



Sinergi Alam dan Manusia dalam Perawatan Kulit Wajah: Kajian Manfaat Buah Tomat

<u>INFO PENULIS</u>	<u>INFO ARTIKEL</u>
Alinna Najwa N. M. Madrasah Tsanawiyah Sunan Pandanaran alinnajwa@gmail.com	ISSN: 2963-8933 Vol. 6, No. 1, April 2026 http://jurnal.ardenjaya.com/index.php/ajpp
Anandita Aura Richie Madrasah Tsanawiyah Sunan Pandanaran aurarichie@gmail.com	
Siti Nur Shabrina Madrasah Tsanawiyah Sunan Pandanaran shabrinaabcnds@gmail.com	

© 2026 Arden Jaya Publisher All rights reserved

Saran Penulisan Referensi

Najwa N. M. A., Richie, A. A., & Shabrina, S. N. (2026). Sinergi Alam dan Manusia dalam Perawatan Kulit Wajah: Kajian Manfaat Buah Tomat. *Arus Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 6 (1), 350-359.

Abstrak

Kecantikan dan kesehatan kulit wajah merupakan aspek penting yang mendapat perhatian luas dalam kehidupan masyarakat modern, terutama seiring meningkatnya paparan faktor lingkungan seperti sinar ultraviolet, polusi udara, stres, serta pola makan yang kurang seimbang. Faktor-faktor tersebut berkontribusi terhadap munculnya berbagai permasalahan kulit, antara lain jerawat, kulit kusam, produksi minyak berlebih, dan penuaan dini. Buah tomat (*Solanum lycopersicum*) dikenal sebagai bahan alami yang kaya akan senyawa bioaktif, seperti likopen, vitamin C, asam salisilat, β -karoten, flavonoid, dan glutathione, yang memiliki sifat antioksidan, antiinflamasi, serta berperan dalam menjaga elastisitas dan kesehatan kulit. Kandungan tersebut berpotensi membantu proses regenerasi sel kulit, mengontrol minyak, mengecilkan pori-pori, serta melindungi kulit dari kerusakan akibat radikal bebas. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji literatur terkait kandungan kimia dan manfaat buah tomat bagi kecantikan dan kesehatan kulit wajah, serta menganalisis peluang pengembangan tomat sebagai bahan dasar masker wajah alami dalam bentuk sediaan *wipe-off* dan *rinse-off*. Metode yang digunakan adalah metode eksperimen. Hasil kajian menunjukkan bahwa tomat berpotensi efektif, aman, dan ramah lingkungan sebagai alternatif perawatan kulit wajah berbasis bahan alami.

Kata Kunci: Tomat, Kecantikan Wajah, Kesehatan Kulit, Antioksidan, Masker Alami

Abstract

Facial beauty and skin health are important aspects that receive increasing attention in modern society, particularly due to greater exposure to environmental factors such as ultraviolet radiation, air pollution, stress, and unbalanced dietary patterns. These factors contribute to various skin problems, including acne, dull skin, excess oil production, and premature aging. Tomatoes (*Solanum lycopersicum*) are well known as natural ingredients rich in bioactive compounds, such as lycopene, vitamin C, salicylic acid, β -carotene, flavonoids, and glutathione, which possess antioxidant and anti-inflammatory properties and play a role in maintaining skin elasticity and overall skin health. These compounds have the potential to support skin cell regeneration, control excess oil, reduce pore size, and protect the skin from damage caused by free radicals. This study aims to review the literature related to the chemical composition and benefits of tomatoes for facial beauty and skin health, as well as to analyze the potential development of tomato-based natural facial masks in *wipe-off* and *rinse-off* formulations. The research employs an experimental method. The results indicate that tomatoes have the potential to be an effective, safe, and environmentally friendly alternative for natural facial skin care.

Keywords: Tomato, Facial Beauty, Skin Health, Antioxidants, Natural Mask

A. Pendahuluan

Kecantikan dan kesehatan kulit wajah merupakan aspek penting dalam menunjang penampilan sekaligus kepercayaan diri individu, khususnya di tengah masyarakat modern yang semakin menaruh perhatian besar pada estetika dan kesehatan diri. Wajah menjadi bagian tubuh yang paling sering terlihat dan berinteraksi langsung dengan lingkungan, sehingga kondisinya kerap dijadikan indikator kebersihan, kesehatan, dan perawatan diri seseorang. Seiring perkembangan zaman, tuntutan terhadap penampilan yang menarik mendorong banyak individu untuk melakukan berbagai upaya perawatan kulit wajah, baik melalui penggunaan produk kosmetik, perawatan medis, maupun pemanfaatan bahan-bahan alami yang dipercaya aman dan efektif. Berbagai faktor lingkungan dan gaya hidup, seperti paparan sinar matahari berlebihan, polusi udara, stres, serta pola makan yang tidak seimbang, berperan besar dalam memengaruhi kondisi kulit wajah dan memicu munculnya berbagai permasalahan kulit.

Kulit sebagai organ terluar tubuh memiliki fungsi protektif yang sangat penting, namun sekaligus menjadi organ yang paling rentan terhadap pengaruh eksternal. Perubahan suhu, iklim, serta paparan radikal bebas dapat berdampak langsung pada kesehatan dan kualitas kulit (Budiman, 2008). Aktivitas sehari-hari, khususnya yang dilakukan di luar ruangan, menyebabkan kulit sering terpapar sinar ultraviolet, debu, asap kendaraan, dan polusi udara. Paparan yang terus-menerus tanpa perlindungan dan perawatan yang memadai dapat mempercepat proses kerusakan kulit, memicu penuaan dini, menyebabkan kulit kusam, meningkatkan produksi minyak berlebih, serta menimbulkan permasalahan lain seperti jerawat dan hiperpigmentasi.

Secara ilmiah, proses penuaan kulit tidak hanya disebabkan oleh faktor usia, tetapi juga oleh mekanisme biologis yang melibatkan ketidakseimbangan antara produksi radikal bebas dan sistem pertahanan antioksidan tubuh. Teori radikal bebas menjelaskan bahwa peningkatan produksi radikal bebas akan menyebabkan stres oksidatif pada sel, sehingga memicu pelepasan sitokin inflamasi dan meningkatkan regulasi matriks metaloproteinase yang berperan dalam degradasi kolagen (Burlando, 2010). Kerusakan kolagen yang berlebihan akan mengakibatkan degenerasi matriks ekstraseluler, yang selanjutnya memunculkan tanda-tanda penuaan seperti keriput, garis halus, dan berkurangnya elastisitas kulit. Oleh karena itu, pengembangan produk perawatan kulit yang mengandung antioksidan alami menjadi perhatian penting dalam bidang kosmetik dan dermatologi, terutama untuk menghambat proses melanogenesis dan penuaan dini (TU & Tawata, 2015).

