



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI
JABATAN PENDIDIKAN POLITEKNIK DAN KOLEJ KOMUNITI



TERAPI KECANTIKAN & SPA

STK 20083

MANICURE AND PEDICURE

Disediakan oleh :

Cik Nor Akmar Fatiha binti Kamaludin.
Cik Nurul Izzah Izzati binti Mohd Zamani.
Pn. Siti Adzliyah binti Azahari.
Pn. Farah Diana binti Isa.

SCAN ME



AR INSIDE



SCAN ME



Hak cipta terpelihara mana-mana bahagian penerbitan iini tidak boleh diterbitkan semula, disimpan dalam sistem kekal atau dipindahkan dalam sebarang bentuk atau sebarang cara sama ada secara elektronik, fotokopi, rakaman dan sebagainya sebelum mendapat izin bertulis daripada penerbit. Imej dan sumber yang digunakan adalah bertujuan untuk pembelajaran dan bukan untuk keuntungan.

Ketua Editor :

Nor Akmar Fatiha Binti Kamaludin

Nurul Izzah Izzati Binti Mohd Zamani

Editor :

Siti Adzliyana Binti Azahari

Farah Diana Binti Isa

Diterbitkan oleh :

Unit Terapi Kecantikan dan Spa

Kolej Komuniti Kluang

Jalan 7, Taman Delima,

86000 Kluang,

JOHOR DARUL TAKZIM.

Tel : 07 - 7733505

Faks : 07 - 7733602

Laman web : www.kkkluang.mypolycc.edu.my

Terbitan kali pertama 2025 / First Published 2025

Terbitan kali pertama 2025 / First Published 2025

e-ISBN :



Data Pengkatalogan-dalam-Penerbitan

Perpustakaan Negara Malaysia

Rekod katalog untuk buku ini boleh didapati
dari Perpustakaan Negara Malaysia

eISBN 978-629-95113-2-8

ISI KANDUNGAN

KANDUNGAN KURSUS

MUKA SURAT

SINOPSIS

1

TOPIK 1 PENGENALAN RAWATAN *MANICURE AND PEDICURE*

1.1 MENUNJUKKAN ASAS PENGENALAN RAWATAN *MANICURE AND PEDICURE*.

2 - 3

1.2 MEMBINCANGKAN STRUKTUR DAN BENTUK KUKU BAGI RAWATAN *MANICURE AND PEDICURE*.

4 - 7

1.3 MENGENALPASTI BAHAN DAN PERALATAN BAGI RAWATAN *MANICURE AND PEDICURE*

1.4 MENYATAKAN FUNGSI BAHAN DAN PERALATAN BAGI RAWATAN *MANICURE AND PEDICURE*.

8 - 14

1.5 MENGENALPASTI LANGKAH-LANGKAH KEBERSIHAN DAN KESELAMATAN PERALATAN SALUN.

15 - 16

1.6 MENYATAKAN KONTRA INDIKASI DALAM RAWATAN *MANICURE AND PEDICURE*.

17 - 18

1.7 MENUNJUKKAN CIRI-CIRI MASALAH YANG TERDAPAT PADA KUKU.

19 - 21

TOPIK 2 SESI KONSULTASI

2.1 MENYATAKAN JENIS KOMUNIKASI YANG DIGUNAKAN SEMASA SESI KONSULTASI.

22

2.2 MENUNJUKKAN KAEDAH MEREKOD DATA PELANGGAN SECARA DIGITAL SEMASA SESI KONSULTASI.

23 - 27

ISI KANDUNGAN

KANDUNGAN KURSUS

MUKA SURAT

TOPIK 3 PROSES KERJA RAWATAN *MANICURE*

3.1 MENUNJUKKAN PROSES KERJA RAWATAN <i>MANICURE</i> .	28 - 30
--	---------

TOPIK 4 PROSES KERJA RAWATAN *PEDICURE*

4.1 MENUNJUKKAN STRUKTUR ANATOMI KAKI DAN TAPAK KAKI.	31 - 32
4.2 MENYATAKAN TUJUAN DAN KEBAIKAN MELAKSANAKAN RAWATAN <i>PEDICURE</i> .	33 - 35
4.3 MENUNJUKKAN PROSES KERJA RAWATAN <i>PEDICURE</i> .	36 - 38
RUJUKAN.	39

SINOPSIS

Manicure and Pedicure direka bentuk bagi memberi pengetahuan dan kemahiran secara teori dan amali (*hands on*) mengenai rawatan spa tangan dan spa kaki mengikut prosedur yang betul. Pelajar didedahkan kepada pelbagai kemahiran disiplin agar mereka kompeten dalam penggunaan peralatan dan bahan yang digunakan dalam perkhidmatan penjagaan tangan dan kaki.

HASIL PEMBELAJARAN :

- Menjelaskan pengetahuan dan kemahiran dalam perkhidmatan *Manicure and Pedicure*.
- Menunjukkan proses rawatan *Manicure and Pedicure* mengikut prosedur dan teknik yang betul.
- Memulakan sesi konsultasi rawatan *Manicure and Pedicure* menggunakan aplikasi digital.

TOPIK 1 : PENGENALAN RAWATAN MANICURE AND PEDICURE

1.1. MENUNJUKKAN ASAS PENGENALAN RAWATAN MANICURE AND PEDICURE.

PENGENALAN

Rawatan *Manicure and Pedicure* merupakan kaedah penjagaan serta kecantikan yang berfokus kepada kebersihan, kesihatan, dan penampilan kuku tangan dan kaki. Rawatan ini dijalankan secara teratur bagi memastikan kuku sentiasa berada dalam keadaan bersih, sihat, dan menarik.

Selain itu, rawatan *Manicure and Pedicure* memberikan peranan dalam aspek kesihatan, antaranya meningkatkan peredaran darah, mengurangkan tekanan, serta mencegah jangkitan pada kuku seperti kuku benam dan kulat. Rawatan ini turut memberi rasa selesa dan menyegarkan kepada individu.

MANICURE

Manicure ialah rawatan yang melibatkan penjagaan kuku tangan yang merangkumi proses seperti pemotongan kuku, pembersihan *cuticle*, pengikisan kuku, rawatan kelembapan, dan penggilapan kuku.

PEDICURE

Pedicure pula ialah rawatan yang dikhususkan untuk kuku kaki dan kulit di sekitarnya, termasuklah rendaman kaki, pengelupasan sel kulit mati, urutan kaki serta memberikan kelembapan pada kaki.

