



MODUL PEMBELAJARAN

**BIJAK MEMILIH DAN
MENGUNAKAN
KOSMETIK AMAN**



MODUL PEMBELAJARAN
**BIJAK MEMILIH DAN
MENGUNAKAN
KOSMETIK AMAN**



TIM PENYUSUN

PENGARAH

Mohamad Kashuri S.Si, Apt., M.Farm

PENANGGUNG JAWAB

Nurvika Widyaningrum, S.Si., Apt., M.Epid.

PENYUSUN

Ambar Setyorini, S.Si, Apt
Ari Novianti Nugroho Basuki, SP
Christy Cecilia S.N, S.Farm., Apt.
Aufa Rojana Sa'dillah, S.Si.
Rona Monika Sihaloho, S.Si., M.K.M.
Laily Maqfirah, S.Farm, Apt.
Rahadiyan Nur Widiawan, S.Gz.
Widyana Siregar, S.K.M., M.K.M.

DESKRIPSI BUKU

Edisi Pertama, Desember 2025
31 halaman, 14,85 x 21 cm

PENERBIT

Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia
Jl. Percetakan Negara No 23 Jakarta Pusat 10560

DIKELUARKAN OLEH



Direktorat Pemberdayaan Masyarakat dan Pelaku Usaha
Obat Tradisional Suplemen Kesehatan dan Kosmetik

Copyright © Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia
Hak Cipta dilindungi Undang-undang
Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau
seluruh isi buku ini dalam bentuk elektronik, mekanik,
fotokopi, rekaman atau cara apapun
tanpa izin tertulis sebelumnya dari penerbit.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kita panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas limpahan rahmat dan karunia-Nya booklet “Cerdas Memilih dan Menggunakan Kosmetik Aman” dapat diselesaikan dengan baik.

Penyusunan buku ini merupakan bagian dari komitmen kami dalam memperkuat pemahaman masyarakat mengenai pemilihan dan penggunaan Kosmetik aman dan sesuai ketentuan. Seiring meningkatnya pemanfaatan produk berbahan alam, penyediaan informasi yang akurat dan dapat dipertanggungjawabkan menjadi sangat penting guna mendukung perlindungan konsumen serta meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat.

Kami berharap buku ini dapat menjadi pedoman yang bermanfaat bagi masyarakat, kader BPOM, tenaga kesehatan, pelaku usaha, serta seluruh pemangku kepentingan dalam mendorong penggunaan kosmetik yang aman, bermanfaat dan bermutu dengan bijak.

Mohamad Kashuri S.Si, Apt., M.Farm
Deputi Bidang Pengawasan Obat Tradisional,
Suplemen Kesehatan, dan Kosmetik



MODUL PEMBELAJARAN

BIJAK MEMILIH DAN MENGUNAKAN KOSMETIK AMAN



Badan Pengawas Obat dan Makanan
2025

DAFTAR ISI

- 1** KOSMETIK
- 2** TUJUAN UTAMA PENGGUNAAN KOSMETIK
- 3** INGAT KOSMETIK BUKAN OBAT!
- 4** INDUSTRI KOSMETIK
- 5** IZIN EDAR KOSMETIK
- 6** INFORMASI PADA LABEL/KEMASAN KOSMETIK
- 7** BAHAN BERBAHAYA DALAM KOSMETIK
- 9** SAATNYA LAPOR EFEK SAMPING KOSMETIK
- 10** HAL YANG PERLU DIPERHATIKAN PADA KLAIM KOSMETIK
- 11** CONTOH KLAIM DALAM KOSMETIK
- 12** CEK KLIK
- 13** CARA CEK IZIN EDAR PRODUK DENGAN BPOM MOBILE
- 15** SKINCARE “ETIKET BIRU”
- 16** KOSMETIK ISI ULANG
- 17** KOSMETIK *SHARE IN JAR*
- 18** UJI KEPEKAAN KOSMETIK (*PATCH TEST*)
- 19** TIPS PENGGUNAAN KOSMETIK
- 20** TIPS CERDAS BELI KOSMETIK SECARA ONLINE
- 21** JENIS KOSMETIK YANG TIDAK DIJUAL BEBAS DAN HARUS DIAPLIKASIKAN OLEH DOKTER
- 22** SIMBOL YANG HARUS DIKETAHUI PADA KEMASAN KOSMETIK
- 24** LAYANAN PENGADUAN BPOM
- 25** LAYANAN KONSULTASI
- 26** REFERENSI