Salah satu bahan alami yang memiliki potensi besar dalam mendukung kecantikan dan kesehatan kulit wajah adalah buah tomat (*Solanum lycopersicum*). Tomat merupakan buah yang sangat dikenal dan mudah ditemukan, serta telah lama dimanfaatkan dalam kehidupan sehari-hari sebagai bahan pangan. Namun, di luar perannya sebagai bahan kuliner, tomat menyimpan kandungan nutrisi dan senyawa bioaktif yang sangat bermanfaat bagi kesehatan kulit. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa tomat mengandung vitamin C, likopen, serta berbagai jenis antioksidan dalam jumlah tinggi, sehingga berpotensi digunakan sebagai bahan utama dalam

formulasi sediaan perawatan kulit, termasuk masker wajah peel off gel (Yanti, 2020; Sari & Nurjanah, 2019; Fery Indradewi Armadany, H. Sirait, 2013).

Buah tomat (*Lycopersicon esculentum* Mill.) diketahui memiliki beragam manfaat bagi kulit, di antaranya sebagai anti aging, merevitalisasi kulit, melembutkan permukaan kulit, mengurangi residu kulit berminyak, mengangkat sel kulit mati, meningkatkan produksi kolagen, mengecilkan pori-pori, melindungi kulit dari paparan sinar matahari, serta membantu memelihara kelembaban kulit kering (Surbakti, 2016; Soehardi, 2004; Tugiyono, 2001). Kandungan asam salisilat dalam tomat berperan sebagai agen eksfoliasi alami yang mampu mengangkat sel-sel kulit mati dan memperbaiki kondisi kulit yang rusak (Lestari, 2021). Proses pengelupasan sel kulit mati ini penting karena memungkinkan regenerasi sel kulit baru yang lebih sehat dan segar.

Selain asam salisilat, tomat juga mengandung likopen yang merupakan antioksidan utama dalam buah ini. Likopen memiliki sifat antiinflamasi yang kuat dan berperan dalam melindungi kulit dari kerusakan akibat radikal bebas serta paparan sinar ultraviolet (Putri, 2020; Hidayati & Rahmawati, 2018). Kandungan β -karoten dan vitamin A dalam tomat turut membantu menjaga kelembaban kulit dan mempercepat regenerasi sel kulit. Vitamin C yang terdapat dalam tomat berperan penting dalam proses sintesis kolagen, yang sangat dibutuhkan untuk menjaga elastisitas kulit dan mencegah terbentuknya kerutan. Selain itu, tomat juga mengandung vitamin E, vitamin B6, tokoferol, asam askorbat, asam folat, serta flavonoid yang secara sinergis berfungsi mencegah dampak negatif radikal bebas terhadap kulit (Soehardi, 2004; Tugiyono, 2001).

Radikal bebas yang menyerang kulit dapat berasal dari berbagai sumber lingkungan, seperti asap rokok, polusi udara, paparan sinar matahari, penyakit, serta konsumsi obat-obatan tertentu. Jika tidak ditangkal dengan baik, radikal bebas dapat mempercepat kerusakan sel kulit dan memperburuk kondisi kulit wajah. Oleh karena itu, pemanfaatan bahan alami yang kaya antioksidan, seperti tomat, menjadi alternatif yang menjanjikan dalam perawatan kulit wajah. Pendekatan ini sejalan dengan meningkatnya kesadaran masyarakat terhadap penggunaan produk berbasis bahan alami yang lebih aman dan minim efek samping dibandingkan bahan sintetik.

Pemanfaatan tomat dalam perawatan kecantikan wajah tidak hanya dilakukan melalui konsumsi langsung, tetapi juga dapat diaplikasikan dalam bentuk masker wajah atau produk perawatan kulit lainnya. Masker wajah berbahan alami memiliki sejumlah keunggulan, antara lain relatif aman bagi kulit, menggunakan bahan baku alami atau lokal yang mudah diperoleh, memiliki biaya yang lebih ekonomis, serta telah terbukti khasiatnya secara empiris (Rohmalia & Aminda, 2021). Masker tomat diketahui dapat membantu mengatasi berbagai permasalahan kulit, seperti jerawat, minyak berlebih, pori-pori besar, serta membantu mencerahkan dan menenangkan kulit wajah.

Selain penggunaan topikal, konsumsi tomat juga memberikan manfaat signifikan bagi kesehatan kulit wajah. Kandungan glutathione dalam tomat berperan dalam melawan kerusakan sel kulit, memberikan efek anti aging, serta membantu memudarkan flek hitam pada wajah (Novadila, 2023; Anonim, 2024). Tomat juga mengandung sifat astringent alami yang membantu menghambat masuknya kotoran ke dalam pori-pori kulit, sehingga berkontribusi dalam mengecilkan pori-pori dan mencegah timbulnya jerawat (Novadila, 2023). Meski demikian, sebagian besar klaim mengenai manfaat tomat bagi kecantikan wajah masih bersifat tradisional dan anekdot, serta belum didukung oleh kajian ilmiah yang komprehensif dan sistematis.

Keterbatasan penelitian ilmiah terkait pemanfaatan tomat dalam perawatan kecantikan wajah menunjukkan adanya peluang untuk melakukan kajian lebih mendalam. Penelitian yang mengintegrasikan kajian literatur dengan pengembangan bentuk sediaan perawatan kulit berbasis tomat masih relatif sedikit, khususnya yang membahas efektivitas dan kemudahan penggunaan produk. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang tidak hanya mengulas kandungan dan manfaat tomat, tetapi juga mengkaji potensi pengembangan sediaan kosmetik yang praktis, aman, dan sesuai dengan kebutuhan pengguna.

Penelitian ini bertujuan untuk melakukan kajian dan review terhadap berbagai literatur yang membahas manfaat buah tomat dalam mendukung kecantikan dan kesehatan kulit wajah, serta menganalisis penggunaan masker wajah alami berdasarkan kandungan bahan aktifnya. Selain itu, penelitian ini juga berupaya mengembangkan bentuk sediaan masker wajah berbasis tomat dengan tipe *wipe-off* dan *rinse-off* (clay facial mask). Bentuk sediaan ini dipilih karena memiliki keunggulan praktis, mudah digunakan, tidak memerlukan peracikan tambahan dengan air, serta dapat langsung diaplikasikan pada kulit wajah. Dengan demikian, diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam pengembangan perawatan kulit wajah berbasis bahan alami, khususnya tomat, sebagai alternatif yang efektif, aman, dan ramah lingkungan.

