

Jurnal Kesehatan SAMODRA ILMU

JKSI / 06 / 02 / 97 - 184

ISSN: 2086-2210

Gambaran Kadar Besi (Fe) Pada Air Minum Isi Ulang Di Kabupaten Sleman Yogyakarta

Dian Wuri Astuti, Muji Rahayu , Hieronimus Rayi Prasetya

Pengaruh Penyuluhan Dengan Menggunakan Metode Demonstrasi Dan Bedside Teaching Terhadap Keterampilan Ibu Melakukan Pijat Bayi Di Tinjau Dari Paritas

Iis Lestari

Hubungan Higiene Perorangan Dan Kepadatan Lalat Dengan Diare Pada Balita Di Desa Sendangrejo Kecamatan Minggir Kabupaten Sleman 2014

Nurkholis Ammi Majid, Liena Sofiana

Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Keputihan Dengan Perilaku Pencegahan Keputihan Di SMK Bopkri 2 Yogyakarta

Ester Juliana, Ina Kuswanti, Fitria Melina

Analisis Kondisi Sosial Demografi, Lingkungan Dan Kejadian Diare Di Dusun Sagan Kecamatan Depok Sleman Yogyakarta

Prastiwi Putri Basuki, Ariana Sumekar

Gambaran Status Gizi Siswi Kelas X Dalam Persiapan Reproduksi Sehat Di SMK 1 Muhammadiyah Bambanglipuro Bantul

Nadzirotun Arif Fathonah , Evi Nurhidayati

Pelaksanaan Patient Safety Oleh Perawat Di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta

Ahmad Ahid Mudayana

Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Posyandu Lansia Larasati Dusun Wiyoro Baturetno Banguntapan Bantul Yogyakarta 2015

Salafudin, Sri Handayani

Manfaat Labeling Obat Luar Parem Kocok Bagi Konsumen Lansia Anggota Worokawuri Kota Yogyakarta

Kandi Jadmiko

Menjaga Kesehatan Melalui Olahraga Tangan dan Jari Oleh Para Lanjut Usia Anggota Setyo Kawuri Yogyakarta

Suti Kamilowati

Pengaruh Perawatan Wajah Melalui Teknik Totok Untuk Mendukung Kesehatan Di Putri Kedaton Griya Kecantikan Dan Spa Yogyakarta

Herina Yuwati

Hubungan Motivasi Dan Kemandirian Belajar Dengan Kompetensi Pemasangan Kateter

Suri Salmiyati

JKSI	Volume 6	Nomor 2	Halaman 97 - 184	Yogyakarta Juli 2015	ISSN 2086-2210
-------------	-------------	------------	---------------------	-------------------------	-------------------

Penerbit
LP3M

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan "Yogyakarta"
Jl. Nitikan Baru No. 69 Yogyakarta



Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu (JKSI) terbit 2 kali dalam setahun (Januari, dan Juli) setiap tahunnya. Kiriman naskah artikel dari penulis di email ke stikesyogya@gmail.com

Dewan Redaksi Jurnal Kesehatan "Samodra Ilmu"

Pengarah/Penasehat:

Ketua Stikes "Yogyakarta"
Drs. Bambang Iskamto, M.Si.

Pemimpin Redaksi:

Sri Handayani, S.Kep., Ns, M.Kes.

Editor Ahli:

Sujono Riyadi, S.Kep., M.Kes.
Ina Kuswanti, S.SiT., M.Kes.

Sekretaris:

Istichomah, S.Kep, Ns, M.Kes.
Lusa Rochmawati, S.SiT., M.Kes.

Anggota:

Sutanta, S.Kep, Ns, M.Kes
Sulistyaningsih Prabawati, SST., M.Kes.
Setyo Retno Wulandari, S.SiT., M.Kes.
Iis Lestari, SST., M.Kes.
Fitria Melina, SST., M.Kes.
Galuh Kartika Sari, SST., M.Kes
Dina Putri Utami Lubis, S.Kep., Ns., M.Kep.
Rista Novitasari, SST.

