

## HUBUNGAN STRES DENGAN ACNE VULGARIS PADA REMAJA KELAS XII DI SMA DIPONEGORO PLOSO JOMBANG

(Stress Relationship With Acne Vulgaris On Teenagers Class XII In SMA Diponegoro Ploso Jombang)

**Nenes Wijayanti<sup>1</sup>, Hadi Sutomo<sup>1</sup>, Rudi Hariyono<sup>1</sup>**

<sup>1</sup> Stikes Bahrul 'Ulum Jombang, Jawa Timur

Neneswijayanti0@gmail.com

### **ABSTRAK**

Pada usia remaja penampilan fisik merupakan hal yang sering mendapat titik perhatian penting, salah satu permasalahan berkaitan dengan masalah ini pada remaja adalah acne. Banyak siswa mengalami Acne vulgaris dengan tingkat stres yang berbeda. Kondisi stres dan gangguan emosi dapat menyebabkan eksaserbasi acne. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara stres dengan kejadian Acne vulgaris pada remaja. Penelitian ini menggunakan desain analitik korelasional dengan rancangan pendekatan cross sectional. Populasi dari penelitian ini adalah siswa SMA Diponegoro kelas 3 yang berjumlah 68 orang. Sampel yang diambil berjumlah 40 orang dengan menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data menggunakan kuisioner dan lembar observasi sedangkan hasil pengumpulan data diolah dengan uji sperman rank ( $\rho$ ). Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar siswa mengalami stres dengan tingkat sedang yaitu sebanyak 23 responden ( 57,5%) dan Acne vulgaris dalam batas ringan yaitu 19 responden ( 47,5%). Hasil analisis menggunakan SPSS  $\rho < \alpha$  yaitu  $0,03 < 0,05$ , artinya  $H_1$  diterima ada hubungan antara stress dengan acne vulgaris pada remaja dengan koefisien korelasi hubungan 0,463 yang artinya interpretasi hubungan sedang. Oleh sebab itu diharapkan remaja dapat mengelola stress dengan baik untuk mencegah kejadian acne vulgaris.

**Kata kunci :** Stres, Acne vulgaris, Remaja

### **ABSTRACT**

In the age of adolescence physical appearance is a matter that often gets important point of attention, one of the problems related to this problem in adolescents is acne. Many students experience Acne vulgaris with different stress levels. Conditions of stress and emotional distress can lead to acne exacerbations. The purpose of this study was to determine the relationship between stress with the incidence of Acne vulgaris in adolescents. This research uses correlational analytic design with cross sectional approach design. The population of this research is Diponegoro grade 3 high school students, amounting to 68 people. Samples taken amounted to 40 people by using purposive sampling technique. Data collection using questionnaires and observation sheets while the results of data collection processed by test sperman rank ( $\rho$ ). The result of the research shows that most of the students are experiencing stress with moderate level that is 23 respondents (57,5%) and Acne vulgaris in light of 19 responden (47,5%). The result of analysis using SPSS  $\rho < \alpha$  is  $0,03 < 0,05$ , it means  $H_1$  accepted there is relation between stress with acne vulgaris in adolescent with correlation coefficient of relationship 0,463 which means interpretation relation is. It is therefore expected that adolescents can manage stress well to prevent the occurrence of acne vulgaris.

**Keywords :** Stress, Acne vulgaris, Teenagers

## PENDAHULUAN

Salah satu penyakit kulit yang saat ini menjadi perbincangan dan tren bagi kalangan remaja adalah jerawat atau dalam bahasa medisnya dikenal dengan *Acne vulgaris*. Penyakit ini tidak fatal, tetapi cukup mendapat perhatian karena berhubungan dengan rendahnya harga diri dan kualitas hidup akibat berkurangnya keindahan wajah pada penderitanya (Kusumawardhani A dkk, 2010). Pertumbuhan *Acne vulgaris* disebabkan oleh beberapa faktor, berupa faktor intrinsik yaitu genetik, ras hormonal dan faktor ekstrinsik berupa stres (Savitri, 2012), iklim/suhu, kosmetik, diet (Hardianti, 2015) dan obat-obatan (Wasitamadja dalam Djuanda, 2015).

