

HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN KEJADIAN ACNE VULGARIS PADA SISWA/I DI SMA NEGERI 1 TAMBANG KABUPATEN KAMPAR PROVINSI RIAU TAHUN 2021

Nopri Yadi¹, Ridha Hidayat², Indrawati³

Program Studi S1 Keperawatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai
bangnop55@gmail.com

ABSTRAK

Acne vulgaris merupakan suatu penyakit yang disebabkan oleh inflamasi kronik dari unit *pilosebacea* yang dihasilkan dari peningkatan sebum. Tidur merupakan kebutuhan dasar setiap orang. Pada kondisi istirahat dan tidur, tubuh melakukan proses pemulihan untuk mengembalikan stamina tubuh hingga berada dalam kondisi yang optimal. Dampak kurang tidur menyebabkan seseorang sulit untuk berkonsentrasi, membuat keputusan, dan menjalankan aktivitas. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara kualitas tidur dengan kejadian acne vulgaris pada siswa/i di SMA Negeri 1 Tambang Kabupaten Kampar Provinsi Riau Tahun 2021. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 21-30 juni 2021 dengan jumlah sampel 121 orang siswa/i SMA Negeri 1 Tambang diperoleh menggunakan teknik *total sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan goggle form. Analisa data yang digunakan adalah analisa univariat dan bivariat dengan uji *Chi Square*. Hasil penelitian ini didapatkan ada hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan kejadian acne vulgaris pada siswa/i dengan *p value* = 0,009, dengan diadakan penelitian ini peneliti mengharapkan kepada siswa/i untuk memperbaiki kualitas tidur yang dapat mempengaruhi terjadinya acne vulgaris.

Kata Kunci : Acne Vulgaris, Kualitas Tidur, Siswa/i

ABSTRACT

Acne vulgaris is a disease caused by chronic inflammation of the pilosebaceous unit resulting from increased sebum. Sleep is a basic need for everyone. In conditions of rest and sleep, the body performs a recovery process to restore the body's stamina to be in optimal condition. The impact of lack of sleep makes it difficult for a person to concentrate, make decisions, and carry out activities. The purpose of this study was to analyze the relationship between sleep quality and the incidence of acne vulgaris in students at SMA Negeri 1 Tambang, Kampar Regency, Riau Province in 2021. This type of research was a quantitative study with a cross sectional design. This research was conducted on June 21-30 2021 with a sample of 121 students of SMA Negeri 1 Tambang obtained using the total sampling technique. Data collection techniques using a goggle form. Analysis of the data used is univariate and bivariate analysis with Chi Square test. The results of this study found that there was a significant relationship between sleep quality and the incidence of acne vulgaris in students with *p value* = 0.009, with this study the researchers expected students to improve sleep quality which could affect the occurrence of acne vulgaris.

Keywords: Acne vulgaris, sleep quality, students

PENDAHULUAN

Semua orang pasti mendambakan kulit yang sehat dan cantik. Tetapi, posisi bagian luar dari tubuh manusia membuat kulit sangat rentan mengalami berbagai masalah dan gangguan kesehatan. Sehingga, kulit tidak dapat terhindar dari debu, kotoran, polusi udara, zat kimia yang terkandung dalam kosmetik, air yang kurang bersih, dan sebagainya. Semua ini berpotensi menimbulkan masalah pada kulit, salah satunya ialah jerawat (*acne vulgaris*) (Muyassaroh dkk, 2015).

Acne vulgaris atau yang umumnya disebut jerawat adalah suatu penyakit yang disebabkan oleh inflamasi kronik dari unit *pilosebacea* yang dihasilkan dari peningkatan produksi sebum, peradangan dan kolonisasi bakteri pada folikel rambut, wajah, leher, dada, dan punggung oleh *propionibacterium acnes* dan umum terjadi (Zaenglein, 2018).

Meskipun umum terjadi, etiologi dari *acne vulgaris* belum diketahui secara pasti. Patogenesis *acne vulgaris* adalah multifaktorial meliputi produksi sebum yang berlebihan, kelenjer minyak pada wajah, kolonisasi bakteri *propionibacterium acnes*, dan inflamasi (Sitohang dkk, 2016). *Acne vulgaris* dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, penelitian dikorea menunjukkan faktor pemicu utama atau yang memberatkan adalah stres psikologis (82%), kurang tidur (74,5%), menstruasi (75,2%), merokok (61,3%) dan penggunaan kosmetik (36%) (Suh dkk, 2011).

