

# PERAWATAN KULIT KEPALA DAN RAMBUT

## A. Rambut

Rambut tumbuh dari kulit sebagai batang-batang tanduk dan tersebar di seluruh kulit tubuh dan kepala

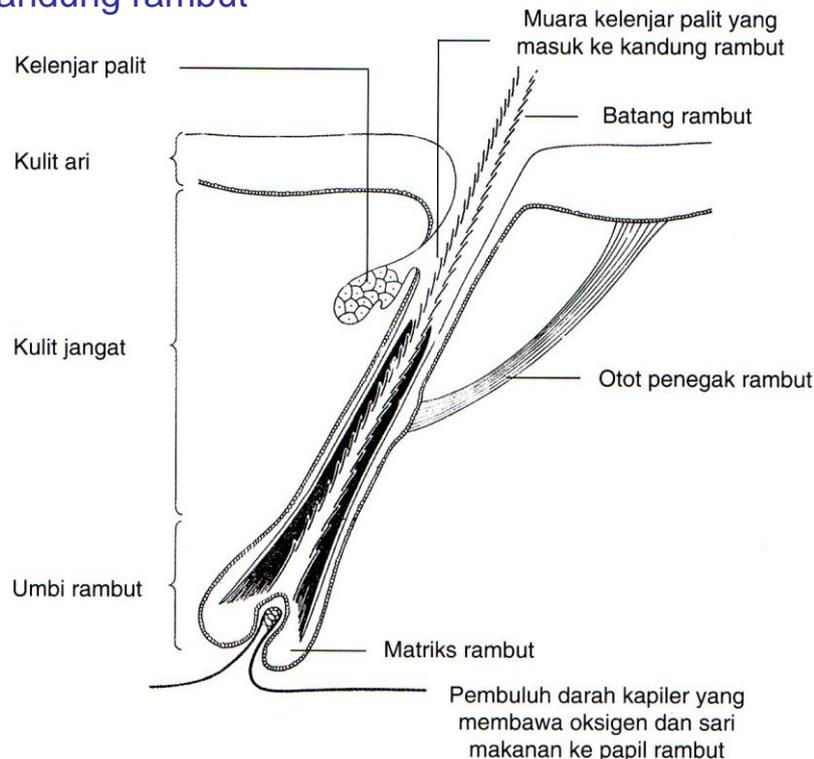
Pertumbuhan normal dan sehat di kepala mencapai sekitar 0,5 inci setiap bulannya

Kesuburan dan pertumbuhan rambut dialami pada saat usia 15 tahun sampai dengan 30 tahun dan mulai berkurang pertumbuhannya menjelang usia 50 tahun

Siklus pertumbuhan rambut :

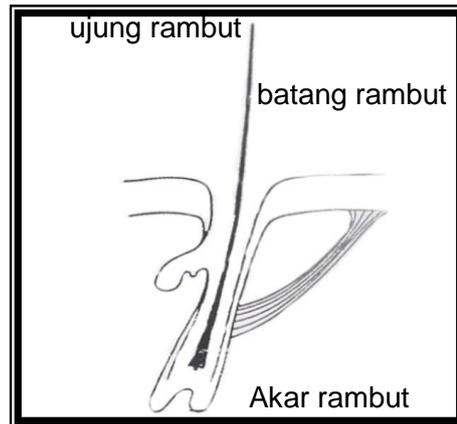
1. Masa tumbuh (*anagen*). Lamanya  $\pm$  1000 hari, atau 2-6 tahun.
2. Melewati masa pergantian atau masa peralihan (*katogen*) yang berlangsung sekitar 2-3 minggu.
3. Masa istirahat (*telogen*) yang berlangsung 3-4 bulan..

