



TINGKAT STRES, KEBIASAAN MAKAN, SIKLUS MENSTRUASI DAN KETERHUBUNGANYA DENGAN TINGKAT KEPARAHAN ACNE VULGARIS PADA MAHASISWI

Meitha Natalia Sumampouw¹, Aldi Andreas Bawoel S.Kep², Yetslince Naomi Lantemona³,
Frendy Fernando Pitoy⁴

^{1,2,3,4}Profesi Ners Fakultas Keperawatan Universitas Klabat, Airmadidi

Corresponding author: frendypitoy@unklab.ac.id

ABSTRAK

Stres adalah suatu keadaan ketegangan yang berpengaruh pada emosional, proses berpikir, dan kondisi seseorang. Kondisi stres dapat menyebabkan individu mengalami perubahan hormonal yang mengarah pada pemilihan makanan yang salah dan mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur. Hal tersebut dapat mengakibatkan peningkatan hormon androgen dan produksi sebum yang berlebihan sehingga memicu terjadinya akneseriasi *acne vulgaris*. Tingginya tuntutan perkuliahan pada mahasiswa akan menjadi salah satu faktor yang tidak dapat dihindari oleh mahasiswa dalam terjadinya *acne vulgaris*. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres, kebiasaan makan, dan siklus menstruasi dengan tingkat keparahan *acne vulgaris* pada mahasiswi Profesi Ners Universitas Klabat. Metodologi yang digunakan adalah desain korelasi deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Teknik *sampling* yang digunakan yaitu *total sampling* dengan jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 92 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat stres sangat berat 84 (91.3%), kebiasaan makan baik 61 (66.3%), siklus menstruasi teratur 65 (70.7%) dan tingkat keparahan *acne vulgaris* ringan 86 (93.5%). Hasil uji bivariat dengan menggunakan rumus *spearman's rho* dan *Mann-Whitney* menemukan tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres ($p=0.513$; $r=-0.069$), kebiasaan makan ($p=0,966$; $r=-0.005$) dan siklus menstruasi ($p=0.084$) dengan tingkat keparahan *acne vulgaris* pada mahasiswi Profesi Ners di Universitas Klabat. Direkomendasikan bagi mahasiswa Profesi Ners untuk dapat menurunkan tingkat stres yang dirasakan dengan cara melakukan kegiatan secara berkelompok. Juga para mahasiswa dapat mempertahankan kebersihan kulit agar terhindar dari *acne vulgaris*.

KATA KUNCI: *Acne vulgaris*, Tingkat Stres, Kebiasaan Makan, Siklus Menstruasi

ABSTRACT

Stress is defined as a state of tension that affects an individual's emotional state, cognitive processes, and overall condition. Hormonal changes resulting from stressful conditions can lead to an inclination towards unhealthy dietary choices and irregular menstrual cycles. This can result in an increase in androgen hormones and excessive sebum production, which in turn can lead to the development of acne vulgaris. The rigorous demands of academic lectures are a significant contributing factor to the occurrence of acne vulgaris among students. The objective of this study was to ascertain the correlation between stress levels, dietary habits, and the menstrual cycle with the severity of acne vulgaris in Ners Professional students at Universitas Klabat. The methodology employed was a descriptive correlation design with a cross-sectional approach. The sampling technique employed was total sampling, with a total of 92 individuals included in the study. The findings indicated that the majority of students exhibited elevated stress levels 84 (91.3%), commendable dietary habits 61 (66.3%), regular menstrual cycles 65 (70.7%), and mild acne vulgaris severity 86 (93.5%). The results of the bivariate tests, which employed the Spearman's rho and Mann-Whitney formulas, revealed no statistically significant correlation between stress levels ($p=0.513$; $r=-0.069$), eating habits ($p=0,966$; $r=-0.005$), and menstrual cycles ($p=0.084$) with the severity of acne vulgaris in Ners Professional students at Universitas Klabat. It is recommended that Ners Professional students engage in group activities to mitigate stress levels. In addition, students can maintain proper skin hygiene to prevent the development of acne vulgaris.