KOSMETIK

Kosmetik adalah bahan atau sediaan yang dimaksudkan untuk digunakan pada bagian luar tubuh manusia seperti epidermis, rambut, kuku, bibir, dan organ genital bagian luar, atau gigi dan membran mukosa mulut².



TUJUAN UTAMA PENGGUNAAN KOSMETIK

MEMBERSIHKAN

Masker, Sabun mandi, Sampo, Pasta gigi, *Make-up remover*, dll.

MEWANGIKAN


Wangi-wangian untuk bayi, *Eau de cologne*, *Eau de parfum*, *Eau de toilette*, Parfum.

MELINDUNGI ATAU MEMELIHARA TUBUH

Sunscreen, *Eye moisturizer*

MENGUBAH PENAMPILAN DAN/ATAU MEMPERBAIKI BAU BADAN

Pewarna rambut, *Lip color*, Deodoran, Antiperspiran, Deodoran-Antiperspiran



Kosmetik digunakan pada tubuh dengan kondisi baik

INGAT KOSMETIK BUKAN OBAT!

Tidak boleh mengubah fungsi tubuh secara permanen atau mengobati penyakit.



INDUSTRI KOSMETIK

Industri Kosmetik Golongan A¹

Industri Kosmetik Golongan B⁶

Dapat membuat semua bentuk dan jenis sediaan kosmetik

Hanya dapat membuat bentuk dan jenis sediaan kosmetik tertentu dengan menggunakan teknologi sederhana

Dilarang memproduksi:

- Kosmetik bayi
- Kosmetik yang digunakan di sekitar mata, rongga mulut, dan/atau membran mukosa lainnya
- Kosmetik yang mengandung bahan anti jerawat, pencerah kulit, tabir surya, chemical peeling, dan/atau pewarna rambut
- Kosmetik yang pembuatannya menggunakan teknologi tinggi seperti aerosol dan serbuk kompak



IZIN EDAR KOSMETIK

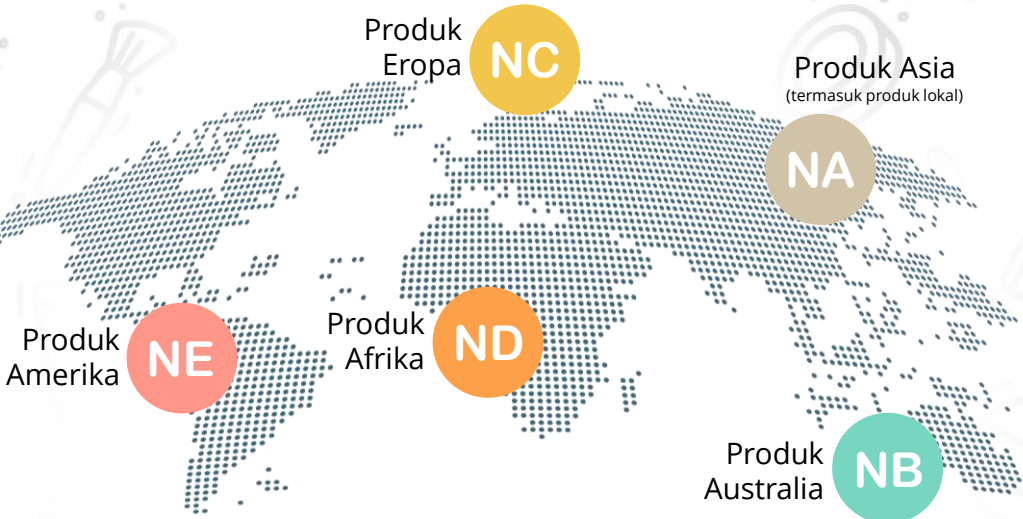
Kosmetik yang diedarkan di wilayah Indonesia, harus memiliki Nomor Izin Edar dari BPOM.