Berdasarkan survey penelitian di Amerika di temukan kasus dengan kejadian *Acne vulgaris* berjumlah berkisar 60-70%, di Indonesia juga sekitar 85-100% kasus acne yang sering dijumpai pada wanita yang berusia 14-17 tahun dan pada pria berusia 16-19 tahun (Yuindartanto, 2009). Penelitian yang dilakukan Manarisip (2015) membuktikan dari jumlah 36 sampel menunjukkan 50% responden mengalami *Acne vulgaris* yang disebabkan karena faktor stres (99,9%). Penelitian yang dilakukan oleh Savitri (2012) melaporkan dari 32 sampel yang mengalami *Acne vulgaris*, 62,5% disebabkan oleh faktor stres. Sementara berdasarkan data awal yang diperoleh peneliti pada tanggal 27 Oktober 2015 bahwa siswa-siswi kelas XII SMA Diponegoro Desa Rejoagung

Kecamatan Plosokabupaten Jombang yang berjumlah 68 siswa, sebanyak 36 siswa mengalami *Acne vulgaris*. Siswa-siswi kelas XII sedang menghadapi Ujian Nasional atau SNMPTN sehingga beban belajar mereka meningkat, adanya jadwal yang padat seperti pelajaran tambahan diluar jam pelajaran dan masalah diluar sekolah maupun teman sebayanya di sekolah. Hal-hal tersebut merupakan kondisi yang memungkinan menimbulkan stress pada masing-masing siswa.

Stres akan mempengaruhi dan merangsang kerja dari hipotalamus, dimana akan memproduksi *Corticotropin Releasing Factor (CRF)* yang akan menstimulasi hipofisis anterior sehingga akan mengalami peningkatan kadar *Adenocorticotropic Hormon (ACTH)*. Terjadinya peningkatan ACTH dalam darah akan menyebabkan aktivitas korteks adrenal meningkat. Hormon androgen yang terdapat pada korteks adrenal tersebut merupakan faktor penyebab pada acne. Hormon tersebut berperan pada perubahan sel-sel sebosit dan sel sel keratinosit sehingga menyebabkan mikrokomedo dan komedo yang akan berkembang menjadi lesi inflamasi pada *Acne vulgaris* tersebut (Wasitamadja dalam Djuanda, 2015).

Menurut (Wasitamadja dalam Djuanda, 2015), dengan membersihkan wajah minimal sebanyak 2 kali sehari maka minyak, debu, serta kotoran yang menempel pada kulit yang merupakan salah satu pencetus terjadinya acne *vulgaris* dapat terangkat. Disamping

itu, managemen stress juga perlu dilakukan, apabila stres tidak cepat di tanggulangi atau dikelola dengan baik, maka akan dapat berdampak lebih lanjut seperti mudah terjadi gangguan atau terkena penyakit (*Acne vulgaris*) (Hidayat, 2008:63). Apabila acne dibiarkan akan sangat mempengaruhi kesehatan individu secara keseluruhan dan berhubungan langsung dengan kualitas hidup terutama yang berhubungan dengan perasaan, emosi dan hubungan sosial (Kusumawardhani A, dkk 2010).

## METODE PENELITIAN

### Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian analitik korelasi dengan rancangan pendekatan *cross sectional*.

Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XII SMA Tahun Ajaran 2016-2017 Diponegoro Desa Rejoagung Kecamatan Ploso Kabupaten Jombang yang berjumlah 68 orang. Teknik sampling yang digunakan purposive sampling karena sampel ditentukan dengan pertimbangan tertentu yang memenuhi kriteria inklusi yaitu berjumlah 40 orang.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan instrumen kuesioner yaitu kuesioner *Student-Life Stress Inventory* untuk variabel independennya (stres) dan observasi untuk variabel Dependen (*Acne vulgaris*).

Setelah menjelaskan kepada responden tentang penelitian dan

bila bersedia menjadi responden dipersilahkan untuk menandatangani *informant consent*. Responden harus mengisi semua daftar pertanyaan dalam kuesioner yang telah diberikan dan peneliti melakukan observasi untuk mendapatkan data mengenai berapa jumlah lesi pada responden yang menderita *Acne vulgaris* tersebut.

Setelah kuesioner terkumpul peneliti melakukan analisa data. Dengan menggunakan perangkat lunak komputer program *Statistical Product and Service Solutions* (SPSS) 16 for windows yakni uji korelasi *sperman rank* (Rho) untuk mengukur tingkat atau eratnya hubungan antara dua variabel dengan derajat kemaknaan  $p \leq 0,05$ .

