

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Akne vulgaris adalah penyakit peradangan menahun folikel pilosebacea yang dapat sembuh sendiri. Akne vulgaris ditandai dengan adanya lesi berupa komedo, papul, pustul, nodul serta kista. Predileksi dari akne vulgaris, yaitu pada daerah wajah dan leher (99%), punggung (60%), dada (15%), bahu dan lengan atas.¹ Akne vulgaris masih menjadi masalah kesehatan yang umum terjadi di berbagai belahan dunia termasuk Indonesia. Lebih dari 80% populasi di dunia mengalami akne vulgaris sehingga menjadi penyakit paling umum ke delapan di dunia dengan prevalensi tertinggi pada masa remaja.^{2,3} Hal tersebut dapat terjadi karena akne vulgaris merupakan tanda pertama pubertas, dimana pada perempuan akne vulgaris terjadi satu tahun sebelum *menarche* atau haid pertama.⁴ Dengan demikian prevalensi akne vulgaris lebih tinggi pada perempuan daripada laki-laki.³

Prevalensi akne vulgaris sangat bervariasi, di Inggris prevalensi akne vulgaris pada usia 14-16 tahun sebesar 50%, sedangkan di Portugal sebesar 82% yang mengalami akne vulgaris.⁵ Pada remaja di Amerika Serikat, prevalensi akne vulgaris sebesar 85% dan di Turki prevalensi pada seluruh kalangan remaja dengan usia 13-19 tahun sebesar 60,7%. Prevalensi akne vulgaris di Cina sebesar 33,7% diantara wanita pada usia 15-19 tahun. Sementara itu, di kota Riyadh prevalensi akne vulgaris sebesar 68,2%.⁶ Sebuah survei yang dilakukan di kawasan Asia Tenggara, terdapat kasus akne vulgaris sebesar 40-80%.⁷

Catatan studi dermatologi kosmetika Indonesia menunjukkan prevalensi akne vulgaris pada tahun 2006 sebesar 60%, tahun 2007 sebesar 80% dan tahun 2009 sebesar 90%. Prevalensi tertinggi, yaitu antara 83-85% pada wanita usia 14-17 tahun dan antara 95-100% pada pria usia 16-19 tahun.⁷ Berdasarkan penelitian di Indonesia yang dilakukan oleh Divisi Kosmetik Rawat Jalan Unit Kesehatan Kulit dan Kelamin Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Dr. Soetomo, periode Januari-Desember 2013 didapatkan prevalensi akne vulgaris pada usia sekitar 15-24 tahun sebesar 69,40% dengan pasien perempuan lebih banyak dibandingkan dengan pasien laki-laki.² Penelitian yang dilakukan di RSUP. Dr. M. Djamil pada

bulan Februari sampai Desember 2016 didapatkan prevalensi akne vulgaris lebih tinggi pada perempuan dibandingkan dengan laki-laki. Jumlah kasus pada perempuan sebanyak 15 orang (71,4%), sedangkan laki-laki sebanyak 6 orang (28,6%).⁸ Penelitian yang dilakukan pada mahasiswa profesi dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2014, menunjukkan sebanyak 83,5% responden dengan kualitas tidur yang buruk mengalami akne vulgaris.⁹

Banyak faktor yang dapat menyebabkan akne vulgaris. Faktor-faktor yang terlibat tersebut, berupa faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik. Faktor intrinsik, yaitu genetik, ras dan hormonal, sedangkan faktor ekstrinsik, yaitu stres, kosmetik, iklim/suhu/kelembaban, diet dan obat-obatan. Terdapat empat patogenesis yang paling berpengaruh terhadap timbulnya akne vulgaris, yaitu hiperproliferasi folikel pilosebacea, meningkatnya produksi sebum, kolonisasi *Propionibacterium Acnes* (PA) dan proses inflamasi.¹

