



**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN ACNE VULGARIS
PADA MAHASISWA SEMESTER VIII DI SEKOLAH TINGGI
ILMU KESEHATAN (STIKES) TANA TORAJA
TAHUN 2020**

Yahya Hamdayani Mangapi^{1*}, Herman Tandilombong², Elvi Ganisa³
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Tana Toraja^{1*}

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Tana Toraja²

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Tana Toraja¹³

yahyahandayani76@gmail.com^{1*}, herman.tandilombong@yahoo.com²,

Abstrak (Indonesia)

Latar Belakang:

Acne vulgaris adalah penyakit peradangan kronis dari folikel pilosebaceus yang ditandai dengan adanya komedo, papula, pustula, nodul dan sering dengan bekas luka.

Tujuan:

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara pola makan dengan kejadian acne vulgaris pada mahasiswa semester VIII di Stikes Tana Toraja.

Metode:

Jenis penelitian yang digunakan adalah *deskriptif analitik* dengan metode *cross sectional*. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan total sampling dengan jumlah sampel 60 responden kemudian data dianalisis dengan menggunakan uji statistik *chi-square*.

Hasil:

Hasil penelitian ini, berdasarkan uji *Chi-square* diperoleh nilai *p-value* = 0.602 > α . 0.05 yang berarti bahwa tidak ada hubungan pola makan dengan kejadian acne vulgaris pada mahasiswa semester VIII di STIKES Tana Toraja atau H_a ditolak dan H_0 diterima.

Kesimpulan:

Kesimpulan dalam penelitian ini bahwa tidak ada hubungan pola makan dengan kejadian acne vulgaris, kemungkinan besar kejadian acne vulgaris yang terjadi pada mahasiswa di pengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti. Disarankan kepada responden untuk penelitian selanjutnya agar meneliti faktor lain yang dapat berpengaruh pada acne vulgaris selain pola makan.

Kata kunci: *Pola Makan, Acne Vulgaris*

Abstract (English)

Background:

Acne vulgaris is a chronic inflammatory disease of the pilosebaceous follicles characterized by comedones, papules, pustules, nodules and often scars.

Objective:

The purpose of this study was to determine the relationship between diet and the incidence of acne vulgaris in eighth semester students at Stikes Tana Toraja.

Methods:

The type of research used is descriptive analytic with cross sectional method. Sampling was carried out using total sampling with a sample of 60 respondents and then the data were analyzed using the chi-square statistical test.

Results:

The results of this study, based on the Chi-square test, obtained $p\text{-value} = 0.602 > .05$ which means that there is no relationship between diet and the incidence of acne vulgaris in eighth semester students at STIKES Tana Toraja or H_a is rejected and H_o is accepted.

Conclusion:

The conclusion in this study that there is no relationship between diet and the incidence of acne vulgaris, most likely the incidence of acne vulgaris that occurs in college students is influenced by other factors not studied. It is suggested to respondents for further research to examine other factors that can affect acne vulgaris besides diet.

Keywords: Diet, Acne vulgaris

*Correspondent Author :

Email : yahyahandayani76@gmail.com



PENDAHULUAN

Acne vulgaris adalah penyakit peradangan kronis dari folikel pilosebaceus yang ditandai dengan adanya komedo, papula, pustula, nodul dan sering dengan bekas luka. Acne vulgaris merupakan suatu penyakit kulit yang umum dengan patogenesis yang bersifat kompleks. Pola makan yang tidak baik merupakan faktor pencetus dan memperparah kejadian akne.

Menurut (Semyonov L, 2010) akne (jerawat) merupakan masalah kesehatan kulit yang sangat sering dijumpai. Meskipun bukan yang paling sering, namun setidaknya seseorang lebih rentan terkena acne dibandingkan penyakit kulit lainnya dalam kurun masa hidupnya. Acne vulgaris merupakan penyakit kulit yang disebabkan oleh inflamasi kronik pada kelenjar keringat dikarenakan produksi minyak berlebih yang menyumbat pori-pori. Acne vulgaris paling banyak terjadi pada area wajah tetapi dapat pula pada area dada, punggung, leher, bahu, dan lengan (Yatmihatum, 2014).

Menurut World Health Organization (WHO, 2009) batasan usia remaja adalah 10 sampai 19 tahun. Masa remaja merupakan salah satu tahapan yang paling stres dalam kehidupan seseorang. Dalam periode ini terjadi perubahan pesat dalam fisik, psikologis, dan hubungan interpersonal.

Menurut (Husna, 2013) di Amerika, acne diderita oleh 40-50 juta orang dengan 85% usia tersering 12-24 tahun. Penelitian di Singapura pada 1.045 remaja berusia 13-19 tahun diketahui sebanyak 88% menderita akne. Di Indonesia akne menjadi masalah hampir seluruh remaja, dimana sekitar 85% menderita akne ringan dan 15% akne berat. Laporan kelompok studi dermatologi kosmetika Indonesia, menunjukkan terdapat 60% penderita jerawat pada tahun 2006 dan 80% pada tahun 2007. Penyebab acne sangat banyak (multifaktorial), antara lain : genetik, endokrin, faktor makanan keaktifan dari kelenjar sebacea sendiri, faktor psikis, iklim, infeksi bakteri (*Propionibacterium acnes*) (S Hasan, 2015).