N X 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11

X=A/B/C/D/E

Contoh:

POM NA 12345678911



Nomor Izin Edar terdiri dari 5 Kategori Asal Produk (**NA/NB/NC/ND/NE**) serta 11 Digit Angka

INFORMASI PADA LABEL/KEMASAN KOSMETIK

Informasi pada label/kemasan kosmetik yang wajib menggunakan bahasa Indonesia yaitu:

- Manfaat atau kegunaan
- Cara penggunaan
- Peringatan dan/atau perhatian



Wajib Menggunakan Bahasa Indonesia Atau Bahasa Asing Sepanjang Ditulis Menggunakan Huruf Latin Dan/Atau Angka Arab².

BAHAN BERBAHAYA DALAM KOSMETIK



Merkuri

Merkuri biasanya ditambahkan pada *eye shadow*, *blush on*, dan bedak sebagai bahan pengawet. Selain itu sering ditemukan pada produk *whitening*⁷.

Efek samping yang dapat ditimbulkan karena pemakaian produk merkuri yaitu alergi, iritasi kulit, bintik-bintik hitam pada kulit, gangguan ginjal, kanker, dan cacat janin.



Asam Retinoat (Retinoic Acid/Tretinoin)

Asam retinoat sering ditemukan penyalahgunaannya pada obat jerawat dan pemutih kulit.

Efek samping yang dapat ditimbulkan karena pemakaian produk mengandung asam retinoat yaitu kulit kering, rasa terbakar, terkelupas berlebihan, teratogenik.



Hidrokuinon (*Hydroquinone*)

Pada Kosmetik, hidrokuinon hanya boleh digunakan pada produk kuku *artificial*, namun sering disalahgunakan pada produk krim pemutih wajah atau produk perawatan kulit⁸.

Efek samping yang dapat ditimbulkan yaitu iritasi kulit, hiperpigmentasi, *ochronosis*, kemerahan dan rasa terbakar.



Bahan Pewarna yang Dilarang dalam Kosmetik

Pewarna yang dilarang dan sering ditemukan pada kosmetik: merah K3, merah K10 (Rhodamin B), *metanil yellow*, dan *acid orange 7*.

Sering ditemukan penyalahgunaannya pada sediaan tata rias/*make up* dan *lip stick*.

Efek samping yang dapat ditimbulkan karena pemakaian produk mengandung pewarna dilarang, antara lain gangguan fungsi hati dan kanker hati

BAHAN BERBAHAYA DALAM KOSMETIK



Timbal (Pb)

Sering ditemukan sebagai cemaran dengan kadar melebihi batas yang diizinkan pada sediaan *lip color* dan *eye shadow*

Bersifat neurotoksik, berisiko menyebabkan gangguan perkembangan otak anak



Kadmium dan Arsenin (Cd dan As)

Sering ditemukan sebagai cemaran dengan kadar melebihi batas yang diizinkan pada sediaan *lip color*, *eye shadow*, dan *eye liner*.

Dapat menyebabkan kerusakan organ dan bersifat karsinogenik.



Steroid

Sering ditemukan penyalahgunaannya pada produk perawatan kulit

Contoh steroid yang sering ditambahkan: Deksametason, Mometason Furoat, Flusinolon Asetonida, dan Klobetasol Propionat.