Salah satu faktor yang banyak dikaitkan dengan akne vulgaris adalah kualitas tidur yang buruk. Kualitas tidur yang buruk ini dapat meningkatkan risiko pada kesehatan fisik dan mental yang akan berdampak pada timbulnya akne vulgaris.¹⁰ Menurut beberapa penelitian, fungsi kekebalan kulit yang berubah dapat disebabkan oleh stres psikologis.¹¹ Stres secara psikologis ini memberikan dampak yang lebih buruk dibandingkan dengan dampak secara fisik.¹² Bagi seorang remaja, penampilan sangat mempengaruhi rasa percaya diri. Akan tetapi, dengan adanya akne vulgaris dapat berdampak terhadap kehidupan remaja, mereka akan merasa kurang percaya diri serta mengalami perubahan dalam kemampuan berinteraksi dengan orang-orang disekitar mereka.¹³ Perubahan pada penampilan kulit akibat dari akne vulgaris juga akan menimbulkan rasa marah, takut, malu, cemas dan depresi.¹²

Kualitas tidur merupakan kepuasan seseorang terhadap tidur, dimana orang tersebut mudah untuk memulai tidur dan mempertahankan tidurnya. Kualitas tidur dapat digambarkan dengan lamanya waktu tidur serta rasa tidak nyaman saat tidur ataupun ketika bangun tidur.¹⁴ Kebutuhan jumlah tidur setiap orang berbeda-beda, menurut *American Academy of Sleep Medicine* orang dewasa rata-rata membutuhkan sekitar 7-8 jam tidur setiap malam. Remaja rata-rata membutuhkan

sekitar 9 jam tidur per malam dan anak-anak membutuhkan 9 jam tidur setiap malam atau lebih, tergantung pada usia mereka.¹⁵

Dalam beberapa penelitian menyatakan bahwa kurangnya waktu tidur dapat menurunkan konsentrasi kortisol pada pagi hari.¹⁶ Konsentrasi kortisol yang menurun pada pagi hari akan menyebabkan energi berkurang dikarenakan berkurangnya glukoneogenesis, kemampuan menangani stres akan berkurang dan akan lebih mudah terjadinya inflamasi karena peningkatan sitokin inflamasi.¹⁷ Pada penelitian sebelumnya membuktikan bahwa kualitas tidur yang baik dapat menghasilkan melatonin yang cukup, hormon melatonin dapat menginduksi tidur serta dapat meningkatkan kualitas tidur, selain itu hormon melatonin juga dapat menekan produksi hormon androgen. Apabila produksi hormon androgen tinggi, maka akan meningkatkan sekresi sebum oleh kelenjar sebacea sehingga akan menimbulkan akne vulgaris.¹⁸

Kualitas tidur dapat diukur menggunakan kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI), kuesioner ini dikembangkan oleh Buysse pada tahun 1988. Kuesioner PSQI telah digunakan di berbagai negara, pada awalnya kuesioner PSQI menggunakan bahasa Inggris. Namun, telah dikembangkan pula dalam bahasa Spanyol, Portugis, Jepang, Korea, Itali dan lainnya. Kuesioner PSQI mengukur kualitas tidur selama 1 bulan yang terdiri dari 19 pertanyaan dengan 7 komponen penilaian, yaitu kualitas tidur subjektif (*subjective sleep quality*), latensi tidur (*sleep latency*), durasi tidur (*sleep duration*), efisiensi kebiasaan tidur (*habitual sleep efficiency*), gangguan tidur (*sleep disturbance*), penggunaan obat tidur (*sleep medication*) dan disfungsi pada siang hari (*daytime dysfunction*).¹⁹ Kuesioner PSQI telah divalidasi oleh *University of Pittsburgh* dengan sensitivitas 89,6% dan spesifisitas 86,5%. Kuesioner ini telah diuji reliabilitas dengan nilai *cronbach's alpha* 0,83 dengan artian bahwa tujuh komponen penilaian tersebut telah reliabel.²⁰

Penelitian sebelumnya menyatakan terdapat hubungan yang bermakna antara kualitas tidur dengan tingkat keparahan akne vulgaris di SMAN 2 Sukoharjo.²¹ Hasil penelitian pada mahasiswa Fakultas Kedokteran USU angkatan 2013 menunjukkan terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan kejadian akne vulgaris.²² Hasil penelitian pada mahasiswa profesi dokter Fakultas Kedokteran

