

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN AKNE PADA MAHASISWA JURUSAN KEPERAWATAN POLTEKKES SURAKARTA

Sri Yatmihatun

Kementerian Kesehatan Politeknik Kesehatan Surakarta Jurusan Akupunktur

Abstract: Acne, Diet. Acne vulgaris is a chronic inflammatory disease of the follicle pilosebaceous characterized by comedones, papules, pustules, nodules and often scars. Acne vulgaris is a common skin disease in which the pathogenesis is complex. A diet that is not good is the trigger factors and exacerbate acne occurrence. This study was a cross sectional study with a sample of 27 students of Department of Nursing Surakarta Health Polytechnic who meet the criteria. The data is the primary data collected by questionnaires. Data were analyzed by chi square test, with a significance level of $p < 0.05$.

Keywords: acne, diet

Abstrak: Akne, Pola Makan. Akne vulgaris adalah penyakit peradangan kronis dari folikel pilosebaceous yang ditandai dengan adanya komedo, papula, pustula, nodul dan sering dengan bekas luka. Akne vulgaris merupakan suatu penyakit kulit yang umum dengan patogenesis yang bersifat kompleks. Pola makan yang tidak baik merupakan faktor pencetus dan memperparah kejadian akne. Penelitian ini merupakan penelitian dengan rancangan cross sectional dengan sampel 27 mahasiswa Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Surakarta yang memenuhi kriteria. Data yang dikumpulkan merupakan data primer dengan pengisian kuesioner. Analisis data dilakukan dengan uji chi square, dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$.

Kata kunci: akne, pola makan

Akne (jerawat) merupakan masalah kesehatan kulit yang sangat sering dijumpai. Meskipun bukan yang paling sering, namun setidaknya seseorang lebih rentan terkena akne dibandingkan penyakit kulit lainnya dalam kurun masa hidupnya (Semyonov L, 2010). Akne mulai muncul dan ditemukan paling berat pada usia remaja, yaitu sekitar 14-18 tahun (Astuti, cigarette). Kelompok usia ini merupakan peralihan dari masa kanak-kanak ke dewasa, sehingga ditemukan bersama-sama dengan perubahan kondisi psikologis (IDAI). Kebutuhan untuk bersosialisasi dengan sesama menuntut

suatu kondisi ideal berupa wajah yang menarik, kulit yang bersih dan bebas dari kelainan yang mengganggu penampilan wajah (Ritvo). Adanya lesi akne, baik yang masih aktif atau berupa skar maupun hiperpigmentasi mempengaruhi penampilan, dan dengan demikian mempengaruhi kondisi mental penderitanya (Ritvo). Adanya stigma dalam masyarakat bahwa akne muncul akibat rendahnya higienitas kulit penderitanya membuat penderita akne merasa rendah diri, malu, depresif, frustrasi, dan menutup diri (preventing). Hal ini dapat mempengaruhi kehidupan sosial

penderitanya, termasuk dalam mencari pekerjaan maupun pasangan nantinya (Acne scarring, Ritvo). Para penulis menyajikan empat faktor utama patogenesis jerawat: produksi sebum oleh kelenjar sebaceous, penjajahan oleh folikel *Propionibacterium acnes*, perubahan dalam proses keratinisasi, dan pelepasan mediator inflamasi ke dalam kulit. Masing-masing proses tampaknya lebih kompleks dari sebelumnya diakui. Misalnya, kelenjar sebaceous mengatur fungsi endokrin kulit, mempengaruhi baik tindakan antibakteri langsung dan tidak langsung di kulit (Thiboutot D et al., 2009).

Terapi yang efektif untuk akne menargetkan satu atau lebih jalur dalam patogenesis akne (persisten) Dengan demikian, terapi kombinasi akan memberikan hasil yang lebih baik dibandingkan terapi tunggal (management, Kircik) Dalam dunia medis modern, terapi akne terutama dibagi ke dalam tiga kelompok, yaitu medikamentosa topikal, sistemik, dan manipulasi lesi (pembedahan maupun laser). Dalam tulisan ini, hanya akan dibahas mengenai medikamentosa topikal dan sistemik.