### Struktur kandung rambut



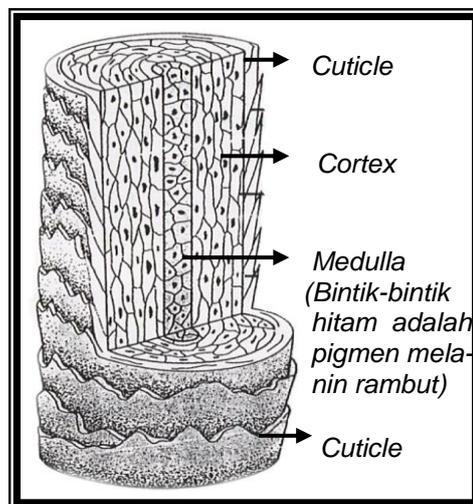
### Bagian-Bagian Rambut

1. Ujung rambut berbentuk runcing, terdapat pada rambut yang baru saja tumbuh.
2. Batang rambut merupakan bagian rambut yang berada di atas permukaan kulit berupa benang halus terdiri dari keratin atau sel-sel tanduk.
3. Akar rambut berada di dalam kulit dan tertanam di dalam *folikel* / kandung rambut



Batang rambut mempunyai 3 lapisan, yaitu :

1. *Cuticle* / kulit ari / selaput rambut merupakan lapisan terluar dari batang rambut, terdiri dari susunan sekitar 7-10 sel-sel tanduk pipih, keras dan bening atau dapat tembus cahaya.
2. *Cortex* / kulit rambut disusun oleh kumpulan seperti benang halus yang terdiri dari keratin / sel tanduk
3. *Medulla* / sumsum rambut merupakan bagian paling sentral rambut dan terdiri atas sel-sel tanduk yang telah mengisut dan berbentuk tidak menentu (*irregular*).



Fungsi rambut pada umumnya adalah :

- a. Pelindung. Rambut melindungi kulit kepala dari berbagai gesekan atau benturan, juga kantung rambut yang berhubungan dengan ujung syaraf perasa dengan cepat mampu bereaksi terhadap keadaan yang menjadi penyebabnya, misal jika mendadak merasa tegang atau sangat ketakutan, penegak rambut yang menempel di kantung rambut akan mengkerut (bulu kuduk berdiri).
- b. Pertanda Status Sosial. Berkembangnya suatu peradaban membawa serta terbentuknya strata sosial.

- c. Menunjukkan Identitas Profesi, seperti guru, anggota TNI dan siswa memiliki keharusan berambut pendek, seniman seperti penyair, pemusik, dan pelukis memiliki kebiasaan memelihara panjang rambutnya.
- d. Penunjang Penampilan. Rambut adalah mahkota terindah setiap manusia

## B. Diagnosis Rambut

1. **Jenis kulit kepala** : berminyak, normal atau kering.  
Penilaian jenis kulit kepala sama dengan penilaian jenis kulit muka, yaitu dengan memperhatikan keadaan dan perabaan kulit dengan mempergunakan ujung jari tangan

### 2. Jenis rambut

- a. Jenis rambut berminyak. Rambut berminyak disebabkan kelenjar minyak di kulit kepala memproduksi sebum secara berlebihan, hormon yang tidak seimbang, stress dan terlalu banyak mengeluarkan keringat. Rambut berminyak terlihat mengkilap, tebal, lengket, tidak teratur, selalu basah, cepat kotor, lengket dan sering ditumbuhi ketombe basah (*pityriasis steatoides*).
- b. Jenis rambut normal. Rambut normal terlihat segar atau bercahaya, tidak lengket, tidak kusam, teksturnya baik dan mudah diatur dan daya elastisitasnya 20%.
- c. Jenis rambut kering. Rambut kering karena kurangnya minyak alami rambut. Rambut kering terlihat kusam, pudar, ujung rambut pecah-pecah, tipis, mudah kusut, sulit diatur dan berwarna pirang atau kemerahan.
- d. Rambut kombinasi. Rambut kombinasi cenderung berminyak pada akar rambut, dan kering pada batang rambut, terkadang ujung rambut pecah-pecah. Rambut kombinasi terjadi karena terlalu banyak terkena bahan kimia yang terdapat dalam kosmetik rambut, atau terlalu banyak menggunakan *conditioner*.