TOPIK 1 : PENGENALAN RAWATAN MANICURE AND PEDICURE

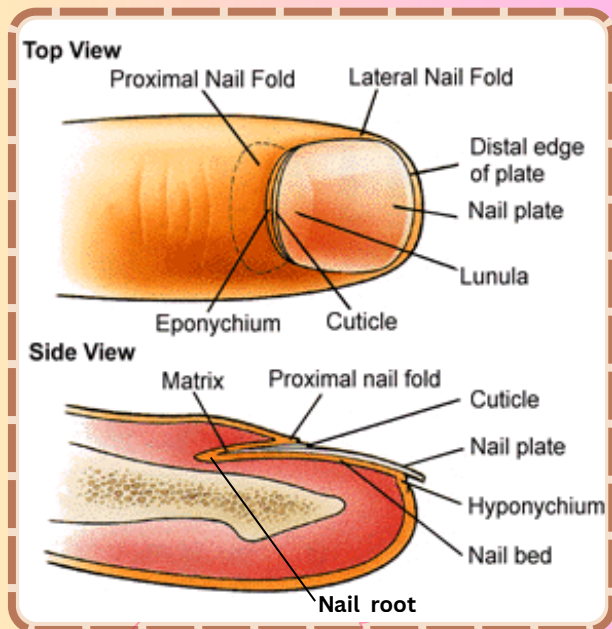


SOALAN	PLIHAN JAWAPAN	JAWAPAN
Apakah yang dimaksudkan dengan <i>manicure</i> ?	A) Rawatan kecantikan untuk rambut. B) Rawatan untuk kuku tangan. C) Rawatan kulit muka. D) Rawatan untuk kaki.	
Apakah tujuan utama rawatan <i>manicure and pedicure</i> ?	A) Meningkatkan kecantikan kulit. B) Menjaga kebersihan dan kesihatan kuku. C) Mengurangkan tekanan darah. D) Menambah kilauan pada rambut.	
Bagaimanakah rawatan <i>manicure and pedicure</i> dapat membantu mencegah masalah kuku?	A) Mencegah kuku berwarna gelap. B) Mencegah kuku benam dan kulat. C) Mencegah kulit kering pada tangan dan kaki. D) Mencegah pertumbuhan rambut yang berlebihan.	
Mengapakah rawatan <i>manicure and pedicure</i> dianggap penting?	A) Untuk mengubah warna kuku. B) Untuk menjaga kebersihan dan penampilan kuku. C) Untuk meningkatkan pertumbuhan rambut. D) Untuk mengurangkan suhu badan.	
Apakah faedah kesihatan yang diperoleh daripada rawatan <i>manicure and pedicure</i> ?	A) Menambah berat badan. B) Meningkatkan peredaran darah dan mengurangkan tekanan. C) menguatkan tulang kaki. D) Meningkatkan penglihatan.	

TOPIK 1 : PENGENALAN RAWATAN MANICURE AND PEDICURE

1.2. MEMBINCANGKAN STRUKTUR DAN BENTUK KUKU BAGI RAWATAN MANICURE AND PEDICURE.

STRUKTUR KUKU



a. Lateral nail fold

Merupakan bahagian kulit di sisi kiri, kanan dan belakang kuku. Ia membantu memastikan kuku tumbuh secara lurus dan terlindung daripada jangkitan kuman.

b. Matrix

Matrix ialah bahagian hidup di bawah pangkal kuku yang bertanggungjawab menghasilkan kuku. Sel baru terbentuk di *matrix* manakala sel lama akan ditolak keluar dan membentuk plat kuku.

TOPIK 1 : PENGENALAN RAWATAN MANICURE AND PEDICURE

c. Nail bed

Nail bed atau dasar kuku ialah lapisan kulit di bawah plat kuku yang menjadi tempat kuku melekat dan tumbuh. Ia mengandungi salur darah yang membekalkan oksigen dan nutrien untuk pertumbuhan kuku yang sihat.

d. Nail plate

Nail plate ialah bahagian keras kuku yang terdiri daripada sel-sel mati. Ia terbentuk daripada tiga lapisan nipis yang disatukan oleh sedikit lembapan dan lemak semula jadi. Pertumbuhan penuh kuku dari pangkal ke hujung biasanya mengambil masa 3 hingga 5 bulan.

e. Nail root

Nail root atau akar kuku ialah bahagian kuku yang tersembunyi di bawah kulit di pangkal kuku. Ia merupakan permulaan atau asas pertumbuhan kuku, dan terletak di bawah kulit nipis yang dikenali sebagai *cuticle* dan *eponychium*.

f. Lunula

Lunula ialah bahagian kuku berbentuk separuh bulatan berwarna putih yang terletak di pangkal kuku, berhampiran *cuticle*. Ia menjadi perantaraan di antara *matrix* dengan *nail plate*.

g. Eponychium

Eponychium ialah lapisan kulit hidup yang terletak di pangkal kuku, tepat di atas *lunula* dan plat kuku yang baru tumbuh. Ia merupakan lanjutan daripada kulit jari (*epidermis*) dan berfungsi melindungi *matrix* kuku daripada jangkitan.

h. Hyponychium

Hyponychium ialah lapisan kulit di bawah hujung bebas plat kuku, iaitu kawasan antara hujung kuku dan hujung jari. Berperanan sebagai penghalang pelindung antara kuku dan hujung jari, melindungi tisu lembut di bawah kuku bagi mengelakkan jangkitan.

TOPIK 1 : PENGENALAN RAWATAN MANICURE AND PEDICURE

BENTUK KUKU



Almond



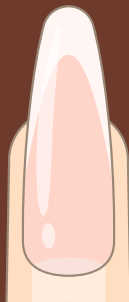
Oval



Kerang



Persegi

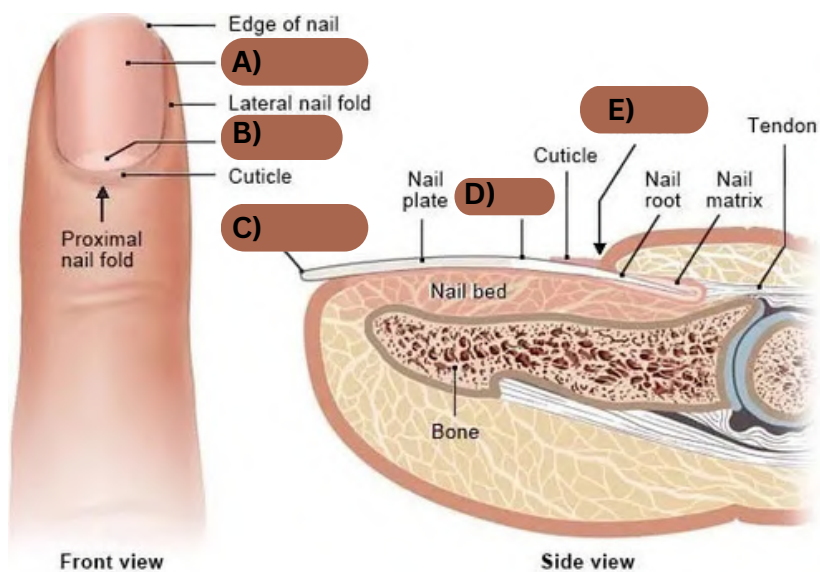


Runcing



Lebar

AKTIVITI PELAJAR 2



SILA ISI JAWAPAN DI RUANG BAWAH :