Keuangan:

Wiwin Priyantari Heriningsih, S.Kep. Ns. M.Kes

Alamat Redaksi:

STIKES "YOGYAKARTA"
Jl. Nitikan Baru No. 69 Yogyakarta
Telp. (0274) 373142 Fax. (0274) 383560

Jurnal Kesehatan

SAMODRA ILMU

Volume 06, Nomor 02, Juli 2015

DAFTAR ISI

Gambaran Kadar Besi (Fe) Pada Air Minum Isi Ulang Di Kabupaten Sleman Yogyakarta <i>Dian Wuri Astuti, Muji Rahayu , Hieronimus Rayi Prasetya</i>	99
Pengaruh Penyuluhan Dengan Menggunakan Metode Demonstrasi Dan <i>Bedside Teaching</i> Terhadap Keterampilan Ibu Melakukan Pijat Bayi Di Tinjau Dari <i>Paritas</i> . <i>Iis Lestari</i>	106
Hubungan Higiene Perorangan Dan Kepadatan Lalat Dengan Diare Pada Balita Di Desa Sendangrejo Kecamatan Minggir Kabupaten Sleman 2014 <i>Nurkholis Ammi Majid, Liena Sofiana</i>	115
Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Keputihan Dengan Perilaku Pencegahan Keputihan Di SMK Bopkri 2 Yogyakarta <i>Ester Juliana, Ina Kuswanti, Fitria Melina</i>	122
Analisis Kondisi Sosial Demografi, Lingkungan Dan Kejadian Diare Di Dusun Sagan Kecamatan Depok Sleman Yogyakarta <i>Prastiwi Putri Basuki, Ariana Sumekar</i>	129
Gambaran Status Gizi Siswi Kelas X Dalam Persiapan Reproduksi Sehat Di SMK 1 Muhammadiyah Bambanglipuro Bantul <i>Nadzirotun Arif Fathonah , Evi Nurhidayati</i>	138
Pelaksanaan <i>Patient Safety</i> Oleh Perawat Di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta <i>Ahmad Ahid Mudayana</i>	145
Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Posyandu Lansia Larasati Dusun Wiyoro Baturetno Banguntapan Bantul Yogyakarta 2015 <i>Salafudin, Sri Handayani</i>	150
Manfaat Labeling Obat Luar Parem Kocok Bagi Konsumen Lansia Anggota Worokawuri Kota Yogyakarta <i>Kandi Jadmiko</i>	160

**PENGARUH PERAWATAN WAJAH MELALUI TEKNIK
TOTOK UNTUK Mendukung KESEHATAN
DI PUTRI KEDATON GRIYA KECANTIKAN
DAN SPA YOGYAKARTA**

Oleh:

Herina Yuwati

**AKADEMI KESEJAHTERAAN SOSIAL
“AKADEMI KESEJAHTERAAN KELUARGA” YOGYAKARTA
Jl. Nitikan Baru No. 69 Yogyakarta
Tahun 2014**

**PENGARUH PERAWATAN WAJAH MELALUI TEKNIK TOTOK UNTUK
MENDUKUNG KESEHATAN DI PUTRI KEDATON GRIYA
KECANTIKAN DAN SPA YOGYAKARTA**

Oleh: Herina Yuwati*

ABSTRACT

This study was aimed to determine the relationship of facial treatment and technique of face massage to support health and beauty.

The data were collected through interviews, observation of study of documentation. The population is thirty participants of a facial treatment course at the Princess *Kedaton* Beauty House. The data analysis employed non statistical data analysis through a descriptive approach.

This study concluded that facial treatments through a technique of face massage can affect the health and beauty. Through the interviews with the participants, it revealed that the facial treatments through the face massage can make a better look yet have minimal risk.

Keywords: Facial treatment, techniques of face massage, health.

PENDAHULUAN

Pada zaman dahulu totok hanya digunakan untuk menyembuhkan penyakit yang ada di dalam tubuh seseorang. Dan totok ini sendiri hanya bisa dilakukan oleh seseorang yang mempunyai keahlian khusus tenaga dalam, sehingga si penotok dapat menyalurkan tenaganya kepada orang yang ditotok.

Dimasa yang serba modern ini, totok kembali diperhitungkan manfaat dan kegunaannya bagi perawatan kecantikan seseorang. Totok wajah ini dikombinasikan dengan plasenta domba yang sudah diolah sedemikian rupa, sehingga plasenta domba ini dapat dijadikan sebagai cream yang dapat digunakan untuk pengurutan pada wajah. Di Putri Kedaton Griya Kecantikan dan SPA, totok wajah dilakukan tanpa harus menggunakan alat-alat modern. Karena hanya dengan jari-jari si

* Dosen Proram Studi Tata Rias AKS “AKK” Yogyakarta

penotok, si penotok dapat melakukan menyaluran tenaganya kepada yang ditotok dan yang ditotokpun akan bisa merasakan langsung hasil dan manfaatnya. Tentunya untuk melakukan hal ini, penotok harus mempunyai keahlian tenaga dalam dan si penotok juga harus mengetahui titik-titik akupuntur pada tubuh seseorang.