Akupunktur pengobatan acne vulgaris moderat dikaitkan dengan pengurangan lesi inflamasi dan peningkatan kualitas hidup (Son BK, Yun Y, Choi IH., 2010). Di China kuno, akne dikenal sebagai “komedo” (fenci), “kantong kulit wajah” (mian pi bao), “komedo arak” (jiu ci), dsb. Sebutan ini bahkan sudah ada semenjak sebelum dinasti Tang (abad ke-8 M). TCM menganggap bahwa akne disebabkan oleh berbagai faktor, seperti gangguan pada qi paru-paru dan serangan patogen angin-panas dari eksternal; pola makan yang cenderung ke arah makanan yang terlalu

berlemak, manis atau pedas; konstitusi tubuh yang cenderung mengarah pada hiperaktivitas Yang; depresi qi hati yang menyebabkan stagnasi qi; maupun adanya defisiensi Yin ginjal (zhuanbing).

Jurusan Keperawatan Poltekkes Surakarta memiliki 480 mahasiswa dengan usia antara 18 s/d 22 tahun yang terdiri Laki-laki 15 % Perempuan 85 % yang berasal dari berbagai daerah baik dari dalam kota, luar kota/ daerah, dan juga luar Jawa sehingga mempunyai karakter yang berbeda-beda juga. Jumlah Mahasiswa yang sering berjerawat/ akne pada Jurusan Keperawatan 27 mahasiswa. (Jurusan Keperawatan Poltekkes Surakarta, 2013)

Berdasar data tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai efektivitas terapi akupunktur untuk penanganan lesi akne pada mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Surakarta.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian Kuasi Eksperimen yang menjelaskan hubungan kausal antar variabel dan menguji hipotesis yang telah dirumuskan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menggambarkan efektifitas terapi akupunktur terhadap penurunan lesi akne pada mahasiswa Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Surakarta.

Rancangan dalam penelitian ini adalah pra-eksperimen dengan model rancangan “One Group Pretest-Posttest” tanpa adanya kelompok kontrol secara terpisah. Dengan rancangan berikut ini:

Group	Pretest	Treatment	Posttest
-------	---------	-----------	----------

I : O1 X 1 O2

Keterangan :

I : Kelompok perlakuan

O1: Pre test lesi akne

O2: Post test lesi akne

X 1: perlakuan terapi akupunktur

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil uji Chi Square Fisher Exact didapatkan p Value=0,103 ($\alpha=0,05$) sehingga H_0 ditolak dan dikatakan tidak ada hubungan antara kejadian akne dan pola makan. Hasil uji Chi Square Fisher Exact dijelaskan pada tabel 1.

Tabel 1.
Hasil Uji Chi Square

	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Fisher's Exact	.103	.052

Berdasarkan hasil uji statistik faktor resiko akne diperoleh Odd Ratio sebesar 2,875 yang artinya orang dengan pola makan yang baik maupun tidak baik memiliki resiko timbul akne sebesar 2,875 kali. Hasil hitung Odd Ratio berada antara 0,948 dan 8,717 yang artinya hasil hitung memiliki tingkat kepercayaan 95%. dapat dijelaskan pada tabel 2.

Tabel 2.
Hasil Odd Rasio

	Risk Estimate Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
Pola Makan	2.875	.948	8.717
For cohort Status Akne	1.625	1.003	2.633
For cohort Status Akne	.565	.292	1.093

