

ANALISIS PENGGUNAAN JILBAB DAN PERAWATAN RAMBUT TERHADAP KESEHATAN KULIT KEPALA DAN RAMBUT PADA MAHASISWI BERJILBAB

Zaradiya Audrey Tritania

Program Studi S1 Pendidikan Tata Rias, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Surabaya
zaradiya.19046@mhs.unesa.ac.id

Sri Usodoningtyas¹, Mutimmatul Faidah², Arita Puspitorini³

Program Studi S1 Pendidikan Tata Rias, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Surabaya

Abstrak

Pengguna jilbab rentan mengalami masalah kulit kepala dan rambut. Hal tersebut disebabkan karena kulit kepala kurang mendapatkan aliran udara, sehingga kulit kepala menjadi panas dan lembab. Perawatan rambut diperlukan untuk mendapatkan rambut sehat dan untuk mengatasi permasalahan rambut. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh penggunaan jilbab dan perawatan rambut terhadap kesehatan kulit kepala dan rambut pada mahasiswa berjilbab. Penelitian ini menerapkan jenis penelitian deskriptif kuantitatif dengan sampel 143 mahasiswa berjilbab. Hasil penelitian membuktikan : (1) penggunaan jilbab berpengaruh signifikan terhadap kesehatan kulit kepala dan rambut ($t = 5,749$; $p < 0,001$); (2) perawatan rambut berpengaruh signifikan terhadap kesehatan kulit kepala dan rambut ($t = 2,237$; $p 0,027$); (3) penggunaan jilbab dan perawatan rambut berpengaruh signifikan terhadap kesehatan kulit kepala dan rambut ($F = 109,363$; $p < 0,001$). Faktor lain yang dapat mempengaruhi kesehatan kulit kepala dan rambut yaitu genetik, hormonal, *stress*, makanan, dan penataan rambut.

Kata Kunci : Kesehatan Kulit Kepala dan Rambut, Penggunaan Jilbab, Perawatan Rambut.

Abstract

Hijab users are prone to scalp and hair problems. This is because the scalp does not get enough airflow, so the scalp becomes hot and humid. Hair treatment is needed to get healthy hair and to solve hair problems. The aim of the study was to determine the effect of wearing the hijab and hair treatment on the health of the scalp and hair in female students wearing the hijab. This study applied a quantitative descriptive research type with a sample of 143 female students wearing hijab. The results of the study proved: (1) the use of the hijab had a significant effect on the health of the scalp and hair ($t = 5.749$; $p < 0.001$) ; (2) hair treatment has a significant effect on the health of the scalp and hair ($t = 2.237$; $p 0.027$); (3) the use of the hijab and hair treatment had a significant effect on the health of the scalp and hair ($F = 109.363$; $p < 0.001$). Other factors that can affect the health of the scalp and hair, such as genetics, hormones, stress, food, and hair styling.

Keywords : Scalp and Hair Health, Use of Hijab, Hair Treatment.

UNESA
Universitas Negeri Surabaya

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan Negara beriklim tropis dan mayoritas penduduknya pemeluk agama Islam. Menurut laporan *The Royal Islamic Strategic Studies Centre (RISSC)* yang ditulis oleh Rizati (2022), sebanyak 237,56 juta jiwa atau setara dengan 86,7% populasi muslim di Indonesia. Dalam Al-Qur'an, seorang wanita muslim diwajibkan untuk menutupi aurat yaitu salah satunya dengan menggunakan jilbab. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), jilbab merupakan kain lebar yang digunakan oleh wanita muslim sebagai penutup kepala dan leher sampai dada. Wanita yang menggunakan jilbab, umumnya menutupi kulit kepala dan rambutnya dalam waktu lama dapat menyebabkan kulit kepala menjadi lembab dan kekurangan udara (Arisandi dkk, 2014). Menurut Imani (2017), lama pemakaian jilbab dan mengikat rambut lebih dari 12 jam per hari dapat meningkatkan kelembaban kulit. Kulit kepala yang lembab akan mengakibatkan peningkatan produksi kelenjar keringat, selain itu keberadaan mikroorganisme juga dapat menyebabkan munculnya ketombe. *Pityrosporum ovale* merupakan salah satu mikroorganisme yang dapat menimbulkan ketombe, dimana jamur tersebut dapat bertumbuh cepat apabila kulit kepala berminyak secara berlebihan (Malonda dkk, 2017). Menurut Zarei-Mahmoudabadi *et al.* (2013), kulit kepala yang lembab akan melemahkan akar rambut hingga rambut rontok.