Universitas Andalas angkatan 2014 menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara kualitas tidur dengan kejadian akne vulgaris.⁹ Hasil penelitian pada siswa Madrasah Aliyah Shine Al-Falah menunjukkan hubungan yang sangat lemah antara variabel kualitas tidur dan derajat keparahan akne vulgaris, sedangkan untuk kuantitas tidur dan derajat keparahan akne vulgaris menunjukkan hubungan yang signifikan.²³ Bertentangan dengan ini, penelitian pada siswa SMA Yos Sudarso Batam menyatakan bahwa tidak ditemukan hubungan antara kualitas tidur dengan tingkat keparahan akne vulgaris.²⁴ Penelitian pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Undana menyatakan bahwa kualitas tidur tidak memiliki hubungan signifikan dengan tingkat keparahan akne vulgaris.²⁵

Penelitian dilakukan pada siswa kelas XII, karena prevalensi tertinggi akne vulgaris terjadi pada usia remaja. Perubahan jam tidur sering dialami oleh siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) terutama siswa kelas XII. Dengan jadwal yang padat, pembelajaran yang semakin berat serta ujian yang semakin banyak dapat meningkatkan tingkat stres siswa tersebut. Selain menuntut ilmu di sekolah, banyak dari siswa kelas XII yang belajar tambahan di luar sekolah sebagai persiapan ujian untuk masuk perguruan tinggi yang diinginkan. Dengan banyaknya aktivitas yang dilakukan sehingga mengakibatkan semakin sedikitnya jam untuk beristirahat. Kebiasaan tidur yang buruk inilah yang menjadi salah satu penyebab timbulnya akne vulgaris.

Tingkat kesulitan antar jurusan di SMA berbeda-beda. Suatu penelitian menyatakan terdapat perbedaan yang signifikan antara motivasi belajar siswa jurusan MIPA dan IPS, motivasi belajar siswa jurusan MIPA cenderung lebih tinggi daripada siswa jurusan IPS sehingga peneliti memilih jurusan MIPA sebagai populasi penelitian.²⁶

Bukittinggi merupakan kota dengan cuaca yang dingin sehingga peneliti dapat mengeliminasi faktor suhu yang menjadi perancu penyebab akne vulgaris. Bukittinggi dipilih peneliti sebagai tempat penelitian karena belum ada data sebelumnya mengenai akne vulgaris di kota tersebut dan untuk membandingkan apakah terdapat perbedaan hasil antara penelitian sebelumnya yang dilakukan di Padang dengan penelitian yang akan dilakukan di Bukittinggi. Penelitian ini akan

dilakukan di SMAN 2 Bukittinggi yang merupakan salah satu Sekolah Menengah Atas Negeri yang terletak di Jl. Jenderal Sudirman No. 5, Kota Bukittinggi, Provinsi Sumatera Barat. Peneliti memilih lokasi ini karena tidak ada data sebelumnya mengenai akne vulgaris di SMAN 2 Bukittinggi.

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan kualitas tidur dengan derajat keparahan akne vulgaris pada siswa kelas XII di SMAN 2 Bukittinggi.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan kualitas tidur dengan derajat keparahan akne vulgaris pada siswa kelas XII di SMAN 2 Bukittinggi?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menentukan hubungan kualitas tidur dengan derajat keparahan akne vulgaris pada siswa kelas XII di SMAN 2 Bukittinggi.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Menentukan kualitas tidur pada siswa kelas XII di SMAN 2 Bukittinggi.
- 2) Menentukan derajat keparahan akne vulgaris pada siswa kelas XII di SMAN 2 Bukittinggi.
- 3) Menentukan hubungan kualitas tidur dengan derajat keparahan akne vulgaris pada siswa kelas XII di SMAN 2 Bukittinggi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Menambah ilmu pengetahuan mengenai hubungan kualitas tidur dengan derajat keparahan akne vulgaris.

1.4.2 Bagi Ilmu Pengetahuan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan salah satu sumber informasi mengenai hubungan kualitas tidur dengan derajat keparahan akne vulgaris.

1.4.3 Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang hubungan kualitas tidur dengan derajat keparahan akne vulgaris.