

Studi Literatur Pemilihan Kosmetik Perawatan Kulit Kepala dan Rambut Berdasarkan Tingkat Kerusakannya Akibat Proses Styling

Eny Widhia Agustin¹, Ifa Nurhayati², Desia Nova Tiara³, Intan Amalya Putri⁴, Wanda Zefanya Maharani⁵, Nadhiefa Dhiyaa Rizqy Zulfia⁶, Dini Wulandari⁷

Universitas Negeri Semarang

Email : desianovatiara12@students.unnes.ac.id

Abstract : *Stages in hair styling, such as hair coloring, straightening, the use of styling tools and chemicals in hair styling products often over time can cause damage to the scalp and hair. The level of this damage varies, ranging from dry hair to breakage, as well as irritation of the scalp. This study aims to review and determine the right scalp and hair care cosmetics with the level of damage caused to the styling process. The method used is a literature study by reviewing various scientific sources and recommendations for treatment products. The results of the study prove that treatments based on moisturizers, proteins, and natural ingredients are effective in tackling mild to severe hair damage. Meanwhile, for irritated scalps, products with anti-inflammatory and sulfate-free ingredients are recommended. In conclusion, the selection of cosmetics should be adjusted to the degree of hair damage and the condition of the scalp for optimal results.*

Keywords: *hair care, scalp, styling, hair damage, cosmetics.*

Abstrak : Tahapan pada styling rambut, seperti pewarnaan rambut, pelurusan rambut, penggunaan alat styling serta zat kimia pada produk styling rambut seiring berjalannya waktu dapat menyebabkan kerusakan pada kulit kepala serta rambut. Tingkat kerusakan ini beraneka ragam, mulai dari rambut kering hingga patah, serta iritasi pada kulit kepala. Penelitian ini bertujuan untuk meninjau menentukan kosmetik perawatan kulit kepala dan rambut yang tepat dengan tingkat kerusakan yang di akibatkan pada proses styling. Metode yang digunakan adalah studi literatur dengan meninjau berbagai sumber ilmiah dan rekomendasi produk perawatan. Hasil penelitian membuktikan bahwa perawatan berbasis pelembap, protein, dan bahan alami efektif untuk menanggulangi rambut rusak ringan hingga berat. Sementara itu, untuk kulit kepala yang teriritasi, produk dengan bahan anti-inflamasi dan bebas sulfat disarankan. Kesimpulannya, pemilihan kosmetik harus disesuaikan dengan tingkat kerusakan rambut dan kondisi kulit kepala untuk hasil yang optimal.

Kata kunci: perawatan rambut, kulit kepala, styling, kerusakan rambut, kosmetik.

1. PENDAHULUAN

Rambut merupakan salah satu aspek penting dari bagian tubuh manusia yang menunjang penampilan seseorang baik wanita maupun pria. Dari beberapa kalangan mereka rela melakukan apapun untuk mendapatkan perubahan rambut supaya penampilan mereka semakin menarik dan on point. (Tafifasari,2020). Seiring dengan meningkatnya kesadaran masyarakat terhadap estetika, hairstyle, serta tata rias, produk styling kini menjadi kebutuhan bagi banyak orang. Pada produk seperti gel rambut, hairspray, pomade, dan lain sebagainya, diproduksi untuk memberikan bentuk, tekstur, dan daya tahan tertentu pada rambut, sehingga terdapat kemungkinan untuk seseorang lebih percaya diri dalam menghadapi situasi. Selain itu, proses styling rambut dengan menggunakan alat styling seperti catok, hairdryer, crimper juga menjadi penggunaan sehari-hari bagi beberapa orang (Fouridha dkk,2024).

Namun, berbagai proses tersebut berisiko menimbulkan kerusakan pada rambut dan kulit kepala (Anderson & Smith, 2020). Kerusakan tersebut dapat bervariasi, dimulai dari

rambut yang kering dan rambut yang rapuh, sehingga mengalami iritasi pada kulit kepala (Brown et al., 2019). Zat kimia yang terkandung pada produk pewarna atau pelurus rambut, serta suhu panas yang berlebihan pada alat styling, memberikan andil terhadap degradasi struktur pada rambut dan kesehatan kulit kepala (Jansen, 2021).

