

## **PEMANFAATAN TOMAT (*Solanum lycopersicum*) SEBAGAI PEMBERSIH WAJAH ALAMI TANPA EFEK SAMPING**

Muhammad Dava Maulana  
Pembimbing : Eka Arif Nugraha,S.Pd  
MTs Negeri 1 Jepara

### **ABSTRAK**

Penampilan adalah hal yang penting, berbagai cara dilakukan demi menciptakan penampilan yang menarik. bagian tubuh yang sering menjadi perhatian dalam setiap perubahan penampilan adalah kulit wajah. Manusia umumnya memiliki masalah kesehatan wajah ,terutama pada anak-anak yang sudah remaja dari mulai minyak wajah yang berlebih, komedo dan lain-lainnya yang dapat menimbulkan masalah jerawat. Banyak orang yang memiliki masalah wajah terutama bagi anak remaja. Adapun cara merawat wajah supaya tetap sehat bisa dilakukan dengan menggunakan tomat sebagai masker wajah alami. kandungan didalam tomat berpotensi membersihkan minyak berlebih dan dapat berpotensi untuk meredakan inflamasi dan iritasi kulit.

*Kata kunci : tomat, wajah, alami*

### **PENDAHULUAN**

Penampilan adalah hal yang penting, berbagai cara dilakukan demi menciptakan penampilan yang menarik. bagian tubuh yang sering menjadi perhatian dalam setiap perubahan penampilan adalah kulit wajah. Manusia umumnya memiliki masalah kesehatan wajah ,terutama pada anak-anak yang sudah remaja dari mulai minyak wajah yang berlebih, komedo dan lain-lainnya yang dapat menimbulkan masalah jerawat. Wajah kita sangat membutuhkan vitamin-vitamin yang berguna untuk menjaga kesehatan kulit wajah.

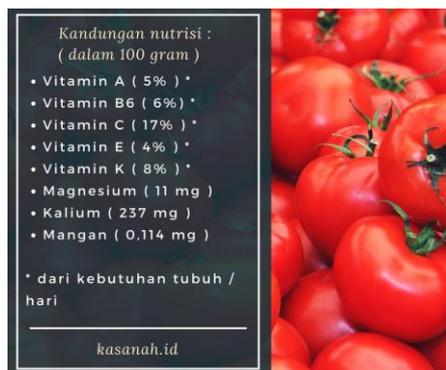
Beberapa vitamin tersebut dapat diperoleh dari beberapa bahan-bahan yang alami. Salah satunya adalah buah tomat (*Solanum lycopersicum*) sebagai alternatif pembersih wajah alami.

### **PEMBAHASAN**

Indonesia adalah Negara yang kaya akan Flora salah satunya adalah tanaman tomat yang terdapat pada Kepulauan tropis .Tomat (*Lycopersicum esculentum* Mill.) merupakan sayuran dan buah yang tergolong tanaman semusim berbentuk perdu dan termasuk kedalam famili Solanaceae. Buahnya

merupakan sumber vitamin dan mineral. Penggunaan dari tanaman tomat ini semakin luas, karena selain di konsumsi sebagai tomat segar dan untuk bumbu masakan, juga dapat di gunakan sebagai pembersih wajah alami.

Tomat merupakan salah satu tanaman hortikultura yang mempunyai nilai gizi yang tinggi. tomat memiliki banyak kandungan yang bersifat anti radang , seperti likopen, betakaroten, lutein, vitamin E, dan vitamin C. sebagai penjelas beberapa vitamin, dapat dilihat pada Gambar 1. Berikut.



Gambar 1. Kandungan nutrisi pada tomat

Dari gambar diatas dapat diketahui bahwa tomat memiliki kandungan yang berpotensi untuk membersihkan minyak berlebih dan juga tomat dapat berpotensi untuk meredakan inflamasi dan iritasi kulit. banyak sekali manfaat

tomat antara lain mampu mengontrol minyak yang berlebih pada wajah. selain itu, tomat juga dapat membuka pori-pori yang tersumbat oleh kotoran atau minyak yang menyebabkan komedo. manfaat ini bisa diperoleh dari berbagai cara. Sebagai contoh dari manfaat tomat, dapat dilihat pada gambar 2. Berikut.



Gambar 2. Manfaat tomat bagi wajah

Dari gambar 2 diatas dapat diketahui bahwa tomat memiliki potensi yang sangat bermanfaat bagi kulit wajah. Hal ini dapat dilakukan dengan cara membuatnya menjadi masker wajah. Berikut adalah langkah-langkah membuat masker alami dari tomat.