KEYWORDS: *Acne vulgaris, Dietary Habits, Menstrual Cycle, Stress Levels*



PENDAHULUAN

Acne vulgaris biasa disebut jerawat merupakan kelainan pada kulit berupa peradangan pada unit pilosebaceus. Penyakit ini menyerang bagian kelenjar sebacea padat pada area wajah, dada, serta punggung bagian atas self limited, dengan penyebab multifaktorial (Murlistyarini, 2019). Dilihat dari patogenesis *acne vulgaris*, perubahan hormonal dapat mempengaruhi produksi sebum dan menyebabkan permukaan kulit wajah mengalami komedo serta sel inflamasi (Sibero, Sirajudin, & Anggraini, 2019).

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) didapatkan bahwa 20% wanita memiliki jerawat parah. Diketahui bahwa 12% dari pada wanita berusia 25 tahun mengalami masalah jerawat dan pada usia 45 tahun 5% wanita masih mengalami masalah jerawat. Kejadian *acne vulgaris* sering terjadi pada wanita dengan rentang usia 14-17 tahun. Lesi utama yang timbul akibat *acne vulgaris* adalah komedo, papul dan dapat dijumpai pula lesi meradang (Ikatan Dokter Indonesia (IDI), 2017). Di Indonesia, *acne vulgaris* merupakan penyakit kulit yang umum terjadi sekitar 85% hingga 100%. Berdasarkan penelitian di Poliklinik Kulit Rumah Sakit Indera Provinsi Bali didapati sebanyak 59,1% pasien yang menderita *acne vulgaris* adalah pelajar sekolah menengah dan mahasiswa (Wibawa & Winaya, 2019).

Acne vulgaris bisa terjadi di seluruh dunia dan pada siapa saja dengan berbagai faktor penyebab. Khususnya pada Wanita, *acne vulgaris* dapat terjadi akibat stres yang berlebihan, kebiasaan makan yang tidak sehat, dan siklus menstruasi yang tidak normal (Anugoro & Wulandari, 2012; Manurung, 2017; dan Hafianty et al, 2021). Pengaruh makanan terhadap keparahan akne masih merupakan kontroversi selama bertahun-tahun. Beberapa makanan tertentu akan berpengaruh terhadap *acne vulgaris* melalui beberapa mekanisme (Murlistyarini, 2019). Nutrisi dipercaya menyebabkan atau memperburuk *acne vulgaris* selama bertahun-tahun (Claudel et al 2018). Pengaruh nutrisi pada kesehatan kulit merupakan area penelitian yang berkembang tetapi temuan berbagai penelitian tentang pengaruh makanan terhadap perkembangan *acne vulgaris* sering kali bertentangan. Di antara dua posisi yang

berlawanan terkait makanan adalah atau faktor kunci untuk perkembangan *acne vulgaris* (Paoli et al, 2012).

Ulfah (2020) mengemukakan bahwa penyebab *acne vulgaris* belum dapat dipastikan dengan jelas. Adapun beberapa faktor yang dapat menyebabkan *acne vulgaris* pada mahasiswa khususnya wanita yaitu hormonal akibat adanya siklus menstruasi dan faktor stres. Stres dapat meningkatkan hormon androgen dari organ adrenal dan meningkatkan produksi sebum (Hafianty et al., 2021). Pada respon terhadap stres, terjadi aktivasi aksis *Hypothalamic Pituitary Adrenal* (HPA) yang menyebabkan pengeluaran *Adrenocorticotropic hormone* (ACTH), *Melanocyte-stimulating hormone* (MSH), dan sitokin sehingga mengakibatkan disregulasi aksis HPA dan steroidogenesis lokal (Ogé et al., 2019). Penemuan tersebut menegaskan bahwa disregulasi ini berperan dalam perkembangan inflamasi gangguan pilosebaceus termasuk *acne vulgaris*.

Ketidakstabilan hormone dalam tubuh bisa berpengaruh dalam siklus menstruasi. Menurut Manurung (2017) stress dapat mempengaruhi siklus menstruasi, karena stress mempengaruhi jumlah hormon progesterone dalam tubuh. Jumlah hormon terlalu banyak inilah yang bisa menyebabkan peningkatan produksi sebum yang mengarah pada terjadinya kejadian *acne vulgaris*.