A)

B)

C)

D)

E)

TOPIK 1 : PENGENALAN RAWATAN MANICURE AND PEDICURE

1.3 MENGENALPASTI BAHAN DAN PERALATAN BAGI RAWATAN MANICURE AND PEDICURE.

1.4 MENYATAKAN FUNGSI BAHAN DAN PERALATAN BAGI RAWATAN MANICURE AND PEDICURE.

BAHAN

BAHAN	KEGUNAAN	CONTOH
ANTISEPTIC	Digunakan sebagai basmi kuman dan membersihkan tangan.	
CUTICLE CREAM	Mengurut melembutkan dan melembapkan <i>cuticle</i> .	
CUTICLE REMOVER	Melembutkan dan membersihkan sel <i>cuticle</i> yang mati. Bahan ini mengandung natrium hidroksida yang beralkali lemah.	
BUFFING CREAM	Digunakan bersama penggilap (<i>buffer</i>) untuk merata dan melicinkan <i>nail plate</i> supaya lebih bersinar dan berkilau. Bahan ini membantu mencegah dan memperbaiki <i>corrugations</i> .	

TOPIK 1 : PENGENALAN RAWATAN MANICURE AND PEDICURE

BAHAN	KEGUNAAN	CONTOH
CUTICLE OIL	Melembutkan bahagian sel <i>cuticle</i> yang mati supaya mudah digunting dan dibersihkan.	
NAIL SOFTENER	Melembutkan dan melembapkan <i>cuticle</i> .	
MASSAGE OIL / CREAM	Melembapkan dan melembutkan kulit tangan. Digunakan sebagai bahan mengurut tangan.	
SCRUB	Menanggalkan sel kulit mati serta melicinkan permukaan kulit.	
MASK	Melembut dan menghaluskan kulit serta merawat kulit kering dan kusam.	

TOPIK 1 : PENGENALAN RAWATAN MANICURE AND PEDICURE

BAHAN	KEGUNAAN	CONTOH
<i>FACIAL COTTON</i>	Untuk membersihkan kuku dan tangan serta menanggalkan <i>varnish</i> kuku.	
<i>TISSUE</i>	Meletak kuku dan <i>cuticle</i> yang telah dipotong sebelum dibuang ke dalam tong sampah.	
<i>COTTON BUD</i>	Digunakan untuk membersihkan hujung kuku dan sisa pewarna kuku lama.	
<i>PLASTIC WRAP</i>	Meningkatkan keberkesanan rawatan tangan/kuku dan membantu bahan aktif meresap ke dalam kulit dan kuku dengan lebih baik.	
<i>QUICK - DRYING</i>	Mempercepatkan proses pengeringan <i>nail polish</i> dan Melindungi lapisan atas (<i>top coat</i>) daripada rosak.	

TOPIK 1 : PENGENALAN RAWATAN MANICURE AND PEDICURE

PERALATAN

PERALATAN	KEGUNAAN	CONTOH
<i>SMALL TOWEL</i>	Digunakan untuk mengalas meja <i>manicure</i> dan troli.	
<i>MANICURE BOWL</i>	Digunakan untuk merendam <i>nail cuticle</i> .	
<i>MANICURE CUSHION/PILLOW</i>	Meletakkan tangan pelanggan supaya selesa.	
<i>ORANGE STICK</i>	Mengambil dan membubuh bahan seperti <i>buffer paste</i> , pelarut <i>cuticle</i> dan krim <i>cuticle</i> .	
<i>CUTICLE PUSHER/HOOF STICK</i>	Digunakan untuk menolak <i>cuticle</i> ke kedudukan asalnya selepas <i>cuticle</i> kuku direndam.	

TOPIK 1 : PENGENALAN RAWATAN MANICURE AND PEDICURE

PERALATAN

PERALATAN	KEGUNAAN	CONTOH
<i>PEDICURE BOWL</i>	Digunakan untuk merendam kaki.	
<i>DUSTIN BIN</i>	Untuk membuang semua sisa bahan yang telah digunakan.	
<i>PUMICE STONE</i>	Untuk menanggalkan kulit kering dan kemasukan pada kaki.	
<i>PAPAN EMERI / EMERY BOARD</i>	Membentuk dan mengasah kuku serta kikis menyerong hujung kuku dan melicinkan hujung kuku.	
<i>GUNTING CUTICLE/ PLAYAR CUTICLE</i>	Membersih dan membuang sel cuticle mati di sekeliling nail plate	

TOPIK 1 : PENGENALAN RAWATAN MANICURE AND PEDICURE

PERALATAN

PERALATAN	KEGUNAAN	CONTOH
BERUS KUKU	Untuk membersihkan dan membuang kotoran pada kuku dan hujung jari yang telah direndam di dalam air.	
PENGETIP KUKU	Untuk memotong kuku mengikut bentuk yang sesuai dengan bentuk tangan dan jari.	
PELEMBUT CUTICLE (MINYAK / CREAM	Melembut, mengurut dan melembapkan bahagian <i>cuticle</i>	
NAIL POLISH	Mewarna dan mencantikkan <i>nail plate</i> .	
BASE COAT	<i>Base coat</i> merupakan pengilat (<i>varnish</i>) yang digunakan sebagai lapisan asas sebelum mewarnakan kuku.	

TOPIK 1 : PENGENALAN RAWATAN MANICURE AND PEDICURE

PERALATAN

PERALATAN	KEGUNAAN	CONTOH
TOP COAT	Top coat digunakan untuk melindungi pengilat kuku supaya tahan lebih lama.	
BUFFER	Digunakan untuk mengilap (buff) kuku supaya nail plate licin dan rata	
TOE SEPARATOR	Meregangkan jari kaki semasa melaksanakan Pedicure dan menyapu pengilat kuku pada kaki.	

TOPIK 1 : PENGENALAN RAWATAN MANICURE AND PEDICURE

1.5 MENGENALPASTI LANGKAH - LANGKAH KEBERSIHAN DAN KESELAMATAN PERALATAN SALUN.

LANGKAH KESELAMATAN

Jurukecantikan perlu mematuhi langkah keselamatan semasa menjalankan perkhidmatan *manicure*. Antara langkah-langkah keselamatan yang perlu dipatuhi adalah seperti berikut:

- Memastikan persekitaran ruang kerja sentiasa kemas dan selesa.
- Peralatan elektrik diperiksa dan berfungsi sebelum digunakan.
- Memastikan semua aksesori dan barang kemas pelanggan ditanggalkan sebelum melakukan perkhidmatan.
- Tangan pelanggan dibersihkan sebelum memberikan perkhidmatan.
- Memeriksa kontra indikasi pada tangan pelanggan dan memastikan mangkuk untuk merendam tangan pelanggan dialas dengan tuala bersih.
- Memeriksa keadaan tangan dan kuku serta kesihatan pelanggan.