Rambut pada kepala adalah salah satu bagian terpenting bagi seseorang khususnya secara estetika. Semua orang khususnya wanita sangat menginginkan rambut yang sehat. Kesehatan kulit kepala dan rambut adalah suatu keadaan kulit kepala dan rambut dengan tidak adanya penyakit mengganggu seperti ketombe, rambut rontok, kering, berminyak, kusam, dan sulit disisir (Agustina, 2022). Ciri-ciri kulit kepala dan rambut sehat menurut Lahitani (2022), tidak terdapat minyak berlebih, kulit kepala tidak kemerahan, tidak terdapat jerawat atau benjolan di kulit kepala, tidak kering, tidak gatal, tidak berketombe. Berdasarkan beberapa teori ciri-ciri kesehatan kulit kepala dan rambut yang dikemukakan diatas, dapat disimpulkan bahwa kulit kepala dan rambut sehat yaitu tidak rontok, tidak berketombe, tidak berminyak, tidak terdapatnya jerawat, tidak kering, tidak terasa gatal, dan kulit kepala tidak berwarna kemerahan. Kesehatan kulit dan rambut dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti kekurangan gizi, stres, paparan sinar matahari, penggunaan bahan kimia, polusi udara kotor, paparan rambut seperti meluruskan, mengeringkan, mengeriting, mengikat rambut, dan kurangnya perawatan rutin maupun berkala secara tepat (Lixandru, 2017).

Menurut Huliatusunisa dkk (2022), perawatan rambut merupakan ilmu yang mempelajari perawatan rambut dan

kulit kepala dalam pemilihan kosmetika yang sesuai dengan jenis rambut, iklim dan teknik perawatan yang dilakukan. Menurut Amelia (2018 : 2), perawatan sehari-hari merupakan perawatan yang dilakukan secara rutin oleh diri sendiri, seperti mencuci rambut menggunakan *shampoo* dan *conditioner*, penggunaan *hair tonic*, dan vitamin, serta perawatan berulang seperti *creambath* dan *hair mask*. Menurut Sopiah (2016 : 38), perawatan kulit kepala dan rambut dapat dibagi menjadi dua, yaitu perawatan kulit kepala dan rambut secara basah, seperti *creambath*, *hair SPA*, dan *hair mask*. Perawatan kulit kepala dan rambut secara kering atau yang disebut *dry treatment* seperti penggunaan *hair tonic*. Berjilbab sebenarnya bukanlah penyebab utama terganggunya kesehatan kulit kepala dan rambut, namun perawatan rambut seperti frekuensi mencuci rambut dan penggunaan kosmetika rambut yang dilakukan juga dapat mempengaruhi kesehatan kulit kepala dan rambut.

Berdasarkan pemaparan diatas, peneliti menyimpulkan bahwa penggunaan jilbab dalam durasi pemakaian jilbab, pemilihan bahan dan warna jilbab yang tepat harus disertai dengan perawatan rambut seperti frekuensi mencuci rambut dan penggunaan kosmetika rambut yang sesuai untuk mendapatkan kulit kepala dan rambut sehat serta bersih dikarenakan perawatan rambut dapat mengatasi masalah rambut yang disebabkan oleh faktor penyebab masalah kulit kepala dan rambut. Semakin positif penggunaan jilbab dan perawatan rambut, maka semakin sehat kulit kepala dan rambut serta dapat mencegah terjadinya masalah kulit kepala dan rambut. Penulis berharap untuk dapat menarik kesimpulan dan penjelasan dari artikel ini yaitu menjelaskan pengaruh penggunaan jilbab dan perawatan rambut terhadap kesehatan kulit kepala dan rambut pada mahasiswi berjilbab di Universitas Negeri Surabaya. Peneliti juga ingin memberikan pengetahuan cara menjaga kesehatan kulit kepala dan rambut.

Tujuan pada penelitian ini adalah untuk mengetahui (1) bagaimana pengaruh penggunaan jilbab terhadap kesehatan kulit kepala dan rambut pada mahasiswi berjilbab di Universitas Negeri Surabaya, (2) bagaimana pengaruh perawatan rambut terhadap kesehatan kulit kepala dan rambut pada mahasiswi berjilbab di Universitas Negeri Surabaya, (3) bagaimana pengaruh penggunaan jilbab dan perawatan rambut terhadap kesehatan kulit kepala dan rambut pada mahasiswi berjilbab di Universitas Negeri Surabaya.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Rancangan pada penelitian ini terdapat tiga variable, yaitu penggunaan jilbab (X1), perawatan rambut (X2), dan kesehatan kulit kepala dan

rambut (Y). Penelitian ini dilakukan di Universitas Negeri Surabaya pada Program Studi S1 Pendidikan Tata Rias. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Januari sampai dengan April 2023.