## HASIL PENELITIAN

Penelitian dilaksanakan pada tanggal 20 Maret 2016 di SMA Diponegoro Ploso Jombang Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah siswa yang menderita *Acne vulgaris* yang sesuai kriteria inklusi dan eksklusi yaitu berjumlah 40 orang. Penelitian diawali dengan melakukan pengukuran dengan membagikan kuisioner dan observasi.

**Tabel 1 Karakteristik Subjek Penelitian**

Karakteristik Berdasarkan Jenis Kelamin	Prosentase (%)
Laki – laki	25%
Perempuan	75%
Total	100%
<b>Genetik</b>	
Ya	42,5 %

Tidak	57,5 %
Total	100 %
<b>Iklim</b>	
Ya	12,5 %
Tidak	87,5 %
Total	100 %
<b>Kosmetik</b>	
Ya	25 %
Tidak	75 %
Total	100 %
<b>Diet (makanan)</b>	
Ya	22,5 %
Tidak	77,5 %
Total	100 %
<b>Stres</b>	
Normal	0%
Ringan	25%
Sedang	57,5%
Berat	17,5%
Sangat Berat	0%
Jumlah	100%
<b>Acne vulgaris</b>	
Ringan	47,5%
Sedang	22,5%
Berat	30%
Jumlah	100%

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa Responden berdasarkan Jenis Kelamin sebagian besar adalah perempuan yaitu sebanyak 30 responden (75%). Sebagian besar responden yang tidak mengalami Acne vulgaris dikarenakan adanya riwayat keluarga dengan *Acne vulgaris* (genetik) yaitu sebanyak 23 responden (57,5%). Sebagian besar responden yang tidak mengalami *Acne vulgaris* dikarenakan faktor iklim yaitu Ya sebanyak 35 responden (87,5%). Sebagian besar responden yang tidak mengalami *Acne vulgaris* dikarenakan faktor kosmetik yaitu sebanyak 30 responden (75%). Sebagian besar responden yang tidak mengalami *Acne vulgaris*

dikarenakan faktor diet yaitu sebanyak 31 responden (77,5%). Sebagian besar responden yang mengalami stres dengan batas sedang sebanyak 23 responden (57,5%). Sebagian besar responden yang mengalami *Acne vulgaris* dengan kriteria ringan sebanyak 19 responden (47,5%).

**Tabel 2 Tabulasi Silang**

Stres	Acne vulgaris			Total
	Ringan	Sedang	Berat	
	%	%	%	%
Normal	0	0	0	100%
Ringan	80%	0	20%	100%
Sedang	43,4%	39,1%	17,3%	100%
Berat	14,2%	0	85,7%	100%
Sangat berat	0	0	0	100%
Total	47,5%	22,5%	30%	100%

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa Remaja di SMA Diponegoro Kelas XII Desa Rejoagung Kecamatan Ploso Kabupaten Jombang bahwa sebagian besar remaja yang mengalami stress ringan dengan kejadian stresringan yaitu sejumlah 8 orang (80%). Hampir sebagian besar mahasiswa yang mengalami stres sedang dengan kejadian *Acne vulgaris* ringan yaitu sejumlah 10 orang (43,4%). Dan sebagian besar remaja yang mengalami stress berat dengan kejadian *Acne vulgaris* berat yaitu sejumlah 6 orang (85,7%).

## PEMBAHASAN

Stres adalah respon tubuh yang bersifat tidak spesifik terhadap setiap

tuntutan atau beban yang dialami seseorang dimana membuat ketidaknyamanan fisik. Sebaliknya apabila seseorang yang dengan beban tugas yang berat tetapi mampu mengatasi beban tersebut dengan tubuh berespon dengan baik, maka orang itu tidak mengalami stres (Hans Selye 1950 dalam Hidayat, 2008:55). Dari hasil data tersebut, bahwa sebagian besar mengalami stres sedang hal ini kemungkinan disebabkan oleh persiapan ujian Nasional.