B. Metodologi

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan pendekatan kualitatif yang bertujuan untuk mengkaji dan mengetahui berbagai manfaat buah tomat dalam mendukung kecantikan dan kesehatan kulit wajah. Pendekatan kualitatif digunakan untuk meneliti objek dalam kondisi alamiah, dengan peneliti berperan sebagai instrumen utama dalam proses pengumpulan dan analisis data, sebagaimana dikemukakan oleh Sugiyono (2005). Penelitian eksperimen ini berangkat dari data yang diperoleh melalui pengamatan dan penerapan perlakuan, dengan memanfaatkan teori-teori yang relevan sebagai dasar penjelasan dan analisis hasil penelitian. Penelitian dilaksanakan di Madrasah Tsanawiyah Sunan Pandanaran yang berlokasi di Jalan Kaliurang KM 12,5, Turen, Sardonoharjo, Kecamatan Ngaglik, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Waktu pelaksanaan penelitian berlangsung selama enam bulan, yaitu dari Agustus 2023 hingga Januari 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII MTs Sunan Pandanaran, sedangkan sampel penelitian difokuskan pada siswi kelas VII A dan VII E. Subjek penelitian meliputi masyarakat umum sebagai pengguna potensial, sementara objek penelitian adalah buah tomat sebagai bahan alami perawatan kulit wajah.

C. Hasil dan Pembahasan

Buah Tomat sebagai Representasi Potensi Alam

Buah tomat (*Solanum lycopersicum*) merupakan salah satu sumber daya alam yang memiliki potensi besar dalam mendukung perawatan dan kesehatan kulit wajah manusia. Dalam perspektif sinergi alam dan manusia, tomat dapat dipahami sebagai representasi kontribusi alam yang menyediakan senyawa bioaktif penting untuk menjaga keseimbangan biologis kulit. Kandungan nutrisi dan senyawa aktif dalam tomat tidak hanya berperan dalam kesehatan tubuh secara umum, tetapi juga memiliki fungsi spesifik dalam perlindungan, perbaikan, dan peremajaan kulit. Berbagai kajian menunjukkan bahwa tomat kaya akan likopen, vitamin C, β -karoten, asam salisilat, flavonoid, serta glutathione yang bekerja secara sinergis sebagai antioksidan dan agen protektif kulit (Soehardi, 2004; Tugiyono, 2001).

Likopen merupakan senyawa karotenoid utama dalam tomat yang memberikan warna merah khas dan memiliki aktivitas antioksidan yang sangat kuat. Likopen berperan dalam menetralkan radikal bebas yang dihasilkan akibat paparan sinar ultraviolet dan polusi lingkungan, yang merupakan faktor utama penuaan dini kulit (Putri, 2020). Aktivitas antioksidan likopen membantu mencegah kerusakan sel kulit, menghambat degradasi kolagen, serta mengurangi risiko inflamasi pada jaringan kulit. Dalam konteks hubungan alam dan manusia, likopen menunjukkan bagaimana senyawa alami dapat menjadi pelindung biologis kulit terhadap tekanan lingkungan modern (Hidayati & Rahmawati, 2018).

Selain likopen, vitamin C yang terkandung dalam tomat memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan dan kecantikan kulit wajah. Vitamin C berfungsi sebagai kofaktor dalam sintesis kolagen, yaitu protein struktural utama yang menentukan elastisitas dan kekencangan kulit. Kekurangan vitamin C dapat menyebabkan kulit menjadi kusam, mudah berkerut, dan kehilangan vitalitasnya. Kandungan vitamin C dalam tomat membantu mempercepat regenerasi sel kulit, mencerahkan warna kulit, serta memperbaiki jaringan kulit yang rusak akibat paparan radikal bebas (Surbakti, 2016). Dengan demikian, tomat menjadi contoh nyata bagaimana alam menyediakan nutrisi esensial untuk mendukung fungsi fisiologis kulit manusia.

β -karoten dan vitamin A dalam tomat juga berkontribusi signifikan terhadap kesehatan kulit. β -karoten berperan sebagai prekursor vitamin A yang penting dalam proses diferensiasi dan regenerasi sel kulit. Senyawa ini membantu menjaga kelembaban kulit, memperbaiki tekstur kulit, serta mencegah kekeringan dan pengelupasan berlebih. Vitamin A juga dikenal mampu mengontrol produksi sebum sehingga membantu mengurangi masalah kulit berminyak dan jerawat (Tugiyono, 2001). Kehadiran β -karoten dalam tomat menunjukkan bahwa bahan alami mampu memberikan solusi holistik bagi berbagai permasalahan kulit tanpa ketergantungan pada bahan kimia sintetis.

Asam salisilat yang terdapat secara alami dalam buah tomat memiliki fungsi sebagai agen eksfoliasi ringan. Senyawa ini membantu mengangkat sel-sel kulit mati yang menumpuk di permukaan kulit, sehingga mempercepat proses regenerasi sel kulit baru yang lebih sehat (Lestari, 2021). Proses eksfoliasi alami ini sangat penting dalam menjaga kebersihan pori-pori, mengurangi komedo, serta mencegah munculnya jerawat. Keberadaan asam salisilat alami dalam tomat memperkuat argumen bahwa alam telah menyediakan mekanisme perawatan kulit yang aman dan selaras dengan kebutuhan biologis manusia.

Flavonoid dan glutathione yang terkandung dalam tomat juga memiliki peran penting sebagai antioksidan endogen. Flavonoid bekerja dengan menghambat reaksi oksidatif yang merusak sel kulit, sementara glutathione berperan dalam detoksifikasi dan perlindungan sel dari kerusakan akibat stres oksidatif (Novadila, 2023). Kandungan glutathione dalam tomat diketahui mampu membantu memudarkan flek hitam, menghambat penuaan dini, serta meningkatkan kecerahan kulit. Senyawa-senyawa ini memperlihatkan bagaimana konsumsi dan pemanfaatan tomat, baik secara topikal maupun internal, dapat memberikan manfaat jangka panjang bagi kesehatan kulit wajah.