IDENTIFIKASI MASALAH

Setiap orang suatu saat akan mengalami yang namanya kurang tidur, kecapean, baru sembuh dari sakit bahkan stress. Bila hal ini tidak diantisipasi dengan baik, maka peredaran darah akan menjadi tidak lancar, yang akhirnya akan mengganggu hormone di dalam tubuh. Maka dengan demikian wajah seseorang akan mudah sekali mengalami gangguan kulit wajah seperti jerawat, kusam, kasar, dsb.

Selain itu dibandingkan dengan mesin, totok wajah jauh lebih efektif penggunaan dan manfaatnya, karena dengan metode totok seseorang yang merawat mempunyai kontak langsung dengan yang dirawat yaitu melalui jari-jari si perawat, sehingga manfaat terapi bisa dirasakan secara langsung dan dalam waktu yang lama.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian pengamatan populasi yang diambil adalah peserta kursus perawatan wajah sebanyak 30 orang.

Pengumpulan data dengan menggunakan tehnik metode ceramah, tanya jawab, pengamatan, demonstrasi, dan dokumentasi. Analisis data non statistik dengan pola berfikir diskriptif.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perawatan wajah melalui tehnik totok membuat peredaran darah seseorang akan menjadi lancar sehingga akan dapat mencegah terjadinya kelainan pada kulit wajah, juga mengangkat sel-sel yang sudah mati, mengurangi kerutan pada wajah dan menghancurkan lemak-lemak pada wajah.

Pembahasan

Pengertian totok wajah adalah suatu ilmu kuno yang dalam dunia persilatan bisa digunakan untuk menotok peredaran darah seseorang.

Wajah adalah salah satu bagian dari organ tubuh yang dipandang sangat penting bagi seseorang. Dengan adanya totokan, peredaran darah seseorang akan menjadi lancar sehingga akan dapat mencegah terjadinya kelainan pada kulit wajah. Hal-hal yang mendasari adanya totok wajah adalah setiap orang suatu saat akan mengalami yang namanya kurang tidur, kecapean, baru sembuh dari sakit bahkan stress. Bila hal ini tidak diantisipasi dengan baik, maka peredaran darah akan menjadi tidak lancar, yang akhirnya akan mengganggu hormone di dalam tubuh. Maka dengan demikian seseorang akan mudah sekali mengalami gangguan kulit wajah seperti jerawat, kusam, kasar, dsb.

Selain itu dibandingkan dengan mesin, totok wajah jauh lebih efektif penggunaan dan manfaatnya. Karena dengan metode totok seseorang yang merawat mempunyai kontak langsung dengan yang dirawat yaitu melalui jari-jari si perawat, sehingga manfaat terapi bisa dirasakan secara langsung dan dalam waktu yang lama.

Sebelum melakukan perawatan wajah dengan menggunakan totok, hal-hal yang harus diperhatikan antara lain:

1. Diagnosis Wajah

Analisis kulit bertujuan untuk menentukan jenis kulit guna menetapkan cara perawatan yang sesuai untuk mempertahankan kesehatan kulit dan kecantikan sesuai dengan batas wewenang penata kecantikan.

Untuk menentukan diagnosis kulit muka, ada beberapa hal yang harus diperhatikan, antara lain:

a. Jenis Kulit (Nely Hakim; 68)

1) Kulit Berminyak

Pada kulit demikian kelenjar-kelenjar lemak bekerja berlebihan sehingga kulit kelihatan mengkilat, tebal, tonus kuat, pori-pori besar serta mudah sekali mendapat gangguan berupa jerawat (komedo, akne, dll).

2) Kulit Normal

Kulit tidak berminyak dan tidak kering, sehingga kelihatan segar dan bagus, lubang pori-pori hampir tidak kelihatan. Pengeluaran kotoran dan penyerapan zat-zat yang berguna melalui kulit serta peredaran darah berjalan dengan baik, maka jarang sekali mendapat gangguan jerawat maupun adanya cacat-cacat pada kulit muka, tonusnya baik.