Salah satu penyakit kulit yang saat ini menjadi perbincangan dan tren bagi kalangan remaja adalah jerawat. Seperti yang terjadi di SMA Diponegoro, remaja mengeluh gatal dan nyeri. Penyebab dari *Acne vulgaris* tersebut yaitu seperti adanya riwayat dari keluarganya yang mengalami *Acne vulgaris*, makanan yang mereka konsumsi setiap harinya, pergantian musim yang menyebabkan kulit tidak bisa beradaptasi dan ketidakcocokan pemakaian kosmetik.

Di tabulasi silang didapatkan bahwa bahwa sebagian besar remaja yang mengalami stress ringan dengan kejadian *acne vulgaris* ringan yaitu sejumlah 8 orang (80%). Hampir sebagian besar mahasiswi yang mengalami stres sedang dengan kejadian *Acne vulgaris* ringan yaitu sejumlah 10 orang (43,4%). Dan sebagian besar remaja yang mengalami stress berat dengan kejadian *Acne vulgaris* berat yaitu sejumlah 6 orang (85,7%). Stres dapat mempengaruhi status kesehatan seseorang, dimana stres

menghasilkan atau mempengaruhi secara langsung dari perubahan fisiologi maupun patologis, pada kulit misalnya reaksi yang dijumpai kulit akan sering berkeringat, kadang-kadang panas dan dingin dan juga kan dapat kering atau gejala lainnya. Seperti halnya gejala tersebut akan muncul pada kulit yaitu *Acne vulgaris* ( Hidayat, 2008: 57).

*Acne vulgaris* memang menjadi momok yang sangat menakutkan bagi kalangan remaja sekarang, mereka akan terganggu secara estetika dan menjadi suatu ketidaknyamanan dengan fisik yang mereka alami. *Acne vulgaris* tidak hanya disebabkan oleh adanya stres namun ada faktor lain seperti genetik, iklim, kosmetik atau perawatan wajah dan makanan. Menjaga kebersihan wajah sangat penting. Cara tersebut cukup ampuh untuk mencegah terjadinya *Acne* pada remaja. Dengan membersihkan wajah minimal sebanyak 2 kali sehari maka minyak, debu, serta kotoran yang menempel pada kulit yang merupakan salah satu pencetus terjadinya *Acne vulgaris* dapat terangkat.

## SIMPULAN

Berdasarkan uraian-uraian pada hasil penelitian dan pembahasannya maka dapat disimpulkan bahwa : Ada hubungan antara stres dengan kejadian *Acne vulgaris* pada remaja dengan tingkat keeratan sedang.

## SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, saran yang diberikan oleh peneliti adalah sebagai berikut :

1. Diharapkan bagi para remaja untuk mengatur stres yang mereka alami agar tidak menimbulkan *Acne vulgaris*.
2. Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan untuk dilakukan penelitian lanjutan.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

Djuanda A. (2015). Ilmu s Penyakit Kulit Dan Kelamin. Edisi ketujuh cetakan pertama. Jakarta : FKUI.

Hidayat A. A. A. (2008). Pengantar Konsep Dasar Keperawatan. Edisi kedua cetakan ketiga. Jakarta : Salemba Medika.  
[http://adln.stress.ac.id/go.php?id=g\\_dlhub-gdl-sl-1999-11126](http://adln.stress.ac.id/go.php?id=g_dlhub-gdl-sl-1999-11126). Diakses pada tanggal 26 September 2014.

Kusumawardhani A dkk (2010). Perasaan self-consciousness dan rendahnya harga diri dan hubungannya dengan kualitas hidup pasien akne vulgaris.

Manarisip. (2015). Hubungan Stres Dengan Kejadian Acne vulgaris Pada Mahasiswa Semester V ( Lima ) Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado. [http://ejournal.Keperawatan\(e-Kep\) Volume 3. Nomor 1. Februari 2015](http://ejournal.Keperawatan(e-Kep) Volume 3. Nomor 1. Februari 2015). Diakses pada tanggal 27 September 2015

Savitri (2012). Hubungan Antara Stres Dengan Timbulnya Acne Vulgaris Pada Siswa-Siswi Kelas III SMAN 7 Surakarta. <http://eprints.ums.ac.id/22451/>. Diakses pada tanggal 18 Oktober 2015.

Yuindartanto ( 2009 ). Hubungan Stres Dengan Kejadian Acne Vulgaris Pada Mahasiswa Semester V Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado. <http://ejurnal.unstrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/6918>. Diakses pada tanggal 21 Oktober 20