Menurut (Widjaya, 2000) di Indonesia akne menjadi masalah hampir seluruh remaja, dimana sekitar 85% menderita akne ringan dan 15% akne berat. Di Indonesia menyatakan bahwa angka kejadian Acne vulgaris terdapat 95-100% laki-laki dan 83-85% perempuan dengan usia 16-17 tahun, sedangkan pada usia dewasa didapatkan penderita acne vulgaris pada perempuan sebesar 12% dan pada laki-laki yaitu 3%. Menurut catatan studi dermatologi kosmetika Indonesia menunjukkan yaitu 60% penderita acne vulgaris pada tahun 2006, 80% terjadi pada tahun 2007 dan 90% pada tahun 2009 (DR Mentari, 2016).

Berdasarkan laporan kunjungan pasien pada poliklinik Divisi Dermatologi Kosmetik Rumah Sakit Ciptomangunkusumo Jakarta, jumlah kunjungan pasien AV pada tahun 2010 mencapai 2489 kunjungan, dengan jumlah kasus baru mencapai 756 pasien (30,37%). Data dari rekam medik di sulawesi selatan poliklinik Kulit dan Kelamin RSUP Wahidin Sudirohusodo Makassar angka kunjungan penderita AV berat pada tahun 2012 sebanyak 31 penderita (19,53% dari seluruh kunjungan penderita AV). Acne vulgaris bisa terjadi dalam beberapa bentuk/gradasi yang tidak selalu sama pada setiap penderita. Kasus AV sering dijumpai oleh dermatologis terutama pada usia remaja. Acne vulgaris dapat menetap hingga usia pertengahan (Zouboulis et al., 2005) (S Bakri, 2013).

Prevelansi tertinggi yaitu pada umur 14-17 tahun, dimana pada wanita berkisar 83-85% dan pada pria yaitu pada umur 16-19 tahun berkisar 95-100%. Namun kadang pada wanita akan menetap hingga usia 30-an, pada pria jarang terjadi tetapi jika mengenai pria akan lebih berat.

Penelitian yang dilakukan oleh Widjayanto menunjukkan bahwa pada tahun 2005 tercatat jumlah kunjungan pasien di Divisi Kosmetik. Medik URJ RSUD Dr. Soetomo Surabaya adalah 3789 pasien, 1821 (48,06%) merupakan pasien Acne Vulgaris. Jumlah pasien acne vulgaris pada tahun 2006 sebesar 40,54% dan pada tahun 2007 sebesar 44,90% dari jumlah kunjungan di Divisi Kosmetik Medik URJ RSUD Dr. Soetomo Surabaya. Data diatas menunjukkan bahwa jumlah pasien acne vulgaris mendominasi hampir 50% kunjungan total di Divisi Kosmetik Medik RSUD Dr. Soetomo Surabaya, dengan kecenderungan terjadi peningkatan jumlah pasien dari tahun ke tahun. Gejala klinis acne vulgaris berupa lesi antara lain komedo, papul, pustul, nodulistik, yang dapat disertai rasa gatal atau rasa nyeri, dan adanya keluhan kosmetik. Klasifikasi acne vulgaris yang banyak digunakan adalah menurut Plewig dan Kligman, yang membagi akne menjadi tiga tipe berdasarkan bentuk dan berat ringannya lesi. Oleh karena itu identifikasi faktor pencetus dan pemilihan pengobatan yang tepat diperlukan dalam penatalaksanaan pasien acne vulgaris.

Menurut (Kubba R dkk, 2009) melaporkan data prevalensi dari sebuah klinik dermatologi di rumah sakit pendidikan di Vanarasi pada pasien acne vulgaris usia 12-17 tahun, lebih banyak dijumpai pada jenis kelamin laki-laki (50,6%) dibanding wanita (38,13%). Peneliti meyakini tidak ada perbedaan prevalensi acne vulgaris berdasarkan jenis kelamin, meskipun sering dilaporkan adanya perbedaan, sangat mungkin merupakan bias sosial. Acne vulgaris dapat terjadi pada semua ras dan etnis. Meskipun demikian terdapat perbedaan gambaran klinis pada masing-masing kelompok (PF Ningrum, 2016).

Patofisiologi acne vulgaris adalah multifaktorial, dengan bukti-bukti yang kuat menunjukkan adanya keterlibatan beberapa faktor yang berkaitan dengan patogenesis penyakit. Pada umumnya patofisiologi acne vulgaris terdiri dari perubahan pola keratinisasi dalam folikel, produksi sebum yang meningkat, peningkatan jumlah flora

folikel (*propionibacterium acnes*) dan respon inflamasi, namun bagi sebagian besar peneliti, patofisiologi *acne vulgaris* masih merupakan suatu misteri.

Telah dilakukan berbagai usaha untuk mencari pemecahan terhadap kompleksitas patofisiologi tersebut dengan tujuan agar di masa mendatang dapat ditemukan pendekatan terapi yang lebih menyeluruh dan tepat untuk pasien *acne vulgaris*.

Penyebab timbulnya *acne vulgaris* dapat disebabkan oleh, stress, hormon, pola makan. Pola makan dapat mengakibatkan timbulnya *acne vulgaris* karena ada beberapa makan yang mengandung tinggi kalori, lemak, dan karbohidrat olahan.