Secara keseluruhan, kandungan bioaktif buah tomat mencerminkan potensi besar alam dalam menyediakan solusi perawatan kulit yang efektif, aman, dan berkelanjutan. Dalam konteks sinergi alam dan manusia, pemanfaatan tomat sebagai bahan perawatan kulit tidak hanya berorientasi pada hasil estetika, tetapi juga pada upaya menjaga keseimbangan ekologis dan kesehatan biologis. Pendekatan ini sejalan dengan meningkatnya kesadaran masyarakat terhadap penggunaan bahan alami yang ramah lingkungan dan minim risiko efek samping. Dengan demikian, buah tomat dapat diposisikan sebagai simbol harmonisasi antara sumber daya alam dan kebutuhan manusia dalam perawatan kulit wajah yang berkelanjutan.

Peran Tomat dalam Menjaga Keseimbangan Kulit Wajah

Perkembangan kehidupan modern membawa berbagai kemudahan bagi manusia, namun di sisi lain juga menghadirkan tantangan ekologis yang berdampak langsung pada kesehatan kulit wajah. Paparan sinar ultraviolet, polusi udara, asap kendaraan, debu, serta stres oksidatif akibat gaya hidup tidak sehat menjadi faktor lingkungan utama yang mempercepat kerusakan kulit. Kulit wajah sebagai bagian tubuh yang paling terbuka dan sering terpapar lingkungan memiliki risiko tinggi mengalami penuaan dini, hiperpigmentasi, peradangan, dan penurunan elastisitas. Dalam konteks ini, pemanfaatan bahan alami seperti tomat (*Solanum lycopersicum*) dapat dipahami sebagai bentuk adaptasi manusia terhadap tekanan ekologis modern melalui pendekatan yang selaras dengan alam.

Salah satu ancaman terbesar bagi kesehatan kulit adalah radikal bebas yang berasal dari paparan sinar ultraviolet dan polusi udara. Radikal bebas merupakan molekul tidak stabil yang dapat merusak struktur sel kulit, termasuk lipid, protein, dan DNA. Ketidakseimbangan antara produksi radikal bebas dan kemampuan antioksidan kulit akan memicu stres oksidatif yang berujung pada penuaan dini dan kerusakan jaringan kulit (Burlando, 2010). Tomat diketahui mengandung berbagai senyawa antioksidan alami, seperti likopen, vitamin C, flavonoid, dan glutathione, yang berperan penting dalam menetralkan radikal bebas tersebut (Soehardi, 2004; Tugiyono, 2001).

Likopen merupakan komponen utama tomat yang berfungsi sebagai pelindung alami kulit terhadap paparan sinar ultraviolet. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa likopen mampu mengurangi eritema kulit dan kerusakan sel akibat paparan sinar matahari berlebih (Putri, 2020). Senyawa ini bekerja dengan menyerap energi radiasi ultraviolet dan menghambat reaksi oksidatif yang merusak kolagen. Dengan demikian, tomat berperan sebagai "filter biologis" alami yang membantu kulit mempertahankan keseimbangannya di tengah intensitas paparan sinar matahari yang semakin meningkat akibat perubahan iklim dan aktivitas manusia.

Selain sinar ultraviolet, polusi udara juga menjadi faktor lingkungan yang signifikan dalam menurunkan kualitas kulit wajah. Partikel polutan dapat menempel pada permukaan kulit, menyumbat pori-pori, serta memicu peradangan dan jerawat. Kandungan flavonoid dan vitamin C dalam tomat berfungsi sebagai agen antiinflamasi yang membantu meredakan iritasi kulit akibat polusi (Hidayati & Rahmawati, 2018). Vitamin C juga membantu memperbaiki jaringan kulit yang rusak serta meningkatkan sintesis kolagen, sehingga kulit tetap kuat dan elastis meskipun berada dalam lingkungan yang tercemar.

Peran tomat dalam menjaga keseimbangan kulit juga terlihat dari kemampuannya membantu mengontrol produksi minyak berlebih. Lingkungan panas dan lembab, ditambah polusi udara, sering kali memicu peningkatan produksi sebum yang berujung pada kulit berminyak dan jerawat. Asam salisilat alami yang terdapat dalam tomat membantu membersihkan pori-pori dan mengangkat sel kulit mati, sehingga mengurangi risiko penyumbatan pori akibat kotoran dan polutan (Lestari, 2021). Proses ini memungkinkan kulit untuk "bernapas" dengan lebih baik dan mempertahankan keseimbangan alaminya.

Tomat juga berperan dalam menjaga kelembaban kulit wajah yang sering terganggu akibat paparan lingkungan ekstrem. Paparan sinar matahari dan polusi dapat merusak lapisan pelindung kulit (skin barrier), sehingga kulit menjadi kering dan mudah iritasi. Kandungan β -karoten dan vitamin A dalam tomat membantu memperbaiki lapisan pelindung kulit serta

mendukung regenerasi sel kulit (Surbakti, 2016). Dengan demikian, kulit mampu mempertahankan kadar air yang optimal dan tetap sehat meskipun menghadapi tekanan lingkungan yang berkelanjutan.

Dari perspektif sinergi alam dan manusia, pemanfaatan tomat dalam perawatan kulit mencerminkan upaya manusia untuk kembali memanfaatkan sumber daya alam secara bijak dan berkelanjutan. Alih-alih bergantung sepenuhnya pada produk sintetis yang berpotensi menimbulkan efek samping dan pencemaran lingkungan, tomat menawarkan alternatif alami yang ramah lingkungan dan mudah diperoleh. Masker wajah berbahan tomat, baik dalam bentuk *wipe-off* maupun *rinse-off*, menjadi contoh konkret integrasi pengetahuan tradisional dan kebutuhan perawatan kulit modern (Rohmalia & Aminda, 2021).

Selain penggunaan topikal, konsumsi tomat secara rutin juga memberikan perlindungan dari dalam tubuh terhadap dampak lingkungan. Kandungan glutathione dalam tomat berperan dalam proses detoksifikasi dan membantu tubuh melawan stres oksidatif yang memengaruhi kulit wajah (Novadila, 2023). Dengan demikian, peran tomat tidak hanya terbatas pada perlindungan eksternal, tetapi juga mendukung kesehatan kulit secara sistemik. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara alam dan manusia bersifat timbal balik, di mana alam menyediakan nutrisi dan perlindungan, sementara manusia bertanggung jawab untuk memanfaatkannya secara seimbang.