1. Iris tomat bagian atas lalu taburi gula pasir di piring kecil, dan celupkan irisan tomat ke dalamnya.
2. Gunakan potongan tomat berlapis gula untuk mengelupas

wajah anda dengan lembut menggunakan gerakan melingkar.

3. Setelah wajah anda rata ditutupi dengan *scrub* tomat, biarkan selama 10 menit sebelum membilasnya dengan air.

Untuk mendapatkan hasil yang sempurna dianjurkan untuk melakukannya 1 minggu 2 kali. Meskipun tomat merupakan bahan alami, namun tomat tetap dapat menimbulkan reaksi alergi pada sebagian orang yang sensitif. Untuk mencegah timbulnya reaksi alergi pada wajah, sebelum menggunakan masker tomat pada wajah sebaiknya Anda mencobanya terlebih dahulu pada area yang tertutup seperti leher atau belakang telinga. Oleskan sedikit masker tomat kemudian diamkan selama 10-15 menit. Bila tidak timbul reaksi maka masker tomat aman untuk digunakan di area wajah. Namun jika timbul rasa gatal, kemerahan atau bengkak pada kulit (yang merupakan gejala reaksi alergi) sebaiknya segera bersihkan sisa masker dan masker jangan digunakan lagi.

## KESIMPULAN

Penampilan adalah hal yang penting, terutama kulit wajah. Manusia umumnya memiliki masalah kesehatan wajah, terutama pada anak-anak yang sudah remaja. salah satu cara merawat kulit wajah agar sehat adalah dengan tomat yang mengandung banyak manfaat bagi wajah.

Tomat merupakan sayuran dan buah yang tergolong tanaman semusim. tomat memiliki banyak kandungan yang bersifat anti radang, seperti likopen, betakaroten, lutein, vitamin E, dan vitamin C. Banyak sekali manfaat tomat antara lain mampu mengontrol minyak yang berlebih pada wajah. selain itu, tomat juga dapat membuka pori-pori wajah.

## DAFTAR PUSTAKA

- (2020) 7 Manfaat Buah Tomat untuk Wajah dan Bibir, Ampuh Atasi Berbagai Permasalahan. Diakses tanggal 03 Mei 2021 dari <https://www.merdeka.com/jateng/7-manfaat-buah-tomat-untuk-wajah-dan-bibir-ampuh-atasi-berbagai-permasalahan-kln.html#:~:text=Di%20sini%2>

C%20tomat%20secara%20alami,sebagai%20masker%20alami%20untuk%20wajah.

- (2021) Tak Hanya Melembapkan Kulit, Inilah Fungsi Sebum bagi Kesehatan Kulit. Diakses tanggal 03 Mei 2021 dari <https://www.alodokter.com/tak-hanya-melembapkan-kulit-inilah-fungsi-sebum-bagi-kesehatan-kulit#:~:text=Sebum%20merupakan%20minyak%20alami%20kulit,mencegah%20pertumbuhan%20bakteri%20di%20kulit.>
- (2020) 9 Manfaat Tomat bagi Kesehatan yang Wajib Diketahui, Bisa Cegah Tulang Keropos. Diakses tanggal 04 Mei 2021 dari <https://www.merdeka.com/jateng/9-manfaat-tomat-bagi-kesehatan-yang-wajib-diketahui-bisa-cegah-tulang-keropos-kln.html#:~:text=Tomat%20memiliki%20nama%20latin%20Solanum,yang%20berasal%20dari%20Amerika%20Selatan.>

- (2019) budidaya dan cara menanam buah tomat. Diakses tanggal 04 Mei 2021 dari

<https://www.elinotes.com/2019/10/budidaya-dan-cara-menanam-buah-tomat.html>

- (2019) Inilah 5 Manfaat Masker Tomat untuk Kecantikan Kulit Wajah. Diakses tanggal 04 Mei 2021 dari <https://bosscha.id/2019/08/12/inilah-5-manfaat-masker-tomat-untuk-kecantikan-kulit-wajah/>
- (2018) Coba deh 6 Metode Tomat Ini, Lihat Apa yang Terjadi Pada Kulit Beberapa Menit Kemudian. Diakses tanggal 04 Mei 2021 dari <https://nakita.grid.id/read/0230457/coba-deh-6-metode-tomat-ini-lihat-apa-yang-terjadi-pada-kulit-beberapa-menit-kemudian?page=all>
- (2017) Masker tomat amankah digunakan setiap hari?. Diakses tanggal 04 Mei 2021 dari <https://www.alodokter.com/komunitas/topic/diy-masker-tomat>