Pola makan menurut Lie Goon Hong dalam Sri Karjati adalah berbagai informasi yang memberikan gambaran mengenai berbagai macam dan jumlah makanan yang dimakan tiap hari oleh satu orang dan merupakan ciri khas untuk suatu kelompok tertentu. Pola makan dipengaruhi oleh beberapa hal, antara lain : kebiasaan makan, taraf ekonomi keluarga, dan lingkungan. Sejak zaman dahulu kala, makanan selain untuk kekuatan atau pertumbuhan, memenuhi rasa lapar, dan selera juga mendapat tempat sebagai lambang, yaitu lambang kemakmuran, kekuasaan, ketentraman. Semua faktor tersebut di atas bercampur membentuk suatu ramuan yang kompak dan dapat disebut pola konsumsi (Santoso Soegeng, 2004).

Pola makan adalah jumlah dan jenis susunan makanan yang dikonsumsi untuk memenuhi kebutuhan tubuh dalam suatu hidangan lengkap setiap hari dan sering dipersiapkan berulang. Pola makan yang diukur dengan menggunakan metode 24 jam recall, untuk menghitung konsumsi energi yang dikonsumsi oleh individu mulai dari bangun tidur hingga akan tidur kembali. Metode ini sering digunakan sebagai suatu prosedur yang memperkirakan seberapa banyak makanan tersebut dikonsumsi oleh individu (Fadhilah Ningsih, 2010).

Berdasarkan data di tempat penelitian di STIKES Tana Toraja data jumlah mahasiswa sebanyak 544 yang terbagi atas tiga program studi yaitu program studi ners dengan jumlah mahasiswa 131, S1 keperawatan sebanyak 374 mahasiswa, D.III Keperawatan sebanyak 39 mahasiswa. Dari hasil wawancara 10 mahasiswa tentang pola makan dengan kejadian *acne vulgaris*, diperoleh hasil bahwa timbulnya *acne vulgaris* disebabkan karena pola makan yang buruk dapat memperparah timbulnya jerawat, seperti jarang mencuci muka, sering makan makanan mengandung lemak serta perubahan komposisi dan produksi sebum yang dapat memicu inflamasi serta jerawat pada kulit. Hal ini dapat terjadi dikarenakan makanan dengan kadar index glikemik tinggi, bisa memicu fluktuasi atau naik turunnya hormon. Salah satunya adalah hormon insulin, yang bisa mendorong kemunculan sebum, salah satu penyebab jerawat.

-spasi-

-spasi-

METODE PENELITIAN

-spasi-

Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif korelasi untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas yaitu hubungan pola makan dengan kejadian *acne vulgaris* pada mahasiswa semester VIII. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan rancangan *Cros Sectional*, Jenis penelitian yang digunakan adalah *deskriptif analitik* dengan metode *cross sectional*. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan total sampling dengan jumlah sampel 60 responden kemudian data dianalisis dengan menggunakan uji statistik *chi-square*. penelitian telah dilaksanakan pada bulan maret sampai dengan Juli 2020.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Pola Makan

Tabel 5.1
Distribusi Frekuensi Responden Menurut Pola Makan Pada Mahasiswa Semester VIII Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan STIKES Tana Toraja

Pola Makan	Frekuensi	Persen%
Baik	12	20%
Kurang	48	80%
Total	60	100%

Sumber: Data primer, 2020

Berdasarkan tabel 5.1 menunjukkan bahwa mayoritas pola makan responden kurang baik yaitu 48 responden (80%) dan ada sebagian responden memiliki pola makan baik yaitu 12 responden (20%).

2. Acne Vulgaris

Tabel 5.2
Distribusi Persentase Responden Menurut Acne Vulgaris Pada Mahasiswa Semester VIII Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan STIKES Tana Toraja

Acne Vulgaris	Frekuensi	Persen%
Ringan	34	56.7%
Berat	26	43.3%
Total	60	100%

Sumber :Data Primer,2020

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa Acne Vulgaris memiliki responden ringan yaitu 34 orang (56.7%) dan ada sebagian responden memiliki acne vulgaris berat yaitu 26 orang (43.3%).

3. Hubungan pola makan dengan kejadian acne vulgaris

Tabel 5.3

Hubungan Pola Makan dengan kejadian Acne Vulgaris pada Mahasiswa Semester VIII di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan STIKES Tana Toraja

Pola Makan	Acne V						<i>p- Value</i>
	Ringan		Berat		Total		
	N	%	N	%	N	Persen(%)	
Baik	6	10,0	6	10,0	12	20%	(0.602)
Kurang	28	46,7	20	33,3	48	80%	
Total	34	56,7	26	43,3	60	100%	

Sumber: Data Primer, 2020

O.R=0,714

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan bahwa mahasiswa yang pola makannya baik ada 12 orang (20%) dimana acne vulgaris ringan ada 6 responden dan berat juga ada 6 responden. Sedangkan mahasiswa yang pola makannya kurang baik ada 48 mahasiswa (80%) dimana 28 responden dengan acne vulgaris ringan dan 20 responden dengan acne vulgaris berat.