SANITASI

Sanitasi ialah proses membersihkan peralatan, permukaan kerja dan tangan untuk mengurangkan kotoran, minyak, dan debu. Langkah ini tidak membunuh semua mikroorganisma, tetapi penting sebagai langkah awal sebelum pembasmian kuman atau pensterilan.

PEMBASMIAN KUMAN

Pembasmian kuman ialah proses menggunakan bahan kimia pembasmi untuk membunuh bakteria, kulat dan virus pada permukaan atau peralatan. Ia lebih berkesan daripada sanitasi, tetapi tidak membunuh spora bakteria.

TOPIK 1 : PENGENALAN RAWATAN MANICURE AND PEDICURE

PENSTERILAN

Pensterilan ialah proses menghapuskan semua bentuk mikroorganisma termasuk spora. Ia adalah tahap tertinggi kebersihan dan hanya dilakukan pada peralatan logam atau tahan panas.

PENYIMPANAN ALATAN & BAHAN

Alatan dan bahan yang telah dibersihkan dan disteril perlu disimpan dalam bekas tertutup yang bersih dan kering, bagi mengelakkan pencemaran semula. Setiap alatan harus dikategorikan dan diletakkan di tempat yang sesuai untuk memudahkan capaian dan mengekalkan kebersihan.

AKTIVITI PELAJAR

1. Namakan dua jenis peralatan *Manicure* yang perlu disterilkan selepas digunakan.

2. Terangkan langkah-langkah keselamatan sebagai seorang jurukecantikan semasa rawatan *Manicure*.

TOPIK 1 : PENGENALAN RAWATAN MANICURE AND PEDICURE

1.6 MENYATAKAN KONTRA INDIKASI DALAM RAWATAN *MANICURE AND PEDICURE*.

KONTRA INDIKASI

Kontra indikasi adalah di mana keadaan pelanggan tidak dapat mengambil sebarang rawatan tertentu kerana akan mengakibatkan bahaya yang boleh menyebabkan penyebaran bakteria atau virus

JENIS KONTRA INDIKASI

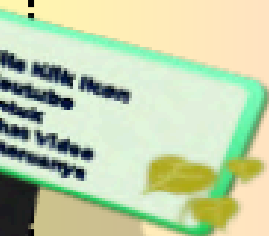
- Ketuat.
- Diabetes.
- Patah tulang.
- Kuku pecah.
- Kuku tercedera.
- Alahan pada kuku.
- Kuku dijangkiti bakteria.
- Luka, melecur dan melepuh pada tangan.
- Penyakit kulit seperti *psoriasis* dan ekzema.

AKTIVITI PELAJAR

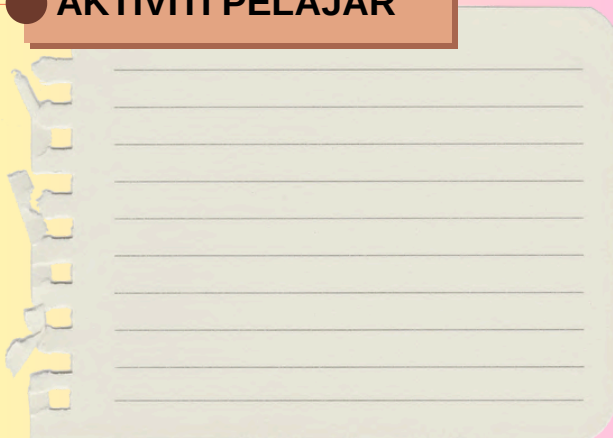
Tuliskan **BENAR** atau **PALSU**

1. Kontra indikasi boleh menyebabkan jangkitan jika rawatan tetap diteruskan.
2. Semua bentuk ekzema adalah selamat untuk *Manicure* jika kulit tidak sakit.
3. Kontra indikasi seperti luka terbuka harus dielakkan untuk mengelakkan penyebaran kuman.

TOPIK 1 : PENGENALAN RAWATAN MANICURE AND PEDICURE



● AKTIVITI PELAJAR



SCAN HERE



TOPIK 1 : PENGENALAN RAWATAN MANICURE AND PEDICURE

1.7 MENUNJUKKAN CIRI - CIRI MASALAH YANG TERDAPAT PADA KUKU

MASALAH - MASALAH KUKU

MASALAH	KETERANGAN	GAMBAR
LEUCONYCHIA	<i>Leuconychia</i> ialah bintik putih yang kelihatan pada plat kuku. <i>Leuconychia</i> disebabkan oleh udara dalam <i>nail plate</i> serta kecederaan pada kuku.	
HANG NAILS	Punca yang menyebabkan <i>hang nail</i> adalah <i>cuticle</i> kering, <i>cuticle</i> digunting terlalu dekat dengan kuku, kecederaan pada <i>matrix</i> dan <i>cuticle</i> merekah di sekeliling kuku. <i>Hang nail</i> terjadi apabila <i>cuticle</i> di keliling kuku pecah	
CORRUGATIONS	Keadaan <i>nail plate</i> berbatas secara memanjang atau melintang. Kuku berbatas secara memanjang disebabkan oleh <i>psoriasis</i> , peredaran darah lemah dan <i>frostbite</i> .	

TOPIK 1 : PENGENALAN RAWATAN MANICURE AND PEDICURE

MASALAH	KETERANGAN	GAMBAR
ONYCHORRHEXIS	Kuku tersiat dan rapuh • Kecederaan kuku dan jari. • Terlalu banyak menggunakan pelarut dan pembersih <i>varnish</i> kuku. • Cara mengasah kuku yang salah • Kekurangan zat mineral	
ONYCHOCRYPTOSIS	Punca yang menyebabkan <i>ingrown nail</i> ialah keadaan kuku yang tumbuh ke dalam isi tepi kuku. Keadaan ini disebabkan mengasah kuku terlalu dalam hingga ke penjuru kuku.	
PTERYGIUM	<i>Pterygium</i> disebabkan oleh pertumbuhan <i>cuticle</i> yang berlebihan pada pangkal kuku.	