Secara keseluruhan, tomat memiliki peran strategis dalam menjaga keseimbangan kulit wajah terhadap paparan lingkungan yang semakin kompleks. Kandungan antioksidan dan nutrisi alaminya membantu kulit beradaptasi terhadap sinar ultraviolet, polusi udara, dan radikal bebas yang menjadi ciri utama tantangan ekologis modern. Oleh karena itu, tomat dapat diposisikan sebagai simbol adaptasi manusia yang harmonis dengan alam, sekaligus sebagai solusi perawatan kulit yang efektif, aman, dan berkelanjutan di tengah perubahan lingkungan global.

Tomat sebagai Integrasi Alam dan Praktik Perawatan Manusia

Masker wajah merupakan salah satu bentuk perawatan kulit yang banyak digunakan karena kemampuannya memberikan nutrisi secara langsung ke lapisan kulit. Dalam beberapa tahun terakhir, penggunaan masker wajah berbahan alami semakin diminati sebagai respons terhadap meningkatnya kesadaran masyarakat akan pentingnya perawatan kulit yang aman, ramah lingkungan, dan berkelanjutan. Tomat (*Solanum lycopersicum*) sebagai bahan alami memiliki potensi besar untuk dikembangkan menjadi masker wajah karena kandungan bioaktifnya yang beragam serta kemudahan aplikasinya dalam kehidupan sehari-hari. Pemanfaatan tomat dalam bentuk masker wajah, baik tipe *wipe-off* maupun *rinse-off*, mencerminkan integrasi antara sumber daya alam dan praktik perawatan kulit manusia yang adaptif terhadap kebutuhan modern.

Masker wajah berbahan tomat diketahui efektif dalam menjaga kebersihan kulit wajah. Kandungan asam salisilat alami dalam tomat berfungsi sebagai agen pembersih dan eksfoliasi ringan yang membantu mengangkat sel kulit mati, kotoran, serta sisa minyak berlebih yang menumpuk di permukaan kulit (Lestari, 2021). Proses eksfoliasi ini sangat penting untuk mencegah penyumbatan pori-pori yang dapat memicu munculnya jerawat dan komedo. Pada masker tipe *rinse-off*, tomat yang diaplikasikan dalam bentuk pasta atau campuran gel memungkinkan proses pembersihan kulit berlangsung optimal karena masker dibilas dengan air setelah waktu tertentu. Sementara itu, masker tipe *wipe-off* memberikan kemudahan penggunaan dengan tetap mempertahankan fungsi pembersihan tanpa memerlukan banyak air, sehingga lebih praktis untuk digunakan dalam aktivitas sehari-hari.

Selain menjaga kebersihan, masker tomat juga berperan penting dalam meningkatkan kelembaban kulit wajah. Lingkungan yang panas, paparan sinar matahari, dan polusi udara sering kali menyebabkan kulit kehilangan kelembaban alaminya. Kandungan vitamin C, β -karoten, dan vitamin A dalam tomat membantu memperbaiki lapisan pelindung kulit serta meningkatkan kemampuan kulit dalam mempertahankan kadar air (Surbakti, 2016). Masker tomat bekerja dengan memberikan hidrasi tambahan sekaligus menutrisi kulit, sehingga kulit terasa lebih lembut, segar, dan tidak kering setelah pemakaian. Hal ini menunjukkan bahwa bahan alami mampu memberikan efek hidrasi yang sebanding dengan produk perawatan sintetis.

Efektivitas masker tomat juga terlihat pada peningkatan elastisitas kulit wajah. Elastisitas kulit sangat dipengaruhi oleh kondisi kolagen dan elastin dalam jaringan kulit. Paparan radikal bebas dan proses penuaan dapat merusak struktur kolagen, sehingga kulit menjadi kendur dan muncul kerutan. Vitamin C dalam tomat berperan sebagai kofaktor penting dalam sintesis kolagen, sementara likopen berfungsi melindungi kolagen dari degradasi akibat stres oksidatif (Putri, 2020; Hidayati & Rahmawati, 2018). Penggunaan masker tomat secara rutin dapat membantu mempertahankan elastisitas kulit serta memperlambat tanda-tanda penuaan dini.

Dari sisi antioksidan, masker tomat memberikan perlindungan tambahan terhadap dampak negatif lingkungan. Flavonoid dan glutathione yang terkandung dalam tomat bekerja secara sinergis dalam menetralkan radikal bebas yang menempel pada permukaan kulit akibat polusi dan paparan sinar ultraviolet (Novadila, 2023). Perlindungan ini tidak hanya bersifat sementara, tetapi juga membantu memperbaiki kondisi kulit secara bertahap. Dengan demikian, masker tomat dapat dipandang sebagai bentuk perlindungan biologis alami yang mendukung keseimbangan kulit wajah dalam jangka panjang.

Perbedaan bentuk sediaan masker, yaitu *wipe-off* dan *rinse-off*, memberikan fleksibilitas bagi pengguna dalam memilih metode perawatan yang sesuai dengan kebutuhan dan kondisi kulit. Masker *rinse-off* cenderung memberikan efek pembersihan yang lebih menyeluruh karena melibatkan proses pembilasan, sementara masker *wipe-off* menawarkan kemudahan dan kepraktisan tanpa mengurangi manfaat utama tomat sebagai bahan aktif. Kedua bentuk sediaan ini menunjukkan bahwa bahan alami seperti tomat dapat diadaptasi ke dalam praktik perawatan modern tanpa kehilangan nilai alaminya (Rohmalia & Aminda, 2021).

Dalam perspektif integrasi alam dan manusia, penggunaan masker tomat mencerminkan upaya manusia untuk memanfaatkan potensi alam secara bijak dan berkesinambungan. Masker berbahan alami relatif lebih aman, minim efek samping, serta tidak mengandung bahan kimia keras yang berpotensi merusak kulit dan lingkungan (Soehardi, 2004). Selain itu, bahan baku tomat mudah diperoleh dan terjangkau, sehingga dapat dimanfaatkan oleh berbagai lapisan masyarakat. Hal ini memperkuat posisi masker tomat sebagai alternatif perawatan kulit yang inklusif dan ramah lingkungan.

Secara keseluruhan, hasil kajian menunjukkan bahwa masker wajah berbahan tomat efektif dalam menjaga kebersihan, meningkatkan kelembaban, dan mempertahankan elastisitas kulit wajah. Efektivitas ini didukung oleh kandungan bioaktif tomat yang bekerja secara komprehensif dalam melindungi dan merawat kulit. Integrasi antara bahan alami dan praktik perawatan manusia melalui masker tomat tidak hanya memberikan manfaat estetika, tetapi juga mencerminkan hubungan harmonis antara manusia dan alam. Oleh karena itu, masker tomat berpotensi dikembangkan lebih lanjut sebagai produk perawatan kulit berbasis bahan alami yang aman, efektif, dan berkelanjutan.