Dapat menyebabkan terjadinya biang keringat, atrofi kulit, perubahan karakteristik kelainan kulit, hipertrikosis, fotosensitif, perubahan pigmen kulit, dermatitis kontak, dan reaksi alergi

SAATNYA LAPOR EFEK SAMPING KOSMETIK

Efek samping kosmetik adalah efek tidak diinginkan yang timbul karena penggunaan normal kosmetik seperti bercak kemerahan, bintol, kehitaman, jerawat, bintik-bintik, panas, gatal, pedih, nyeri, dan lainnya.

SEGERA HENTIKAN PENGGUNAAN
BILA TERJADI EFEK SAMPING



Jangan ragu untuk lapor melalui:



<https://efeksamping.pom.go.id>
laporkosmetik@pom.go.id



meskos.bpom@gmail.com

Laporan yang terkumpul digunakan untuk mengevaluasi keamanan dan mutu produk yang beredar di pasaran.

Objektif, memberikan informasi dengan benar

Tidak berlebihan dan tidak boleh menyesatkan

Merupakan suatu kebenaran yang dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah

Tidak boleh menyimpang dari sifat keamanan, kemanfaatan, dan cara penggunaan kosmetik



HAL YANG PERLU DIPERHATIKAN PADA KLAIM KOSMETIK⁵



Menggunakan pernyataan 

- Seolah-olah berfungsi sebagai obat atau bertujuan untuk mencegah suatu penyakit
- Klaim menggunakan kata-kata yang berlebihan seperti "Aman" tanpa disertai bukti yang kuat
- Klaim menggunakan kata-kata berlebihan seperti "tidak berbahaya", "tidak ada efek samping", "ampuh", dll
- Klaim menggunakan kata "100%", "murni", "asli", tanpa disertai bukti yang kuat
- "Tidak mengandung bahan yang dilarang" dalam kosmetik, contoh: tidak mengandung merkuri, bebas hidrokuinon, tanpa rhodamin B.

Menjanjikan hasil mutlak seketika padahal penggunaannya harus digunakan secara teratur dan terus menerus

CONTOH KLAIM DALAM KOSMETIK

KLAIM YANG DIIZINKAN

Mencerahkan warna kulit

Merawat kulit berjerawat

Mengurangi ketombe dan gatal-gatal karena ketombe

Menjaga kelembaban kulit/menghidrasi kulit

Menyamarkan tampilan kerutan atau garis halus

Menutrisi rambut

Mengurangi bau badan

Mencegah tanda-tanda penuaan dini

Menghilangkan rambut yang tidak dikehendaki

KLAIM YANG TIDAK DIIZINKAN

Memutihkan kulit

Mengobati jerawat

Menghilangkan ketombe secara permanen

Mengencangkan kulit

Mencegah dan menghilangkan keriput

Memulihkan rambut yang rusak, kering, dan bercabang menjadi sehat kembali

Membunuh kuman dan penyebab bau badan

Mencegah timbulnya uban

Merontokkan bulu secara permanen





 **CEK KEMASAN**

Pastikan kemasan dalam kondisi baik, tidak bocor, penyok, menggebu, berkarat, atau terbuka segelnya.

 **CEK IZIN EDAR**

Pastikan produk yang kamu beli memiliki izin edar BPOM

Kosmetik: 2 huruf dan 11 digit angka (NX 12345678900)



