



SKINCARE SEHAT *bersama* FARMASI

Kenali, Rawat, dan Lindungi
Kulit dengan Bijak



KENALI

Pahami jenis kulit
dan kebutuhannya



RAWAT

Gunakan produk
yang aman dan
sesuai



LINDUNGI

Lindungi kulit dari
faktor eksternal
setiap hari



Farmasi Hadir untuk
Memberi Solusi Terbaik
bagi Kulit Sehatmu

Penulis

apt. Galih Pratiwi, M.Pharm.Sci.

Intan Trisakti, M.Farm

apt. Hazimah Annis Farras, M.Pharm.Sci



AMAN

Produk terpercaya



TERUJI

Teruji kualitasnya



EFEKTIF

Hasil yang nyata



DIPANDU OLEH

TENAGA FARMASI



Kata Pengantar

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena booklet berjudul “Skincare Sehat Bersama Farmasi” ini dapat disusun dengan baik. Booklet ini dibuat sebagai media edukasi untuk membantu masyarakat memahami pentingnya penggunaan skincare yang aman, sehat, dan sesuai dengan kebutuhan kulit.

Saat ini, skincare telah menjadi bagian dari gaya hidup masyarakat, terutama di kalangan remaja dan dewasa muda. Berbagai produk skincare mudah ditemukan, baik di toko maupun media sosial. Namun, tidak semua produk aman digunakan. Kurangnya pemahaman mengenai kandungan skincare, jenis kulit, serta cara penggunaan yang benar dapat menyebabkan masalah pada kulit.

Melalui booklet ini, pembaca diharapkan dapat mengenal dasar-dasar skincare, memahami pentingnya memilih produk yang aman, serta mengetahui peran farmasi dalam menjaga kesehatan kulit.

Penulis menyadari bahwa booklet ini masih memiliki kekurangan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi perbaikan di masa mendatang.

Semoga booklet ini dapat memberikan manfaat dan menjadi sumber informasi yang bermanfaat bagi pembaca.

Palembang, November 2025

Penulis



Daftar isi



Kata Pengantar

Daftar Isi

**Mengenal skincare dan
kesehatan kulit**

Jenis-jenis kulit

Tahapan dasar skincare

**Kandungan skincare yang
populer**

**Tips memilih skincare yang
aman**

Bahaya skincare yang ilegal

**Peran farmasi dalam dunia
skincara**

Kesimpulan

Daftar Pustaka



1. MENGENAL SKINCARE DAN KESEHATAN KULIT

Kulit merupakan organ terluar tubuh yang berfungsi melindungi tubuh dari debu, sinar matahari, polusi, dan berbagai zat berbahaya lainnya. Oleh karena itu, kesehatan kulit perlu dijaga dengan baik.

Skincare adalah rangkaian produk perawatan kulit yang digunakan untuk membersihkan, menjaga kelembapan, serta membantu mengatasi masalah kulit tertentu seperti jerawat, kulit kusam, dan kulit kering.

Penggunaan skincare yang tepat tidak hanya membantu penampilan menjadi lebih baik, tetapi juga menjaga kesehatan kulit dalam jangka panjang.

2. JENIS-JENIS KULIT

Sebelum memilih skincare, penting untuk mengetahui jenis kulit agar produk yang digunakan sesuai kebutuhan.

a. Kulit Normal

Kulit normal memiliki kadar minyak dan kelembapan yang seimbang.

b. Kulit Kering

Kulit kering terasa kasar, mudah mengelupas, dan terkadang terasa gatal.

c. Kulit Berminyak

Kulit berminyak menghasilkan minyak berlebih sehingga mudah berjerawat.

d. Kulit Kombinasi

Kulit kombinasi memiliki area berminyak dan area kering dalam waktu bersamaan.

e. Kulit Sensitif

Kulit sensitif mudah mengalami iritasi, kemerahan, atau gatal setelah menggunakan produk tertentu.

Mengetahui jenis kulit membantu dalam memilih skincare yang lebih aman dan efektif.



3.TAHAPAN DASAR SKINCARE

Skincare tidak harus rumit. Beberapa langkah dasar berikut sudah cukup untuk menjaga kesehatan kulit.



Cleanser (Pembersih Wajah)

Digunakan untuk membersihkan wajah dari debu, minyak, dan sisa makeup.



Moisturizer (Pelembap)

Berfungsi menjaga kelembapan kulit agar tidak kering.