PEMBAHASAN

Pada hasil uji statistik menunjukkan bahwa hasil p

Value=0,103 yang berarti lebih besar dari pada α (0,05) menunjukkan tidak ada hubungan antara kejadian akne dengan pola makan. Kondisi ini bisa terjadi karena jumlah responden yang menunjukkan pola makan tidak baik dan tidak mengalami akne cukup besar yaitu 26,7%. Begitu juga pada responden yang mengalami akne tetapi memiliki pola makan yang baik, sebanyak 11,7%. Pada responden dengan pola makan yang baik tapi tetap mengalami akne bisa disebabkan karena faktor yang lain seperti hormonal, emosi atau faktor yang lain yang tidak dapat dikendalikan dalam penelitian ini. Sedangkan pada responden dengan pola makan tidak baik tetapi tidak mengalami akne bisa disebabkan porsi makan makanan manis, pedas, berminyak yang tidak banyak dan konsumsi sayur, buah dan air putih yang cukup sehingga tidak memicu terbentuknya akne, selain itu kondisi emosional yang baik, keseimbangan hormonal yang baik, serta tidak adanya faktor pencetus lainnya yang mengakibatkan terjadinya akne. Kondisi tersebut memungkinkan resiko terjadinya akne baik pada responden dengan pola makan yang baik maupun yang tidak baik.

Mahasiswa keperawatan adalah responden yang cukup faham terhadap masalah kesehatan sehingga pengaturan makan harian sudah menjadi perhatian. Hal-hal tersebut diatas dapat dimungkinkan menjadi penyebab masih kontroversialnya hubungan pola makan dengan kejadian akne. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menemukan bahwa pengaruh makanan terhadap terjadinya akne vulgaris masih menjadi perdebatan para ahli. Namun, kebanyakan penderita masih berpendapat bahwa makanan

sebagai penyebab atau faktor memperburuk akne vulgaris (Magin et al, 2006).

Menurut Rezakovic S (2012) meskipun ada bukti adanya pengaruh diet dengan akne, hubungan ini harus lebih dievaluasi karena adanya perbedaan pada individu terkait faktor yang juga berperan pada perkembangan akne. Hal senada juga disampaikan oleh Scheinfeld NS (2007) yang menyatakan bahwa hubungan antara diet dengan eksaserbasi akne masih kontroversial. Kejadian akne mungkin bisa lebih dikaitkan dengan faktor yang lain seperti pemakaian obat-obatan, merokok, kosmetik, hormonal, stress psikis maupun genetik.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan sebagai berikut tidak ada hubungan antara kejadian akne dan pola makan pada mahasiswa jurusan keperawatan Politeknik Kesehatan Surakarta. Mahasiswa dengan pola makan baik maupun yang tidak baik masing-masing memiliki resiko terjadi akne vulgaris. Dengan tersebut disarankan penelitian selanjutnya untuk memperbanyak sampel penelitian, mengendalikan faktor-faktor lain yang mempengaruhi kejadian akne, dan memperjelas penentuan kelompok kasus dan kelompok control.

DAFTAR RUJUKAN

Astuti DW, Suryaatmadja L (2011). Hubungan Antara Menstruasi dengan Angka Kejadian Akne Vulgaris pada Remaja. Semarang: Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. Karya Tulis Akhir.

IDAI. Overview Adolescent Health Problems and Services. <http://www.idai.or.id/remaja/print.asp?q=20099>, © 2009 (Diakses 2 Juni 2012)

Kircik L. Combination therapy considerations in acne vulgaris. in Tanghetti EA, Eichenfield LF, Kircik L, Turner J. (2006). Emerging Insights and New Therapeutic Opportunities: Acne and Atopic Dermatitis. A Supplement To Skin & Allergy News, Kauai (Hawaii): 6-7. (Produced in affiliation with the 30th Annual Hawaii Dermatology Seminar).

Scheinfeld NS. Acne: a review of diagnosis and treatment. P&T. Vol. 32 No. 6. June 2007: 340-350.

Semyonov L (2010). Acne as a public health problem. Italian J Publ Health. Year 8, Volume 7, Number 2: 112-114.

Thiboutot DM, Knaggs H, Gilliland K, Hagari S. (1997). Activity of type 1 5 α -reductase is greater in the follicular infundibulum compared with the epidermis. Brit J Dermatology; 136: 166-171.