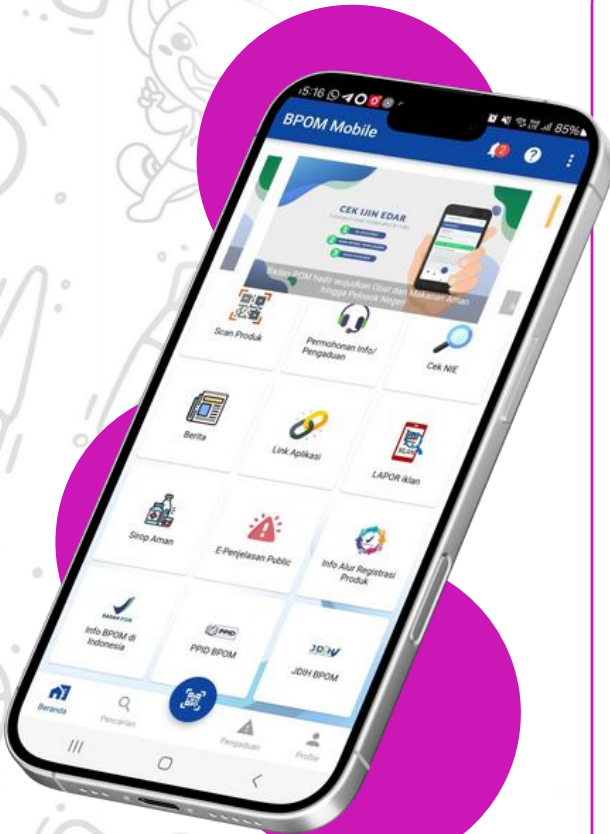
 **CEK LABEL**

Baca informasi (manfaat, peringatan, cara penggunaan, dll) pada label dengan cermat

 **CEK KEDALUWARSA**

Pastikan kosmetik yang kamu pilih belum kedaluwarsa

CARA CEK IZIN EDAR PRODUK DENGAN BPOM MOBILE



BPOM Mobile:

Aplikasi untuk mengecek produk Obat dan Makanan yang terdaftar di BPOM. Beberapa menu yang terdapat dalam BPOM Mobile:

Scan Produk:

Verifikasi produk terdaftar di BPOM melalui *scan* 2D *Barcode*

Cek Nomor Izin Edar (NIE):

Verifikasi produk terdaftar di BPOM melalui menu Cek NIE atau menu Pencarian. Cek izin edar juga dapat dilakukan melalui cekbpom.pom.go.id

Pengaduan:

Melaporkan produk Obat dan Makanan ilegal

Berita:

Klarifikasi, Siaran Pers/Peringatan Publik terkait isu Obat dan Makanan

LAPOR Iklan:

Untuk melaporkan hasil pemantauan iklan produk

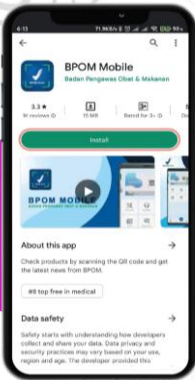




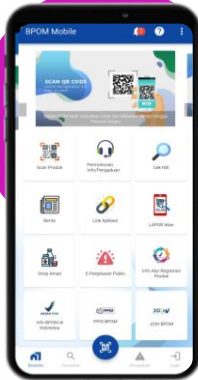
MELALUI BPOM MOBILE

Aplikasi untuk mengecek produk Obat dan Makanan yang terdaftar di BPOM dengan cara memindai (scan) 2D Barcode

