

Dunia rambut: mengenal struktur, tekstur, dan cara perawatannya

Aneyra Hasna Husniyah

Program Studi Fisika, Fakultas Sains dan Teknologi, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

e-mail: 230604110006@student.uin-malang.ac.id

Kata Kunci:

Rambut, tekstur rambut, jenis rambut, jumlah helai rambut, perawatan rambut

Keywords:

Hair, hair texture, hair type, hair strand count, hair care

ABSTRAK

Rambut merupakan salah satu organ manusia yang bentuknya mirip benang yang tumbuh pada kulit. Rambut muncul dari lapisan epidermis meski asalnya dari folikel rambut yang terletak jauh dibawah lapisan dermis kulit. Rambut memiliki banyak tekstur mulai dari rambut lurus, bergelombang hingga keriting. Perbedaan jenis rambut ini memiliki banyak faktor, salah satunya adalah faktor genetik dan evolusi. Salah satu fakta unik mengenai rambut adalah tentang berapa banyak jumlah helainya. Rambut lurus memiliki jumlah helai rambut yang lebih banyak daripada rambut berombak dan keriting dikarenakan disetiap helai rambut tumbuh dari folikel di kulit kepala, sedangkan folikel ini menentukan banyak aspek rambut. Selain itu, perawatan rambut yang tepat sangat bergantung terhadap jenis dan tekturnya. Kesalahan dalam perawatan dapat menyebabkan kerusakan pada rambut.

ABSTRACT

Hair is one of the thread-like human organs that grow on the skin. Hair emerges from the epidermis layer although its origin is from the hair follicle which is located deep under the dermis layer of the skin. Hair has many textures ranging from straight, wavy to curly hair. These different types of hair have many factors, one of which is genetic and evolutionary. One of the unique facts about hair is how many strands it has. Straight hair has more strands than wavy and curly hair because each strand of hair grows from a follicle on the scalp, while this follicle determines many aspects of the hair. Also, proper hair care depends on the type and texture of the hair. Mistakes in care can cause damage to the hair.

Pendahuluan

Rambut adalah salah satu bagian tubuh manusia yang bentuknya mirip benang yang tumbuh pada kulit. Rambut memiliki peran penting dalam tubuh manusia yaitu sebagai pertahanan daya panas pada tubuh dan zat-zat asing yang masuk kedalam tubuh dan meningkatkan rangsangan pada kulit kepala. Tidak hanya sekedar pertahanan daya panas pada tubuh tetapi rambut juga menjadi ciri khas dari seorang manusia yang menjadikannya sebagai simbol kecantikan dan kepercayaan terhadap diri sendiri. Tidak sedikit manusia yang memiliki tekstur rambut yang berbeda-beda. Berdasarkan data, persentase rambut lurus di daerah Eropa sekitar 45% dan di daerah Asia memiliki persentase sekitar 77,4%, sedangkan di daerah Afrika pada umumnya cenderung memiliki rambut yang keriting. Hal ini salah satunya dipengaruhi oleh faktor genetik dan evolusi. Rambut lurus memiliki folikel lurus dengan penampang bulat, sementara rambut keriting memiliki folikel yang melengkung dengan oval (Mescher, 2010).

Namun, tidak sedikit orang yang memiliki rambut tidak sehat. Beberapa faktor seperti polusi, pola makan yang tidak sehat bisa menyebabkan rambut menjadi rontok, kering



This is an open access article under the [CC BY-NC-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/) license.

Copyright © 2023 by Author. Published by Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

dan rusak. Perawatan rambut yang tepat sangat mempengaruhi kesehatan terhadap rambut. Tidak hanya sebatas mencuci dan mengaplikasikan produk, tetapi nutrisi yang cukup juga berperan dalam memperkuat akar rambut dan meningkatkan pertumbuhannya (S. Patel, 2020). Pembahasan mengenai rambut ini penting diedukasikan kepada seluruh kalangan dari anak maupun orang tua karena banyak orang yang belum mengetahui tentang apakah semua tekstur rambut terdapat faktor genetik dan evolusi, apa itu folikel dan berapa jumlah helai rambut yang dimiliki seseorang dari setiap tekstur rambut yang berbeda. Rambut juga bukan hanya bagian tubuh yang berfungsi sebagai pelindung kepala melainkan rambut juga mempunyai peran yang penting dalam kesehatan maupun identitas seseorang.