Acne vulgaris mempengaruhi sekitar 9,4% populasi dunia dan merupakan penyakit yang sering terjadi sehingga berada di urutan ke-8 di dunia dan urutan ke-3 di Indonesia. *Acne vulgaris* biasanya terjadi pada remaja hingga dewasa (Seran dkk, 2020).

Acne vulgaris pada remaja dan dewasa bervariasi pada setiap etnis dan negara. Di Australia, *acne* ditemukan pada usia 10 tahun sebesar 27,7% dan pada usia 16-18 tahun sebesar 93,3%. Di Peru, prevalensi *acne* pada usia 12 tahun sebesar 16,33% dan pada usia 17 tahun sebesar 71,23%. Di Cina, prevalensi *acne vulgaris* paling tinggi pada usia 19 tahun sebesar 46,8%, lalu berkurang seiring pertambahan usia responden (Shen dkk, 2012).

Acne vulgaris ini terjadi jika sebum androgen meningkat. Sistes hormon androgen dapat ditekan oleh adanya hormon melatonin. Hormon melatonin berfungsi untuk menginduksi tidur dan dapat meningkatkan kualitas tidur seseorang (Djunarko dkk, 2018).

Tidur merupakan salah satu kebutuhan dasar seseorang. Tidur yang cukup dapat membantu seseorang untuk berkonsentrasi, membuat keputusan, dan menjalankan aktivitas (Agustin, 2012). Setiap orang memiliki waktu yang berbeda-beda untuk beristirahat dan tidur sesuai dengan tahap perkembangan dan aktivitas harian yang dijalani. Pola tidur yang tidak baik seperti tidur larut malam juga sebagai pemicu terjadinya *acne vulgaris* sehingga diperkirakan dapat mengakibatkan aktifitas hormon androgen meningkat. Manfaat tidur akan terasa jika seseorang memiliki kualitas tidur yang baik.

Kualitas tidur adalah kemampuan seseorang untuk dapat tetap tidur, tidak hanya mencapai jumlah atau lamanya tidur, namun untuk mendapatkan jumlah istirahat sesuai kebutuhannya (Djunarko dkk, 2018). Kualitas tidur seseorang meliputi beberapa aspek seperti durasi tidur, lama waktu yang di perlukan untuk tidur, kepulauan tidur, dan sebagainya (Fang, 2019).

Faktor yang dapat mempengaruhi kualitas tidur seseorang yaitu kelelahan. Jika semakin tinggi tingkat kelelahan yang dialami seseorang, maka kualitas tidurnya pun semakin memburuk. Kualitas tidur pada usia remaja berkisar 7 sampai 9 jam, ternyata sekitar 6 jam sehari karna faktor aktifitas dan kehidupan sosial, hal ini akan memberikan pengaruh terhadap waktu tidur.

Prevalensi *acne vulgaris* di Asia Tenggara terdapat 40-80% kasus sedangkan menurut catatan studi dermatologi kosmetika indonesia menunjukkan pada tahun 2006 penderita *acne vulgaris* sebesar 60%, pada tahun 2007 sebesar 80% dan pada tahun 2009 sebesar 90%. Prevelensi tertinggi yaitu pada umur 14-17 tahun, dimana pada wanita sekitar 83-85% dan pada pria yaitu pada umur 16-19 tahun sekitar 95-100% (Afriyanti, 2015).

Berdasarkan angka kejadian *acne vulgaris* yang ada di poli klinik kulit dan kelamin RSUD Arifin Ahmad Provinsi Riau tahun 2005 yang dikelompokkan dari usia terbanyak pada rentang usia 15-24 tahun, sebesar 85,71% (Widiawaty dkk, 2019).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar didapatkan jumlah kasus *acne vulgaris* dari 31 kecamatan yang ada di kampar penyakit ini satu-satunya ada di Kecamatan Tambang yaitu sebanyak 22 kasus yang terdiri dari 10 kasus pada laki-laki dan 12 kasus pada perempuan.

Berdasarkan data siswa yang diperoleh dari 3 sekolah yang ada di Kecamatan Tambang yaitu SMA Negeri 1 Tambang berjumlah 440 siswa , SMKN 1 Tambang berjumlah 135 siswa dan SMK Global Cendekia berjumlah 343 siswa. Maka diperoleh bahwa SMA Negeri 1 Tambang merupakan sekolah jumlah siswa terbanyak yaitu 440 siswa . *Survey* awal yang penulis lakukan pada 19 Maret 2021 di SMA Negeri 1 Tambang terhadap 15 siswa mengalami *acne*, dari 15 terdapat 8 siswa mengalami karena kurangnya waktu tidur, 4 siswa ketika menstruasi dan 3 siswa karena faktor makanan.