Populasi dalam penelitian adalah mahasiswi Program Studi S1 Pendidikan Tata Rias Universitas Negeri Surabaya pada Angkatan 2021 yang terdiri dari 75 mahasiswi dan Angkatan 2022 yang terdiri dari 126 mahasiswi. Jumlah populasi pada penelitian adalah 201 mahasiswi. Sampel dalam penelitian adalah mahasiswi Program Studi S1 Pendidikan Tata Rias Universitas Negeri Surabaya Angkatan 2021 dan 2022 yang menggunakan jilbab, telah menempuh mata kuliah perawatan rambut, dan memiliki ilmu pengetahuan atau pemahaman wawasan mengenai perawatan rambut rutin maupun berkala sesuai dengan jenis kulit kepala dan rambut. Sampel yang diperoleh yaitu sebanyak 143 mahasiswi.

Penelitian ini menggunakan angket tertutup sebagai teknik pengumpulan data. Dalam angket ini responden memilih jawaban yang telah tersedia. Angket penelitian diberikan kepada mahasiswi di Program studi S1 Pendidikan Tata Rias Universitas Negeri Surabaya Angkatan 2021-2022 sebagai responden untuk memperoleh data penggunaan jilbab dan perawatan rambut terhadap kesehatan kulit kepala dan rambut. Terdapat 34 item dalam instrument angket penelitian yang menggunakan Skala Guttman yaitu menggunakan jawaban “Ya-Tidak” dengan sistem *skoring* “Ya” 1 dan “Tidak” 0.

Analisis data yang digunakan adalah (1) uji asumsi yaitu analisis statistik deskriptif (frekuensi dan presentase), uji normalitas, dan uji linearitas, (2) uji hipotesis bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh antara variable bebas (X) dengan variable terikat (Y), yaitu dengan menggunakan uji parsial (uji t), uji simultan (uji F), dan uji koefisien determinasi (R^2), serta menggunakan analisis regresi linear berganda.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji regresi linear berganda untuk mengetahui pengaruh variabel bebas dengan variabel terikat secara parsial (uji t) dan secara simultan (uji F). Peneliti melakukan uji parsial (uji t) untuk menguji pengaruh penggunaan jilbab terhadap kesehatan kulit kepala dan rambut (H_1) dan pengaruh perawatan rambut terhadap kesehatan kulit kepala dan rambut (H_2). Peneliti juga melakukan uji simultan untuk menguji pengaruh penggunaan jilbab dan perawatan rambut terhadap kesehatan kulit kepala dan rambut (H_3).

Tabel 1. Hasil Uji Regresi Linear Berganda

H	Kesehatan Kulit Kepala dan Rambut					
	R	R ²	F	β	t	Sig. (p)
H ₃	0,780	0,602	109,363			< 0,001
H ₂				0,435	5,749	< 0,001
H ₁				0,178	2,237	0,027

(Sumber : Tritania, 2023)

Tabel 2. Hasil Uji Korelasi

Variabel	Kesehatan Kulit Kepala dan Rambut (Y)
Durasi Pemakaian Jilbab	0,220**
Pemilihan Bahan Jilbab	0,064
Pemilihan Warna Jilbab	0,099
Frekuensi Mencuci Rambut	0,262**
Penggunaan Kosmetika Rambut	0,055

* p < .05, ** p < .01, *** p < .001

(Sumber : Tritania, 2023)

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa pada variabel penggunaan jilbab terdapat korelasi durasi pemakaian jilbab ($r = 0,220$; $p < 0,01$), tidak terdapat korelasi bahan jilbab ($r = 0,064$), dan tidak terdapat korelasi warna jilbab ($r = 0,099$) terhadap kesehatan kulit kepala dan rambut pada mahasiswi berjilbab. Selanjutnya, pada variabel perawatan rambut terdapat korelasi frekuensi mencuci rambut ($r = 0,262$; $p < 0,01$), dan tidak terdapat korelasi penggunaan kosmetika rambut ($r = 0,055$) terhadap kesehatan kulit kepala dan rambut pada mahasiswi berjilbab.