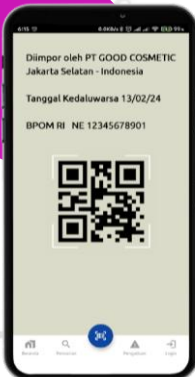
CARA SCAN 2D BARCODE



1 Instal kemudian buka Aplikasi BPOM Mobile



2 Pilih menu Scan Produk



3 Scan 2D Barcode

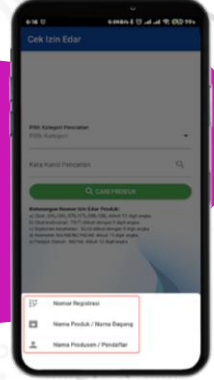


4 Hasil verifikasi 2D Barcode

CARA CEK NOMOR IZIN EDAR PRODUK

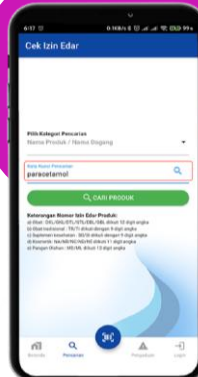


1 Pilih menu Cek NIE

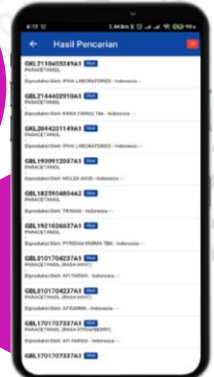


2 Pilih Kategori Pencarian

- Nomor Registrasi
- Nama Produk/Nama Dagang
- Nama Produsen/Pendafar



3 Masukkan Kata Kunci Pencarian



4 Hasil Pencarian

SKINCARE “ETIKET BIRU”

Skincare Etiket Biru (Label Biru) adalah produk perawatan kulit yang **mengandung bahan obat keras** dan dibuat sebagai produk racikan. Produk ini bersifat **personal**, khusus disiapkan untuk pasien yang telah berkonsultasi dengan dokter yang menuliskan resep berdasarkan diagnosis⁹.

Skincare Etiket Biru **TIDAK** untuk diproduksi secara massal





KOSMETIK ISI ULANG

Untuk mengurangi sampah plastik dan peduli lingkungan, beberapa produsen kosmetik menyediakan kosmetik isi ulang.

Konsumen membawa kemasan kosmetik yang sudah habis untuk diisi kembali di fasilitas isi ulang kosmetik yang sudah disetujui oleh BPOM

Kosmetik isi ulang **hanya** diperbolehkan untuk kategori kosmetik³:

SABUN
MANDI
(CAIR)



SABUN
CUCI
TANGAN



SAMPO
KETOMBE



SABUN
MANDI
ANTISEPTIK



SAMPO



KONDISIONER



KOSMETIK SHARE IN JAR

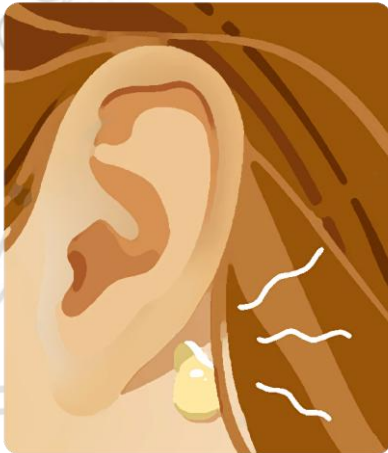
Kosmetik *Share in jar* **TIDAK DIPERBOLEHKAN** karena tidak dilakukan pada fasilitas isi ulang kosmetik yang disetujui BPOM sehingga **TIDAK TERJAMIN KEAMANANNYA**¹⁰.



UJI KEPEKAAN KOSMETIK (PATCH TEST)

Sebelum menggunakan kosmetik khususnya pewarna rambut, disarankan untuk melakukan uji kepekaan untuk mendeteksi reaksi alergi terhadap produk pada awal pemakaian.

Gunakan terlebih dahulu kosmetik pada:

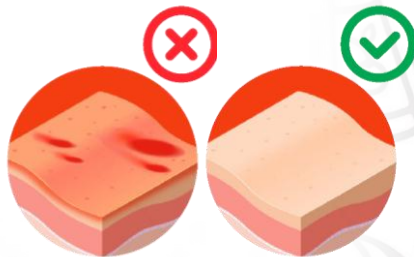


AREA BELAKANG TELINGA



DI BAGIAN DALAM SIKU

Jika dalam waktu minimal 24 jam tidak terjadi reaksi seperti kemerahan, gatal, dan nyeri, maka produk kosmetik aman digunakan¹¹.



TIPS PENGGUNAAN KOSMETIK



1

Gunakan aplikator kosmetik yang bersih.



2

Jangan menggunakan kosmetik milik orang lain atau pemakaian bersama.



3

Jangan mencampur/ mengencerkan kosmetik kecuali sesuai cara pakai.