Penelitian sebelumnya mengenai hubungan kualitas tidur dengan kejadian *acne vulgaris* pada mahasiswa fakultas ilmu kedokteran universitas sumatera utara angkatan 2013 bahwa adanya hubungan antara kualitas tidur dengan kejadian *acne vulgaris* (Rajoo, 2016). Dan sama dengan peneliti lainnya bahwa adanya hubungan kualitas tidur dengan timbulnya *acne* pada siswa SMA (Mayasari,2015).

Dampak kualitas tidur yang buruk terhadap kesehatan sudah banyak diteliti pada penelitian kesehatan, dan bisa juga berdampak pada keadaan *acne vulgaris*. Oleh karena itu, penulis ingin meneliti hubungan antara kualitas tidur dengan kejadian *acne vulgaris*.

METODE

Desain Penelitian

Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah desain kuantitatif dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Rancangan *cross sectional* adalah sebuah penelitian dimana variabel faktor resiko dan variabel observasi diukur atau diamati dalam waktu yang sama (Notoatmodjo, 2012). Penelitian ini adalah hubungan antara kualitas tidur dengan kejadian *acne vulgaris* pada siswa/i di SMA Negeri 1 Tambang.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Tambang pada tanggal 21-30 juni 2021.

Populasi

Populasi adalah subjek yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan (Nursalam, 2016). Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa X dan XI di SMA Negeri 1 Tambang 440 siswa/i.

Sampel

Sampel merupakan sebagian kecil objek yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Nursalam, 2016). Yang menjadi sampel dalam penelitian ini seluruh siswa SMA Negeri 1 Tambang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling, yaitu dimana seluruh populasi dijadikan sampel (Notoatmodjo, 2012). Besar sampel yang diambil pada penelitian ini yaitu 121 siswa di SMA Negeri 1 Tambang yang mengalami acne vulgaris.

Alat Pengumpulan Data

Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah google form. Untuk kuesioner kualitas tidur menggunakan kuesioner PSQI oleh Buysee, Reynolds, Monk, tahun 1989. Kuesioner yang digunakan untuk meneliti tingkat kualitas tidur pada responden ini ada 9 butir soal dan 19 poin pertanyaan dengan mengkaji tujuh dimensi yaitu kualitas tidur subjektif, sleep latensi, durasi tidur, gangguan tidur, efisiensi kebiasaan tidur, pengguna obat tidur dan disfungsi tidur pada siang hari. Untuk kuesioner acne vulgaris terdiri dari 1 pertanyaan, dimana pertanyaan tersebut tentang apakah sedang mengalami acne vulgaris atau tidak.

Analisa Data

Analisa data di lakukan dengan analisa univariat dan analisa bivariat. Analisa Univariat adalah analisa yang dilakukan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karekteristik setiap variabel penelitian (Notoatmodjo, 2012). Pada umumnya dalam analisa univariat ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan presentasi dari setiap variabel. Analisa bivariat yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Notoatmodjo, 2012). Dalam penelitian ini dua variabel yang berhubungan adalah variabel kualitas tidur dan variabel *acne vulgaris*. Analisa bivariat akan menggunakan uji Chi-Square (χ^2) dengan menggunakan tingkat kepercayaan 95%.

HASIL

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kualitas tidur dengan kejadian acne vulgaris pada siswa/i SMA Negeri 1 Tambang Kabupaten Kampar Provinsi Riau Tahun 2021. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 21-30 juni 2021 dengan jumlah sampel 121 responden.

Karekteristik Responden

Jenis Kelamin

Tabel 1 : Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Pada Siswa/i di SMA Negeri 1 Tambang

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase (%)
1	Laki-Laki	46	38%
2	Perempuan	75	62%
Total		121	100%

Berdasarkan Tabel 4.1, diketahui mayoritas responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 75 siswa (62%) dan responden laki-laki sebanyak (38%).

