

7 Bahan Alami dari Dapur Ibu Bisa Bantu Mencerahkan Wajah



Wajah kusam memang membuat terkadang membuat kurang percaya diri. Kulit wajah kusam ini dapat disebabkan oleh berbagai hal. Dikutip dari buku *Cantik Tanpa Makeup: 300 Tip Cantik Alami Dari Para Pakar Dunia* oleh Dr. Aiman al Husaini, beberapa faktor yang dapat menjadi penyebab kulit kusam di antaranya adalah paparan sinar matahari berlebihan, merokok, debu, atau pemakaian kosmetik berbahan kimia. Untuk mengatasinya, beragam cara mencerahkan wajah pun kerap dilakukan untuk menghapus kulit kusam.

Ibu perlu tahu, kalau terdapat bahan alami yang bisa dijadikan bahan untuk membantu mencerahkan kulit wajah. Jadi ingin tahu bukan? Berikut 7 bahan alami yang bisa Ibu manfaatkan untuk atasi kulit kusam.

1. Madu

Cara mencerahkan wajah yang pertama bisa dibantu dengan bahan alami madu. Cara ini sudah dilakukan sejak zaman Cleopatra. Dikutip dari buku *Berkat Madu: Sehat, Cantik dan Penuh Vitalitas* oleh Ir. Rostita, bahan ini akan membuat kulit menjadi lembab dan tampak lebih cerah. Madu murni bisa Ibu gunakan sebagai masker wajah untuk menghasilkan kulit lebih cerah.

2. Jeruk Nipis

Bahan makanan yang biasa ada di dapur Ibu ini ternyata memiliki kandungan vitamin C

dan antioksidan yang baik untuk kesehatan kulit. Jeruk nipis sangat bermanfaat untuk mencerahkan dan melembutkan kulit wajah. Dilansir dari Livestrong, Cara memanfaatkannya pun mudah, cukup peras jeruk nipis, oleskan merata dengan kapas dan diamkan selama 10-15 menit, kemudian bilas.

3. Kunyit

Salah satu cara mencerahkan wajah yang bisa dilakukan adalah memanfaatkan bahan dapur satu ini. Ibu tentunya tidak menduga bahwa kunyit bisa membuat kulit lebih cerah dan lebih halus. Kandungan antiseptik dan antioksidannya baik bagi kulit. Dilansir dari Livestrong, Ibu bisa membuat masker kunyit dengan mencampurkan bubuk kunyit dan susu. Cukup oleskan pada bagian wajah dan diamkan hingga kering, kemudian bilas dengan air hangat.

4. Pepaya

Pepaya juga punya manfaat baik bagi kulit wajah. Cara mencerahkan wajah dengan pepaya dikutip dari *Hollywood Beauty Secrets: Remedies to the Rescue* oleh Louisa Graves dan Bowen Bailie, cukup dengan bagian kulit buahnya saja. Gosokkan bagian dalam kulit pepaya perlahan ke wajah, diamkan sesaat sampai kering. Untuk membersihkannya, bilas dengan air hangat.

5. Yogurt

Salah satu olahan susu ini punya manfaat baik bagi kulit. Dikutip dari buku *28-day Skin Plan: For Clear and Glowing Skin* oleh Tiffany Law, kandungan asam laktat yang dimiliki yogurt akan membantu mencerahkan kulit. Cara menggunakannya cukup balurkan yogurt di bagian wajah secara merata. Diamkan beberapa saat, kemudian bilas dengan air hangat. Selain mengoleskannya secara langsung, Ibu juga bisa mencampurkannya dengan *oatmeal* dan jeruk nipis untuk dijadikan masker.

6. Mentimun

Cara membuat masker mentimun juga sangat mudah. Dari buku *100% Cantik*, cukup iris tipis mentimun dan letakkan pada bagian wajah. Diamkan beberapa saat dan bilas dengan air hangat.

7. Lidah Buaya

Manfaat lidah buaya tak bisa dianggap sepele. Tak hanya dikenal untuk menutrisi rambut, lidah buaya punya manfaat baik bagi kulit wajah. Dikutip dari buku *Khasiat & Manfaat Lidah Buaya* oleh Irni Furnawanthi, SP, Tanaman satu ini mampu menjadi media pembawa nutrisi ke dalam kulit serta meregenerasi sel kulit baru. Potong daun lidah buaya dan ambil cairan di dalamnya dengan cara memerasnya. Dilansir dari buku *Berkat Lidah Buaya; Sehat, Cantik Dan Penuh Vitalitas* oleh Ir. Rostita, ambil sari lidah buaya untuk dioleskan di bagian wajah, setelah kering bilas dengan air hangat. Cara ini juga mampu mengurangi minyak berlebih yang terkadang membuat tampilan wajahmu kusam, lho.

Cara mencerahkan wajah ternyata tidak harus rumit ya, Bu. Bahan-bahan di atas tentunya dapat Ibu temukan dengan mudah di sekeliling Ibu, bukan?

<https://www.sahabatnestle.co.id/content/view/7-bahan-alami-dari-dapur-ibu-bisa-bantu-mencerahkan-wajah.html>