Sunscreen

Sunscreen sangat penting untuk melindungi kulit dari paparan sinar UV yang dapat menyebabkan penuaan dini dan kerusakan kulit.



Serum

Serum digunakan untuk membantu mengatasi masalah kulit tertentu seperti jerawat atau noda hitam.

"Penggunaan skincare secara rutin dan sesuai kebutuhan dapat membantu menjaga kulit tetap sehat"

4. KANDUNGAN SKINCARE YANG POPULER

Berikut beberapa kandungan skincare yang sering digunakan:

- Niacinamide

Membantu mencerahkan kulit dan mengurangi minyak berlebih.

- Hyaluronic Acid

Membantu menjaga kelembapan kulit.

- Salicylic Acid

Sering digunakan untuk membantu mengatasi jerawat.

- Vitamin C

Berfungsi sebagai antioksidan dan membantu membuat kulit tampak lebih cerah.

- Centella Asiatica

Membantu menenangkan kulit yang iritasi.

Meskipun populer, penggunaan kandungan skincare tetap harus disesuaikan dengan kondisi kulit masing-masing.

5. TIPS MEMILIH SKINCARE YANG AMAN

Agar tidak salah memilih produk, berikut beberapa tips yang dapat dilakukan:

- Pilih Produk yang Terdaftar BPOM

Produk yang memiliki izin BPOM lebih terjamin keamanan dan kualitasnya.

- Kenali Jenis Kulit

Gunakan produk sesuai jenis dan kebutuhan kulit.

- Perhatikan Kandungan Produk

Hindari kandungan yang dapat memicu alergi atau iritasi.

- Jangan Mudah Tergiur Hasil Instan

Produk yang menjanjikan hasil sangat cepat perlu diwaspadai.

- Konsultasi dengan Tenaga Kesehatan

jika memiliki masalah kulit tertentu, sebaiknya berkonsultasi dengan dokter atau apoteker.

6. BAHAYA SKINCARE ILEGAL

Penggunaan skincare ilegal dapat memberikan dampak buruk bagi kesehatan kulit. Beberapa produk ilegal mengandung bahan berbahaya seperti merkuri dan hidrokuinon dosis tinggi.

Dampak penggunaan skincare ilegal antara lain:

- Iritasi kulit
- Kulit menjadi tipis dan sensitif
- Timbul jerawat parah
- Kerusakan kulit permanen
- Risiko gangguan kesehatan lainnya

Oleh karena itu, masyarakat harus lebih bijak dalam memilih produk skincare.

7. PERAN FARMASI DALAM DUNIA SKINCARE

Farmasi memiliki peran penting dalam pengembangan dan pengawasan produk skincare.

Tenaga farmasi membantu memastikan bahwa produk skincare yang beredar aman digunakan oleh masyarakat. Selain itu, apoteker juga dapat memberikan edukasi mengenai:

- Cara penggunaan skincare yang benar
- Kandungan aktif dalam skincare
- Efek samping produk tertentu
- Pemilihan skincare sesuai jenis kulit

Dengan edukasi yang tepat, masyarakat dapat menggunakan skincare secara lebih aman dan efektif.

8. Kesimpulan

Skincare bukan hanya tentang penampilan, tetapi juga tentang menjaga kesehatan kulit. Penggunaan skincare yang tepat dapat membantu melindungi kulit dari berbagai masalah dan meningkatkan rasa percaya diri.

Masyarakat perlu lebih bijak dalam memilih produk skincare dengan memperhatikan keamanan, kandungan, dan izin edar produk. Selain itu, penting untuk memahami jenis kulit dan menggunakan skincare sesuai kebutuhan.

Melalui edukasi yang baik dan penggunaan produk yang aman, kesehatan kulit dapat terjaga sehingga tercipta kulit yang sehat, nyaman, dan terawat.

Daftar Pustaka

Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia. 2023. Cek KLIK Sebelum Membeli Kosmetik. Jakarta: BPOM RI.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2022. Pedoman Penggunaan Kosmetik Aman. Jakarta.

Draelos, Zoe Diana. 2021. Cosmetic Dermatology: Products and Procedures. Wiley-Blackwell.

Baumann, Leslie. 2020. Skin Type Solutions Revisited. Allured Publishing Corporation.

American Academy of Dermatology. 2024. Basic and Safe Cosmetic Use