Umur

Tabel 2 : Distribusi Frekuensi Umur Pada siswa/i di SMA Negeri 1 Tambang

No	Umur	Jumlah	Persentase (%)
1	15 Tahun	7	5,8 %
2	16 Tahun	29	24%
3	17 Tahun	60	49,6%
4	18 Tahun	23	19%
5	19 Tahun	2	1,7%
Total		121	100%

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui umur responden 15 tahun sebanyak 7 responden (5,8%), 16 tahun sebanyak 29 responden (24%), 17 tahun sebanyak 60 responden (49,6%), 18 tahun sebanyak 23 responden (19%) dan 19 tahun sebanyak 2 responden (1,7%).

Analisis Univariat Kualitas Tidur

Tabel 3 : Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur Pada Siswa/I SMA Negeri 1 Tambang Tahun 2021

No	Kualitas Tidur	Jumlah	Persentase (%)
1	Buruk	84	69,4%
2	Baik	37	30,6%
Total		121	100%

Berdasarkan tabel 4.2 dapat diketahui dari 121 responden terdapat 84 responden (69,4%) mengalami kualitas tidur buruk, dan 37 responden (30,6%) mengalami kualitas tidur baik.

Kejadian Acne Vulgaris

Tabel 4: Ditribusi Frekuensi Kejadian Acne Vulgaris Pada Siswa/I SMA Negeri 1 Tambang Tahun 2021

No	Kejadian Acne Vulgaris	Jumlah	Persentase (%)
1	Ya	88	72,7
2	Tidak	33	27,3
	Total	121	100

Keterangan : Hasil Penelitian

Berdasarkan tabel 4.3 dapat diketahui dari 121 responden terdapat 88 responden (72,7%) mengalami acne vulgaris, dan 33 responden (27,3%) tidak mengalami acne vulgaris.

Analisa Bivariat

Tabel 5 : Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Kejadian Acne Vulgaris Pada Siswa/I SMA Negeri 1 Tambang Tahun 2021

Kualitas Tidur	Kejadian Acne Vulgaris						P Value
	Ya		Tidak		Total		
	F	%	F	%	F	%	
Buruk	67	79,8	17	20,2	84	100	0,009
Baik	21	56,8	16	43,2	37	100	
Total	88	72,7	33	27,3	121	100	

Keterangan : Hasil Penelitian

Berdasarkan tabel 4.4 dapat dilihat bahwa dari 84 responden dengan kualitas tidur buruk terdapat 17 responden (20,2%) yang tidak mengalami acne vulgaris. Dari 37 responden dengan kualitas tidur baik terdapat 21 responden (56,8%) yang mengalami acne vulgaris. Hasil uji statistik diperoleh p value = 0,009 \leq 0,05 yang artinya ada hubungan antara kualitas tidur dengan kejadian acne vulgaris pada siswa/i SMA Negeri 1 Tambang Kabupaten Kampar Provinsi Riau Tahun 2021.

PEMBAHASAN

Penelitian ini sesuai dengan teori Djunarko (2018) Kualitas tidur adalah kemampuan seseorang untuk dapat tetap tidur, tidak hanya mencapai jumlah atau lamanya tidur, namun juga untuk mendapatkan jumlah istirahat sesuai kebutuhannya. Menurut teori Iqbal (2018) kualitas tidur adalah ukuran dimana seseorang itu dapat memudahkan dalam memulai tidur dan mempertahankan tidur, kualitas tidur dapat digambarkan dengan lamanya tidur dan keluhan sehabis bangun tidur.

Menurut Iqbal (2018) mendefinisikan gangguan kualitas tidur merupakan suatu kondisi ketika individu mengalami atau berisiko mengalami perubahan kualitas pola tidur yang menimbulkan ketidak nyamanan atau mengganggu gaya hidup yang diinginkan. Kualitas tidur dipengaruhi beberapa faktor seperti penyakit fisik seperti nyeri dan macam penyakit lainnya, kelelahan, gaya hidup yang bersih dan lain – lain.

Menurut Asmadi (2015) pada masa ini umumnya mereka sangat aktif dan membutuhkan waktu tidur antara 7-8 jam dalam semalam. Kurang lebih 20% tidur mereka adalah tidur REM. Dewasa awal yang sehat membutuhkan cukup tidur untuk berpartisipasi dalam kesibukan aktivitas. Pendapat lain mengatakan bahwa tidur dapat di pengaruhi oleh factor lingkungan, lingkungan yang kurang nyaman dapat mempengaruhi kualitas tidur tidak baik.