Catatan : Jenis rambut ditentukan dari pangkal rambut sepanjang  $\frac{1}{2}$  jengkal

### 3. Bentuk rambut

- a. Lurus cirinya kelihatan lurus, tidak bergelombang dan tidak keriting.
- b. Berombak cirinya memperlihatkan gelombang pada rambut, karena dikeriting atau rambut yang bergelombang asli.
- c. Keriting Rambut keriting (alami atau hasil pengeritingan)
- d. Rambut pendek bila rambut sampai leher atau belum sampai bahu
- e. Rambut panjang, bila rambut melewati bahu
- f. Rambut setengah panjang bila rambut mengenai bahu/pundak.

#### 4. Warna rambut

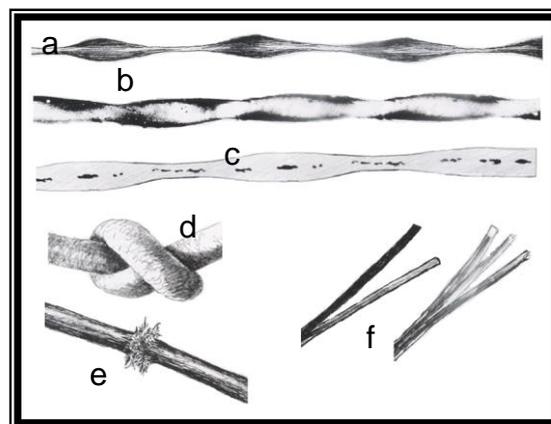
- a. Hitam baik karena hasil pengecatan atau warna aslinya
- b. Coklat kehitam-hitaman : warna rambut coklat hampir hitam, karena cuaca atau warna aslinya
- c. Putih : rambut berwarna abu-abu atau putih seperti uban yang disebabkan kelainan hormon atau pembawaan sejak lahir (albino)
- d. Coklat/merah sebagai akibat *overprocessing* pemakaian sampo yang lindi, pengeritingan terlalu lama, pengaruh cuaca dan warna cat rambut yang telah mulai luntur
- e. Pirang : warna asli rambut atau karena dicat

### C. Kelainan-kelainan Pada Kulit Kepala dan Rambut

#### 1. Kelainan pada rambut

##### a. Kelainan Batang Rambut

- 1) Rambut bermanik (*monilethrix, beaded hair*), (Gbr. a)
- 2) Rambut berpilin (*pili torti*), (Gbr. b)
- 3) Rambut bercincin (*pili annulati, ringed hair*), (Gbr. c)
- 4) Rambut bersimpul (*trichonodosis*), (Gbr. d)
- 5) Rambut beruas (*trichorrhexis nodosa*), (Gbr. e)
- 6) Rambut terbelah (*trichoptilosis*), (Gbr.f)



##### b. Kelainan Kelebatan Rambut

1. *Hypotrichosis*, adalah pertumbuhan rambut kurang dari normal.
2. *Hypertrichosis*, adalah pertumbuhan rambut yang lebih banyak dari normal. *Hypertrichosis* merupakan kelainan bawaan, gizi buruk, kelainan metabolisme dan pemakaian obat-obatan. Pada laki-laki disertai pertumbuhan rambut di punggung dan dada, pada perempuan terjadi pertumbuhan kumis dan janggut (*hirsutisme*).

##### c. Kelainan Warna Rambut

1. *Heterokromia* adalah rambut berwarna dua yang berbeda satu dari yang lain.

2. *Canities* (ubanan) adalah perubahan warna rambut menjadi uban putih atau kelabu akibat hilangnya pigmen warna di kulit rambut dan digantikan dengan udara..

