

BAB IV

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Photoaging adalah proses penuaan yang diakibatkan oleh sinar ultraviolet dari matahari. Kelainan ini dapat terjadi pada setiap orang, sesuai dengan kebiasaan mereka beraktivitas di bawah paparan sinar matahari. Derajat kerusakan yang timbul tergantung dari jenis kulit, dimulai dari kulit putih yang selalu terbakar, hingga kulit hitam. Kerusakan kulit yang terjadi dimulai dari sunburn, suntan, penebalan kulit, penggelapan kulit, hingga kerusakan struktural kulit terutama di epidermis dan dermis. Pencegahan sangat penting untuk menghindari kerusakan kulit akibat *photoaging* yaitu menghindari kontak dengan paparan sinar ultraviolet dari matahari dalam jangka waktu lama dan frekwensi sering sejak usia remaja. Terapi bertujuan untuk merawat kerusakan akibat *sunburn*, kerusakan kolagen dan perawatan kosmetik kulit yang telah rusak. Terapi-terapi baru modern terus berkembang hingga saat ini.

Saran

Dengan diketahuinya sinar ultraviolet sebagai penyebab *photoaging*, disarankan aktivitas dalam jangka waktu lama dengan frekwensi sering dibawah paparan sinar matahari dikurangi sebagai langkah pencegahan kerusakan kulit yang lebih parah lagi. Disarankan untuk setiap orang yang melakukan kegiatan di luar rumah menggunakan sarana perlindungan terhadap sinar matahari berupa topi, payung, pakaian tertutup, krim *sunscreen* (pelindung matahari). Dengan pengertian dan kesadaran penuh mengenai bahaya sinar ultraviolet maka bahaya kerusakan kulit akibat *photoaging* dapat dihindari oleh setiap orang.