

**PENGARUH EDUKASI DIET INDEKS GLIKEMIK
TERHADAP KUALITAS HIDUP SISWI DENGAN
AKNE VULGARIS DI SMA 3 MUHAMMADIYAH
YOGYAKARTA**

*The Effect of Glycemic Index Diet Education to The Quality of Life of Female Student
with Acne Vulgaris in Muhammadiyah 3 Senior High School Yogyakarta*

Rosi Amalia¹, Siti Aminah²

1 Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta 2. Dokter
Penyakit Kulit dan Kelamin RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta

ABSTRACT

Background: *Quality of life or quality of life (QOL) is the degree of enjoyment and satisfaction experienced in daily life (Hanna et al, 2003). Assessment of quality of life will provide information from the patient's perspective on the impact of the disease on their daily lives, so that the data can be a systematic basis for evaluating the success of treatment in accordance with the expectations of patients. Status interference on the quality of life of patients Acne vulgaris is important to know for the next identified and given treatment as soon as possible so that a holistic management is expected to minimize the development of psychological disorders as well as reducing the burden on the socio-economic because of the condition of acne vulgaris. This condition subsequent impact on the development of a negative self-perception, psychological development and will further impact on the function and social interaction, reduced work productivity / learning, even may precipitate suicidal ideation. Therefore, the business impact assessment for education as preventive and promotive assessed in terms of quality of life of respondents using Cardiff Acne dissability Index (CADI)*

Methods: *This study uses a different test method Paired Sample T-test and chi-square test to analyze the data. The purpose of this study was to determine the glycemic diet education there any influence on quality of life of patients with acne vulgaris. The subjects were 46 people who are active high school student 3 Muhammadiyah Yogyakarta who met the inclusion criteria. The research instrument used direct examination on the subject of research and questionnaires Cardiff Acne Dissability Index (CADI)*

Results: *Analysis of different test of the quality of life before and after education, figures obtained significance of, 000. Because the number of significance <0.05, it can be concluded that there is a significant difference before and after education.*

Conclusion: *There is a significant difference before and after education*

Keywords: *Acne Vulgaris, Quality of Life, Education*

INTISARI

Latar Belakang : Kualitas hidup atau quality of life (QOL) adalah derajat kenikmatan dan kepuasan yang dialami dalam kehidupan sehari-hari (Hanna et al,2003). Penilaian kualitas hidup akan memberikan informasi dari perspektif penderita tentang dampak dari penyakitnya pada kehidupan sehari-harinya, Sehingga dapat menjadi data dasar yang sistematis untuk mengevaluasi keberhasilan pengobatan yang sesuai dengan harapan penderita. Status gangguan pada kualitas hidup penderita Akne vulgaris ini penting diketahui untuk selanjutnya diidentifikasi dan diberikan terapi secepatnya sehingga penatalaksanaan yang holistik diharapkan dapat meminimalkan berkembangnya gangguan psikologis serta mengurangi beban sosial ekonomi karena kondisi Akne vulgaris tersebut. Kondisi ini selanjutnya memberi dampak pada berkembangnya persepsi diri yang negatif, perkembangan psikologis dan selanjutnya akan berdampak pada penurunan fungsi dan interaksi sosial, penurunan produktivitas kerja/belajar, bahkan dapat mempresipitasi ide bunuh diri. Oleh karena itu , penilaian pengaruh edukasi sebagai usaha preventif dan promotif dinilai dari segi kualitas hidup responden menggunakan Cardiff Acne Dissability Index (CADI)

Metode : Penelitian ini menggunakan metode uji beda *Paired Sample T-test* dan uji chi square untuk menganalisis data. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah pengaruh edukasi diet glikemik terhadap kualitas hidup penderita akne vulgaris . Subjek penelitian ini adalah 46 orang yang merupakan siswi aktif SMA 3 Muhammadiyah Yogyakarta yang memenuhi kriteria inklusi . Instrumen penelitian menggunakan pemeriksaan langsung pada subjek penelitian dan pengisian kuesioner Cardiff Acne Dissability Index (CADI)

Hasil : Analisis uji beda kualitas hidup sebelum dan sesudah dilakukan edukasi, didapatkan angka signifikansi sebesar ,000. Karena angka signifikansi $<0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah dilakukan edukasi.