Meskipun banyak kosmetik perawatan rambut yang tersedia di pasaran, belum ada panduan yang jelas mengenai pemilihan produk yang tepat sesuai dengan tingkat kerusakan yang dialami oleh rambut akibat styling (Kim & Lee, 2022). Sebagian besar penelitian sebelumnya fokus pada efektivitas umum produk perawatan rambut tanpa mempertimbangkan tingkat kerusakan yang dialami rambut dan kulit kepala (Miller, 2020). Pada kesehatan juga memiliki efek samping, seperti bau yang ditimbulkan dari kosmetik tersebut untuk pernapasan dalam jangka tertentu. Pada jangka pendek dapat menyebabkan iritasi seperti saluran pernapasan, hidung, tenggorokan serta mata terjadi pada 400-700 ppm, pada tingkat 500 ppm dapat menimbulkan kematian. Sedangkan pada jangka panjang, menghirup uap asam seperti teratogenik dapat mengakibatkan iritasi pada organ pernapasan seperti hidung, tenggorokan, paru-paru.

Oleh karena itu, penting untuk mengkaji lebih dalam tentang bagaimana memilih kosmetik perawatan yang tepat berdasarkan tingkat kerusakan akibat styling untuk mendapatkan hasil yang optimal.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pemilihan kosmetik perawatan kulit kepala dan rambut berdasarkan tingkat kerusakannya akibat proses styling. Studi ini diharapkan dapat memberikan referensi yang lebih spesifik dan aplikatif, untuk meningkatkan kualitas perawatan rambut yang aman dan efektif (Nguyen et al., 2023).

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan studi pustaka untuk mengeksplorasi dan memahami konteks yang diteliti secara mendalam. Studi pustaka berperan sebagai dasar teoritis yang kuat, memungkinkan peneliti mengumpulkan dan menganalisis data melalui berbagai referensi, seperti jurnal ilmiah dan sumber resmi lainnya. Teknik yang diterapkan meliputi identifikasi referensi yang relevan, pengumpulan data dari literatur ilmiah dan situs resmi, serta pengelompokan dan pengkodean informasi berdasarkan tema tertentu untuk mempermudah analisis.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Judul	Tahun	Hasil
1. "Hair Care Cosmetics: From Traditional Shampoo to Solid Clay and Herbal Shampoo, A Review"	2019	Produk berbasis clay dan herbal membantu membersihkan rambut secara lembut dan mengurangi kerusakan akibat penggunaan alat styling panas.
2. "Efficacy of Antioxidants in Protecting Hair from UV Damage and Styling Heat"	2020	Antioksidan seperti vitamin E melindungi rambut dari kerusakan akibat radiasi UV dan panas alat styling
3. "Advances in Natural Hair Care Ingredients and Their Efficacy in Hair Strengthening"	2021	Bahan alami seperti minyak argan dan kelapa terbukti efektif memperkuat rambut dan mencegah kerusakan lebih lanjut akibat proses kimia dan mekanis
4. "Unique Hair Properties That Emerge from Combinations of Multiple Races"	2019	Rambut dari individu multi-etnis menunjukkan kerusakan lebih dekat ke akar akibat entanglement. Membutuhkan produk pelembap dan perawatan khusus
5. "Gentle Hair Care Practices for Chemically Treated Hair"	2018	Produk bebas sulfat dan kondisioner berbahan dasar pelembap membantu memperbaiki rambut yang rusak akibat proses pewarnaan
6. "Proteins for Strengthening and Conditioning Hair Damaged by Bleaching"	2024	Peptida amphipathic menunjukkan kemampuan memperbaiki rambut rusak akibat proses bleaching, dengan meningkatkan kekuatan dan kelembapan rambut
7. "Hair Thinning and Its Relation to Scalp Health: Recent Advances in Treatment Options"	2020	Vitamin B12 dan protein kulit kepala membantu mengatasi kerontokan akibat alat styling yang berlebihan
8. "Protective Hairstyles and Hair Damage Prevention: Innovations in Hair Care Products"	2023	Produk pelindung rambut seperti serum silikon efektif mencegah kerusakan akibat alat styling dan lingkungan
9. "Trends in Hair Care Formulation: Meeting Consumer Demand for Natural and Sustainable Products"	2022	Formulasi ramah lingkungan dengan bahan alami meningkatkan perlindungan rambut dari kerusakan proses styling jangka panjang .
10. "Effects of Permanent Waving on Hair Protein and Morphological Properties"	2024	Keratin sulfonat terbukti memperbaiki struktur protein rambut yang rusak akibat bahan kimia dan alat styling

Kerusakan kulit kepala dan rambut akibat styling, contohnya dalam penggunaan alat panas dan bahan – bahan kimia perlu memperhatikan produk perawatan kosmetik yang sesuai dengan masalah kulit kepala dan rambut. Dalam pemilihan produk kosmetik hal yang perlu dipertimbangkan yaitu tingkat kerusakan rambut agar produk dengan kandungan – kandungan

tertentu dapat disesuaikan dengan tingkat kerusakannya. Mulai dari kerusakan ringan hingga kerusakan yang dialami sudah mulai cukup berat.