4

Jangan gunakan kosmetik di area mata, kecuali untuk kosmetik yang digunakan di sekitar mata.

Jangan gunakan produk jika:



Warna isi kosmetik berubah.



Isi kosmetik berbau tengik.



Bentuk isi menggumpal/ encer/berubah.



Lakukan uji coba produk (*patch test*).



Baca label (kedaluwarsa) dan perhatikan komposisi (hindari bahan yang dapat menimbulkan alergi)

TIPS CERDAS BELI KOSMETIK SECARA ONLINE



Beli di Toko Resmi:
Prioritaskan beli di *Official Store*¹²
atau *Authorized Distributor*
(Distributor Resmi)



Lihat *Rating* dan Ulasan:
Cek bintang toko dan baca
ulasan pembeli sebelumnya



Wajib cek nomor Notifikasi¹¹:
Segera cek nomor notifikasi
di *website* resmi
cekbpom.pom.go.id
atau melalui
BPOM Mobile

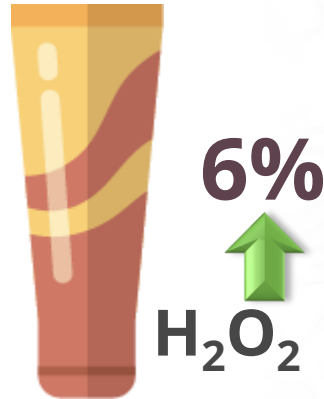


**Waspada harga yang
terlalu murah:**
Harga yang terlalu murah
dibanding harga pasaran
berpotensi kosmetik palsu atau
mendekati batas kedaluwarsa

JENIS KOSMETIK YANG TIDAK DIJUAL BEBAS DAN HARUS DIAPLIKASIKAN OLEH DOKTER²



Kosmetik sediaan kulit yang mengandung *alpha hydroxy acid* (AHA) dengan kadar lebih besar dari 10%



Kosmetik sediaan pemutih gigi yang mengandung dan/atau melepaskan *hydrogen peroxide* dengan kadar lebih besar dari 6%

SIMBOL YANG HARUS DIKETAHUI PADA KEMASAN KOSMETIK



PAO (*Period After Opening*):
Menunjukkan berapa lama produk masih aman digunakan setelah kemasan dibuka^{13 14}.



Cruelty-Free:
Produk dan bahan-bahannya tidak diuji pada hewan¹⁵.



Vegan:
Produk tersebut tidak mengandung bahan yang berasal dari hewan atau produk sampingan hewan¹⁶

SIMBOL YANG HARUS DIKETAHUI PADA KEMASAN KOSMETIK

Dermatologically Tested:

Produk telah diuji oleh dokter kulit pada sukarelawan untuk memastikan produk tersebut aman dan tidak menimbulkan iritasi pada kulit¹⁷.



Non-Comedogenic:

Produk yang diformulasikan agar tidak menyumbat pori-pori, sehingga membantu mencegah munculnya komedo¹⁸.



LAYANAN PENGADUAN BPOM



1500533
HALOBPOM



HaloBPOM 1500533

Unit Layanan Pengaduan Konsumen
(Konsumen BPOM di seluruh Indonesia)