Berdasarkan uji *Chi-square* diperoleh nilai $p\text{-value} = 0.602 > \alpha. 0.05$ yang berarti bahwa tidak ada hubungan pola makan dengan kejadian acne vulgaris pada mahasiswa semester VIII di STIKES Tana Toraja atau H_0 ditolak dan H_a diterima.

-spasi-

B. Pembahasan

-spasi-

1. Pola Makan

Berdasarkan tabel 5.1 menunjukkan bahwa dari 60 responden dimana pola makan baik ada 12 responden (20%), Hal ini karena ada beberapa mahasiswa beranggapan bahwa dengan memperhatikan pola makan yang teratur untuk menjaga kesehatan dan kebanyakan mahasiswa yang tinggal dengan keluarga atau orang tua. Sedangkan pola makan kurang baik ada 48 responden (80%) hal ini disebabkan kurangnya perhatian dari mahasiswa tentang pola makan yang teratur dengan alasan padatnya jadwal kuliah, banyak tugas kuliah, adanya kesibukan lain dan adanya masalah pribadi setiap mahasiswa yang mempengaruhi pola makan.

Pengertian pola makan menurut Handajani adalah tingkah laku manusia atau sekelompok manusia dalam memenuhi makanan yang meliputi sikap, kepercayaan, dan pilihan makanan, sedangkan menurut Suhardjo pola makan di artikan sebagai cara seseorang atau sekelompok orang untuk memilih makanan dan mengonsumsi makanan terhadap pengaruh fisiologis, psikologis, budaya dan sosial (Nurul Fatah, 2017).

Sedangkan menurut seorang ahli mengatakan bahwa pola makan didefinisikan sebagai karakteristik dari kegiatan yang berulang kali makan individu atau setiap orang makan dalam memenuhi kebutuhan makanan (Sulistyoningsih, 2011).

Pola makan yang salah akan menimbulkan dampak buruk meskipun makanan itu merupakan makanan sehat. Tubuh minimal membutuhkan zat gizi yang terdiri atas karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral. Setiap makanan mengandung zat gizi tertentu yang berbeda kadarnya dengan makanan lain, sedangkan tubuh membutuhkan serangkaian zat gizi dalam kadar tertentu. Kadar gizi pada makanan harus seimbang atau sesuai dengan gizi yang dibutuhkan tubuh. Gizi yang masuk dalam tubuh tidak boleh kurang atau berlebih.

Pola makan menurut Sediortama (1999) merupakan banyak atau jumlah pangan, secara tunggal atau beragam, yang dikonsumsi seseorang atau kelompok orang yang bertujuan untuk memenuhi kebutuhan fisiologi, psikologis dan sosiologis. Tujuan fisiologis adalah upaya untuk memenuhi keinginan makan (rasa lapar) atau untuk memperoleh zat-zat gizi yang diperlukan tubuh. Tujuan psikologis adalah untuk memnuhi kepuasan emosional atau selera, sedangkan tujuan sosiologis adalah untuk memelihara hubungan manusia dalam keluarga dan masyarakat. Pola makan merupakan faktor utama untuk memenuhi kebutuhan gizi seseorang (Harper et al, 2006). Dengan demikian diharapkan pola makan yang beraneka ragam dapat memperbaiki mutu makanan seseorang.

Menurut (Sulistyoningsih, 2011) pola makan dapat di pengaruhi juga oleh beberapa hal seperti faktor ekonomi mencakup dalam peningkatan peluang untuk daya beli pangan dengan kuantitas dan kualitas dalam pendapatan menurunnya daya beli pangan secara kualitas maupun kuantitas masyarakat. Pendapatan yang tinggi dapat mencakup kurangnya daya beli dengan kurangnya pola makan

masyarakat sehingga pemilihan suatu bahan makanan lebih di dasarkan dalam pertimbangan selera dibandingkan aspek gizi. Kecenderungan untuk mengkonsumsi makanan impor pantangan dalam mengkonsumsi jenis makanan dapat dipengaruhi oleh faktor budaya sosial dalam kepercayaan budaya adat daerah yang menjadi kebiasaan atau adat. Kebudayaan di suatu masyarakat memiliki cara mengkonsumsi pola makan dengan cara sendiri. Dalam budaya mempunyai suatu cara bentuk macam pola makan seperti:dimakan, bagaimana pengolahannya, persiapan dan penyajian. Lingkungan pola makan ialah berpengaruh terhadap pembentuk perilaku makan berupa lingkungan keluarga melalui adanya promosi, media elektronik, dan media cetak dan Menurut (Depkes RI, 2009) kebiasaan makan ialah suatu cara seseorang yang mempunyai keterbiasaan makan dalam jumlah tiga kali makan dengan frekuensi dan jenis makanan yang dimakan dan Menurut (Willy, 2011) mengatakan bahwa suatu penduduk mempunyai kebiasaan makan dalam tiga kali sehari adalah kebiasaan makan dalam setiap waktu.

Data penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sitti Hardianti Hasan dkk., 2015) tentang hubungan pola makan dengan kejadian acne vulgaris pada mahasiswa semester v (lima) di program studi ilmu keperawatan fakultas kedokteran universitas Sam Ratulangi Manado, dengan jumlah responden 36 orang dimana pola makan baik ada 15 orang (41,7%) dan kurang baik ada 21 orang (58,3%).