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa mahasiswa, didapati bahwa 4 orang dari 10 mahasiswa mengalami jerawat bagian dahi dan pipi. Sebagian besar dari mahasiswa didapati memiliki kebiasaan makan yang kurang baik seperti suka makan gorengan dan makanan tinggi glikemik lain. Para mahasiswa juga mengatakan bahwa memiliki beban berat dalam mengerjakan tugas-tugas akademik sampai-sampai mereka mengalami menstruasi yang tidak teratur. Berdasarkan tinjauan latar belakang masalah yang telah ditemukan pada pembahasan sebelumnya, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres, kebiasaan makan, dan siklus menstruasi

dengan tingkat keparahan *acne vulgaris* pada mahasiswi.

MATERIAL DAN METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif korelasi. Rancangan penelitian deskriptif korelasi adalah mengkaji hubungan antara dua variabel (Carsel, 2018). Penelitian ini memakai pendekatan *cross-sectional* di mana tingkat stres, kebiasaan makan, siklus menstruasi dengan tingkat keparahan *acne vulgaris* pada mahasiswi di ukur secara bersamaan. Peneliti menggunakan analisis data *spearman rho* untuk mengukur hubungan antara tingkat stres dan kebiasaan makan dengan keparahan *acne vulgaris*, dan rumus *Mann-Whitney* untuk siklus menstruasi dengan keparahan *acne vulgaris* karena distribusi data tidak normal. Peneliti juga menggunakan rumus frekuensi dan persentase untuk mengetahui distribusi frekuensi data responden.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswi Profesi Ners Fakultas Keperawatan Universitas Klabat tahun ajar 2023/2024 semester 1 dan 2. Peneliti menggunakan total sampling dalam teknik pemilihan sampel yang berjumlah 92 orang mahasiswa perempuan Profesi Ners Universitas Klabat.

Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat stres adalah *Perceived Stress Scale* (PSS-10) yang dibuat oleh Cohen et al (1983) dan telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia serta dilakukan uji reliabilitas kuesioner dengan nilai *cronbach alpha* sebesar 0,98 oleh Prasetya et al (2019) yang terdiri dari 10 pertanyaan. Soal dalam PSS-10 ini akan menanyakan tentang perasaan dan pikiran responden dalam 1 bulan terakhir. Cara penilaian adalah tidak pernah diberi nilai 0, hampir tidak pernah 1, kadang-kadang 2, cukup sering 3 dan terlalu sering 4. Kuesioner PSS-10 diperoleh dengan cara penjumlahan skor dari setiap pengisian kuesioner dari tiap

responden, dan di kategorikan dalam lima bagian yaitu skor 0-7 kategori stres normal, 8-11 stres ringan, 12-15 stres sedang, 16-20 stres berat, dan ≥ 21 stres sangat berat.

Untuk menilai kebiasaan konsumsi makanan peneliti mengadopsi kuesioner *Adolescent Food Habits Checklist* (AFHC) yang dirancang oleh Johnson et al, (2002) dan telah di alihbahasakan oleh Puspawati & Briawan (2014) dengan nilai uji reliabilitas *cronbach's alpha* 0.82. Terdapat 23 pertanyaan yang telah diisi oleh responden dengan sembilan diantaranya memiliki pilihan tambahan yaitu 'pernyataan tersebut tidak berlaku pada saya'. Jika jawaban subjek dianggap sehat maka subjek akan menerimasatu poin (jawaban 'tidak' untuk pernyataan nomor 3, 8, 14, 18, 21, dan jawaban 'ya' untuk sisa pernyataan dalam kuesioner AFHC). Setelah skor didapatkan, maka keseluruhan skor responden dihitung dan dibagi dengan total responden, hasil *mean* yang didapatkan menentukan nilai klasifikasi. Nilai *mean* dalam penelitian ini 10. Setelah nilai didapatkan, maka dilakukan pengkategorian kebiasaan makan menjadi baik (≥ 10) dan kurang baik (< 10) (Johnson et al, 2002).

Untuk mengukur Variabel siklus menstruasi menggunakan kuesioner yang dibuat oleh Pangestu et al (2021). Siklus menstruasi terdiri dari 1 pertanyaan yang dikategorikan menstruasi teratur dan tidak teratur. Siklus menstruasi yang teratur normalnya berkisar 21-35 hari sedangkan yang tidak teratur merupakan penyimpangan dari siklus yang normal (Osayande, 2014).

Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat keparahan *acne vulgaris* adalah berupa lembar observasi *Global Acne Grading System* yang dirancang oleh Doshi et al (1997) dan diterjemahkan oleh Ramli et al (2012). Pengukuran kuesioner GAGS dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Kuesioner GAGS

Lokasi	Faktor (f)	Severity (s)	Tingkat keparahan (f x s)
Dahi	2	0= kosong	Ringan= 1-18
Pipi kanan	2	1= komedo	Sedang= 19-30
Pipi kiri	2	2= papul	Berat= 31-38
Hidung	1	3= pustule	Sangat berat= ≥ 39
Dagu	1	4= nodul	
Dada dan punggung	3		



Proses pengumpulan data diawali dengan meminta persetujuan dari para responden, dan setelah responden menyetujui, maka peneliti menjelaskan tata cara pengisian kuesioner, setelah responden mengerti maka diberikan waktu untuk mengisi kuesioner. Untuk pengisian kuesioner tingkat keparahan *acne vulgaris* peneliti melakukan observasi dan peneliti yang mengisi lembar observasi tersebut. Setelah selesai mengisi kuesioner, peneliti mengucapkan terimakasih dan melanjutkan ke tahap selanjutnya yaitu pengolahan data. Pengolahan data dilakukan di aplikasi *Statistical Product and Service Solutions* (SPSS) No. 21. Diawali dengan proses koding data di Ms Excel dan data yang telah di koding akan di masukkan di SPSS.

HASIL

Hasil distribusi tingkat stres pada mahasiswa Profesi Ners di Universitas Klabat dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2 Gambaran tingkat stres

Kategori	Frekuensi	Persentase
Stres sedang	2	2,2
Stres berat	6	6,5
Stres sangat berat	84	91,3
Total	92	100.0

Pada tabel 2 di peroleh data sebagian besar mahasiswa Profesi Ners di Universitas Klabat pada tahun ajaran 2023/2024 berada pada kategori stres sangat berat. Data menunjukkan pada kategori stres sangat berat terdapat 84 (91,3%) responden, stres berat 6 (6,5%) responden, dan stres sedang 2 (2,2%) responden.

Hasil distribusi kebiasaan makan pada mahasiswa Profesi Ners di Universitas Klabat dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3 Gambaran kebiasaan Makan

Kategori	Frekuensi	Persentase
Kebiasaan Kurang Baik	31	33.7
Kebiasaan Baik	61	66.3
Total	92	100.

Table 3 menjelaskan mengenai gambaran kebiasaan makan pada 92 responden mahasiswa Profesi Ners Fakultas Keperawatan Universitas Klabat. Didapati bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki kebiasaan makan yang baik dengan jumlah 61 (66.3%) responden, dan kebiasaan makan yang kurang baik dengan 31 (33.7%) responden. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa Profesi Ners berada pada kategori kebiasaan makan yang baik.

Hasil distribusi siklus menstruasi pada mahasiswa Profesi Ners di Universitas Klabat dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4 Gambaran siklus menstruasi

Kategori	Frekuensi	Persentase
Siklus menstruasi teratur	65	70,7
Siklus menstruasi tidak teratur	27	29,3
Total	92	100

Berdasarkan hasil yang ditunjukkan pada tabel 3, ditemukan bahwa sebagian besar mahasiswa Profesi Ners Universitas Klabat mempunyai siklus menstruasi yang teratur. Data menunjukkan terdapat 65 orang mahasiswa yang memiliki siklus menstruasi teratur, dan 27 orang yang memiliki siklus menstruasi tidak teratur.

Hasil distribusi data tingkat keparahan *acne vulgaris* pada mahasiswa Profesi Ners di Universitas Klabat dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 5 Gambaran tingkat keparahan *acne vulgaris*

Kategori	Frekuensi	Persentase
Acne ringan	86	93,5
Acne sedang	6	6,5
Acne berat	0	0,0
Acne sangat berat	0	0,0
Total	92	100

Pada tabel tiga di peroleh data sebagian besar mahasiswa Profesi Ners Universitas Klabat pada tahun ajaran 2023/2024 berada pada kategori *acne vulgaris* ringan. Data menunjukkan pada kategori acne ringan



terdapat 86 (93,5%) responden, selanjutnya terdapat *acne vulgaris* sedang dengan jumlah 6 (6,5%) responden, sedangkan untuk kategori *acne vulgaris* berat dan *acne vulgaris* sangat berat tidak tererdapat pada responden.