Penggunaan Jilbab terhadap Kesehatan Kulit Kepala dan Rambut pada Mahasiswi Berjilbab di Universitas Negeri Surabaya

Hasil pada tabel 1 menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara penggunaan jilbab terhadap kesehatan kulit kepala dan rambut yaitu nilai $t = 5,749$ ($p < 0,001$). Hal tersebut menandakan bahwa hipotesis pertama (H_1) diterima. Semakin positif penggunaan jilbab terkait durasi pemakaian jilbab < 12 jam, pemilihan bahan jilbab dengan bahan alami dan ringan seperti katun, serta pemilihan warna jilbab dengan warna terang, maka semakin positif kesehatan rambut dan kulit kepala yang dimiliki dan terhindar dari masalah kulit kepala dan rambut seperti berketombe, berminyak, rambut rontok, dan lepek. Hasil pada tabel 2 menunjukkan bahwa

terdapat korelasi pada durasi pemakaian jilbab ($r = 0,220$; $p < 0,01$) terhadap kesehatan kulit kepala dan rambut pada mahasiswi berjilbab. Diketahui hasil data responden mayoritas responden menggunakan jilbab dengan durasi < 12 jam yaitu sebanyak 114 orang (80%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuni, Azwika dan Utami, Nurul (2020), menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara lama penggunaan jilbab ($p 0,014$) terhadap kejadian ketombe pada siswi berjilbab di SMA Muhammadiyah 1 Pekanbaru. Penelitian relevan lain yang sejalan yaitu penelitian yang dilakukan oleh Imani, Ade Aurora (2017), menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara pemakaian jilbab >12 jam ($p 0,012$) terhadap kejadian ketombe.

Berdasarkan hasil data responden, sebanyak 71 orang mengalami masalah kerontokan rambut (49,7%) dan ketombe sebanyak 81 orang (56%). Hal ini juga memperkuat bahwa kesehatan kulit kepala dan rambut dipengaruhi oleh penggunaan jilbab. Cara yang dapat dilakukan bagi pengguna jilbab dalam menjaga kesehatan rambut yaitu segera melepas jilbab dan ikatan rambut setelah tiba di rumah, dengan begitu rambut dapat beristirahat dan mendapatkan udara segar. Berlinawati (2015) menjelaskan bahwa waktu maksimal penggunaan jilbab yaitu selama 8 jam per hari atau pengguna jilbab dapat mengistirahatkan kulit kepala dan rambutnya dengan melepas jilbab pada saat waktu istirahat sholat dhuhur. Mengikat rambut dengan menggunakan ikatan rambut yang longgar seperti *scrunchies* dapat mengurangi ketegangan ikatan pada rambut dan mengurangi resiko rambut rontok karena patah. Berdasarkan hasil data responden, mayoritas responden menggunakan bahan jilbab dengan bahan katun sebanyak 106 orang (74%), dan mampu menyerap keringat sebanyak 112 orang (78%). Penggunaan bahan jilbab mempengaruhi kemampuan bahan dalam mengabsorpsi keringat. Bahan alami dapat lebih baik dalam penyerapan air dan penguapan panas tidak terganggu. Menggunakan bahan jilbab dengan serat alami yang cenderung ringan seperti katun atau *chiffon* dapat membantu udara lebih mudah masuk ke dalam kulit kepala. Namun, apabila menggunakan jilbab dengan serat buatan atau sintesis seperti *polyester*, sebaiknya diiringi dengan menggunakan *underscarf* atau ciput (dalam jilbab) dengan bahan tidak panas dan mudah menyerap keringat sehingga meminimalisir rambut terkena paparan langsung dari bahan jilbab tersebut secara berlebihan, sebab paparan yang berlebihan dapat menyebabkan rambut mudah rontok. Pemilihan bahan jilbab lebih disarankan dengan kain yang cenderung tipis apabila berada atau sedang dalam cuaca panas (Fadli, 2022). Berdasarkan hasil data responden, sebanyak 135 orang (94%) menggunakan jilbab dengan warna gelap. Mengutip

Huntsman Cancer Institute dalam Yani (2022), pemilihan warna jilbab lebih disarankan menghindari memakai warna gelap seperti hitam karena panas matahari lebih banyak diserap oleh warna gelap daripada warna terang. Hal tersebut dapat menjadikan kulit kepala lebih cepat berkeringat dan dapat memicu ketombe, rambut lepek, berminyak, gatal, dan bau. Penggunaan jilbab perlu diiringi dengan perawatan rutin dan penggunaan kosmetika perawatan rambut yang tepat agar kesehatan kulit kepala dan rambut tetap terjaga.