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Fadhilah Ningsih, 2010) tentang faktor– faktor yang berpengaruh terhadap pola makan anak usia prasekolah di tk marina dusun ciniayo desa panyangkalang dari 37 responden dimana pola makan baik ada 17 responden (45.9%) dan pola makan kurang ada 20 responden (54,1%).

2. Acne Vulgaris

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa Acne Vulgaris memiliki responden ringan yaitu 34 orang (56.7%) dan ada sebagian responden memiliki acne vulgaris berat yaitu 26 orang (43.3%). Penelitian ini menunjukkan bahwa remaja yang mengalami jerawat memiliki kepercayaan diri negatif yang dimiliki oleh mahasiswa yang berjerawat dapat di lihat dengan perilaku mereka yang merasa tidak puas dengan keadaan dan penampilan fisiknya, sehingga mahasiswa malu dengan wajah yang mereka miliki bahkan menurunnya kepercayaan diri akibat mahasiswa yang memiliki jerawat dan menurunnya kepercayaan diri akibat berkurangnya keindahan wajah penderita. Salah satu faktor timbulnya acne vulgaris juga bisa disebabkan oleh faktor makanan seperti makanan tinggi lemak (gorengan, kacang, susu, dan keju), makanan tinggi karbohidrat (makanan manis, dan coklat), alkohol, makanan pedas, dan makanan tinggi yodium (garam). Adapun faktor penyebab lainnya yaitu kurangnya kebersihan wajah pada seseorang dan sering menyentuh wajah dengan tangan yang kotor bisa menimbulkan kuman yang akan membuat wajah berjerawat.

Menurut Anwar (2013) acne vulgaris AV merupakan tanda awal peningkatan produksi hormon seks pada masa pubertas, biasanya dipengaruhi oleh hormon androgen (SP Astutiningsih, 2014).

Gejala klinis ditandai dengan peradangan kulit kronis yang mengenai pada folikel pilosebacea yang disebabkan oleh bakteri *P. acnes*, ditandai dengan adanya gambaran klinis seperti, produksi minyak yang berlebihan, lesi non-inflamasi (komedo terbuka dan komedo tertutup), dan lesi inflamasi (papula dan pustula). Jerawat berbentuk nodul dan kistik termasuk dalam acne nodulokistik yang parah. Penyebaran AV ini berdasarkan dengan kerapatan antar unit folikel pilosebacea, biasanya mengenai pada wajah, dada bagian atas, bahu, dan punggung (William et al., 2012).

Patofisiologi acne vulgaris adalah multifaktorial, dengan bukti-bukti yang kuat menunjukkan adanya keterlibatan beberapa faktor yang berkaitan dengan patogenesis penyakit. Pada umumnya patofisiologi acne vulgaris terdiri dari perubahan pola keratinisasi dalam folikel, produksi sebum yang meningkat, peningkatan jumlah flora folikel (*propionibacterium acnes*) dan respon inflamasi, namun bagi sebagian besar peneliti, patofisiologi acne vulgaris masih merupakan suatu misteri.

Menurut (Semyonov L, 2010) akne (jerawat) merupakan masalah kesehatan kulit yang sangat sering dijumpai. Meskipun bukan yang paling sering, namun setidaknya seseorang lebih rentan terkena acne dibandingkan penyakit kulit lainnya dalam kurun masa hidupnya. Acne vulgaris merupakan penyakit kulit yang disebabkan oleh inflamasi kronik pada kelenjar keringat dikarenakan produksi minyak berlebih yang menyumbat pori-pori. Acne vulgaris paling banyak terjadi pada area wajah tetapi dapat pula pada area dada, punggung, leher, bahu, dan lengan (Yatmihatum, S, 2014).

Data penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (PF Ningrum, 2016) tentang hubungan antara acne vulgaris dengan tingkat kualitas hidup. Melaporkan data prevalensi dari sebuah klinik dermatologi di rumah sakit pendidikan di Vanarasi pada pasien acne vulgaris usia 12-17 tahun, lebih banyak dijumpai pada jenis kelamin laki-laki (50,6%) dibanding wanita (38,13%). Peneliti meyakini tidak ada perbedaan prevalensi acne vulgaris berdasarkan jenis kelamin, meskipun sering dilaporkan adanya perbedaan, sangat mungkin merupakan bias sosial. Acne vulgaris dapat terjadi pada semua ras dan etnis. Meskipun demikian terdapat perbedaan gambaran klinis pada masing-masing kelompok.

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Rina M. Kundre dkk, 2017) tentang Hubungan timbulnya acne vulgaris dengan tingkat kecemasan pada remaja di SMPN 1 Likupadang Timur dari hasil penelitian yang didapatkan bahwa jumlah responden yang mengalami acne vulgaris yaitu 34 responden di mana acne vulgaris ringan 26 responden (62,0%), dan acne vulgaris berat 8 responden (19,0%).

3. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Acne Vulgaris

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian kemudian diolah dengan menggunakan komputer program SPSS 21, dapat dijadikan sebagai dasar untuk menjawab hipotesis yang diajukan yaitu “Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Acne Vulgaris pada Mahasiswa Semester VIII Di STIKES Tana Toraja”.