TOPIK 1 : PENGENALAN RAWATAN MANICURE AND PEDICURE

MASALAH	KETERANGAN	GAMBAR
EGGSHELL NAIL	<i>Nail plate</i> nipis melentur dan berbentuk cembung disebabkan <i>plate</i> terpisah dari dasar kuku dan bengkak pada hujung kuku serta mempunyai penyakit sistem saraf yang kronik.	
ONYCHOPHAGY	Keadaan kuku yang digigit sehingga tidak sempurna. Keadaan ini mungkin disebabkan oleh rasa gementar, masalah psikologi dan emosi yang tidak stabil.	

SCAN
ME!



TOPIK 2 : SESI KONSULTASI

2.1 MENYATAKAN JENIS KOMUNIKASI YANG DIGUNAKAN SEMASA SESI KONSULTASI.

DEFINISI KOMUNIKASI

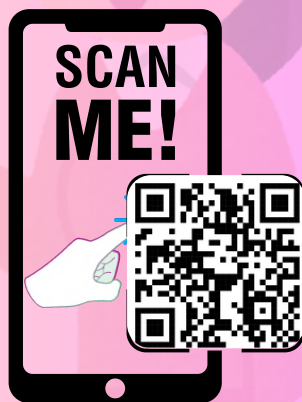
Komunikasi ialah proses menyampaikan maklumat, idea, atau perasaan daripada seseorang kepada orang lain melalui perkataan, isyarat, tulisan, atau tingkah laku, untuk mencapai kefahaman bersama.

KOMUNIKASI VERBAL

Komunikasi verbal ialah komunikasi yang menggunakan perkataan secara lisan atau tulisan untuk menyampaikan mesej, idea, atau maklumat antara dua pihak.

KOMUNIKASI BUKAN VERBAL

Komunikasi bukan verbal ialah komunikasi yang berlaku tanpa menggunakan perkataan, tetapi melalui isyarat fizikal dan ekspresi emosi untuk menyampaikan maksud.



TOPIK 2 : SESI KONSULTASI

2.2 MENUNJUKKAN KAEDAH MEREKOD DATA PELANGGAN SECARA DIGITAL SEMASA SESI KONSULTASI.

DEFINISI

Mengambil maklumat pelanggan adalah langkah penting dalam perkhidmatan kecantikan bagi memahami keperluan, kesihatan, dan jangkaan pelanggan sebelum rawatan dijalankan.

1. BORANG KONSULTASI.

- Pelanggan mengisi borang yang mengandungi maklumat peribadi, sejarah kesihatan, dan keperluan rawatan.
- Digunakan untuk merekod data dengan sistematik dan rapi.

2. TEMU BUAL SECARA LISAN (*FACE TO FACE*).

- Sesi soal jawab secara langsung bersama pelanggan.
- Memberi ruang untuk memahami kehendak pelanggan secara mendalam.
- Perlu dilakukan dengan bahasa yang sopan dan nada mesra

3. PEMERHATIAN FIZIKAL.

- Pemerhatian keadaan fizikal tangan, kuku, atau kulit pelanggan.
- Membantu mengenal pasti tanda-tanda kerosakan atau masalah kesihatan sebelum rawatan dijalankan.

4. KAEDAH DIGITAL.

- Penggunaan sistem digital untuk merekod dan menyimpan maklumat pelanggan.
- Lebih cepat, selamat dan mudah diakses untuk rujukan masa depan.
- Boleh disambungkan dengan sistem temujanji atau rekod rawatan.

TOPIK 2 : SESI KONSULTASI

2.2.1 KENALPASTI KONTRA INDIKASI PADA DIRI PELANGGAN.

MAKLUMAT YANG DIAMBIL

- ✓ Data peribadi.
(Nama, No. telefon, Emel).
- ✓ Keperluan rawatan/tujuan lawatan.
- ✓ Sejarah kesihatan.
(jika perlu – contoh: alergi, kontra indikasi).
- ✓ Persetujuan polisi.
(contoh: pembatalan tempahan)
- ✓ Tandatangani digital atau manual.

Hand Client Consultation Form

Full Name _____ Date _____
Address _____ Phone _____
Email _____

• Do you take any medication? Yes No
• Do you have any health conditions? Yes No
• Are you receiving any treatment? Yes No
• Do you smoke? Yes No
• Are you pregnant? Yes No
• Do you have any cuts or wounds on your hands? Yes No
• Do you bite or pick your nails/ cuticle/ skin around your nails? Yes No
• Do you have any skin conditions? (Eczema, psoriasis etc) Yes No

If you answered yes to any questions please give details below.

For Nail Technician's Use

D - Damaged
F - Fungus
L - Lifting
B - Bitten
I - Infection
BL - Bruise

**I declare that I have read this consultation form thoroughly and I understand every question asked. I believe I have no medical condition that may affect the treatment. All of the given answers are correct and true to the best of my knowledge.

Client's Signature _____ Attendant's Signature _____

APA PERLU DILAKUKAN JIKA ADA KONTRA INDIKASI?

- ✓ Elakkan rawatan yang terlibat.
- ✓ Tunda rawatan sehingga sesuai.
- ✓ Rujuk kepada doktor jika ragu.
- ✓ Cadangkan rawatan alternatif (jika selamat).
- ✓ Sentiasa catat dalam rekod pelanggan.

TOPIK 2 : SESI KONSULTASI

2.2.3 REKOD MAKLUMAT PELANGGAN SECARA DIGITAL

KENAPA REKOD DIGITAL PENTING?

- Mudah dicari semula.
 - Selamat & teratur.
 - Boleh diakses oleh staff terpilih sahaja.
 - Elak kehilangan rekod kertas.
 - Mudah buat laporan .
- (Contoh: pelanggan tetap, rawatan popular).

KAEDAH POPULAR REKOD MAKLUMAT PELANGGAN SECARA DIGITAL

Guna Google Forms + Google Sheets

Bagaimana:

Pelanggan isi maklumat guna *Google Forms*.

Data automatik masuk *Google Sheets*.

Sheets boleh diakses oleh staff terpilih.

Aplikasi Jotform

Boleh cetak bila perlu atau simpan fail *PDF*.

Kelebihan:

- ✓ Percuma.
- ✓ Mudah kongsi *link*.
- ✓ Boleh ditapis & dianalisis.

TOPIK 2 : SESI KONSULTASI

2.2.4 REKOD MAKLUMAT PELANGGAN SECARA DIGITAL

KAEDAH POPULAR REKOD MAKLUMAT PELANGGAN SECARA DIGITAL

Manicure Consultation Form

Name

First

Last

Date of Birth

MM/DD/YYYY

Address

Street Address

Street Address Line 2

City

Region

Postal / Zip Code

Romania

Phone

####

Condition of nails on the first visit

Details of previous treatments

Medical history/ Current medication/ Allergies

Signature

CONSULTATION FORM

The Jelly Nail Bar

FEEDBACK

Customer Name :

Date :

Email Address :

Phone:

Please respond to the following questions by using the rating scale below.