## 2. Kelainan pada kulit kepala

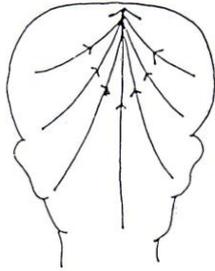
- a. Ketombe / sindap / busik (*dandruff*), terjadi akibat pengelupasan sel kulit kepala berlebihan. Ketombe dibedakan dalam dua jenis, yaitu : Ketombe kering (*Pityriasis Sicca*) berupa sebagian sisik-sisik ketombe melekat erat dan sebagian terlepas di sekitarnya, Ketombe basah (*Pityriasis Steodeos*) berupa lapisan sisik berwarna putih kekuning-kuningan yang menempel kuat dan menyerap sebum kulit kepala, bila dikelupas timbul bekas merah disertai rasa gatal.
- b. Kutu kepala menimbulkan problema lebih parah daripada gangguan ketombe. Kutu betina berukuran sekitar 3-4 mm sedikit lebih besar daripada kutu jantan, bertelur antara 7-10 butir dalam satu bulan masa hidupnya.
- c. Kadas (*Tinea Favasa*), disebabkan infeksi jamur tertentu, gejalanya adalah terbentuknya keropeng-keropeng (*crustak*). Kadas atau favas dapat menyebabkan kebutakan permanen.
- d. Botak (*alopecia*). Kebutakan bisa terjadi sejak lahir atau karena luka. Kebutakan sejak lahir dinamakan *alopecia congenita*. Kebutakan akibat luka/peradangan dinamakan *alopecia cicatrisata*. Kebutakan setempat dinamakan *alopecia areata*, sedangkan bila seluruh kulit kepala dinamakan *alopecia totalis*. Kebutakan seluruh kulit kepala disertai hilangnya rambut di wajah, tubuh dan anggota badan lainnya dinamakan *alopecia universalis*.
- e. Rontok. Rambut dikatakan rontok jika rambut yang rontok melebihi 10 helai. Penyebabnya sudah menderita penyakit *tyfus*, cacar dan bila sudah melahirkan

## D. Tujuan Perawatan Kulit Kepala dan Rambut

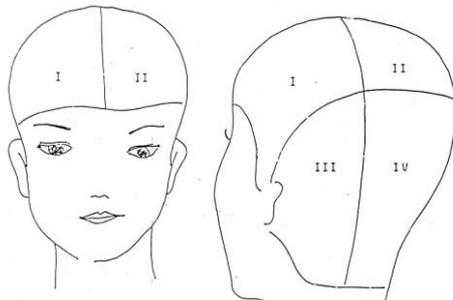
1. Mencegah kerontokan rambut
2. Merangsang peredaran darah
3. Menormalisir bekerjanya kelenjar-kelenjar kulit kepala dan syaraf
4. Melepaskan ketegangan kulit kepala

## E. Tahap-tahap Perawatan Kulit Kepala dan Rambut

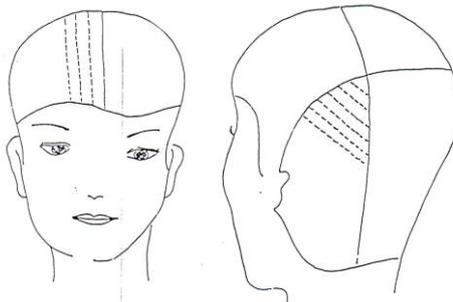
1. Menyisir.
2. Penyikatan kulit kepala untuk menghilangkan debu, merangsang peredaran darah dan pertumbuhan rambut. Teknik menyikat kesemuanya mengarah ke ubun-ubun dan sikat harus menyentuh kulit kepala sebelum sikat diarahkan ke ujung rambut.