BPOM Mobile



081-191-81-533

081-21-9999-533



halobpom@pom.go.id



www.pom.go.id



@bpom_ri



@bpom_ri



bpom.official



@bpom.official



BPOM

goes to

community



LAYANAN KONSULTASI



pmpu.otskk@pom.go.id



pmpuotskkos.pom.go.id



@pmpuotskk.bpom



pmpuotskkbpom



@pmpuotskkbpom



PMPU OTSKKos BPOM



0821 2280 8413



0821 2280 8413

REFERENSI

1. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 1175/MENKES/PER/ VIII/2010 Tentang Izin Produksi Kosmetik
2. Peraturan Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor 18 Tahun 2024 Tentang Penandaan, Promosi, dan Iklan Kosmetik
3. Peraturan Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor 12 Tahun 2023 Tentang Pengawasan Pembuatan dan Peredaran Kosmetik
4. Peraturan Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor 21 Tahun 2022 Tentang Tata Cara Pengajuan Notifikasi Kosmetik
5. Peraturan Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor 3 Tahun 2022 Tentang Persyaratan Teknis Klaim Kosmetik
6. Peraturan Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor 8 Tahun 2021 Tentang Bentuk dan Jenis Sediaan Kosmetik Tertentu yang Dapat Diproduksi oleh Industri Kosmetika yang Memiliki Sertifikat Produksi Kosmetika Golongan B
7. 5 Bahan Kosmetik Berbahaya dan Tips Menghindarinya, diakses pada 27 September 2025, <https://www.alodokter.com/unsur-yang-menjadikan-kosmetik-berbahaya>
8. Hidrokuinon, Efeknya bagi Kulit dan Keamanan Penggunaannya, diakses pada 27 September 2025, <https://www.alodokter.com/hidrokuinon-efeknya-bagi-kulit-dan-keamanan-penggunaannya>
9. Mafia Skincare dan Mengenal Istilah Skincare Etiket Biru, diakses pada 27 September 2025, <https://www.klikdokter.com/info-sehat/kulit/apa-itu-skincare-etiket-biru?srsId=AfmBOopTioQ7pjPy7f8HdlULNSMLPC1awA8KLlJ-JGH-nnBFqLwLPO>
10. BPOM Terbitkan Aturan Kosmetik Isi Ulang, Bagaimana dengan Produk "Share in Jar"?, diakses pada 27 September 2025, <https://www.kompas.com/tren/read/2023/11/24/063000965/bpom-terbitkan-aturan-kosmetik-isi-ulang-bagaimana-dengan-produk-share-in>
11. Ini yang Perlu Kamu Tahu tentang Uji Kepekaan Kosmetik, diakses pada 27 September 2025, <https://www.pom.go.id/katabpom/uji-kepekaan-kosmetik>
12. Belanja Kosmetik Online, Ini yang harus kamu perhatikan, diakses pada 27 September 2025, <https://www.pom.go.id/katabpom/yang-harus-kamu-perhatikan-saat-belanja-kosmetik-online>
13. Sering Diabaikan, Ini 8 Makna Simbol Penting pada Kemasan ..., accessed September 21, 2025, <https://kumparan.com/kumparanwoman/sering-diabaikan-ini-8-makna-simbol-penting-pada-kemasan-produk-kecantikan-1v0BdDMX8sd>
14. Mengenal Perbedaan Expired Date dan PAO pada Kemasan Produk - Shieldtag, accessed September 21, 2025, <https://www.shieldtag.co/blog/mengenal-perbedaan-expired-date-dan-pao-pada-kemasan-produk/>
15. A Consumer Guide to Cruelty-Free Products, accessed December 15, 2025, <https://www.humaneworld.org/en/resources/consumer-guide-cruelty-free>
16. What Is The Difference Between Cruelty-Free & Vegan Cosmetics - Ecco Verde, accessed September 21, 2025, <https://www.ecco-verde.com/info/beauty-blog/what-is-the-difference-between-cruelty-free-vegan-cosmetics>
17. WHAT DOES "DERMATOLOGICALLY TESTED" ACTUALLY MEAN? - L'Abel ge Solutions, accessed September 21, 2025, <https://labelage.eu/blog/what-does-dermatologically-tested-actually-mean/>
18. Arti Non-Comedogenic, Dermatologically Tested, dan Paraben Free, accessed September 21, 2025, <https://blog.avoskinbeauty.com/apa-sih-arti-non-comedogenic-dermatologically-tested-dan-paraben-free-pada-beauty-produk/>



MODUL PEMBELAJARAN

**BIJAK MEMILIH DAN
MENGUNAKAN
KOSMETIK AMAN**