3) Kulit Kering

Pada kulit demikian kelenjar lemak bekerja kurang aktif. Kulit kelihatan kusam, tipis, bersisik, halus, lebih cepat timbul keriput.

4) Kulit Campuran

Kulit ini bagian tengah muka (sekitar hidung/dagu), kadang-kadang berminyak atau normal. Sedangkan bagian lainnya normal atau kering. Dapat terjadi pada semua umur tetapi lebih sering terdapat pada usia 35 tahun ke atas.

b. Tonus dan Turgor

Dapat ditentukan kendor atau kuat dengan:

- 1) Turgor : Mencubit kulit pipi
- 2) Tonus : Menekan kulit pipi dibawah tulang pipi

c. Pori-pori

Kelihatan atau tidak tergantung pada jenis kulit. Adanya sumbatan dalam kandung rambut melebarkan pori-pori.

d. Lipatan dan Garis-garis Kulit

Pada muka/leher hampir senantiasa terjadi pembentukan lipatan dan garis kulit, yaitu:

- 1) Kerutan kebiasaan: antara alis sekitar mata, lipatan hidung, bibir (*smile line*)
- 2) Kerutan karena usia: pada kening, leher, sekitar bibir.

e. Kelainan kulit, meliputi: (Nelly Hakim; 286)

- 1) Gangguan pigmentasi, antara lain:
 - a) Hiperpigmentasi: ephelides/freckles, tahi lalat, cloasma gravidarum, cloasma uterium, dsb.
 - b) Hypopigmentasi: vitiligo, panu, leukoderma
 - c) Bercak merah: erythema solare, dsb
 - d) Bercak biru : livido, cyanosis, dsb
- 2) Gangguan fungsi kelenjar minyak/palit/sebaccus.

Pengeluaran sebum/palit yang berlebihan disebut seborrhoe. Bila terdapat penyumbatan saluran kelenjar palit dapat terjadi millium / akne yang tidak maupun dapat meradang.

3) Gangguan pertandukan kulit / keratinisasi

Pada muka terdapat berbagai macam keratosis kulit, antara lain hiperkeratinisasi / kekolotan. Pada badan, tangan dan kaki terjadi penyesikan kulit, ikhtiosis (kulit bersisik seperti sisik ikan), Psoriasis (kulit merah dan bersisik di atasnya), kapalan, katimunul/ mata ikan.

4) Gangguan peredaran darah = varices, antara lain: pelebaran pembuluh darah rambut (couperoses, teleangi ectasis), erythema.

2. Kerasnya Gerakan dan Ketepatan Gerakan Pengurutan

Ketenangan akan dapat dirasakan oleh klien bila cara kerja si perawat tepat. Oleh karena itu, kecepatan gerakan dalam pengurutan juga harus selalu diperhatikan. Hendaknya pengurutan dilakukan secara perlahan dan berirama. Jaringan badan dirangsang dengan gerakan-gerakan tekanan, kecepatan dan waktu selang.

3. Frekuensi

Seringnya pengurutan muka yang harus diberikan tergantung pada keadaan kulit, umur klien dan tujuan perawatan. Secara umum perawatan ini dapat dilakukan satu kali dalam satu minggu, hal ini tergantung pada keadaan kulit klien itu sendiri.

4. Urutan Tata Kerja Totok Wajah

a. Persiapan

Alat : Handuk kecil berwarna putih, kemben, selimut, kursi, trolley, cawan masker, kuas masker, jarum, pinset, gunting, waslap.

Kosmetik : Pembersih, penyegar, krim masase, obat jerawat, kapas, tisu, masker, air mawar, irisan ketimun.

Klien:

- Klien dipersilahkan untuk mengganti pakaiannya dengan kemben yang sudah disediakan.
- Klien dimohon untuk melepaskan perhiasan yang dipakai dan dimohon untuk menyimpan perhiasannya di dalam tas dan meletakkan di dalam loker.
- Klien dipersilahkan untuk berbaring di tempat tidur yang sudah disiapkan dan meletakkan handuk kecil berwarna putih sebagai alas kepala klien ditempat tidur.

b. Pembersih

- Ambil pembersih secukupnya dan bagikan pada 5 bagian wajah/pipi kanan dan kiri, dagu, dahi, hidung, dan leher.
- Dengan menggunakan jari-jari tangan kanan dan kiri ratakan pembersih keseluruhan wajah dan leher.
- Setelah pembersih rata maka hapus pembersih dengan menggunakan kapas bersih, hingga seluruh kotoran dan sisa-sisa riasan pada wajah hilang.