Perawatan Rambut terhadap Kesehatan Kulit Kepala dan Rambut pada Mahasiswi Berjilbab di Universitas Negeri Surabaya

Hasil pada tabel 1 menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara perawatan rambut terhadap kesehatan kulit kepala dan rambut yaitu nilai $t = 2,237$ ($p 0,027$). Hal tersebut menandakan bahwa hipotesis kedua (H_2) diterima. Semakin positif perawatan rambut yang sesuai dan tepat terkait frekuensi mencuci rambut dan penggunaan kosmetika rambut secara kering seperti *hair tonic* maupun secara basah seperti *creambath*, *hair mask*, dan *hair SPA*, maka semakin positif kesehatan rambut dan kulit kepala yang dimiliki, serta terhindar dari penyakit rambut dan kulit kepala seperti berketombe, berminyak, rambut rontok, dan lepek. Hasil pada tabel 2 menunjukkan bahwa terdapat korelasi frekuensi mencuci rambut ($r = 0,262$; $p < 0,01$) terhadap kesehatan kulit kepala dan rambut pada mahasiswi berjilbab. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nisrina, Nesi dan Rosalina, Linda (2020), menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara perawatan rambut dengan kesehatan rambut mahasiswi yang menggunakan jilbab ($r = 0,339$; $p 0,004$).

Menurut Sulistyorini (2018 : 139), mencuci rambut atau *shampooing* adalah langkah awal yang wajib dilakukan dalam merawat rambut. Mencuci rambut baiknya dilakukan 2-3 kali setiap minggu dan disesuaikan dengan jenis rambut seseorang serta jumlah produksi minyak pada kulit kepala. Berdasarkan hasil data responden, mayoritas responden mencuci rambutnya 3x dalam seminggu yaitu sebanyak 77 orang (54%). Mengutip *American Academy of Dermatology*, apabila kulit kepala mengalami minyak berlebih, maka rambut dicuci setidaknya 3x dalam seminggu. Apabila rambut berulang kali menggunakan bahan kimia sehingga menjadi kering dan porus, maka rambut setidaknya dicuci dengan jarang seperti 2x dalam seminggu. Apabila terdapat ketombe pada kulit, maka rambut perlu dicuci lebih sering seperti 4x dalam seminggu. Hindari menggunakan *shampoo* ataupun kosmetika perawatan rambut yang mengandung alkohol atau *Sodium Lauryl Sulfate* (SLS), karena kedua bahan tersebut dapat

menyebabkan rambut menjadi kering. Pengaplikasian *conditioner* perlu digunakan dalam menjaga dan merawat rambut karena kandungan bahan dalam *conditioner* seperti *silicon* dan pelembab khusus (*emolien*) dapat melapisi dan mengisi atau menutrisi batang rambut yang tidak sehat sehingga rambut lebih terjaga dan menjadi lembab (Azmi, 2022).

Berdasarkan hasil data responden, sebanyak 80 orang (56%) melakukan pewarnaan pada rambutnya, mengalami kerontokan rambut sebanyak 71 orang (49,7%), rambut bercabang sebanyak 44 orang (31%), ketombe sebanyak 81 orang (56%), kulit berminyak sebanyak 69 orang (48%), kulit kepala terasa gatal sebanyak 68 orang (48%). Hal ini dapat diketahui bahwa masih banyak responden yang mengalami masalah dalam kesehatan kulit kepala dan rambutnya, serta masih kurang memperhatikan pentingnya perawatan rambut berkala sesuai kebutuhan dan jenis atau masalah rambut dan kulit kepala. Hasil responden, sebanyak 74 orang (52%) menggunakan *hair mask*, sebanyak 23 orang (16%) menggunakan *hair SPA*, dan sebanyak 40 orang (28%) menggunakan *creambath*. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden yang melakukan pewarnaan rambut menyebabkan rambut akan menjadi lebih kering, rusak sehingga perlu melakukan perawatan rutin dan berkala yang dapat menutrisi kulit kepala dan rambut seperti *shampoo* keratin, dimana keratin berfungsi untuk merawat rambut rusak, menghaluskan dan melembabkan kutikula, serta memperbaiki area rambut yang rusak sehingga rambut tampak lebih berkilau (*All Things Hair Team*, 2023). Selain perawatan rutin, perlu dilakukan perawatan ekstra dalam menjaga kesehatan kulit kepala dan rambut yaitu dengan perawatan berkala. Perawatan berkala disesuaikan dengan kebutuhan dan jenis kulit kepala serta rambut atau masalah pada kulit kepala dan rambut. *Creambath* lebih ditujukan pada akar rambut karena perawatan rambut ini untuk menjaga kekuatan akar rambut serta merilekskan ketegangan otot pada kepala. *Hair SPA* adalah perawatan rambut yang disarankan untuk memperbaiki rambut kusam, kering, dan berminyak dikarenakan krim pada *hair SPA* mengandung lebih banyak vitamin dan serum untuk membantu melembutkan rambut dan kilau alami rambut sehingga perawatan dengan kosmetika *hair SPA* lebih kaya nutrisi dibandingkan dengan *creambath*. *Hair mask* adalah perawatan rambut yang disarankan untuk memperbaiki rambut tidak sehat, kering, dan rontok. Fokus dalam kosmetika tersebut yaitu pada perawatan batang rambut sehingga pengolesan krimnya hanya pada batang rambut saja. (Adelina dan Nadya, 2023).