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan bahwa mahasiswa yang pola makannya baik ada 12 mahasiswa (20%) dimana acne vulgaris ringan ada 6 responden dan berat juga ada 6 responden. Hal ini di pengaruhi oleh faktor hormon dan Stress,dengan banyaknya tugas-tugas kuliah maka bisa saja mahasiswa mengalami kesulitan sehingga mengakibatkan stress dan menimbulkan munculnya jerawat pada mahasiswa tersebut. Sedangkan mahasiswa yang pola makannya kurang baik ada 48 mahasiswa (80%) dimana 28 responden dengan acne vulgaris ringan dan 20 responden dengan acne vulgaris berat. Adapun faktor penyebabnya yaitu selalu mengkonsumsi makanan tinggi lemak seperti (gorengan, kacang, susu, dan keju). Selalu gonta-ganti kosmetik, dan kurangnya kebersihan wajah dan ketika menyentuh wajah dengan tangan kotor bisa menimbulkan kuman yang akan membuat wajah seseorang berjerawat..

Berdasarkan uji Chi-square diperoleh nilai $p\text{-value} = 0.602 > \alpha. 0.05$ yang berarti bahwa tidak ada hubungan pola makan dengan kejadian acne vulgaris pada mahasiswa semester VIII di STIKES Tana Toraja atau H_a ditolak dan H_o diterima.

Hal tersebut diatas dapat dimungkinkan menjadi penyebab masih kontroversialnya hubungan pola makan dengan kejadian acne. Pola makan adalah suatu cara atau usaha dalam pengaturan jumlah dan jenis makanan dengan

informasi gambaran dengan meliputi mempertahankan kesehatan, status nutrisi, mencegah atau membantu kesembuhan penyakit (Depkes RI, 2009).

Menurut Rezakovic S (2012) tentang Hubungan pola makan dengan kejadian acne vulgaris mahasiswa jurusan keperawatan surakarta meskipun ada bukti adanya pengaruh diet dengan acne, hubungan ini harus lebih dievaluasi karena adanya perbedaan pada individu terkait faktor yang juga berperan pada perkembangan acne. Hal senada juga disampaikan oleh Scheinfeld NS (2007) yang menyatakan bahwa hubungan antar diet dengan eksaserbasi acne masih kontroversial. Kejadian acne mungkin bisa lebih dikaitkan dengan faktor yang lain seperti pemakaian obat-obatan, merokok, kosmetik, hormonal, stress psikis maupun genetik (Yatmihatum, S, 2014).

Faktor lain yang dapat mempengaruhi acne vulgaris menurut Penelitian Kabau S (2012) Penyebab pasti timbulnya Acne Vulgaris sampai saat ini belum diketahui secara jelas. Tetapi sudah pasti disebabkan oleh multifaktorial, baik yang berasal dari luar (eksogen) maupun dari dalam (endogen) (Afrianti, 2015).

Acne kemungkinan besar merupakan penyakit genetik dimana pada penderita terdapat peningkatan respon unit pilosebaceus terhadap kadar normal androgen dalam darah. Menurut sebuah penelitian, adanya gen tertentu dalam sel tubuh manusia, meningkatkan terjadinya acne vulgaris.

Hormon Pada 60–70% wanita lesi acne menjadi lebih aktif kurang lebih satu minggu sebelum haid oleh karena hormon progesteron. Estrogen dalam kadar tertentu dapat menekan pertumbuhan acne karena menurunkan kadar gonadotropin yang berasal dari kelenjar hipofisis. Hormon Gonadotropin mempunyai efek menurunkan produksi sebum. Progesteron dalam jumlah fisiologis tidak mempunyai efek terhadap efektifitas terhadap kelenjar lemak. Produksi sebum tetap selama siklus menstruasi, akan tetapi kadang progesteron menyebabkan acne premenstrual.

Kosmetik dapat menyebabkan timbulnya acne seperti bedak dasar (foundation), pelembab (moisturiser), krim penahan sinar matahari (sunscreen) dan krim malam, jika mengandung bahan-bahan komedogenik. Bahan-bahan komedogenik seperti lanolin, minyak atsiri dan bahan kimia murni (asam oleik, butil stearat, lauril alkohol, bahan pewarna (D&C) biasanya terdapat pada krim-krim wajah. Untuk jenis bedak yang sering menyebabkan acne adalah bedak padat (compact powder). Faktor infeksi dan trauma peradangan dan infeksi di folikel pilosebacea terjadi karena adanya peningkatan jumlah dan aktivitas flora folikel yang terdiri dari *Propionibacterium Acnes*, *Corynebacterium Acnes*, *Pityrosporum ovale* dan *Staphylococcus epidermidis*. Bakteri-bakteri ini berperan dalam proses kemotaksis inflamasi dan pembentukan enzim lipolitik yang mengubah fraksi lipid sebum. *Propionibacterium Acnes* berperan dalam iritasi epitel folikel dan mempermudah terjadinya acne. Selain itu, adanya trauma fisik berupa gesekan maupun tekanan dapat juga merangsang timbulnya acne vulgaris. Keadaan tersebut dikenal sebagai acne mekanika, dimana faktor mekanika tersebut dapat berupa Gesekan, tekanan, peregangan, garukan, dan cubitan pada kulit.

