kandungan dalam bahan perawatan kulit yang mencegah *stress* pada kulit. Salah satu yang menyebabkan kulit menjadi *stress* adalah radikal bebas dan sinar UV. Kedua hal ini menyebabkan *skin barrier* kehilangan fungsi utamanya untuk melindungi karena ketahanannya diganggu. Cara untuk melindungi kulit dari radikal bebas yaitu dengan mengonsumsi atau menggunakan produk perawatan kulit yang mengandung antioksidan. Vitamin E merupakan salah satu bahan yang dapat digunakan sebagai antioksidan pada beberapa



produk perawatan kulit. Sedangkan untuk melindungi kulit dari sinar UV yaitu menggunakan *sunscreen* sesuai dengan aturan yang tertera dan mengaplikasikannya secara cukup setiap harinya terutama ketika melakukan aktivitas pada siang hari di ruang terbuka (Sociolla, 2019).

3. PENUTUP

Penggunaan *make up* untuk membuat wajah terlihat cantik sekarang telah bergeser pada penggunaan perawatan kulit (*skincare*). Hal ini dikarenakan *skincare* dinilai mampu mempertahankan dan memperbaiki *skin barrier* yang rusak. Namun terdapat batas serta anjuran pemakaian yang baik dan benar. Jika digunakan secara berlebihan akan mengakibatkan perlindungan alami kulit yang dimiliki akan semakin rusak karena terpapar oleh produk perawatan kulit yang tidak sesuai dengan tipe kulitnya atau penggunaan *skincare* yang terlalu rumit dan sering.

Penggunaan eksfoliator dianjurkan 2 kali dalam 1 bulan untuk menghindari kerusakan *skin barrier*. Selain itu menggunakan produk dengan kandungan yang tepat, menjaga pola hidup tetap sehat, dan aplikasi *sun cream* yang tepat juga dapat memulihkan *skin barrier* yang telah rusak kembali seperti semula.

DAFTAR PUSTAKA

Berlcosmetik. 2019. Perbedaan Skincare dan Makeup Lengkap. Tersedia daring di <https://berlcosmetikstore.com/perbedaan-skincare-dan-make-up/>. [Diakses pada 24 Januari 2020].

Fimela. 2018. Apa Itu Barrier Kulit, dan Mengapa Penting untuk Menjaganya. Tersedia daring di <https://www.fimela.com/beauty-health/read/3614366/apa-itu-barrier-kulit-dan-mengapa-penting-untuk-menjaganya>. [Diakses pada 24 Januari 2020].

Honestdocs. 2020. Apa Bahayanya Terlalu Banyak Memakai Skincare di Kulit Wajah. Tersedia daring di <https://www.honestdocs.id/bahaya-memakai-skincare>. [Diakses pada 26 Januari 2020].

Magovern. 2019. *Facing Forward : A Definitive Guide to Skin Care*. California : Dermastore.

Nasution, T.W. 2018 Inilah Urutan Mengaplikasikan Skincare Dan Makeup Yang Benar. Tersedia daring di <https://meramuda.com/beauty-health/inilah-urutan-mengaplikasikan-skincare-dan-makeup-yang-benar/>. [Diakses pada 24 Januari 2020].

Noor, N. M., N. J. Muhamad, N. A. Sahabudin, Z. Mustafa. 2018. Development of Skin Care Routine Support System. *Journal of Computational and Theoretical Nanoscience*. Tersedia daring di https://www.researchgate.net/publication/327992788_Development_of_Skin_Care_Routine_Support_System. [Diakses pada 24 Januari 2020].

Sari, N. Riana, dan E. Setyowati. 2014. Pengaruh Masker Jagung dan Minyak Zaitun Terhadap Perawatan Kulit Wajah. *Journal*

- of Beauty and Beauty Health Education*.
Vol 3 (1) :1-7.
- Sinulingga, E. Harinda, A. Budiastuti, A. Widodo.
2018. Efektivitas Madu Dalam Formulasi
Pelembap Pada Kulit Kering. *Jurnal
Kedokteran Diponegoro*. Vol 7 (1) : 146-
157.
- Sociolla. 2019. Cara memperkuat skin barrier
menurut pakar". Tersedia daring di
[https://journal.sociolla.com/beauty/cara-
memperkuat-skin-barrier-menurut-pakar](https://journal.sociolla.com/beauty/cara-memperkuat-skin-barrier-menurut-pakar).
[Diakses pada 24 Januari 2020].
- Widiastuti, V. dan Yasinta, R. 2019. Kenali Apa Itu
Skin Barrier dan Bagaimana Menjaganya.
Tersedia daring di
[https://www.suara.com/lifestyle/2019/05/10/0
42500/kenali-apa-itu-skin-barrier-dan-
bagaimana-menjaganya](https://www.suara.com/lifestyle/2019/05/10/042500/kenali-apa-itu-skin-barrier-dan-bagaimana-menjaganya). [Diakses pada 26
Januari 2020].