1. How would you rate the booking process and did you get your preferred appointment time?

Excellent ☐ Above Average ☐ Below Average ☐ Poor ☐

2. How would you rate the appearance and atmosphere of the reception area?

Excellent ☐ Above Average ☐ Below Average ☐ Poor ☐

3. How would you rate the manner and helpfulness of our staff?

Excellent ☐ Above Average ☐ Below Average ☐ Poor ☐

4. How would you rate the appearance and comfort of our treatment rooms?

Excellent ☐ Above Average ☐ Below Average ☐ Poor ☐

Comments and suggestions:

THANK YOU!

FEEDBACK FORM

TOPIK 2 : SESI KONSULTASI

2.2.5 KAEDAH PENYIMPANAN REKOD PELANGGAN

Penyimpanan Rekod Secara Manual (Fizikal)

Contoh:

Borang pendaftaran kertas disimpan dalam fail folder.

Label ikut nama pelanggan, tarikh, atau nombor siri.

Disusun dalam kabinet fail (*filing cabinet*).

Ciri Penting:

- ✓ Guna *folder* fail berlabel (contoh: Pelanggan Baru, Pelanggan Tetap).
- ✓ Simpan di tempat kunci selamat (bilik fail).
- ✓ Hadkan akses — hanya staff bertanggungjawab boleh buka.

Penyimpanan Rekod Secara Digital (Asas)

Contoh:

Borang *Google Forms* → maklumat automatik masuk *Google Sheets*.

Simpan fail rekod *PDF* atau *Excel* dalam *Google Drive*, *OneDrive* atau *Dropbox*.

Ciri Penting:

- ✓ Letak dalam *folder* teratur ikut bulan/tahun.
- ✓ Tetapkan *access* staf tertentu sahaja.
- ✓ Guna kata laluan untuk *folder* digital.
- ✓ Buat backup di *hard disk/USB* secara berkala.

Penyimpanan Rekod Secara Sistem Automatik (Sistem POS / CRM)

Contoh:

Guna sistem POS (*Point of Sale*) — rekod pelanggan + transaksi + sejarah rawatan.

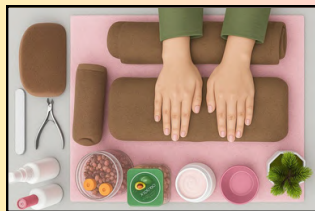
Sistem CRM (*Customer Relationship Management*) — simpan maklumat, aktiviti pelanggan, jadual rawatan, promosi.

Ciri Penting:

- ✓ Sistem ada *log* masuk akaun staf.
- ✓ Boleh buat *access control* (siapa boleh lihat/boleh *edit*).
- ✓ Ada laporan & statistik automatik.
- ✓ Data disimpan di awan (*cloud*) — lebih selamat jika peranti rosak.

TOPIK 3 : PROSES KERJA RAWATAN MANICURE

3.1 MENUNJUKKAN PROSES KERJA RAWATAN MANICURE



1. Letakkan tangan pelanggan di atas *manicure cushion*.



2. Kemudian bersihkan tangan dan sterilkan tangan pelanggan dengan menggunakan kapas dan antiseptik (*surgical spirit*).



3. Bersihkan kuku dengan pembersih *varnish* kuku. (jika pelanggan memakai cat kuku).

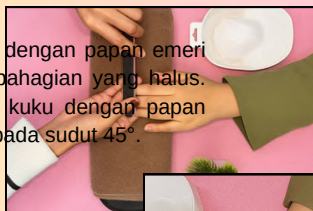


4. Potong kuku pelanggan menggunakan pengetip kuku (gunting kuku dengan playar kuku jika perlu).

Bermula dengan tangan kanan.



5. Bentuk kuku dengan papan emeri menggunakan bahagian yang halus. Kemudian kikis kuku dengan papan emeri tersebut pada sudut 45°.



6. Bersihkan kuku dengan menggunakan berus kuku.



7. Ambil krim kutikel dan letakkan pada setiap kuku dan kemudian lakukan sedikit urutan pada kuku.

TOPIK 3 : PROSES KERJA RAWATAN MANICURE



8. Selepas itu, rendam jari di dalam mangkuk *manicure* yang mengandungi air yang telah diletakkan *manicure soak* / garam bukit.

*Ulang langkah yang sama untuk tangan kiri pula iaitu **potong dan bentuk kuku serta melembutkan kuku tangan kiri.** *



10. Sapukan pelarut kutikel pada setiap kuku dengan menggunakan hujung *Hoof Stick*. Tolak kutikel menggunakan penolak kutikel / hujung leper kayu oren.



12. Bersih kuku dan bersihkan kutikel-kutikel yang telah dibuang.

Keluarkan tangan kiri dari mangkuk *manicure* yang direndamkan tadi dan ulang langkah diatas.

*Buang dan bersihkan kutikel.



9. Keluarkan jari dari mangkuk *manicure* dan lapkan menggunakan tuala kecil.



11. Bersih dan buang kutikel di plat kuku menggunakan *Cuticle Knife* atau penyepit kutikel untuk membuang kotoran atau sel mati pada plat kuku.



13. Ambil sedikit scrub menggunakan spatula kemudian, letakkan scrub di bahagian belakang tangan pelanggan.

Ratakan sapuan scrub dengan gerakan lembut dan sekata.

Pastikan sapuan meliputi keseluruhan permukaan tangan untuk membuang sel kulit mati dan menyegarkan kulit.

*Lap dan bersihkan semula tangan.

TOPIK 3 : PROSES KERJA RAWATAN MANICURE



14. Bancuhkan masker dengan air mawar kemudiakan ambil menggunakan spatula bersih. Kemudian ,ratakan sapuan masker secara sekata ke seluruh tangan. balutkan tangan dengan *wrapping* (plastik)

Biarkan masker meresap selama 5- 7 minit untuk memberi kelembapan dan menenangkan kulit.

*Lap atau bilas tangan pelanggan sehingga bersih.



15. Letak dan ratakan *buffing cream* pada plat kuku.



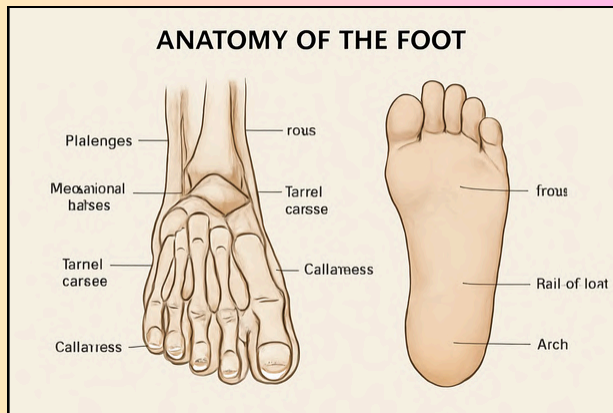
16. Selepas seminit, *buff* plat kuku tangan kanan dan kiri dengan *buffer* sehingga plat kuku licin dan berkilat.