Pembahasan

Struktur Rambut

Rambut merupakan salah satu bagian dari tubuh manusia yang tumbuh pada epidermis kulit dan berbentuk seperti benang. Rambut sendiri mempunyai beberapa komponen dan bagian. Komponen rambut terdiri dari keratin, karbohidrat, enzim, asam nukleat, lemak, sistin dan sistein, arginin dan sistrulin, sedangkan bagian rambut terdiri dari 2 bagian, yaitu akar rambut dan batang rambut. Pada batang rambut memiliki 3 bagian utama, yang pertama yakni medula. Medula merupakan bagian terdalam dari batang rambut yang terbentuk dari sel polihedral sejajar mengandung butiran lemak, keratotialin, dan udara. Bagian batang rambut yang kedua adalah kortex. Kortex merupakan bagian tengah pada batang rambut yang tersusun dari sel terelongasi yang didalamnya mengandung granul pigmen yang umumnya ditemukan pada rambut berwarna gelap sedangkan rambut yang berwarna lebih terang biasanya memiliki kandungan udara yang lebih besar. Dan bagian batang rambut yang terakhir adalah bagian dari luar batang rambut yang memiliki kandungan lapisan sel tunggal yang terkeratinisasi dan berbentuk tipis datar. Bagian ini biasa disebut dengan kutikula (Tortora & Anagnostakos, 1990).

Bagian rambut yang selanjutnya yakni akar rambut. Akar rambut adalah bagian yang terletak di bawah permukaan kulit sampai ke lapisan subkutan yang terdiri dari 3 lapisan yakni medula, kortex, dan kutikula. Akar rambut dilindungi oleh struktur kantung atau biasa disebut dengan folikel rambut. Bagian dasar folikel rambut yang berbentuk menyerupai bawang disebut dengan *bulb*. Bagian dasar dari *bulb* biasa disebut dengan papilla dermal yang mengandung banyak pembuluh darah yang mengalirkan makanan untuk mendukung pertumbuhan rambut dan serabut syaraf. Papilla dermal juga mempunyai bagian atas yang dilapisi oleh sel matriks yang bisa membelah dengan cepat (Firaback, 2017).

Tekstur Rambut

Tekstur rambut dapat ditentukan dari bentuk folikel rambut yang bisa memengaruhi proses pertumbuhan rambut. Folikel ini juga menentukan banyak aspek rambut diantaranya jika seseorang memiliki rambut yang lurus maka folikel rambut yang dimilikinya juga lurus dan penampangnya bulat, jika seseorang memiliki rambut berombak maka mempunyai folikel yang melengkung dan penampangnya oval. Namun,

jika seseorang memiliki rambut keriting maka folikel rambutnya sangat melengkung dan penampangnya pipih (Nova, 2017).

Selain bentuk folikel, jumlah rata-rata helai pada rambut juga menentukan tekstur dari rambut tersebut. Menurut hasil penelitian yang dipublikasikan dalam *Journal of Investigative Dermatology*, berdasarkan tekturnya jumlah rata-rata helai pada rambut lurus terdapat 100.000-150.000 helai, pada rambut bergelombang terdapat 100.000 helai dan sedangkan pada rambut keriting terdapat 80.000-100.000 helai rambut. Rambut juga memiliki beberapa tekstur berdasarkan kelembapannya, diantaranya yang pertama yaitu rambut berminyak atau *oily hair* yang mengakibatkan rambut sering terlihat lepek dan kusam. Yang kedua ada rambut kering atau *dry hair*. Kondisi ini dapat mengakibatkan rambut akan terlihat mudah kusut dan rapuh. Yang ketiga ada rambut kombinasi atau *combination hair* yang dapat menyebabkan rambut berada diantara kondisi kering dan berminyak. Dan yang terakhir ada rambut normal dimana pada kondisi rambut ini merupakan tipe yang tidak cenderung berminyak dan tidak cenderung kering (Pungky Umi, 2014). Selain bentuk folikel, jumlah rata-rata helai dan kelembapannya, faktor genetik dan lingkungan juga sangat berpengaruh pada tekstur rambut. Gen yang terkandung dalam kromosom memiliki peran penting dalam pembentukan karakteristik tekstur rambut. Selain itu, faktor lingkungan seperti paparan sinar matahari, kualitas air, dan polusi udara dapat memicu kerusakan pada rambut dan mempengaruhi kualitas tekturnya.