Hasil uji analisis bivariat tingkat stres dan tingkat keparahan *acne vulgaris* pada mahasiswa Profesi Ners di Universitas Klabat dapat dilihat pada tabel 6.

Tabel 6 Hasil uji bivariat tingkat stres dan tingkat keparahan *acne vulgaris*

Uji Spearman's rho		
Tingkat Stres dan Tingkat Keparahan <i>Acne vulgaris</i>	<i>Correlation Coefficient</i>	-
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	0,069
	N	92

Berdasarkan hasil uji bivariat menggunakan rumus *spearman's rho* diperoleh nilai signifikansi atau *p-value*= 0,513 > 0,05. Hasil tersebut memiliki arti bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan tingkat keparahan *acne vulgaris* pada mahasiswa Profesi Ners di Universitas Klabat.

Hasil uji analisis bivariat kebiasaan makan dan kejadian *acne vulgaris* pada mahasiswa Profesi Ners dapat dilihat pada tabel 7.

Table 7 Hasil uji bivariant kebiasaan makan dan Tingkat keparahan *acne vulgaris*

Uji Spearman's rho		
Kebiasaan Makan dan <i>Acne vulgaris</i>	<i>Correlation Coefficient</i>	-.005
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	0,966
	N	92

Berdasarkan uji bivariant menggunakan rumus *Spearman's rho* diperoleh nilai signifikansi atau *p-value*=0,513 > 0.05. hasil tersebut

memiliki arti bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan makan dan *acne vulgaris* pada mahasiswa proners di Universitas Klabat.

Hasil uji analisis bivariat siklus menstruasi dan kejadian *acne vulgaris* pada mahasiswa Profesi Ners dapat dilihat pada tabel 8.

Tabel 8 Hasil uji bivariat siklus menstruasi dan kejadian *acne vulgaris* vulgaris

Uji Mann-Whitney		
Siklus Menstruasi dan <i>Acne vulgaris</i>	Mann-Whitney U	676.500
	Wilcoxon W	1054.500
	Z	-1.728
	Asymp. Sig. (2-tailed)	.084

Dari hasil uji bivariat menggunakan rumus Mann-Whitney diperoleh hasil 0.084>0.05 yang mana menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara siklus menstruasi dengan kejadian *acne vulgaris*.

PEMBAHASAN

Hasil analisis data menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan tingkat keparahan *acne vulgaris* pada mahasiswa Profesi Ners di Universitas Klabat. Hasil yang ditemukan tidak signifikan dapat didukung oleh distribusi data pada tabel tabulasi silang, seperti yang ditunjukkan pada tabel 9.

Hasil yang tidak signifikan dibuktikan dengan angka penyebaran *acne vulgaris* pada tabel 9, yang mana terdapat 86 (93,5%) responden pada kategori *acne vulgaris* ringan dengan tingkat stres yang berbeda-beda. Data tersebut menunjukkan responden dengan tingkat stres dalam kategori apapun memiliki tingkat keparahan *acne vulgaris* ringan dan sedang.

Tabel 9 Tabulasi silang tingkat stres dan tingkat keparahan *acne vulgaris*.

Tingkat Stres	<i>Acne vulgaris</i>				Total	
	Acne Ringan		Acne Sedang		N	%
	N	%	N	%		
Stres Sedang	1	50%	1	50%	2	100%
Stres Berat	5	83,3%	1	16,7%	6	100%
Stres Sangat Berat	80	95,2%	4	4,8%	84	100%
Total	86	93,5%	6	6,5%	92	100%



Keadaan stres membuat seseorang terkena *acne vulgaris*, maka terjadilah kerusakan di dinding folikel dan akan terjadi peradangan (Alanazi et al., 2018). Dalam kondisi stres risiko terkena *acne vulgaris* akan menjadi lebih tinggi (Jovic et al., 2017). Apalagi dalam kasus sebagai mahasiswa profesi ners, yang dibebankan dengan jadwal praktek yang padat dan tuntutan akademik yang tinggi dapat membuat mahasiswa terbebani, pola tidur menjadi kacau, sehingga akhirnya mahasiswa merasa tertekan dan stres (Tendean et al., 2022). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Aini et al (2023) pada mahasiswa Fakultas Kedokteran di Universitas Islam Bandung, diperoleh $p\text{-value} = 0,393 > 0,05$ artinya tidak

ada hubungan stres dengan kejadian *acne vulgaris*. Juga dalam penelitian yang dilakukan oleh Author et al (2023) pada mahasiswa Fakultas Kedokteran di Universitas YARSI, didapati $p\text{-value} = 0,452 > 0,05$ artinya tidak ada hubungan stres dengan timbulnya *acne vulgaris* pada mahasiswa.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan makan dengan tingkat keparahan *acne vulgaris* pada mahasiswa Profesi Ners di Universitas Klatat. Hasil yang ditemukan tidak signifikan dapat didukung oleh distribusi data pada tabel tabulasi silang, seperti yang ditunjukkan pada tabel 10.