17. Untuk urutan tangan, letakkan dan ratakan *massage cream* atau minyak urut untuk mengurut tangan. Lakukan pengurutan tangan dengan teknik yang betul

TOPIK 4 : PROSES KERJA RAWATAN PEDICURE

4.1 MENUNJUKKAN STRUKTUR ANATOMI KAKI DAN TAPAK KAKI



Anatomi kaki manusia terdiri daripada beberapa bahagian penting yang bekerjasama untuk memastikan fungsi kaki berjalan dengan lancar. Berikut adalah keterangan mengenai struktur anatomi kaki:

1. Sistem Skeletal Kaki

Kaki manusia terdiri daripada 26 tulang yang dibahagikan kepada tiga bahagian utama:

- **Phalanges:** Tulang jari kaki. Setiap jari kaki mempunyai tiga tulang (kecuali ibu jari yang hanya mempunyai dua).
- **Metatarsals:** Lima tulang panjang yang terletak di tengah-tengah kaki, menghubungkan jari kaki dengan tarsal.
- **Tarsals:** Tujuh tulang di bahagian belakang kaki, termasuk *calcaneus* (tumit) yang merupakan tulang terbesar.

2. Sendi dan Ligamen

Kaki mengandungi banyak sendi dan ligamen yang membantu pergerakan dan kestabilan:

- **Sendi Subtalar:** Terletak di antara *talus* dan *calcaneus*, membolehkan pergerakan ke kiri dan kanan.
- **Sendi Transversal:** Menghubungkan *tarsal* dengan *metatarsals* dan membolehkan gerakan kaki ke depan dan ke belakang.

TOPIK 4 : PROSES KERJA RAWATAN PEDICURE

3. Tapak Kaki (*Sole*)

Tapak kaki adalah kawasan yang sangat penting dalam berjalan dan berdiri:

- **Arka Kaki:** Arka di bawah tapak kaki yang menyokong berat badan dan memberikan daya keanjalan. Terdapat dua jenis arka: arka *longitudinal* (menyokong bahagian depan dan belakang kaki) dan arka melintang (melalui *metatarsal*).
- **Bola Kaki:** Merujuk kepada bahagian depan tapak kaki, di bawah ibu jari kaki. Ia membantu dalam menolak tubuh ke hadapan semasa berjalan.
- **Tumit (*Heel*):** Bahagian belakang kaki yang menanggung sebahagian besar berat badan. Tumit juga membantu dalam pergerakan berjalan dengan memberikan sokongan pada langkah pertama.

4. Otot dan *Tendon*

Otot-otot kaki berfungsi untuk memberikan pergerakan seperti berjalan, berlari, dan melompat:

- ***Tendon Achilles:*** *Tendon* terbesar di badan manusia, menghubungkan otot betis (*gastrocnemius*) dengan *calcaneus*, memainkan peranan penting dalam pergerakan berjalan dan berlari.
- **Otot *Flexor* dan *Extensor*:** Otot-otot yang mengawal pergerakan jari kaki, sama ada membengkokkan (*flexion*) atau meluruskan (*extension*).

5. Peredaran Darah dan Saraf

Kaki mempunyai rangkaian saraf dan pembuluh darah yang membolehkan komunikasi antara otak dan kaki:

- **Saraf *Tibial*:** Saraf utama yang memberikan rasa dan pergerakan pada bahagian bawah kaki.
- **Pembuluh Darah:** Arteri dan vena yang membawa darah ke dan dari kaki, memastikan kaki mendapat oksigen dan nutrien yang diperlukan.

TOPIK 4 : PROSES KERJA RAWATAN PEDICURE

4.2 MENYATAKAN TUJUAN DAN KEBAIKAN *PEDICURE*

Melaksanakan rawatan *pedicure* bukan sahaja memberikan kelegaan dan keselesaan pada kaki, tetapi juga memberikan banyak kebaikan dari segi kesihatan dan estetik. Berikut adalah beberapa tujuan dan kebaikan melaksanakan rawatan *pedicure*:

Tujuan Melaksanakan Rawatan *Pedicure*

1. **Penjagaan Kaki:** Rawatan *pedicure* bertujuan untuk menjaga kebersihan dan kesihatan kaki, yang sering terabai kerana aktiviti harian. Kaki adalah bahagian badan yang paling banyak digunakan, tetapi sering kurang diberi perhatian.
2. **Membuang Sel Kulit Mati:** Melalui *pedicure*, lapisan kulit mati yang menumpuk pada tapak kaki dan sekitar jari kaki dapat dibuang, yang dapat mengurangkan ketebalan kulit kasar dan memperbaiki penampilan kaki.
3. **Meningkatkan Penampilan Kuku Kaki:** Rawatan *pedicure* membantu memelihara kuku kaki agar sentiasa sihat, bebas dari kotoran, dan kelihatan kemas. Kuku kaki yang dipotong dengan betul juga membantu mengelakkan masalah seperti kuku tumbuh ke dalam.
4. **Meringankan Ketegangan:** *Pedicure* juga memberi peluang untuk berehat dan meredakan ketegangan pada kaki yang mungkin terhasil akibat berdiri lama, berjalan jauh, atau memakai kasut yang tidak selesa.

TOPIK 4 : PROSES KERJA RAWATAN PEDICURE

Kebaikan Melaksanakan Rawatan *Pedicure*

1. **Meningkatkan Peredaran Darah:** Semasa rawatan *pedicure*, urutan kaki membantu melancarkan peredaran darah. Ini dapat membantu melegakan keletihan, meningkatkan kesejahteraan, dan memberikan rasa relaksasi keseluruhan pada tubuh.
2. **Mengurangkan Risiko Jangkitan Kulat:** *Pedicure* yang betul membantu menjaga kebersihan kuku dan kulit kaki, mengurangkan risiko jangkitan kulat seperti tinea (kurap) dan kuku kaki berjamur. Pembersihan kuku yang rapi dan pemotongan yang betul juga mengelakkan kuku kaki tumbuh ke dalam.
3. **Mencegah Kaki Pecah dan Kering:** *Pedicure* termasuk penjagaan kulit kaki dengan penggunaan pelembap yang dapat mencegah kulit kaki menjadi kering dan merekah, terutamanya di kawasan tumit.
4. **Mengurangkan Bau Kaki:** Dengan membersihkan kaki dengan teliti, *pedicure* membantu mengurangkan bau kaki yang tidak diingini akibat peluh atau kekotoran yang terkumpul.
5. **Memberi Kelegaan daripada Masalah Kaki:** *Pedicure* juga dapat membantu mengurangkan masalah seperti kapalan (*corns*) dan *calluses* yang mungkin terbentuk akibat geseran berterusan atau kasut yang tidak sesuai.
6. **Kaki Lebih Sihat dan Cantik:** Selain kebersihan, *pedicure* memberi penampilan kaki yang lebih cantik dengan penggilapan kuku dan penggunaan warna pada kuku yang membuatkan kaki kelihatan lebih menarik.
7. **Mengurangkan Stres dan Menyegarkan Badan:** *Pedicure* juga adalah cara yang baik untuk berehat dan melupakan sekejap kesibukan hidup. Rasa lega dan tenang yang didapati selepas rawatan membantu mengurangkan stres.

