

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah fase dimana sosok individu mengalami proses perubahan baik secara fisik, biologis, psikologis maupun sosial. Fase ini merupakan suatu proses penting terutama dalam pematangan fungsi seksual dan membangun kepercayaan diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, lingkungan kerja dan sekitarnya (Simanjuntak, 2009). Seorang remaja akan mulai memperhatikan dan mencemaskan perubahan yang terjadi pada dirinya terutama penampilan fisik mereka. Perubahan fisik yang menimbulkan dampak besar pada masa remaja adalah mulai munculnya akne terutama pada wajah (Safitri *et al.*, 2010).

Prevalensi akne pada masa remaja cukup tinggi, yaitu berkisar antara 47-90%. Pada penelitian yang dilakukan di Brazil dari 2200 remaja laki-laki berusia 18 tahun didapatkan 76% menderita akne vulgaris (Isaacsson *et al.*, 2014). Sedangkan di Prancis dari 852 remaja berusia 12-25 tahun didapatkan 66,2 % menderita akne vulgaris (Poli *et al.*, 2011). Di Indonesia sendiri berdasarkan penelitian yang dilakukan di kota Palembang, dari 5204 subjek didapatkan prevalensi umum akne vulgaris sebanyak 68,2% (Tjekyan, 2008).

Timbulnya akne pada masa remaja sering membuat hidup menjadi kurang menyenangkan. Remaja merupakan kelompok umur yang paling tidak siap dengan dampak psikologis yang timbul karena akne. Akne paling sering muncul pada bagian wajah, dimana wajah merupakan bagian penting dalam pengembangan citra diri. Pada masa akne muncul seorang remaja akan merasa kurang percaya diri terhadap lingkungan pergaulan mereka sehingga kehidupan sosial mereka akan terganggu (Ichsan *et al.*, 2008).

Akne vulgaris merupakan penyakit *swasirna* pada folikel pilosebacea yang sering terjadi pada remaja. Pada sebagian besar kasus akne terdapat berbagai bentuk gambaran lesi *pleimorfik*, yang terdiri dari komedo, papula, pustula, dan nodul. Meskipun akne termasuk dalam penyakit kulit yang dapat sembuh sendiri

tetapi munculnya kembali gejala dan lesi dapat terjadi sepanjang hidup, dengan bekas luka berlubang atau hipertrofi (Zaenglein *et al.*, 2008).

Hasil studi epidemiologi akne vulgaris di Jepang pada tahun 2010 menyatakan bahwa tiga faktor yang paling sering memicu timbulnya akne adalah stres, kurang tidur dan keringat. Faktor-faktor yang juga berperan penting dalam terjadinya akne pada remaja adalah makanan, kosmetik, dan peningkatan hormon androgen (Sofiani, 2012). Hormon androgen berperan penting pada timbulnya akne, androgen akan meningkatkan ukuran kelenjar sebacea dan merangsang produksi sebum, selain itu juga merangsang proliferasi keratinosit (Movita, 2013). Faktor lain seperti usia, ras, familial, dan iklim secara tidak langsung dapat memacu peningkatan proses patogenesis akne (Wasitaatmadja, 2009).

Tidur terlalu larut malam diperkirakan dapat menyebabkan meningkatnya aktivitas hormon androgen. Hormon androgen berperan penting dalam regulasi mekanisme produksi sebum. Produksi sebum yang berlebihan akan menyebabkan kulit menjadi sangat berminyak, kulit yang berminyak cenderung lebih mudah memicu terjadinya akne dibanding kulit normal dan kulit kering (Do *et al.*, 2008).

Tidur merupakan sesuatu yang diperlukan tubuh sebagaimana makanan dan udara yang memiliki efek baik pada jiwa dan raga. Pada waktu tidur malam, mulai jam 22.00 WIB - 06.00 WIB terjadi proses regenerasi kolagen, selain itu pada jam 23.00 WIB - 02.00 WIB terjadi sekresi peningkatan hormon kortisol tubuh, dan setelah itu menurun dan kembali meningkat pada jam 08.00 WIB (Tan *et al.*, 2007).

Aktivitas dan tuntutan akan tugas-tugas kuliah agar terselesaikan dengan tepat waktu memang suatu kewajiban bagi seorang mahasiswa. Tidak sedikit mahasiswa yang pada akhirnya sering tidur larut malam (Wuryani, 2009). Kurang tidur dapat menyebabkan peningkatan faktor-faktor inflamasi, penurunan imunitas tubuh, memicu resistensi insulin dan peningkatan level stress (Tan *et al.*, 2007). Penelitian Sofiani (2012) menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara tidur larut malam dengan timbulnya akne vulgaris.

Prevalensi akne yang masih tinggi dan penyebab munculnya akne yang multifaktor serta dampak psikologis yang timbul karena akne pada remaja

membuat peneliti tertarik untuk meneliti mengenai hubungan tidur larut malam terhadap munculnya akne vulgaris pada mahasiswa putra Pesantren International K.H Mas Mansyur UMS, karena kecenderungan mahasiswa memiliki kebiasaan tidur larut malam. Disamping itu Pesantren International K.H Mas Mansyur UMS merupakan asrama mahasiswa yang cukup besar dan padat penghuninya, sehingga sampel yang lebih besar bisa didapatkan.

B.Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara tidur larut malam dengan timbulnya akne vulgaris pada mahasiswa putra Pesantren International K.H Mas Mansyur UMS?

C.Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tidur larut malam terhadap timbulnya akne vulgaris pada mahasiswa putra Pesantren International K.H Mas Mansyur UMS.

D.Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dapat menambah wawasan khususnya tentang hubungan tidur larut malam terhadap timbulnya akne vulgaris.

2. Manfaat Aplikatif

- a. Dapat menjadi acuan bagi pencegahan akne vulgaris.
- b. Diharapkan dapat digunakan sebagai pertimbangan untuk penelitian selanjutnya.