Kulit juga berpengaruh terhadap acne vulgaris. Ada empat jenis kulit wajah, yaitu : Kulit normal, ciri-cirinya: kulit tampak segar, sehat, bercahaya, berpori halus, tidak berjerawat, tidak berpigmen, tidak berkomedo, tidak bernoda, elastisitas baik. Kulit berminyak, ciri-cirinya: mengkilat, tebal, kasar, berpigmen, berpori besar. Kulit kering, ciri-cirinya: Pori-pori tidak terlihat, kencang, keriput, berpigmen. Kulit Kombinasi, ciri-cirinya: dahi, hidung, dagu berminyak, sedangkan pipi normal/kering atau sebaliknya. Jenis kulit berhubungan dengan acne adalah kulit berminyak. Kulit berminyak dan kotor oleh debu, polusi udara, maupun sel-sel kulit yang mati yang tidak dilepaskan dapat menyebabkan penyumbatan pada saluran kelenjar sebacea dan dapat menimbulkan acne.

Pada umumnya timbulnya acne vulgaris terjadi sekitar umur 14–17 tahun pada wanita, 16–19 tahun pada pria dan pada masa itu lesi yang predominan adalah komedo dan papula dan jarang terlihat lesi berat pada penderita.

Penderita acne juga banyak ditemukan pada karyawan-karyawan pabrik dimana mereka selalu terpajan bahan-bahan kimia seperti oli dan debu-debu logam. Acne ini biasa disebut “Occupational Acne”.

Hormon Endokrin terbagi atas tiga bagian yaitu (hormon androgen, estrogen, dan progesteron) Konsentrasi testosteron dalam plasma penderita acne pria tidak berbeda dengan yang tidak menderita acne. Berbeda dengan wanita, pada testosteron plasma sangat meningkat pada penderita acne (Finally, 2004). Hormon androgen memegang peranan penting karena hormon ini dapat mempengaruhi aktifitas kelenjar sebacea dan proliferasi dari sel keratinosit. Hormon androgen dapat meningkatkan produksi sebum dan hiperkeratinosit pada folikel yang dapat memicu sumbatan pada saluran sebacea. Hal ini yang dapat memicu timbulnya acne vulgaris. Sedangkan hormon estrogen tidak berpengaruh terhadap produksi sebum. Estrogen dapat menurunkan kadar gonadotropin yang berasal dari kelenjar hipofisis. Hormon gonadotropin mempunyai efek menurunkan produksi sebum.

Dalam jumlah fisiologi progesteron tidak mempunyai efek efektivitas terhadap kelenjar lemak. Pada siklus menstruasi sebum akan tetap diproduksi, akan tetapi kadang-kadang progesteron dapat menyebabkan acne premenstrual (Folkman, 2001). Pada 60-70% wanita, lesi acne menjadi lebih aktif kurang lebih satu minggu sebelum haid karena hormon progesteron. Estrogen dalam keadaan tertentu seperti pada saat selesai masa haid dapat menekan pertumbuhan acne vulgaris. Karena pada saat masa haid selesai terjadi peningkatan kadar hormon estrogen, peningkatan hormon androgen dan progesteron secara tidak langsung meningkatkan insidensi timbulnya acne vulgaris sedangkan peningkatan hormon estrogen dapat menurunkan timbulnya acne vulgaris (Gunawan, 2007).

Di daerah yang mempunyai empat musim, biasanya acne bertambah hebat pada musim dingin, sebaliknya kebanyakan membaik pada musim panas. Bertambah hebatnya acne pada musim panas tidak disebabkan oleh sinar UV melainkan oleh banyaknya keringat pada keadaan yang sangat lembab dan panas tersebut (Brown dan Burns, 2005).

Acne dapat kambuh dan bertambah buruk pada penderita stres emosional. Pada beberapa penderita, stres dan gangguan emosi dapat menyebabkan eksaserbasi acne. Stress akan mengakibatkan teraktivasi HPA (Hypothalamus Pituitary Axis). Stresor psikologis menghasilkan perasaan emosional : gelisah, takut, marah, frustrasi, depresi, dan sebagainya, dimana timbulnya dan besarnya perasaan tersebut bergantung pada penilaian seseorang terhadap suatu keadaan. Kondisi stres tersebut selain dapat memicu timbulnya acne vulgaris juga dapat memperberat kondisi acne vulgaris yang sudah ada.

Definisi lain yang sering dipakai mengenai stres ialah suatu keadaan dimana terdapat peningkatan konsentrasi acth (adrenocorticotropic hormone) dan glukokortikoid yang berkepanjangan. Peningkatan acth akan memicu peningkatan hormon androgen yang berperan dalam merangsang peningkatan produksi sebum dan merangsang keratinosit. Peningkatan sebum dan hiperkeratinosit akan mengakibatkan timbulnya acne vulgaris (Rahmawati, 2012).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh (Sitti Hardianti Hasan dkk., 2015) dengan judul hubungan pola makan dengan kejadian acne vulgaris pada mahasiswa semester V (lima) di program studi ilmu keperawatan fakultas kedokteran universitas sam ratulangi manado dari 36 responden yang didapat dengan menggunakan teknik simple random sampling. Desain penelitian yang digunakan adalah Case Control dan data dikumpulkan dari responden menggunakan kuesioner dan lembar observasi. Hasil uji statistik menggunakan uji Chi Square pada tingkat kepercayaan 95%, maka didapatkan nilai $p=1.000$ Ini berarti bahwa nilai $p > \alpha (0,05)$. Hasil penelitian menunjukkan tidak

ada hubungan antara pola makan dengan kejadian acne vulgaris pada mahasiswa semester v (lima) di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado. Rekomendasi untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti lebih luas faktor-faktor resiko yang berhubungan dengan acne vulgaris.