Table 10 Tabulasi silang kebiasaan makanan dan *acne vulgaris*

Kebiasaan Makan	<i>Acne vulgaris</i>				Total	
	Acne Ringan		Acne Sedang		N	%
	N	%	N	%		
Kebiasaan Kurang Baik	28	90%	3	9.7%	31	100%
Kebiasaan Baik	58	95.1%	3	4.9%	61	100%
Total	86	93.5%	6	6.5%	92	100%

Table 10 menunjukkan bahwa apapun kategori kebiasaan makan hasilnya tetap *acne vulgaris* ringan. Dibuktikan dengan penyebaran data yang menunjukkan sebagian besar persentase yaitu lebih besar dari 90% berada pada kategori *acne vulgaris*. Menurut Suryadi (2008) kaitan antara *acne vulgaris* dan makanan masih di perdebatkan. Saat ini belum ada bukti bahwa coklat, susu, seafood, atau makanan lain dapat langsung menyebabkan *acne vulgaris*. Namun makanan tersebut mempengaruhi metabolisme tubuh sehingga mengaktifkan kelenjar pilosebacea untuk menghasilkan sebum dan bila terjadi penyumbatan pada folikelnya maka dapat menjadi awal dari *acne vulgaris*.

Hasil yang diperoleh menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0.602 > 0.05$ yang berarti bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan dari kebiasaan makan dengan kejadian *acne vulgaris*. Penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan dari Yatmihatum (2014) pada Mahasiswa Surakarta, didapati $p\text{-value} = 0.602 > 0.05$ artinya tidak ada hubungan yang signifikan dari kebiasaan makan dengan kejadian *acne vulgaris*.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara siklus menstruasi dengan tingkat keparahan *acne vulgaris* pada mahasiswa Profesi Ners di Universitas Klatat. Hasil yang ditemukan tidak signifikan dapat didukung oleh distribusi data pada tabel tabulasi silang, seperti yang ditunjukkan pada tabel 11.

Hasil penelitian tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Mangapi et al (2020) pada Mahasiswa STIKES Tana Toraja.

Tabel 11 Tabulasi silang siklus menstruasi dan tingkat keparahan *acne vulgaris*

Siklus menstruasi	<i>Acne vulgaris</i>				Total	
	Acne Ringan		Acne Sedang		N	%
	N	%	N	%		
Teratur	60	92,3%	5	7.7%	65	100%
Tidak teratur	26	96,3%	1	3.7%	27	100%
Total	86	93,5%	6	6,5%	92	100%



Hasil tidak signifikan dibuktikan dengan angka penyebaran *acne vulgaris* pada tabel 11 yang mana terdapat 86 (93,5%) responden pada kategori *acne vulgaris* ringan dengan siklus menstruasi yang berbeda-beda. Adapun penelitian mendukung hasil dari penelitian ini adalah hasil penelitian yang dilakukan oleh Advanny (2014) menemukan hasil *p-value* sebesar 0,343 yang artinya tidak terdapat hubungan yang bermakna antara siklus menstruasi dan *acne vulgaris*. Pada penelitian yang dilakukan oleh Landro et al (2012) juga menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara siklus menstruasi yang berubah-ubah dengan risiko terjadinya *acne vulgaris*.

KESIMPULAN

Pada penelitian ini ditemukan mahasiswi Profesi Ners sebagian besar memiliki tingkat stres sangat berat, kebiasaan makan yang baik, dan siklus menstruasi yang teratur. Sementara itu tingkat keparahan *acne vulgaris* berada pada kategori ringan. Untuk hasil uji bivariat kedua variabel didapati tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres, kebiasaan makan, dan siklus menstruasi dengan tingkat keparahan *acne vulgaris*.