3. Pencucian rambut dengan menggunakan sampo (keramas) yang sesuai dengan jenis kulit kepala dan rambut dan tidak banyak mengandung lindi.
4. *Blocking* atau pembagian rambut untuk mempermudah pemakaian *hair tonic* atau krim saat *creambath*.



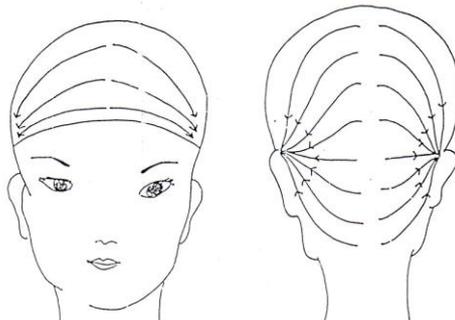
5. Pengobatan dilakukan pada rambut bermasalah, misal rontok, ketombe, rambut bercabang, kusam atau kutu rambut.



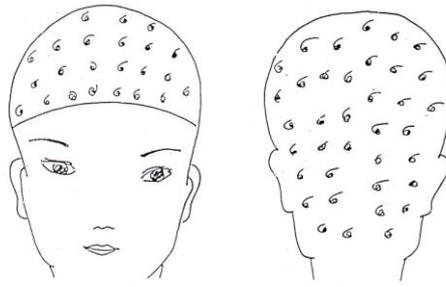
6. Pengurutan dimaksudkan agar kosmetik perawatan kulit kepala dan rambut meresap lebih baik. Pengurutan dilakukan secara perlahan dan hati-hati.

Gerakan pengurutan yang digunakan yaitu :

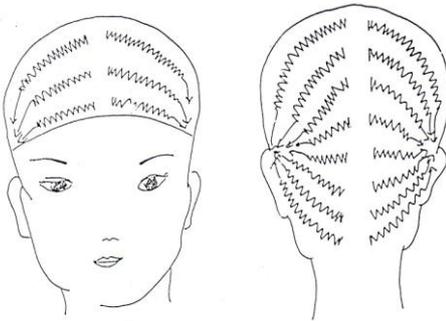
- a. Gerakan urut mengusap (*effleurage*) : dilakukan dengan cara mengusapkan kedua telapak tangan kiri dan kanan pada kulit kepala



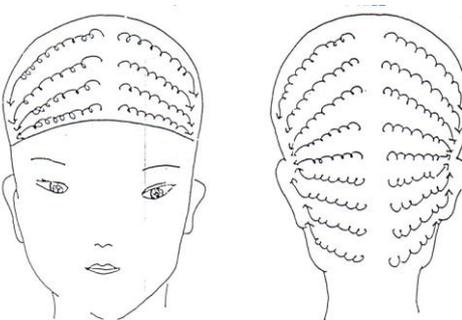
- b. Gerakan urut *friction* (menekan) : seperti gerakan rotasi tetapi terputus-putus dan dilepas.



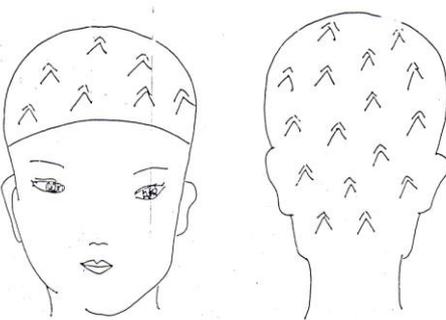
- c. Gerakan urut *fibratie* (menggetar) : dilakukan menggunakan sisir yang ada pentolan di ujungnya atau dengan tangan yang digetarkan, dengan tujuan untuk menenangkan syaraf kepala.



- d. Gerakan urut rotasi : Rotasi di mulai dari arah pertumbuhan rambut menuju ke tengah telinga



- e. Gerakan urut jumptan : dilakuka pada seluruh kulit kepala tanpa beraturan yaitu gerakan menjumput ke atas dan dilepas.



7. Merapihkan rambut dengan cara disisir dan ditata dengan baik