



**Buah & Sayur** *untuk*  
**Kesehatan Kulit Wajah**

**By. Retno Mardhiati**





**Vitamin C**

**Vitamin E**





# KOSMETIK HERBAL DI INDONESIA

TANAMAN	KANDUNGAN SENYAWA	REFERENSI
Tomat ( <i>Solanum lycopersicum</i> )	Likopen, Karotenoid	(Pouillot <i>et al.</i> , 2011).
Kersen ( <i>Muntingia calabura</i> )	Flavonoid, saponin, triterpen, steroid, dan tannin	(Kuntorini <i>et al.</i> , 2013)
Cabe Jawa ( <i>Piper longum L.</i> )	Minyak atsiri, kristal alkaloid piperin dan piperettine, serta resin	(Ismail, 2013)
Lidah Buaya ( <i>Aloe Vera</i> )	Antrakuinon	(Hanzola, 2015)
Madu	Mineral, Vitamin dan Potasium	Adji, 2007
Bengkuang ( <i>Pachyrhizus erosus</i> )	Vitamin C dan Vitamin B	(H <i>et al.</i> , 2015)
Akar Manis ( <i>Glycyrrhiza glabra</i> )	Triterpen, saponin dan flavonoid	(Nitalikar <i>et al.</i> , 2010)
Buah Semangka ( <i>Citrullus vulgaris Schrad</i> )	vitamin, mineral, enzim dan klorofil	(Dhunurain Rochmatika <i>et al.</i> , 2012)
Buah Naga Merah ( <i>Hylocereus polyrhizus</i> )	Alkaloid, flavonoid, tanin dan saponin.	(Jiwintarum <i>et al.</i> , 2016)
Kacang Hijau ( <i>Vigna radiata</i> )	vitamin A, B1 dan C	(Anti, 2018)



- ❖ Zat gizi terbanyak vitamin E
- ❖ Mencegah kanker kulit
- ❖ Memperlambat penuaan kulit wajah, mencegah dan mengurangi kerutan
- ❖ Melindungi dan melembabkan kulit sensitif atau kulit kering
- ❖ Menjaga kelenturan kulit
- ❖ Mengikis sel kulit mati
- ❖ Mengurangi flek hitam dan noda, meredakan iritasi, dan mengobati kulit terbakar serta menghilangkan kulit gatal.
- ❖ Mencegah jerawat
- ❖ Mengatasi luka disudut mulut
- ❖ Menghapus riasan/ make up





# Pengguna Masker Minyak Zaitun



- ❖ Cara membuat masker minyak zaitun dengan air lemon
- ❖ Campurkan 1 sendok makan minyak zaitun dengan 1 sendok makan air lemon
- ❖ Oleskan campuran tersebut ke seluruh wajah dengan lembut dan merata
- ❖ Diamkan masker selama sekitar 30 menit agar meresap ke kulit
- ❖ Setelah 30 menit, masker dibilas dengan menggunakan air dingin hingga bersih





Kandungan tomat: senyawa polifenol, karotenoid (likopen) vitamin C,  $\beta$ -carotene, vitamin A, vitamin B, vitamin E, dan vitamin B6

Masker Buah tomat (*Solanum lycopersicum* L. *Var. cucurbita*) dan daun sirih (*Piper betle* L) mempunyai kandungan likopen, flavonoid dan minyak atsiri yang memiliki kemampuan antioksidan dan antibakteri.

Tomat mencegah eritema akibat radiasi UV paparan sinar matahari pada kulit (Pouillot *et al.*, 2011).





Buah bengkoang memiliki kandungan zat yang bermanfaat, seperti anti oksidan, anti bakteri, flafonoid, dan vitamin c.

Umbi bengkoang diblender selama 1 menit sampai halus, kemudian diperas airnya di atas saringan hingga dipastikan kadar air dalam umbi bengkoang habis.

Dibuang ampas dari umbi bengkoang yang tidak diperlukan, selanjutnya air hasil perasan dari umbi bengkoang diendapkan

Sari bengkoang di tuang dalam loyang dan di oven pada suhu 45°C sampai kering selama 120 jam (5 hari).



➤ Vitamin A, Vitamin B, Vitamin C, Vitamin E, Kalsium, Magnesium, dan antioksidan seperti flavonoid semuanya ada dalam daun kelor.

➤ Organisasi Amerika bernama *Trees for Life*, daun kelor kering (bubuk) mengandung vitamin A 10 kali lebih banyak daripada wortel per gram, 17 kali lebih banyak kalsium daripada susu, 25 kali lebih banyak zat besi daripada bayam, 9 kali lebih banyak protein. yogurt, dan potasium 15 kali lipat pisang



➤ **7 gram bubuk kelor dan  
3 gram tepung beras**









- ❁ Menggunakan 3 sampai 5 kapsul masker wajah kedalam wadah
- ❁ Tambahkan satu atau 2 sendok makan air secukupnya untuk melarutkan masker sehingga menyerupai pasta kental
- ❁ Setelah masker selesai dibuat, oleskan ke kulit wajah secara merata dan diamkan kurang lebih 10 menit hingga masker kering



- ❁ Setelah masker kering, bilas wajah dengan air hangat kemudian keringkan dengan handuk bersih.
- ❁ Penggunaan masker yang baik minimal 3 kali dalam seminggu.





Daun kelor  
(*Moringa oleifera*)

Madu  
hutam

Ekstrak daun kelor +  
Madu hutam

Karakteristik Masker  
gel *peel-off*

Uji  
Organoleptik

Uji Iritasi  
Kulit

Uji  
Pengukuran PH

Uji Daya  
Antibakteri





## **Tepung beras dengan Daun Rica**

Menstimulasi pertumbuhan sel kulit dan meningkatkan aliran darah, selain itu kandungan senyawa flavonoid pada daun rica memiliki aktivitas antioksidan untuk melawan radikal bebas

Buah kapulaga mengandung alkaloid, tanin, polifenol, flavonoid, steroid dan saponin, serta mengandung minyak atsiri sebanyak 8% yang terdiri dari sineol, terpineol, dan alfa-borneol.

Masker Kapulaga digunakan untuk mencegah jerawat (antibakteri).





**Terima Kasih**