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Yatmihatum, S, 2014) tentang hubungan pola makan dengan kejadian acne vulgaris mahasiswa jurusan keperawatan surakarta pada hasil uji statistik menunjukkan bahwa hasil p Value=0,602 yang berarti lebih besar dari pada α (0,05) menunjukkan tidak ada hubungan antara kejadian acne dengan pola makan. Penelitian ini memiliki pola makan kurang baik yaitu sebanyak 48 orang (80%) dan responden yang memiliki pola makan baik ada 12 orang (20%). Juga hasil penelitian ini, mendukung pendapat Husna (2013) yang menyatakan tidak ada hubungan Pola makan, Premenstrual Syndrom Dan Penggunaan Kosmetik dengan kejadian acne vulgaris pada remaja putri di sma negeri 2 sigli, dimana dalam penelitiannya hasil uji statistika menunjukkan $p = 0,997$,nilai p-value yang lebih besar dari nilai $\alpha = 0,05$ sehingga tidak ada hubungan signifikan antara pola makan dengan acne vulgaris pada remaja putri di sma negeri 2sigli. Dari 78 sampel dalam penelitian yang dilakukan 47 orang memiliki pola makan baik, yang mengalami acne vulgaris berat yaitu 18 orang (38,3%) dan dari 31 orang remaja yang pola makan kurang mengalami obesitas, mengalami pola makan yang acne vulgarisnya berat.

Sedangkan menurut asumsi peneliti bahwa tidak adanya hubungan pola makan dengan acne vulgaris dalam penelitian ini karena ada faktor lain yang mempengaruhi timbulnya acne vulgaris pada mahasiswa semester viii stikes Tana Toraja seperti stres, personal hygiene dan penggunaan kosmetik.

KESIMPULAN

1. Distribusi responden berdasarkan pola makan menunjukkan bahwa mayoritas pola makan responden kurang baik yaitu 48 responden (80%) dan ada sebagian responden memiliki pola makan baik yaitu 12 responden (20%).
2. Distribusi responden berdasarkan acne vulgaris menunjukkan bahwa Acne Vulgaris memiliki responden ringan yaitu 34 orang (56.7%) dan ada sebagian responden memiliki acne vulgaris berat yaitu 26 orang (43.3%).
3. Tidak ada hubungan antara pola makan dengan kejadian acne vulgaris pada mahasiswa semester VIII di Stikes Tana Toraja dengan nilai $p\text{-value}$ 0.602 > α (0,05).

Daftar Pustaka

Afrianti, R. (2015). *Acne vulgaris pada remaja*. Lampung: J Majority volume 4, nomor 6, Februari 2015.

DR Mentari. (2016). *Latar belakang acne atau jerawat*. Padang.

Fadhilah Ningsih. (2010). *Faktor– Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Pola Makan Anak Usia Prasekolah Di Tk Marina Dusun Ciniayo Desa Panyangkalang*. Makassar.

Fadhilah Ningsih. (2010). *Faktor yang berpengaruh terhadap pola makan anak usia prasekolah*. Makassar.

- Nurul Fatah. (2017). *Hubungan pola makan terhadap anak usia prasekolah*. Purwokerto.
- PF Ningrum. (2016). *Hubungan antara acne vulgaris dengan tingkat kualitas hidup*. Sumatera Utara.
- PF Ningrum. (2016). *Hubungan antara acne vulgaris dengan tingkat kualitas hidup*. Sumatera Utara.
- Rina M. Kundre dkk. (2017). *Hubungan timbulnya acne vulgaris dengan tingkat kecemasan pada remaja di SMPN 1 Likupadang Timur*. Likupadang Timur: volume 5, no 1.
- S Bakri. (2013). *JST Kesehatan, Juli 2013*. Makassar: Vol.3 no.3 290-297 ISSN 2252.
- S Hasan. (2015). *Hubungan pola makan dengan kejadian acne vulgaris pada mahasiswa semester V (lima) di program studi ilmu keperawatan fakultas kedokteran universitas Sam Ratulangi manado*. Manado: Vol 3, Nomor 1, Februari 2015.
- Sitti Hardianti Hasan dkk. (2015). *Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Acne Vulgaris Pada Mahasiswa Semester V (Lima) Di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado* . Manado.
- SP Astutiningsih. (2014). *Latar belakang acne vulgaris*. Klaten.
- Yatmihatum, S. (2014). *Hubungan pola makan dengan kejadian acne vulgaris mahasiswa jurusan keperawatan surakarta*. Vol 3, no 1, mei 2014.
- Yatmihatum, S. (2014). *Hubungan pola makan dengan kejadian acne vulgaris mahasiswa jurusan keperawatan poltekkes surakarta*. Vol 3, no 1, mei 2014.