Direkomendasikan bagi mahasiswa Profesi Ners untuk dapat menurunkan tingkat stres yang dirasakan dengan cara melakukan kegiatan secara berkelompok, atau lain sebagainya. Juga para mahasiswa dapat mempertahankan tingkat keparahan *acne vulgaris* yang ringan dengan cara mempertahankan kebersihan kulit dan lain sebagainya.

Bagi peneliti selanjutnya dapat meneliti faktor-faktor penguat lain tentang *acne vulgaris*, karena dalam penelitian ini tidak ditemukan hubungan yang signifikan dengan faktor yang mempengaruhi. Juga dapat melakukan penelitian dengan model penelitian kohort, guna meneliti lebih spesifik korelasi yang kuat dengan tingkat keparahan *acne vulgaris* pada.

DAFTAR PUSTAKA

Adhi, D. (2017) Ilmu Penyakit Kulit dan Kelamin (7th ed.). Jakarta:Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.

Aini, I., Hikmawati, D., Gemah, N., & Bandung, I. (2023). Hubungan Derajat Stres dengan Kejadian *Acne vulgaris* pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Unisba Tingkat Dua dan Tiga. *Bandung Conference Series: Medical Science*, 3(1), 526–530. <https://doi.org/10.29313/BCSMS.V3I1.6296>

Advanny, A. O. (2015). *Hubungan Pola Menstruasi dengan Kejadian Acne vulgaris pada Siswi SMAN Padang. Universitas Andalas.*

Anugoro, D. & Wulandari, A. (2012). 45 Penyakit yang Banyak di temukan di Masyarakat. Yogyakarta: Andi Offset.

Author, N., Widiyanti, D., & Arsyad, M. (2023). The Effect Of Learning Stress In The Faculty Of Medicine On The Arising Of *Acne vulgaris* In Students Of The Faculty Of Medicine YARSI University And Its Review From The Islamic View. *Junior Medical Journal*, 1(5), 581–589. <https://doi.org/10.33476/JMJ.V1I5.3120>

Carsel, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan dan Pendidikan* (Isa (ed.)). Penebar Media Pustaka.

Claudel, J. P. Auffret, N. Leccia, M. T. Poli, F. & Dréno, B. (2018). Acne and nutrition: hypotheses, myths and facts. *Journal of the European Academy of Dermatology and Venereology*, 32(10), 1631-1637. <https://doi.org/10.1111/jdv.14998>

Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24(4), 385–396. <https://doi.org/10.2307/2136404>

Di Landro, A. C. (2012). Family history, body mass index, selected dietary factors, menstrual history, and. *Journal of the American* .

Doshi, A., Zaheer, A., & Stiller, M. J. (1997). A comparison of current acne grading systems and proposal of a novel system. *International Journal of Dermatology*,