TOPIK 4 : PROSES KERJA RAWATAN PEDICURE

AKTIVITI PELAJAR 3

TERANGKAN SECARA RINGKAS SOALAN DIBAWAH :

Berapakah sistem *skeletal* kaki?

Berikan 3 kebaikan melaksanakan rawatan *pedicure*

TOPIK 4 : PROSES KERJA RAWATAN PEDICURE

4.3 MENUNJUKKAN PROSES KERJA RAWATAN *PEDICURE*



1. Letakkan kaki pelanggan di atas kerusi *pedicure*.

2. Kemudian bersihkan kaki dan sterilkan kaki pelanggan dengan menggunakan kapas dan antiseptik (*surgical spirit*).



3. Bersihkan kuku kaki dengan pembersih *varnish* kuku. (jika pelanggan memakai cat kuku).



4. Potong kuku kaki pelanggan menggunakan pengetip kuku (gunting kuku dengan playar kuku jika perlu).

Bermula dengan kaki kanan.



5. Bentuk kuku dengan papan emeri menggunakan bahagian yang halus. Kemudian kikis kuku dengan papan emeri tersebut pada sudut 45°.



6. Bersihkan kuku dengan menggunakan berus kuku.



7. Ambil krim *cuticle* dan letakkan pada setiap kuku dan kemudian lakukan sedikit urutan pada kuku.

TOPIK 4 : PROSES KERJA RAWATAN PEDICURE



8. Selepas itu, rendam kaki di dalam besen *pedicure* yang mengandungi air yang telah diletakkan *manicure soak* / garam bukit.

*Ulang langkah yang sama untuk kaki kiri pula iaitu **potong dan bentukan kuku serta melembutkan kuku kaki kiri.** *



10. Sapukan pelarut kutikel pada setiap kuku dengan menggunakan hujung *Hoof Stick*. Tolak kutikel menggunakan penolak *cuticle* / hujung leper kayu oren.



12. Bersih kuku dan bersihkan kutikel-kutikel yang telah dibuang.



9. Keluarkan kaki dari besen *pedicure* dan lapkan menggunakan tuala kecil.



11. Bersih dan buang kutikel di plat kuku menggunakan *Cuticle Knife* atau penyepit *cuticle* untuk membuang kotoran atau sel mati pada *nail plate*.



13. Bersih tapak kaki dengan menggunakan *pumice stone*.

Keluarkan kaki kiri dari besen *pedicure* yang direndamkan tadi dan ulang langkah diatas.

*Buang dan bersihkan kutikel.

TOPIK 4 : PROSES KERJA RAWATAN PEDICURE



14. Ambil sedikit skrub menggunakan spatula kemudian, letakkan skrub di bahagian belakang kaki pelanggan.

Ratakan sapuan skrub dengan gerakan lembut dan sekata.

Pastikan sapuan meliputi keseluruhan permukaan kaki untuk membuang sel kulit mati dan menyegarkan kulit.

*Lap dan bersihkan semula kaki.



16. Balutkan kaki dengan *wrapping* plastik

Biarkan masker meresap selama 5- 7 minit untuk memberi kelembapan dan menenangkan kulit.

*Lap atau bilas kaki pelanggan sehingga bersih.



15. Bancuhkan masker dengan air mawar kemudiakan ambil menggunakan spatula bersih. Kemudian, ratakan sapuan masker secara sekata ke seluruh kaki.



17. Letak dan ratakan *buffing cream* pada plat kuku.



18. Selepas seminit, *buff* plat kuku kaki kanan dan kiri dengan *buffer* sehingga plat kuku licin dan berkilat.

19. Untuk urutan kaki, letakkan dan ratakan *massage cream* atau minyak urut untuk mengurut tangan. Lakukan pengurutan kaki dengan teknik yang betul

RUJUKAN :

Buku :

- Wahyuni, S. E., & Sulistyorini, D. E. W. (2023). Manicure & pedicure: Merawat kuku, tangan dan kaki (Edisi ke-1). Indocamp. ISBN 978-623-06-0613-7.
- Ermavianti, D., & Susilowati, A. (2019). Perawatan Tangan, Kaki, Nail Art, dan Rias Wajah Khusus dan Kreatif SMK/MAK Kelas XI. Penerbit Andi. ISBN 978-623-01-0251-6
- Dewan Bahasa dan Pustaka. (2015, 18 Mei). Penjagaan muka dan dandanan rambut Tingkatan 5 (Buku Teks Vokasional). Dewan Bahasa dan Pustaka. ISBN 978-983-628-507-2.
- Standring, S. (Ed.). (2019). Gray's anatomy: The anatomical basis of clinical practice (42nd ed.). Elsevier. ISBN-13: 9780702077050
- Baki, G., & Alexander, K. S. (2014). Formulasi & teknologi kosmetik (Vol. 4). Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC. ISBN 978-623-203-097-8.
- Netter, F. H. (2018). Netter's atlas of human anatomy (7th ed.). Elsevier. ISBN-13: 9780323554282
- Liliweri, A. (1994). Komunikasi verbal dan non verbal (Cet. 1). Citra Aditya Bakti. ISBN 979-414-687-0.
- Moore, K. L., Dalley, A. F., & Agur, A. M. R. (2018). Clinically oriented anatomy (8th ed.). Wolters Kluwer. ISBN-13: 9781975117119



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI
JABATAN PENDIDIKAN POLITEKNIK DAN KOLEJ KOMUNITI



Diterbitkan di Malaysia oleh / Published in Malaysia by
Kolej Komuniti Kluang, Jalan 7, Taman Delima
86000 Kluang, JOHOR DARUL TAKZIM.

Tel : 07 - 7733505 | Faks : 07 - 7733602 | Laman web : www.kkkluang.mypolycc.edu.my

TERAPI KECANTIKAN DAN SPA MANICURE AND PEDICURE

e ISBN 978-629-95113-2-8



9 786299 511328

KOLEJ KOMUNITI KLUANG