Berdasarkan penelitian ini, kosmetik perawatan kulit kepala dan rambut terdiri dari berbagai jenis produk yang dirancang untuk memenuhi kebutuhan konsumen. Produk kosmetik ini dapat dibagi dalam beberapa kategori berdasarkan fungsi dan bahan yang digunakan, antara lain: pembersih rambut, pelembab, protein ringan, anti ketombe, serta produk dengan klaim khusus seperti, perawatan rambut rontok dan memperbaiki struktur rambut.

1. Kerusakan Ringan

Kerusakan di lapisan kutikula rambut, sering disebabkan oleh paparan panas ringan atau penggunaan kosmetik dengan bahan zat kimia yang terkandung dalam kosmetik, salah satunya alkohol. Beberapa contoh kerusakan ringan seperti rambut kering, rambut kusam, dan sedikit bercabang. Hal ini dapat mengakibatkan kehilangan kilau rambut, tekstur menjadi kasar. Kandungan beresiko yang dapat mengakibatkan kerusakan ringan pada rambut seperti alkohol dalam hairspray atau gel. Perawatan utama untuk kerusakan ringan adalah mengembalikan kelembapan dan melindungi kutikula.

Produk yang disarankan:

- Shampoo dan conditioner yang mengandung pelembap seperti gliserin atau panthenol.
- Serum atau minyak rambut yang mengandung argan oil atau jojoba oil untuk mengunci kelembapan.

Beberapa cara menangani kerusakan rambut ringan dapat menggunakan kondisioner yang di dalamnya terdapat kandungan keratin atau protein yang berfungsi untuk mengembalikan kelembapan pada rambut, mengurangi kebiasaan penggunaan alat styling, lalu dapat menggunakan masker rambut alami yang mengandung kandungan seperti aloe vera yang dapat melembapkan rambut.

2. Kerusakan Sedang

Kerusakan pada lapisan kutikula dan korteks disebabkan akibat proses pewarnaan, bleaching, atau pelurusan. Beberapa contoh kerusakan sedang pada rambut seperti rambut patah, ujung bercabang parah, dan kehilangan elastisitas. Oleh karena itu, hal ini mengakibatkan rambut rapuh dan sering rontok. Rambut pada tingkat ini memerlukan perawatan intensif untuk memperbaiki kutikula yang mulai rusak.

Produk yang disarankan:

- Shampoo bebas sulfat untuk menghindari iritasi lebih lanjut.
- Leave-in conditioner yang mengandung keratin untuk memperkuat struktur rambut.
- Masker rambut dengan protein hidrolisat untuk memperbaiki kerusakan korteks.

Untuk menangani kerusakan pada tingkat ini dapat menggunakan produk perawatan rambut yang mengandung minyak argan atau aloe vera untuk pemulihan. Selain itu, kurangi penggunaan proses styling kimia selama proses pemulihan rambut. Lalu, lakukanlah perawatan professional seperti hair spa atau deep conditioning.

3. Kerusakan Berat

Kerusakan pada folikel rambut yang menyebabkan kerontokan permanen. Contoh kerusakan berat itu bisa seperti kerontokan yang mengakibatkan kebotakan akibat penggunaan bahan kimia atau penggunaan alat styling dengan suhu panas yang berlebihan. Akibat dari kebiasaan tersebut rambut menjadi sulit untuk tumbuh dan kulit kepala juga menjadi lebih sensitive. Beberapa kandungan berisiko yang dapat mengakibatkan kerusakan berat pada rambut itu, seperti formaldehida dalam produk pelurusan rambut yang permanen dan bahan kimia berbahaya yang terdapat dalam proses bleaching intensif. Cara menangani masalah kerusakan berat pada rambut bisa dengan cara menggunakan serum pada kulit kepala dengan kandungan biotin untuk merangsang pertumbuhan rambut

Produk yang disarankan:

- Produk berbasis silikon ringan untuk melapisi rambut dan mengurangi gesekan.
- Serum perbaikan rambut yang mengandung minyak kelapa atau ceramide.
- Tonik kulit kepala untuk mengurangi iritasi dan merangsang pertumbuhan rambut baru.