- 36(6), 416–418. <https://doi.org/10.1046/J.1365-4362.1997.00099.X>
- Hafianty, F., Batubara, D. E., & Lingga, F. D. P. (2021). Faktor Risiko Terjadinya *Acne vulgaris* Pada Siswa - Siswi Kelas XII Sma Harapan 1 Medan. *JURNAL ILMIAH SIMANTEK*, 5(2), 150–156. <https://simantek.sciencemakarioz.org/index.php/JIK/article/view/268>
- IDI. (2017). Panduan Praktek Klinik bagi Dokter di Fasilitas Pelayanan Kesehatan Primer. Jakarta: Ikatan Dokter Indonesia
- Johnson, F. Wardle, J. & Griffith, J (2002). The adolescent food habits checklist: Reliability and validity of a measure of healthy eating behaviour in adolescents. *European Journal of Clinical Nutrition*, 56(7), 644-649. <https://doi.org/10.1038/sj.ejcn.1601371>
- Laila Fajri, & Prima Minerva. (2022). The Relationship of Fast Food Towards The Event of *Acne vulgaris* in Students. *International Journal of Natural Science and Engineering*, 6(2), 55-63. <https://doi.org/102388/ijnse.v6i2.516>
- Manarisip, C. K., Kepel, B. J., Rompas, S. S., & Kedokteran, F. (2015). Hubungan Stres Dengan Kejadian *Acne vulgaris* Pada Mahasiswa Semester V (Lima) Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado. *JURNAL KEPERAWATAN*, 3(1). <https://doi.org/10.35790/JKP.V3I1.6918>
- Mahmood, S. N. & Bowe, W. P. (2014). Diet and acne update: Carbohydrates emerge as the main culprit. *Journal of Drugs in Dermatology*, 13(4), 428-435.
- Manurung. (2017). Pengaruh Tingkat Stres Terhadap Siklus Menstruasi Remaja di Kecamatan Medan Marelan. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, Vol(3):Hal 307.
- Murlistyarini, S. (2019). *Acne vulgaris*. Malang: Universitas Brawijaya Press.
- Narayenah, M. & Suryawati, N. (2017). Karakteristik Profil Jerawat berdasarkan Indeks Glikemik Makanan pada Mahasiswa Semester III Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Tahun 2014. *Intisari Sains Medis*, 8(2), 139-143. <https://doi.org/10.1556/ism.v8i2.129>
- Ogé, L. K., Broussard, A., & Marshall, M. D. (2019). *Acne vulgaris*: Diagnosis and Treatment. *American Family Physician*, 100(8), 475–484. <https://www.aafp.org/pubs/afp/issues/2019/1015/p475.html>
- Osayande, S. I. (2014). Body Mass Index Influences the Age at Menarche and Duration of Menstrual Cycle. *American Journal of Health Research*.
- Paoli, A. Grimaldi, K. Toniolo, L. Canato, M. Bianco, A. & Fratter, A. (2012). Nutrition and acne: Therapeutic potential of ketogenic diets. *Skin Pharmacology and Physiology*, 23(3), 111-117. <https://doi.org/10.1159/000336404>
- Prasetya, A. B., Purnama, D. S., & Prasetyo, F. W. (2019). Validity and Reliability of The Perceived Stress Scale with RASCH Model. *Psikopedagogia Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(2), 48–51. <https://doi.org/10.12928/PSIKOPEDAGOGIA.V8I2.17903>
- Puspawati, R. H. & Briawan, D. (2014). Persepsi tentang pangan sehat, alasan pemilihan pangan dan kebiasaan makan sehat pada mahasiswa. *Jurnal Gizi Pangan*, 9(3), 211-218.
- Ramli, R., Malik, A. S., Hani, A. F. M., & Jamil, A. (2012). Acne analysis, grading and computational assessment methods: an overview. *Skin Research and Technology*, 18(1), 1–14. <https://doi.org/10.1111/J.1600-0846.2011.00542.X>



- Roengritthidet, K. Kamanamool, N. Ulfah, N. (2020). Hubungan Paparan Kosmetik dengan Kejadian *Acne vulgaris* pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran. *Jurnal Health Sains*, 1(6), 393–400.
<https://doi.org/10.46799/JHS.V1I6.59>
- Wasitaatmadja, S. M. (2018). AKNE. Jakarta: Universitas Indonesia Publishing.
- Wibawa, I. G. A. E. & Winaya, K. K. (2019). Karakteristik penderita *acne vulgaris* di rumah sakit umum Indera Denpasar periode 2014-2015. *E-Jurnal Medika Udayana*, 8(11).
<https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum/article/view/54962>
- Yatmihatum, S. (2014). Hubungan pola makan dengan kejadian *acne vulgaris* mahasiswa jurusan keperawatan poltekkes Surakarta, Vol 3, no 1, mei 2014.
- Roengritthidet, K. Kamanamool, N. Ulfah, N. (2020). Hubungan Paparan Kosmetik dengan Kejadian *Acne vulgaris* pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran. *Jurnal Health Sains*, 1(6), 393–400.
<https://doi.org/10.46799/JHS.V1I6.59>
- Udompataikul, M. Rojhieunsakool, S. Khunket, S. & Kanokrunsee, S. (2021). Association Between Diet and Acne Severity: A Cross-sectional Study in Thai Adolescents and Adults. *Acta Dermato-Venereologica*, 101(12).
<https://doi.org/10.2340/actadv.v101.569>
- Sibero, H. T. Putra, I. W. A. & Anggraini, D. I. (2019). Tatalaksana terkini *acne vulgaris*. *JK Unila*, 3(2), 313-320.
- Tendean, A. F. (2020). Stress And Coping Mechanism Among Profesi Ners Students Universitas Klabat. *Nutrix Journal*, 4(1), 54–59.
<https://doi.org/10.37771/NJ.VOL4.ISS1.424>