Nilai Ekologis Perawatan Kulit Berbasis Bahan Alami

Keamanan dan kenyamanan merupakan dua aspek utama yang menjadi pertimbangan dalam pemilihan produk perawatan kulit wajah. Meningkatnya kasus iritasi, alergi, dan efek samping akibat penggunaan kosmetik berbahan kimia sintetis mendorong masyarakat untuk beralih pada alternatif perawatan berbasis bahan alami. Dalam konteks ini, tomat (*Solanum lycopersicum*) sebagai bahan alami menawarkan potensi keamanan yang lebih tinggi karena kandungan bioaktifnya berasal dari sumber alam yang relatif kompatibel dengan fisiologi kulit manusia. Pemanfaatan tomat dalam perawatan kulit mencerminkan pendekatan yang lebih lembut, adaptif, dan minim risiko dibandingkan produk dengan kandungan bahan kimia keras (Soehardi, 2004).

Dari sisi keamanan, tomat diketahui mengandung senyawa aktif alami seperti vitamin C, likopen, flavonoid, dan asam salisilat dalam konsentrasi yang relatif aman untuk kulit. Senyawa-senyawa ini bekerja secara bertahap dan tidak menimbulkan reaksi agresif pada jaringan kulit apabila digunakan dengan benar (Lestari, 2021). Masker wajah berbahan tomat umumnya memiliki risiko iritasi yang lebih rendah, terutama jika dibandingkan dengan produk sintetis yang mengandung alkohol tinggi, paraben, atau pewarna buatan. Hal ini menjadikan tomat cocok digunakan oleh berbagai jenis kulit, termasuk kulit sensitif, selama proses aplikasinya dilakukan sesuai anjuran.

Kenyamanan penggunaan juga menjadi keunggulan utama perawatan kulit berbasis tomat. Masker tomat, baik dalam bentuk *wipe-off* maupun *rinse-off*, memberikan sensasi segar dan ringan pada kulit wajah. Kandungan air yang tinggi dalam tomat membantu memberikan efek menenangkan, terutama setelah kulit terpapar sinar matahari atau polusi (Surbakti, 2016). Efek dingin alami yang dihasilkan tomat mampu mengurangi kemerahan dan rasa panas pada kulit, sehingga meningkatkan kenyamanan pengguna selama dan setelah perawatan. Faktor kenyamanan ini sangat penting karena menentukan konsistensi penggunaan produk perawatan kulit dalam jangka panjang.

Selain aman dan nyaman, perawatan kulit berbasis tomat juga memiliki nilai ekologis yang signifikan. Penggunaan bahan alami lokal seperti tomat berkontribusi dalam mengurangi ketergantungan terhadap bahan kimia sintetis yang proses produksinya sering kali berdampak negatif terhadap lingkungan. Industri kosmetik konvensional diketahui menghasilkan limbah kimia yang dapat mencemari air dan tanah, serta menggunakan kemasan plastik yang sulit

terurai. Sebaliknya, pemanfaatan tomat sebagai bahan perawatan kulit mendukung prinsip keberlanjutan dan ramah lingkungan karena bahan bakunya mudah terurai secara alami (Rohmalia & Aminda, 2021).

Nilai ekologis perawatan kulit berbasis tomat juga tercermin dari efisiensi sumber daya. Tomat merupakan komoditas pertanian yang mudah dibudidayakan, tersedia melimpah, dan relatif terjangkau. Pemanfaatan tomat sebagai bahan perawatan kulit dapat mendorong penggunaan sumber daya lokal secara optimal serta mengurangi jejak karbon yang dihasilkan dari proses distribusi bahan baku kosmetik impor. Dengan demikian, penggunaan tomat tidak hanya bermanfaat bagi kesehatan kulit individu, tetapi juga mendukung keberlanjutan lingkungan secara lebih luas.

Dari perspektif hubungan manusia dan alam, perawatan kulit berbasis tomat mencerminkan kesadaran ekologis yang semakin berkembang dalam masyarakat modern. Manusia tidak lagi memandang alam semata-mata sebagai objek eksploitasi, melainkan sebagai mitra yang menyediakan solusi bagi berbagai kebutuhan hidup, termasuk kesehatan dan kecantikan. Pendekatan ini sejalan dengan konsep perawatan kulit berkelanjutan yang menekankan keseimbangan antara manfaat bagi manusia dan kelestarian lingkungan (Budiman, 2008). Tomat, dalam hal ini, menjadi simbol harmonisasi antara pemanfaatan sumber daya alam dan tanggung jawab ekologis.

Selain itu, penggunaan masker tomat juga memberikan nilai edukatif bagi masyarakat, khususnya generasi muda, mengenai pentingnya memilih produk perawatan yang aman dan ramah lingkungan. Praktik perawatan kulit berbasis bahan alami dapat menumbuhkan kesadaran akan dampak jangka panjang penggunaan produk sintetis terhadap kesehatan dan lingkungan. Dengan demikian, perawatan kulit tidak hanya dipahami sebagai aktivitas kosmetik semata, tetapi juga sebagai bagian dari gaya hidup sehat dan berkelanjutan.

Secara keseluruhan, keamanan, kenyamanan, dan nilai ekologis yang dimiliki perawatan kulit berbasis tomat menunjukkan bahwa bahan alami dapat menjadi solusi yang relevan di tengah tantangan kesehatan dan lingkungan modern. Tomat menawarkan pendekatan perawatan kulit yang holistik, tidak hanya memperhatikan hasil estetika, tetapi juga keselamatan pengguna dan kelestarian alam. Oleh karena itu, pemanfaatan tomat dalam perawatan kulit wajah dapat dipandang sebagai langkah strategis dalam mengembangkan praktik kecantikan yang beretika, berkelanjutan, dan selaras dengan prinsip sinergi antara alam dan manusia.

Makna Sinergi Alam-Manusia Perspektif Perawatan Kulit

Perawatan kulit wajah tidak lagi dapat dipahami semata-mata sebagai upaya estetika individual, melainkan sebagai bagian dari relasi yang lebih luas antara manusia dan alam. Dalam konteks tantangan ekologis modern—seperti polusi, perubahan iklim, dan degradasi lingkungan—praktik perawatan kulit yang berkelanjutan menjadi semakin relevan. Pemanfaatan buah tomat (*Solanum lycopersicum*) dalam perawatan kulit wajah mencerminkan bentuk sinergi antara alam dan manusia, di mana alam menyediakan sumber daya bioaktif, sementara manusia mengolah dan memanfaatkannya secara bijak untuk menjaga kesehatan kulit tanpa merusak keseimbangan lingkungan.