Perawatan Rambut

Karena rambut merupakan suatu mahkota atau identitas bagi seseorang, maka rambut sangat perlu untuk dijaga kesehatannya. Rambut yang rusak disebabkan oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang dimaksud disini adalah proses metabolisme, stres, pola makan yang tidak sehat dan hormon. Sedangkan faktor eksternalnya seperti proses pengeringan rambut, pencatatan, pewarnaan rambut serta kurangnya perawatan rambut juga menjadi pengaruh kerusakan rambut (Pinuji, 2009). Untuk tidak terjadi kerusakan pada rambut, maka perawatan rambut sangat diperlukan agar rambut selalu terjaga kesehatannya. Kebiasaan mencuci rambut dengan benar merupakan langkah awal dalam perawatan rambut. Pemilihan sampo dengan kandungan yang tepat sesuai kebutuhan tekstur rambut juga perlu diperhatikan agar tidak merusak rambut dan kulit kepala serta mengakibatkan ketombe dan kerontokan. Seperti contohnya jika seseorang yang memiliki rambut kering, maka dia harus memakai sampo yang dapat melembabkan rambut. Jika memiliki rambut berminyak maka harus memakai sampo yang dapat mengontrol minyak berlebih. Namun, mencuci rambut secara berlebihan juga tidak bagus buat kesehatan karena dapat menyebabkan rambut kering (Johnson, 2019).

Perawatan dengan kondisioner juga sangat diperlukan untuk menjaga kelembapan pada rambut. Dengan menggunakan kondisioner, rambut akan mudah diatur dan tidak mudah kusut dikarenakan kutikula rambut menjadi lebih halus. Untuk hasil yang lebih alami, disarankan untuk memilih kondisioner tanpa kandungan silikon. Pemilihan kondisioner ini juga harus disesuaikan dengan kondisi rambut agar tetap terjaga kesehatannya (Williams, 2021). Pengeringan rambut dengan benar juga salah satu upaya dalam menjaga kesehatan rambut. Melakukan pengeringan bisa menggunakan handuk yang berbahan lembut dan diusap-usap secara perlahan karena jika menggunakan

handuk yang berbahan kasar dan diusap terlalu kuat bisa menyebabkan rambut mudah rontok. Pengeringan rambut juga bisa dilakukan dengan alat pemanas elektronik seperti hairdryer dengan mengatur suhu di tingkat rendah supaya tidak terjadi panas yang berlebih sehingga mencegah kerusakan rambut (R. Patel & Kumar, 2021).

Cara perawatan rambut yang selanjutnya adalah menggunakan *hair mask* atau masker rambut. Menggunakan masker rambut dengan bahan alami sangat dianjurkan untuk meminimalisir kerusakan yang terjadi pada rambut yang disebabkan oleh kandungan alkohol. Contoh bahan alami yang dapat digunakan sebagai masker rambut diantaranya adalah minyak kelapa. Minyak kelapa dikenal membantu melembabkan dan melindungi rambut dari kerusakan, serta memberikan asupan nutrisi yang diperlukan oleh rambut. Selain itu, lidah buaya memiliki sifat anti-inflamasi dan anti-fungal yang dapat membantu mengatasi masalah ketombe pada rambut (Andreas, 2018). Selain itu, perawatan rambut juga bisa dilakukan dengan *Dry Sclap Treatment* atau perawatan rambut secara kering yaitu dengan melakukan pengurutan kulit kepala yang dilakukan secara teratur dan kering yang hanya menggunakan kosmetik *hair tonic* sehingga dapat membantu memelihara kulit kepala tetap sehat dan bersih. Atau bisa juga dengan melakukan konsultasi ke dokter atau spesialis rambut agar mengetahui kondisi rambut dan kulit kepala sehingga bisa melakukan perawatan yang tepat (Dewi Safitri & Nurhayya, 2023).

