

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Saat ini banyak orang sangat memperhatikan penampilan diri.¹ Penampilan yang baik akan membawa kesan yang baik pula kepada orang sekitar. Penampilan diri ini dapat diperoleh melalui berbagai macam perawatan. Salah satu perawatan yang sering dilakukan adalah perawatan kulit terutama pada kulit wajah. Kini tidak hanya perempuan, tetapi laki-laki pun menjaga kulit wajahnya. Masalah pada kulit wajah yang seringkali membuat orang resah adalah timbulnya akne vulgaris (AV) atau yang lebih dikenal sebagai jerawat.

AV merupakan masalah kulit yang disebabkan karena adanya inflamasi pilosebacea. AV bisa muncul sebagai suatu lesi non-inflamasi, lesi inflamasi, atau campuran dari keduanya. Umumnya AV mempengaruhi area wajah, tetapi bisa juga pada area dada maupun punggung.²

Sekitar 9,4% populasi dunia mengalami AV dengan prevalensi tertinggi pada remaja.³ Prevalensi akne vulgaris mencapai puncaknya pada periode remaja menengah hingga akhir, dengan lebih dari 85% remaja terpengaruh dan kemudian akan terus menurun.⁴ Menurut studi *Global Burden of Disease (GBD)*, AV mempengaruhi sekitar 85% dewasa muda berusia 12-25 tahun. Pada sebuah penelitian yang dilakukan di Inggris, Prancis dan Amerika Serikat, didapatkan bahwa AV merupakan bagian dari tiga kondisi kulit yang paling umum pada populasinya.⁵ Menurut penelitian yang dilakukan pada 6 kota yang berbeda di Tiongkok, prevalensi AV di usia remaja akhir lebih tinggi pada laki-laki, sedangkan prevalensi AV pada usia diatas 30 tahun lebih banyak terjadi pada perempuan.⁶ Diketahui terdapat 40-80% kasus AV di Asia Tenggara dan berdasarkan studi dermatologi kosmetika Indonesia, peningkatan AV terus terjadi pada tahun 2006, 2007, 2009 yaitu 60%, 80% dan 90% berturut-turut.⁷

Etiologi dari AV masih belum diketahui namun ada beberapa faktor yang diduga terlibat. Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Jepang, tiga faktor paling umum yang diyakini dapat memicu atau memperburuk AV adalah stres, kurang tidur, dan keringat.⁸ Faktor yang berperan penting menyebabkan AV dapat berupa genetik, kosmetik, hormon, makanan, stress, obat-obatan dan iklim/suhu/kelembaban.^{9,10}

Kualitas tidur berarti kepuasan seseorang terhadap tidur yang mengintegrasikan aspek inisiasi tidur, mempertahankan tidur, kuantitas tidur dan adanya penyegaran setelah bangun tanpa mengalami rasa ngantuk yang berlebihan.¹¹ Menurut *National Sleep Foundation (NSF)*, kualitas tidur yang baik harus mencakup setidaknya 85% waktu tidur dari total waktu saat beranjak ke tempat tidur, tertidur dalam waktu kurang dari sama dengan 30 menit, bangun tidak lebih dari 20 menit saat sudah tertidur dan bangun tidak lebih dari sekali per malam.¹²

Penelitian oleh Ago Harlim, dkk pada tahun 2020 menunjukkan bahwa mayoritas responden menderita AV sedang dengan kualitas tidur yang buruk.¹³ Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Dian Malahayati pada tahun 2018 menunjukkan sebanyak 82,3% dari total responden memiliki kualitas tidur yang buruk dengan mayoritas menderita AV ringan.¹⁴

Pada penelitian yang dilakukan Marlene, dkk pada tahun 2016 didapatkan responden sebanyak 92 orang. Hasil dari penelitian menunjukkan rata-rata responden memiliki kualitas tidur yang baik tetapi menderita AV, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara kualitas tidur dengan kejadian AV.¹⁵

Josephine, dkk (2018) melakukan penelitian terhadap 3 perusahaan di Semarang yang terdiri dari 97 orang pekerja laki-laki dan didapatkan mayoritas menderita AV sedang dengan predileksi AV terbanyak pada pipi. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 56 orang (93,3%) memiliki kualitas tidur buruk dan disertai AV, sehingga disimpulkan bahwa responden dengan kualitas tidur buruk memiliki risiko lebih besar menderita AV dibanding responden dengan kualitas tidur yang baik.¹⁶ Hasil serupa juga didapatkan pada penelitian sebelumnya oleh Eka, dkk (2020) yang dilakukan di Lampung terhadap mahasiswa FK yang di mana mayoritas responden

memiliki kualitas tidur buruk dan menderita AV. Maka hasil dari penelitian menyatakan terdapat hubungan yang bermakna antara kualitas tidur dengan kejadian AV.¹⁷

Kualitas tidur yang baik merupakan hal yang penting dan kesehatan kulit juga perlu diperhatikan. Kualitas tidur buruk dapat meningkatkan sitokin pro-inflamasi yang memicu peradangan.¹⁸ AV dapat terjadi karena adanya peradangan pada folikel pilosebacea. Selain itu, adanya gangguan kesehatan kulit juga dapat mengganggu kualitas hidup seseorang. Hingga saat ini, ada beberapa penelitian yang memang menunjukkan keterkaitan antara kualitas tidur dengan AV tetapi ada juga beberapa penelitian yang menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna. Di sisi lain, penelitian mengenai hubungan kualitas tidur dengan AV pada mahasiswa Universitas Pelita Harapan (UPH) juga masih terbatas. Maka dari itu, perlu dilakukan penelitian hubungan kualitas tidur dengan kejadian AV pada mahasiswa. Hal ini juga dapat sekaligus mengetahui jumlah mahasiswa yang menderita AV.

1.2. Rumusan Masalah

Telah dilakukan beberapa penelitian tentang hubungan kualitas tidur dengan AV. Namun, peneliti melihat ada penelitian yang memang menunjukkan adanya keterkaitan antara kualitas tidur dengan AV tetapi ada juga hasil penelitian yang menunjukkan tidak ada keterkaitan yang bermakna. Oleh karena itu, akan dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan antara kualitas tidur dengan kejadian akne vulgaris pada mahasiswa pra-klinik Fakultas Kedokteran UPH.

1.3. Pertanyaan Penelitian

- a. Apakah ada hubungan antara kualitas tidur dengan kejadian akne vulgaris pada mahasiswa pra-klinik Fakultas Kedokteran UPH.

1.4. Tujuan

1.4.1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara kualitas tidur dengan kejadian akne vulgaris pada mahasiswa pra-klinik Fakultas Kedokteran UPH.

1.4.2. Tujuan Khusus

1. Mengetahui jumlah mahasiswa pra-klinik Fakultas Kedokteran UPH yang menderita akne vulgaris.
2. Mengetahui gambaran kualitas tidur pada mahasiswa pra-klinik Fakultas Kedokteran UPH.
3. Mengetahui apakah ada hubungan antara kualitas tidur dengan kejadian akne vulgaris pada mahasiswa pra-klinik Fakultas Kedokteran UPH.

1.5. Manfaat

1.5.1. Manfaat Akademik

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi tambahan bagi peneliti lain yang ingin meneliti lebih lanjut untuk mendapatkan hasil yang lebih baik.

1.5.2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat membuka wawasan dan memberi informasi tambahan bagi para pembaca tentang hubungan kualitas tidur dengan akne vulgaris. Selain itu, penelitian ini juga dapat memberi informasi kepada responden penelitian mengenai gambaran kualitas tidurnya.