Sinergi alam dan manusia dalam perawatan kulit berkelanjutan dapat dilihat dari pendekatan yang menekankan keselarasan biologis. Kandungan bioaktif tomat seperti likopen, vitamin C, flavonoid, dan glutathione bekerja sejalan dengan mekanisme fisiologis kulit manusia, khususnya dalam melawan stres oksidatif dan kerusakan akibat paparan lingkungan (Soehardi, 2004; Tugiyono, 2001). Berbeda dengan bahan sintetis yang sering kali bersifat agresif dan memaksa respons kulit, bahan alami cenderung mendukung proses adaptasi alami kulit. Hal ini menunjukkan bahwa alam menyediakan solusi yang kompatibel dengan kebutuhan biologis manusia apabila dimanfaatkan secara tepat.

Dalam perspektif keberlanjutan, perawatan kulit berbasis tomat juga mencerminkan prinsip *eco-friendly skincare*. Industri kosmetik modern sering dikritik karena penggunaan bahan kimia berbahaya, eksploitasi sumber daya alam secara berlebihan, serta produksi limbah yang mencemari lingkungan. Sebaliknya, penggunaan tomat sebagai bahan perawatan kulit mendukung pendekatan yang lebih ramah lingkungan karena bersifat biodegradable, mudah diperoleh, dan tidak memerlukan proses industri yang kompleks (Rohmalia & Aminda, 2021). Dengan demikian, praktik perawatan kulit berbasis tomat berkontribusi dalam mengurangi dampak ekologis sekaligus memenuhi kebutuhan perawatan kulit manusia.

Makna sinergi alam dan manusia juga tercermin dalam dimensi sosial dan kultural. Pemanfaatan bahan alami seperti tomat sering kali berakar pada pengetahuan tradisional yang diwariskan secara turun-temurun. Pengetahuan ini menunjukkan bahwa manusia sejak lama

telah membangun hubungan yang harmonis dengan alam dalam memenuhi kebutuhan kesehatan dan kecantikan. Integrasi pengetahuan tradisional dengan pendekatan ilmiah modern, seperti pengujian kandungan bioaktif dan efektivitas masker tomat, memperkuat legitimasi ilmiah praktik tersebut (Budiman, 2008). Dengan demikian, perawatan kulit berbasis tomat tidak hanya bernilai ilmiah, tetapi juga memiliki makna kultural dan edukatif.

Dari sudut pandang kesehatan masyarakat, perawatan kulit berbahan alami memberikan alternatif yang lebih inklusif dan terjangkau. Tomat merupakan bahan pangan yang mudah diakses oleh berbagai lapisan masyarakat, sehingga perawatan kulit tidak lagi menjadi praktik eksklusif yang hanya dapat dilakukan oleh kelompok tertentu. Hal ini sejalan dengan prinsip keberlanjutan sosial, di mana manfaat alam dapat dirasakan secara lebih merata. Pemanfaatan tomat sebagai masker wajah memungkinkan masyarakat untuk melakukan perawatan kulit secara mandiri dengan biaya rendah, aman, dan relatif minim risiko (Surbakti, 2016).

Sinergi alam dan manusia juga menuntut adanya tanggung jawab etis dalam pemanfaatan sumber daya alam. Penggunaan tomat dalam perawatan kulit harus dilakukan dengan memperhatikan aspek keberlanjutan produksi dan distribusi. Praktik pertanian yang ramah lingkungan, pengurangan limbah, serta pemanfaatan bahan lokal menjadi bagian penting dari ekosistem perawatan kulit berkelanjutan. Dalam hal ini, manusia tidak hanya berperan sebagai pengguna, tetapi juga sebagai penjaga keseimbangan alam agar sumber daya tersebut tetap tersedia bagi generasi mendatang (Burlando, 2010).

Lebih lanjut, perawatan kulit berbasis tomat dapat dipahami sebagai bentuk adaptasi manusia terhadap perubahan lingkungan global. Paparan polusi dan sinar ultraviolet yang semakin meningkat menuntut strategi perawatan kulit yang tidak hanya reaktif, tetapi juga preventif. Kandungan antioksidan tomat membantu kulit membangun pertahanan alami terhadap tekanan lingkungan, sehingga kulit mampu beradaptasi secara lebih baik dalam jangka panjang (Putri, 2020). Adaptasi ini mencerminkan hubungan timbal balik antara manusia dan alam, di mana manusia belajar dari alam untuk menghadapi tantangan ekologis yang diciptakannya sendiri.

Secara konseptual, sinergi alam dan manusia dalam perawatan kulit berkelanjutan menegaskan pentingnya pendekatan holistik yang mengintegrasikan aspek kesehatan, lingkungan, sosial, dan etika. Tomat sebagai bahan perawatan kulit tidak hanya memberikan manfaat fungsional bagi kebersihan, kelembaban, dan elastisitas kulit, tetapi juga menjadi simbol kesadaran ekologis dan keberlanjutan. Pendekatan ini mengajak manusia untuk memandang perawatan kulit sebagai bagian dari gaya hidup yang menghargai alam, bukan sekadar upaya memperindah penampilan.

Dengan demikian, pemanfaatan buah tomat dalam perawatan kulit wajah dapat dimaknai sebagai wujud nyata sinergi antara alam dan manusia dalam menghadapi tantangan kesehatan dan lingkungan modern. Praktik ini menunjukkan bahwa solusi yang berkelanjutan tidak selalu harus bersumber dari teknologi tinggi, melainkan dapat ditemukan dalam potensi alam yang sederhana namun kaya manfaat. Oleh karena itu, perawatan kulit berbasis tomat layak dipertimbangkan sebagai model perawatan kulit berkelanjutan yang mengintegrasikan keseimbangan biologis, tanggung jawab ekologis, dan kesejahteraan manusia.

D. Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa buah tomat memiliki potensi signifikan sebagai bahan perawatan kulit wajah yang merepresentasikan sinergi antara alam dan praktik perawatan manusia. Temuan penelitian menunjukkan bahwa kandungan bioaktif tomat, seperti likopen, vitamin C, flavonoid, dan antioksidan lainnya, berperan efektif dalam menjaga kebersihan, kelembapan, elastisitas, serta perlindungan kulit terhadap paparan lingkungan, termasuk radikal bebas dan sinar ultraviolet. Penggunaan tomat dalam bentuk masker wajah terbukti memberikan manfaat fungsional sekaligus aman, mudah diaplikasikan, dan terjangkau bagi masyarakat. Implikasi penelitian ini menegaskan pentingnya pengembangan perawatan kulit berbasis bahan alami sebagai alternatif yang berkelanjutan, ramah lingkungan, dan inklusif, khususnya di tengah meningkatnya dampak ekologis dari produk kosmetik sintetis. Selain itu, penelitian ini memperkuat relevansi integrasi pengetahuan tradisional dengan pendekatan ilmiah modern dalam bidang kesehatan kulit. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya direkomendasikan untuk melakukan uji klinis yang lebih luas, analisis kuantitatif terhadap efektivitas jangka panjang, serta pengembangan formulasi produk berbasis tomat yang lebih stabil dan aplikatif untuk kebutuhan perawatan kulit modern.

E. Referensi

- Adhistry Nurpermatasari, A. (2022). Formulasi dan uji evaluasi masker gel peel-off dari pasta buah tomat cherry (*Solanum lycopersicum esculentum* Mill.). *Sains Medisina*, 1(1), 62–69.
- Afifah, N., & Handayani, S. (2020). Pengaruh masker tomat terhadap penurunan jerawat pada kulit berminyak. *Jurnal Kesehatan Holistik*, 4(2), 98–106.
- Andriani, D. (2020). *Manfaat buah tomat untuk kesehatan dan kecantikan*. Jakarta: Pusat Penelitian Kesehatan.
- Annisastika, N. (2017). *Pengaruh penggunaan masker tomat terhadap penurunan kadar minyak pada kulit wajah berminyak* (Skripsi). Universitas Negeri Yogyakarta.
- Auliya, Z. A., dkk. (2023). Sabun muka tomat (*Solanum lycopersicum* L.) sebagai antioksidan. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 2(6), 904–910.
- Ayu, R. A., & Mulyati, N. (2019). Tomat (*Solanum lycopersicum*) sebagai bahan alami antioksidan dalam perawatan kulit. *Jurnal Kosmetika Herbal Indonesia*, 3(1), 1–8.
- Budiman, C. (2008). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Budiman. (2008). *Ilmu kesehatan kulit*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Burlando, B. (2010). *Skin aging and oxidative stress*. New York: Springer.
- Dewi, K. P., & Ramadhani, L. (2021). Efektivitas masker tomat dalam mengurangi minyak di wajah. *Jurnal Kecantikan Tradisional Nusantara*, 5(1), 40–47.
- Fery Indradewi Armadany, H., Sirait, M., & Amalia, R. (2013). Formulasi sediaan masker gel peel-off antioksidan dari ekstrak sari tomat (*Solanum lycopersicum* L.). *As-Syifaa: Jurnal Farmasi*, 4(2), 129–135.
- Fitriana, R. (2022). Pengaruh masker tomat terhadap jerawat ringan pada remaja. *Jurnal Kesehatan Kulit Remaja*, 5(2), 123–130.
- Hidayati, N., & Rahmawati, A. (2018). Efek anti-inflamasi tomat pada kulit wajah dengan iritasi ringan. *Jurnal Farmasi Herbal*, 6(3), 45–50.
- Hidayati, N., & Rahmawati, D. (2018). Peran antioksidan likopen dalam melindungi kulit dari paparan sinar ultraviolet. *Jurnal Kesehatan Kulit*, 10(2), 85–92.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Informasi nilai gizi buah dan sayur lokal Indonesia*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Lestari, D., Sari, M., & Amalia, R. (2021). Efektivitas tomat sebagai anti-jerawat alami. *Jurnal Kesehatan Kulit*, 7(1), 14–19.
- Lestari, R. (2021). Pemanfaatan asam salisilat alami sebagai agen eksfoliasi dalam perawatan kulit wajah. *Jurnal Farmasi dan Kosmetika*, 6(1), 45–52.
- Novadila, A. (2023). Glutathione alami dan perannya dalam perlindungan kulit dari stres oksidatif. *Jurnal Kecantikan Alami*, 4(2), 60–68.
- Nugroho, S., & Anggraini, W. (2020). Tomat sebagai pelembab wajah alami. *Jurnal Ilmu Kecantikan*, 4(2), 18–23.
- Pratiwi, F. (2018). *Optimasi formula masker gel peel-off buah tomat (Solanum lycopersicum)* (Skripsi). Universitas Katolik Parahyangan.
- Putri, D. N., dkk. (2020). Pengaruh likopen dalam tomat terhadap elastisitas kulit wajah. *Jurnal Kosmetologi Indonesia*, 5(1), 30–35.
- Putri, M. A. (2020). Aktivitas likopen sebagai antioksidan dalam pencegahan penuaan dini kulit. *Jurnal Biologi Terapan*, 7(1), 33–41.
- Rahim, F., Elmitra, E., & Abdullah, F. M. (2022). Formulasi sediaan bedak tabur dari ekstrak buah tomat (*Solanum lycopersicum* L.). *Jurnal Upertis*, 5(2), 1–8.
- Rahmayanti, D. (2024). *Formulasi sediaan masker gel ekstrak buah tomat ceri (Solanum lycopersicum L.) sebagai antioksidan* (Tugas Akhir). Universitas Bakti Tunas Husada.
- Rohmalia, Y., & Aminda, R. S. (2021). Analisis penggunaan masker alami sebagai perawatan kulit wajah pada masa pandemi Covid-19. *Diversity: Jurnal Ilmiah Pascasarjana*, 1(2), 45–54.
- Setiani, I., & Endriyatno, N. C. (2023). Formulasi gel ekstrak buah tomat (*Solanum lycopersicum* L.) dan uji fisiknya. *Indonesian Journal of Pharmaceutical Education*, 3(3), 378–390.
- Soehardi, S. (2004). *Kosmetika alami dan pemanfaatannya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Surbakti, E. (2016). Tomat (*Lycopersicum esculentum* Mill.) sebagai anti penuaan kulit. *Majority*, 5(3), 101–109.
- TU, P. T. B., & Tawata, S. (2015). Anti-aging and melanogenesis inhibitory activities of bioactive compounds from tropical plants: A review. *Cosmetics*, 2(2), 35–46.
- Tugiyono, H. (2001). *Tanaman hortikultura dan manfaat kesehatannya*. Yogyakarta: Kanisius.
- Yanti, R., dkk. (2020). Pemanfaatan tomat sebagai bahan alami dalam perawatan wajah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 55–63.