Kesimpulan

Kesimpulannya adalah rambut memiliki struktur kompleks yang terdiri dari kutikula sebagai lapisan pelindung, korteks yang menentukan warna, kekuatan dan tekstur, serta medulla sebagai lapisan terdalam. Selain struktur, rambut juga memiliki tekstur yang berbeda-beda seperti lurus, bergelombang, dan keriting yang dipengaruhi oleh faktor genetik dan lingkungan. Dengan memahami struktur dan tekstur kita dapat menjaga Kesehatan rambut dan mencegah berbagai masalah kerusakan pada rambut. Karena perbedaan tekstur rambut ini menyebabkan setiap jenis rambut memerlukan perawatan yang berbeda-beda. Perawatan rambut yang baik meliputi pemilihan produk sampo yang tepat sesuai dengan jenis rambut, penggunaan kondisioner supaya rambut tidak mudah kusut dan mudah diatur, pengeringan rambut dengan benar, penggunaan *hair mask* agar tidak menyebabkan terjadinya kerontokan pada rambut, serta bisa juga melakukan perawatan dengan cara *dry sclap treatment* atau yang biasa disebut dengan perawatan rambut secara kering dengan cara melakukan pengurutan kulit kepala yang dapat membantu memelihara kulit kepala tetap sehat dan bersih.

Saran

1. Pahami Jenis Rambut Anda: Perlu diketahui apakah rambut anda memiliki tekstur lurus, bergelombang atau keriting serta kondisi rambut yang kering, berminyak maupun normal. Memahami jenis rambut ini sangat membantu dalam pemilihan produk perawatan yang tepat.
2. Hindari Penggunaan Alat Panas yang Berlebihan: Alat panas yang dimaksud disini seperti catokan, pengering rambut, dan alat pengering yang dapat menyebabkan rambut rusak apabila digunakan terlalu sering. Jika harus menggunakannya, makan aplikasikan pelindung panas terlebih dahulu.

3. Kurangi Penggunaan Bahan Kimia: Pewarnaan rambut, bleaching, atau smoothing secara berlebihan dapat melemahkan struktur pada rambut.
4. Konsumsi Makanan yang Bergizi: Asupan yang kaya akan protein, vitamin dan mineral dapat mendukung pertumbuhan rambut yang sehat dari dalam. Seperti omega-3, biotin, dan vitamin E.

Daftar pustaka

Andreas. (2018). Natural Hair Masks for Hair Care. *Jurnal Kesehatan Alami*.

Dewi Safitri & Nurhayya. (2023). Dry Scalp Treatment for Hair Health. *Maliki Interdisciplinary Journal*, 1(2).

Firaback. (2017). *Struktur dan Fungsi Rambut*. BioMedika Press.

Johnson, L. (2019). Choosing the Right Shampoo. *Hair & Scalp Journal*.

Mescher, A. L. (2010). *Junqueira's Basic Histology: Text and Atlas*. McGraw-Hill.

Nova, H. (2017). Tekstur Rambut Berdasarkan Bentuk Folikel. *Jurnal Biologi Tropis*.

Patel, R., & Kumar, S. (2021). Role of Nutrition in Hair Health. *International Journal of Trichology*.

Patel, S. (2020). Safe Hair Drying Methods. *International Journal of Trichology*.

Pinuji. (2009). Penyebab Kerusakan Rambut. *Jurnal Kesehatan Rambut*.

Pungky Umi. (2014). Klasifikasi Tekstur Rambut Berdasarkan Kelembaban. *Jurnal Kecantikan*.

Tortora, G. J., & Anagnostakos, N. P. (1990). *Principles of Anatomy and Physiology*. Harper & Row.

Williams, R. (2021). Conditioner and Hair Health. *Journal of Dermatology Care*.