Penggunaan Jilbab dan Perawatan Rambut terhadap Kesehatan Kulit Kepala dan Rambut pada Mahasiswi Berjilbab di Universitas Negeri Surabaya

Hasil pada tabel 1 menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara penggunaan jilbab dan perawatan rambut terhadap kesehatan kulit kepala dan rambut yaitu nilai $F = 109,363$ ($p < 0,001$). Hal tersebut menandakan bahwa hipotesis ketiga (H_3) diterima. Menurut Nisrina (2020), penyebab timbulnya masalah kesehatan kulit kepala dan rambut menjadikan beberapa wanita enggan memakai jilbab karena beranggapan bahwa apabila menggunakan akan menimbulkan rambut. Berjilbab sebenarnya bukanlah penyebab utama terganggunya kesehatan kulit rambut dan kulit kepala, melainkan perawatan rambut juga dapat mempengaruhi. Penggunaan jilbab yang tepat dan diiringi dengan perawatan rambut yang sesuai serta rutin dapat meningkatkan dan menjaga kesehatan kulit kepala dan rambut. Menurut Sani (2010 ; 147) dalam Nisrina (2020), perawatan rambut pada wanita berjilbab yaitu (1) perawatan rutin menggunakan *shampoo*, *conditioner*, dan *hair tonic*; (2) perawatan berulang dengan masker rambut dan *creambath*; (3) memilih bahan jilbab yang dipakai, teknik pengikatan rambut saat menggunakan jilbab, keadaan rambut saat menggunakan jilbab yaitu dengan tidak menguncir dan memakai jilbab pada saat rambut masih dalam keadaan basah.

Berdasarkan nilai R^2 (tabel 1), penggunaan jilbab dan perawatan rambut berpengaruh terhadap Kesehatan rambut dan kulit kepala sebesar 0,602 atau 60%. Hal tersebut menandakan bahwa terdapat variabel lain sebesar 40% yang dapat mempengaruhi kesehatan kulit kepala dan rambut yaitu genetik, keadaan hormonal, *stress*, makanan yang dikonsumsi, dan penataan (*styling*) rambut seperti pelurusan, pengeritingan (Arisandi dkk, 2014).

PENUTUP

Simpulan

Melalui penelitian yang telah dilakukan, diperoleh beberapa kesimpulan :

1. Penggunaan jilbab berpengaruh signifikan terhadap kesehatan kulit kepala dan rambut dengan nilai $t = 5,749$ ($p < 0,001$), maka hipotesis pertama (H_1) diterima. Terdapat korelasi pada durasi pemakaian jilbab ($r = 0,220$; $p < 0,01$) terhadap kesehatan kulit kepala dan rambut pada mahasiswi berjilbab. Semakin positif penggunaan jilbab terkait durasi pemakaian jilbab < 12 jam, pemilihan bahan jilbab dengan bahan alami dan ringan seperti katun, serta pemilihan warna jilbab dengan warna terang, maka semakin positif kesehatan rambut dan kulit kepala yang dimiliki dan terhindar dari masalah kulit kepala

dan rambut seperti berketombe, berminyak, rambut rontok, dan lepek.