c. Massage Wajah

- Ambil massage cream secukupnya, kemudian bagikan pada 5 bagian wajah (pipi kanan dan kiri, dagu, dahi, hidung dan leher)
- Dengan menggunakan jari manis dan jari tengah ratakan massage cream keseluruhan wajah dan leher, dengan urutan gerakan massage sebagai berikut:
 - 1) Dimulai dari dahi dengan menggunakan jari, urut secara bergantian dengan tangan kiri dan kanan, lakukan gerakan effleurage dari kening.

Gerakan ini dilakukan mulai dari pangkal hidung tegak lurus sampai pada pangkal rambut, lakukan hingga 3x gerakan.

- 2) Dengan kedua jari urut tangan kanan dan kiri, melakukan pengurutan disekitar mata dengan usapan, mulai dari pangkal hidung keluar ke bawah mata, kembali lagi ke pangkal hidung. Saat jari urut pada alis larikan tekanan yang kuat pada daerah tersebut menurut jalan otot mata, lakukan 3x gerakan.
- 3) Dengan menggunakan ibu jari dan jari tengah, otot mulut diurut, mulai dari tengah dagu dan melingkar keluar.
- 4) Garis senyum
Secara bergantian antara ibu jari dan jari telunjuk melakukan gerakan mengusap pada garis senyum tersebut. Lakukan 6x gerakan.
- 5) Pada pengurutan pelipis sama pada cara pengurutan garis senyum. Lakukan 6x gerakan.
- 6) Dengan menggunakan seluruh jari, tulang pipi diurut dengan sedikit mengangkat tulang tersebut. Gerakan dimulai dari tulang hidung, keluar dan mengikuti otot tulang pipi lakukan 3x gerakan.
- 7) Pada otot mata, dengan menggunakan jari urut lakukan pengurutan dengan memberikan penekanan pada daerah tersebut. Gerakan dimulai dari pangkal alis keluar mengikuti otot mata hingga pada pelipis. Lakukan 3x gerakan.
- 8) Dengan menggunakan seluruh jari, urut pada rahang pipi. Gerakan dimulai dari ujung dagu hingga ke telinga, bergantian antara tangan kanan dan kiri, masing-masing rahang 4x usapan. Lakukan 3x gerakan.

d. Massage pada punggung dan tangan

- 1) Massage pada dada. Dilakukan dengan menggunakan seluruh jari dan telapak tangan. Gerakan dimulai dari pangkal dada turun meluncur pada lengan tangan kanan dan kiri. Dengan menggunakan seluruh jari dan telapak tangan kanan dan kiri melakukan pengurutan dengan gerakan dimulai dari dada meluncur ke tulang diantara kedua payudara. Lakukan 3x gerakan.
- 2) Massage pada punggung dilakukan dengan menggunakan seluruh jari dan telapak tangan kanan dan kiri. Secara bergantian antara tangan kanan dan kiri mengusap punggung. Lakukan 3-6x gerakan.
- 3) Massage pada tengkuk. Dengan menggunakan seluruh jari telapak tangan kanan dan kiri, gerakan dimulai dari bahu naik ke atas menuju tengkuk. Lakukan 3-6x gerakan.

e. Pemencetan Jerawat

Pemencetan jerawat ini dilakukan dengan menggunakan kedua jari telunjuk tangan kanan dan kiri yang sudah dibalut dengan tissue bersih. Bila perlu juga dapat menggunakan jarum untuk memecahkan / membuka jerawat yang menyumbat dan juga bisa menggunakan kaca pembesar untuk memperjelas jerawat-jerawat yang kecil.

f. Menotok

Setelah wajah dibersihkan dari komedo dan jerawat, kemudian dilakukan penotokan dengan gerakan sebagai berikut:

- 1) Melakukan pemanasan dengan gerakan massage seperti sebelumnya. Lakukan 1x gerakan.