4. KESIMPULAN

Kerusakan rambut akibat proses styling adalah masalah umum yang dapat dicegah dan diatasi dengan pemilihan kosmetik yang tepat. Pemahaman tentang tingkat kerusakan rambut dan kebutuhan kulit kepala sangat penting untuk menentukan produk perawatan yang sesuai. Dengan perawatan yang baik, rambut dapat kembali sehat dan tampak indah meskipun telah mengalami kerusakan akibat styling.

DAFTAR REFERENSI

- Adnan, J. (2022). Pengaruh konsentrasi virgin coconut oil dan minyak kemiri (*Aleurites moluccanus* (L.) Willd) terhadap mutu fisik formula pomade rambut. *Jurnal Farmasi/Journal Pharmacy of Pelamonia*, 2(1).
- Billa, S. S., Agustin, E. W., Widowati, T., & Setyowati, E. (2024). Formula Ekstrak kulit Buah Alpukat (*Persea Gratissima* Gaetn) Sebagai Cream Masker Rambut Untuk Perawatan Rambut Berketombe. 13(2), 78–86.

- Christiandari, H. (2024). Formulasi dan evaluasi sediaan sampo ekstrak daun seledri (*Apium graveolens* L.) sebagai penumbuh rambut. *An-Najat: Jurnal Ilmu Farmasi dan Kesehatan*, 2(2).
- Fernandes, C., Medronho, B., Alves, L., & Rasteiro, M. G. (2023). On Hair Care Physicochemistry: From Structure and Degradation to Novel Biobased Conditioning Agents. *Polymers*, 15(3). <https://doi.org/10.3390/polym15030608>
- Hidayah, F. N. (2021). Potensi daun waru dan kulit apel sebagai bahan aktif hair tonic untuk mengatasi rambut rontok. *Jurnal Teknik Kimia Vokasional (JIMSI)*, 1(1).
- Kriswiyanti, E., Darsini, N. N., Hardini, J., & Ariwathi, N. P. (2021). Keanekaragaman Jenis Tumbuhan Bahan Ramuan “Boreh Basanbuat” Untuk Memperlancar Produksi Air Susu Ibu (ASI) di Bali. *Metamorfosa: Journal of Biological Sciences*, 8(2), 304. <https://doi.org/10.24843/metamorfosa.2021.v08.i02.p15>
- Nurjanah, & Krisnawati, M. (2014). Pengaruh Hair Tonic Lidah Mertua (*Sansevieria Trifasciata* Prain) dan Seledri (*Apium Graveolens* Linn) Untuk Mengurangi Rambut Rontok. *Journal of Beauty and Beauty Health Education*, 3(1), 1–7.
- Radani, F. (2022). Formulasi sediaan tonik rambut penumbuh rambut ekstrak ginseng Jawa *Talinum paniculatum* Gaertn. *Sainsbertek Jurnal Ilmiah Sains & Teknologi*, 3(1).
- Rizka, S., & Yuliana. (2019). Pengaruh penggunaan buah alpukat dan virgin coconut oil (VCO) terhadap perawatan rambut rontok. *Jurnal Pendidikan dan Keluarga*, 11(02), 74-85. <https://doi.org/10.24036/jpk/vol11-iss02>
- Safitri et al. (2023). Penggunaan hair mask yang terbuat dari saripati stroberi dan minyak kelapa murni (VCO) menunjukkan hasil signifikan dalam memperbaiki kondisi rambut kering, dengan peningkatan kelembapan dan kilau rambut"
- Takahashi, T. (2019). Unique hair properties that emerge from combinations of multiple races. *Cosmetics*, 6(2). <https://doi.org/10.3390/COSMETICS6020036>
- Yasir, A. S., & Nofita. (2020). Pengembangan dan optimasi formula gel daun seledri (*Apium graveolens* L.) berbasis kitosan-alginat dengan metode Box-Behnken sebagai penumbuh rambut. *Jurnal Ilmu Farmasi dan Farmasi Klinik (JIFFK)*, 17(2), 67-78.