2. Perawatan rambut berpengaruh signifikan terhadap kesehatan kulit kepala dan rambut pada mahasiswi berjilbab di Program Studi S1 Pendidikan Tata Rias Universitas Negeri Surabaya dengan nilai $t = 2,237$ ($p = 0,027$), maka hipotesis kedua (H_2) diterima. Terdapat korelasi frekuensi mencuci rambut ($r = 0,262$; $p < 0,01$) terhadap kesehatan kulit kepala dan rambut pada mahasiswi berjilbab. Semakin positif perawatan rambut yang sesuai dan tepat terkait frekuensi mencuci rambut dan penggunaan kosmetika rambut secara kering seperti *hair tonic* maupun secara basah seperti *creambath*, *hair mask*, dan *hair SPA*, maka semakin positif kesehatan rambut dan kulit kepala yang dimiliki dan terhindar dari masalah kulit kepala dan rambut seperti berketombe, berminyak, rambut rontok, dan lepek.
3. Penggunaan jilbab dan perawatan rambut secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap kesehatan kulit kepala dan rambut pada mahasiswi berjilbab di Program Studi S1 Pendidikan Tata Rias Universitas Negeri Surabaya dengan nilai $F = 109,363$ ($p < 0,001$), maka hipotesis ketiga (H_3) diterima. Terdapat faktor lainnya (40%) yang dapat mempengaruhi kesehatan kulit kepala dan rambut yaitu genetik, keadaan hormonal, *stress*, makanan yang dikonsumsi, dan penataan (*styling*) rambut seperti pelurusan, pengeritingan.

Saran

Saran yang dapat diajukan dari penelitian ini, yaitu :

1. Bagi peneliti, agar lebih banyak dan bervariasi dalam menyusun alat ukur untuk melakukan penelitian.
2. Bagi peneliti selanjutnya, perlu kiranya melakukan penelitian lanjutan dengan faktor-faktor lain yang dapat memberikan pengaruh signifikan terhadap kesehatan kulit kepala dan rambut, serta menggunakan alat ukur yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya.
3. Bagi pembaca ataupun responden, agar selalu memperhatikan cara dalam melakukan penggunaan jilbab yang tepat yaitu menggunakan jilbab dengan durasi selama 8 jam atau < 12 jam per hari. Menggunakan bahan jilbab dengan serat alami yang cenderung ringan seperti katun atau *chiffon*. Namun, apabila menggunakan jilbab dengan serat buatan atau sintesis seperti *polyester*, sebaiknya diiringi dengan menggunakan ciput, serta menghindari pemilihan warna gelap seperti hitam. Selain dalam penggunaan jilbab yang tepat, disarankan perawatan rambut rutin maupun berkala juga dilakukan dengan tepat dan sesuai jenis atau

keluhan kulit kepala dan rambut untuk menjaga kesehatan kulit kepala dan rambut.

DAFTAR PUSTAKA

- Adelina dan Nadya. 2023. "Simak Perbedaan Creambath, Hair Mask, dan Hair Spa di Sini!" (<https://www.allthingshair.com/id-id/perawatan-rambut/perawatan-rambut-khusus/hair-spa-creambath-hair-spa/>), diakses pada 7 April 2023).
- Agustina, Novita. 2022. "Rambut Rontok dan Ketombe" (https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/700/rambut-ut-rontok-dan-ketombe/), diakses pada 14 Februari 2023).
- All Things Hair Team. 2023. "7 Manfaat Keratin Rambut yang Jarang Diketahui!" (<https://www.allthingshair.com/id-id/perawatan-rambut/perawatan-rambut-khusus/keratin-rambut/>), diakses pada 7 April 2023).
- Amelia, Y., Rostamailis, R., & Rosalina, L. 2018. "Pemanfaatan Kecambah Tauge untuk Mengatasi Kerontokan Rambut Wanita Berjilbab". *E-Journal Home Economic and Tourism*. Vol. 14 (1).
- American Academy of Dermatology. "Tips for Healthy Hair" (<https://www.aad.org/public/everyday-care/hair-scalp-care/hair/healthy-hair-tips>), diakses pada 7 April 2023).
- Arisandi, Dessy, Rahmiati, dan Yuliana. 2014. "Hubungan Perawatan dengan Kesehatan Rambut Mahasiswi yang Menggunakan Kerudung di Jurusan Kesejahteraan Keluarga Fakultas Teknik Universitas Negeri Padang". Vol. 7 (3).
- Azmi, Nabila. 2022. "Panduan Cara Merawat Rambut agar Sehat dan Berkilau" (<https://hellosehat.com/penyakit-kulit/perawatan-rambut/cara-merawat-rambut/>), diakses pada 7 April 2023).
- Berlinawati, Santi. 2015. "Masalah Rambut Wanita Berhijab dan Cara Mengatasinya" (<https://kawaii-beauty-japan.com/article/1738/cara-mengatasi-masalah-rambut-wanita-berhijab/>), diakses pada 16 Maret 2023).
- Fadli, Rizal. 2022. "Hijabers, Begini Cara Tepat Menjaga Kesehatan Rambut" (<https://www.halodoc.com/artikel/hijabers-begini-cara-tepat-menjaga-kesehatan-rambut>), diakses pada 7 April 2023).
- Huliatunisa, Y, Sutisna, A, Astuti, Indri M, Ishaq, Adinda R, Annisa, Miftah N, dan Ragin G. 2022. "Analisis Menjaga Kesehatan Kulit dan Rambut dengan Menjaga Kebersihan pada Siswa SDN Kp. Bulak III Pamulang". *Jurnal Pendidikan dan Konseling*. Vol. 4 (6): hal. 501-507
- Imani, Ade Aurora. 2017. *Hubungan Lama Pemakaian Jilbab, Lama Mengikat Rambut, dan Penggunaan*