Menurut Rajoo (2016) acne vulgaris ini penyakit unit pilosebaceous yang terjadi umumnya pada masa remaja dengan lesi pleomorfik seperti komedo, papula, nodul dan kista. Kejadian acne vulgaris pada remaja umumnya disebabkan oleh gangguan hormonal, dimana sekresi hormone androgen yang berlebihan, akan terjadi pertumbuhan kelenjar sebacea yang tidak terkendali, akibatnya akan timbul acnr vulgaris.

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rajoo mengenai hubungan kualitas tidur dengan kejadian acne vulgaris pada mahasiswa fakultas ilmu kedokteran universitas sumatera utara angkatan 2013. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara kualitas tidur dengan kejadian acne vulgaris dengan ($p\ value = 0,019$).

Hasil analisa bivariat dari variabel hubungan antara kualitas tidur dengan kejadian acne vulgaris pada siswa/i di SMA Negeri 1 Tambang diperoleh nilai $p\ value = 0,009$ ($p\ value \leq 0,05$) dimana, Dari 84 responden yang tidak mengalami acne vulgaris terdapat 17 responden (20,2%) mengalami kualitas tidur buruk. Menurut asumsi peneliti hal ini terjadi karena faktor lingkungan yang nyaman dan kebersihan wajah di jaga sehingga tidak mengalami acne vulgaris. Sedangkan dari 37 responden yang mengalami acne vulgaris terdapat 21 responden (56,8%) memiliki kualitas tidur baik. Menurut asumsi peneliti hal ini disebabkan karena faktor genetik, sensitif terhadap kosmetik atau coba-coba skincare, stress, dan alergi debu sehingga terjadinya acne vulgaris.

SIMPULAN

Sebagian besar responden siswa/i SMA Negeri 1 Tambang mengalami kualitas tidur buruk yaitu 69,4%. Sebagian besar responden siswa/i SMA Negeri 1 Tambang mengalami acne vulgaris yaitu 72,7%. Ada hubungan antara kualitas tidur dengan kejadian acne vulgaris pada siswa/i SMA Negeri 1 Tambang Kabupaten Kampar Provinsi Riau tahun 2021.

UCAPAN TERIMAKASIH

Kami ucapkan terima kasih kepada seluruh pihak SMAN 1 Tambang, responden penelitian yang telah mengijinkan penulis untuk melakukan pengambilan data penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriyanti, R. N. (2015). Akne vulgaris pada remaja. J Majority.
- Agustin, D. (2012). Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas tidur pada pekerja shift di pt. Krakatau tirta industri cilegon.
- Asmadi. (2015). Konsep Dasar Keperawatan . Jakarta. EGC
- Djunarko, J. C., Widayati, R. I., & Julianti, H. P. (2018). Hubungan kualitas tidur dengan kejadian akne. Urnal kedokteran diponegoro.
- Fang, R. A. (2019). Hubungan kualitas tidur dengan tingkat keparahan akne vulgaris pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas sumatera utara tahun 2019. Sumatera Utara.
- Iqbal, M. (2018). Hubungan tingkat stress dengan kualitas tidur pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di program studi matematika di stkip pgri kabupaten pacitan. Madiun.
- Muyassaroh, E. L., dkk (2015). Faktor -faktor yang mempengaruhi kejadian acne vulgaris pada siswa kelas x sman 2 kota blitar.

- Notoatmodjo, P. S. (2012). Metodologi penelitian kesehatan. Jakarta.
- Nursalam. (2016). Metodologi penelitian ilmu keperawatan. Jakarta.
- Seran, m. J., lidia, k., & telussa, a. S. (2020). Hubungan kualitas tidur dengan tingkat keparahan. Cendana medical journal.
- Shen, y., wang, t., zhou, c., xiaoyan, w., & xiolan, d. (2012). Prevalence of acne vulgaris in chinese adolescents and adults:a community-based study of 17,345 subjects in six cities. Acta derm venereol, 40-44.
- Sitohang, i. B., & wasitatmadja, s. M. (2016). Ilmu penyakit kulit dan kelamin (edisi ketujuh ed.). Jakarta: badan kedokteran universitas indonesia.
- Suh, d. H., kim, b. Y., min, s. U., lee, d. H., yoon, m. Y., kim, n. I., et al. (2011). A multicenter epidemiological study of acne vulgaris in korea. International journal of dermatology. indonesia.
- Widiawaty, a., assegaf, d. I., & priastiwi, s. (2019). Korelasi kadar seng plasma dengan derajat keparahan acne vulgaris mahasiswa fakultas kedokteran universitas riau. 46.
- Zaenglein, a. L. (2018). Acne vulgaris. The new england journal of medicine.