- 2) Menekan secara bersamaan kedua pangkal alis dengan kedua jari telunjuk tangan kanan dan kiri menuju ke arah pertumbuhan rambut. Lakukan 1x gerakan.
- 3) Secara bergantian menekan pangkal alis dengan menggunakan jari telunjuk. Lakukan 1x gerakan.
- 4) Dengan menggunakan kedua jari urut tangan kanan dan kiri secara bersamaan menekan pada garis otot mata. Gerakan ini dilakukan mulai dari pangkal alis menuju ujung alis. Lakukan 3x gerakan.
- 5) Lalu gerakan seperti No. 4 dilanjutkan dengan gerakan menekan dan mengusap pada lingkaran mata dan saat sampai pada batang hidung, diberikan penekanan dengan menggunakan ibu jari dan jari telunjuk secara bersamaan antara tangan kanan dan kiri. Lakukan 3x gerakan.
- 6) Dengan menggunakan seluruh jari secara bersamaan antara tangan kanan dan kiri, pada tulang pipi dilakukan gerakan mengangkat mengikuti tulang pipi klien. Lakukan 3x gerakan.
- 7) Secara bergantian dilakukan gerakan mengangkat pada rahang pipi. Lakukan masing-masing 6x gerakan.
- 8) Lakukan gerakan melingkar mengusap sebanyak 3x hitungan. Pada kedua pelipis secara bersamaan dengan menggunakan jari urut kemudian setelah 3x hitungan dari pelipis tersebut ditarik sampai ke belakang kepala. Lakukan 3x gerakan.
- 9) Lakukan dengan mengurut pada bagian tengkuk kepala. Gerakan dimulai dari pangkal bahu hingga ke tengkuk. Lakukan dengan menggunakan jari telunjuk dan jari tengah secara bergantian langsung antara tangan kanan dan kiri. Lakukan 6-8x gerakan.

g. Masker

- 1) Pengolesan masker dilakukan secara tipis dan merata pada seluruh wajah dan leher kecuali pada bagian kedua mata dan mulut. Pada bagian mata ditutup dengan irisan ketimun yang tujuannya untuk membuat mata jadi segar dan rileks.
- 2) Setelah masker kering, masker diangkat dengan menggunakan waslap, yang sudah direndam dengan air dan dimasukkan pada kulkas.

5. Hasil dari Totok Wajah

- a. Kelancaran fungsi kulit dan semua jaringan dimuka dan kepala.
- b. Kulit jadi halus dan lembut
- c. Setelah dirawat klien santai dan nyaman
- d. Peredaran darah menjadi lancar
- e. Merangsang aktifitas kelenjar-kelenjar kulit.
- f. Rasa sakit akan berkurang.

6. Manfaat dari Totok Wajah

Totok wajah ini dilakukan karena mempunyai beberapa manfaat, antar alain:

- a. Mengangkat sel-sel yang sudah mati
- b. Memperlancar peredaran darah
- c. Mengurangi kerutan-kerutan pada wajah
- d. Menghancurkan lemak-lemak pada wajah.

KESIMPULAN

1. Pada zaman dulu totok digunakan untuk menyembuhkan penyakit yang ada pada tubuh seseorang. Dan totok dapat dilakukan oleh seseorang yang mempunyai keahlian khusus tenaga dalam, sehingga dapat menyalurkan tenaganya kepada orang yang ditotok.
2. Pada zaman sekarang totok digunakan untuk perawatan kecantikan seseorang, karena dengan totok klien dapat merasakan langsung tenaga si penotok dengan menyalurkan tenaga dalamnya.

SARAN

1. Jika kurang menguasai totok dalam perawatan wajah jangan menggunakan tehnik tersebut.
2. Penotok harus menguasai tehnik totok dengan baik dan jangan sombong.

DAFTAR PUSTAKA

- Husaini Usman dan Purnama Setiady Akbar, 2008, *Metodologi Penelitian Sosial*, Bumi Aksara, Bandung.
- Marzuki, 2002, *Metodologi Riset*, Bagian Penerbit Fakultas Ekonomi Universitas Islam Indonesia, Jakarta.
- Mira, 1995, *Totok Wajah dengan Menggunakan Plasenta Domba*, Majalah Tata Rias, Maret, 1995, Jakarta.
- Nelly Hakim, dkk. 1979, *Kosmetologi Tata Kecantikan Kulit Tingkat Dasar*, Yayasan Institut Androgogi Indonesia (INSANI), Jakarta.
- Rachmi Primadiati, 2001, *Kecantikan, Kosmetika dan Estetika*, PT. Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.
- Sutrisno Hadi, 2004, *Metodologi Research Jilid I*, Andi Offset, Yogyakarta