Sisir secara Bersama terhadap Kejadian Ketombe pada Santriwati di Pondok Pesantren X, Leuwiliang, Bogor Tahun 2017. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.

Species in Ahvaz, Iran”. *Iranian Journal of Microbiology*. Vol. 5 (3): page. 268-271.

Lahitani, Sulung. 2022. “5 Tanda Kulit Kepala Tidak Sehat dan Cara Mengobatinya” (<https://www.halodoc.com/artikel/hijabers-begini-cara-tepat-menjaga-kesehatan-rambut>, diakses pada 7 April 2023).

Lixandru, M. 2017. “*Damaged Hair: Causes, Symptoms, and Treatment by Nature Word*” (<https://www.natureword.com/damagedhaircauses-symptoms-and-treatment/>, diakses 14 Februari 2023).

Malonda, T. C., Yamlean, P. V. Y., dan Citraningtyas, G. 2017. “Formulasi Sediaan Sampo Anti Ketombe Ekstrak Daun Pacar Air (*Impatiens balsamina L.*) dan Uji Aktivitasnya Terhadap Jamur *Candida Albicans* ATCC 10231 secara *In Vitro*. *Jurnal Ilmiah Farmasi*, Vol. 6 (4).

Nisrina, Nesi dan Rosalina, Linda. 2020. “Hubungan Perawatan Rambut dengan Kesehatan Rambut Mahasiswi yang Menggunakan Jilbab di Jurusan Tata Rias dan Kecantikan Fakultas Pariwisata dan Perhotelan”. *Jurnal Tata Rias dan Kecantikan*. Vol. 2 (1)

Rizati, Ayu M. 2022. “Jumlah Penduduk Muslim Indonesia Terbesar di Dunia pada 2022” (<https://dataindonesia.id/ragam/detail/populasi-muslim-indonesia-terbesar-di-dunia-pada-2022>, diakses pada 14 Februari 2023).

Sopiah, Pipih Siti dan Pratiwi, Dian. 2016. *Modul Guru Pembelajar Paket Keahlian Tata Kecantikan Kulit Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). Kompetensi Profesional: Perawatan Rambut. Kompetensi Pedagogik: Pengembangan Kurikulum*. Jakarta: Pusat Pengembangan dan Pemberdayaan Pendidik dan Tenaga Kependidikan Bisnis dan Pariwisata, Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan.

Sulistyorini, Dwi E.W dan Susilowati, Ani. 2018. *Kecantikan Dasar SMK/MAK Kelas X. Bidang Keahlian Pariwisata. Program Keahlian Tata Kecantikan. Kompetensi Keahlian Tata Kecantikan Kulit dan Rambut*. Yogyakarta: ANDI.

Yani, Indah F. 2022. “Memilih Warna dan Jenis Pakaian yang Tidak Menyerap Panas” (<https://hellosehat.com/sehat/informasi-kesehatan/warna-yang-tidak-menyerap-panas/>, diakses pada 7 April 2023).

Yuni, Azwika dan Utami, Nurul. 2020. “Faktor-faktor yang Menyebabkan Kejadian *Dandruff* pada Siswi Berjilbab di SMA Muhammadiyah 1 Pekanbaru”. Vol. 2 (5).

Zarei-Mahmoudabadi A, Zarrin M, and Mehdinezhad F. 2013. “Seborrheic Dermatitis due to *Malassezia*