Kata kunci : Akne Vulgaris, Kualitas Hidup, Edukasi

PENDAHULUAN

Salah satu penyakit kulit yang menjadi perhatian bagi para remaja dewasa muda adalah jerawat atau dalam istilah medisnya disebut akne vulgaris, merupakan penyakit peradangan kronis dari unit pilosebacea akibat androgen yang disebabkan produksi sebum, peradangan dan bakteri dari folikel rambut pada wajah, leher, dada dan disebabkan oleh *Propionibacterium acnes*. Umumnya penderita terjadi sekitar umur 14-17 tahun pada wanita, 16-19 tahun pada pria.

Adanya akne vulgaris dapat membuat hidup menjadi tidak menyenangkan, dan akne vulgaris sering sekali terjadi pada orang-orang yang berusia belasan dan puluhan tahun, yang merupakan kelompok umur yang paling tidak siap untuk menghadapi dampak psikologis akne

vulgaris. Bagian wajahlah yang paling sering terkena, dan bagi remaja wajah bernilai penting, yang berkaitan dengan pengembangan citra dirinya. Selain menimbulkan bekas di wajah, efek utama akne vulgaris adalah pada jiwa seseorang, seperti dampak psikologis dan menurunnya kualitas hidup

Jenis makanan yang sering dihubungkan dengan timbulnya akne adalah makanan yang tinggi lemak, makanan tinggi karbohidrat, makanan yang beryodida tinggi dan pedas. Pola makanan yang tinggi lemak jenuh dan tinggi glukosa susu dapat meningkatkan konsentrasi *Insulin-like growth factor* (IGF-I) yang dapat merangsang produksi hormon androgen yang meningkatkan produksi akne vulgaris. Pendekatan paling baik adalah menelaah setiap kejadian akne vulgaris secara individual. Edukasi atau yang biasa disebut dengan istilah umum penyuluhan adalah salah satu

cara yang paling sering dilakukan untuk mengurangi dan mencegah tingkat kejadian suatu penyakit tertentu dengan memberikan pengetahuan dengan berkomunikasi secara satu arah atau dua arah.

BAHAN DAN CARA

Jenis penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah penelitian quasi eksperimental. Desain eksperimen yang dilakukan dengan pre-test dan post-test. Penelitian ini dilakukan di SMA 3 Muhammadiyah Yogyakarta.

Sampel yang diuji adalah merupakan siswi aktif di SMA 3 Muhammadiyah Yogyakarta yang menderita akne vulgaris dan memenuhi kriteria inklusi. Kriteria inklusi yang menentukan subjek penelitian adalah Remaja putri berumur 14-17 tahun, Penderita akne vulgaris menurut kriteria ASEAN grading Lehman 2003, tidak sedang dalam terapi akne vulgaris

dan bersedia menjadi responden penelitian dengan mengisi *informed consent* dan mengikuti semua rangkaian dalam penelitian ini . Sedangkan untuk kriteria eksklusi adalah , Subjek yang sedang dalam terapia antibiotik, hamil atau menyusui serta tidak bersedia mengikuti pemeriksaan.

Ada dua variabel yang digunakan dalam penelitian ini. Sebagai variabel bebas adalah edukasi diet glikemik dan Sebagai variabel terikat adalah kualitas hidup.

Intrumen penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah Lembar *informed consent* untuk bukti kesediaan menjadi responden, kuesioner Cardiff Acne Disability Index (CADI), Leaflet “Makanan dengan Indeks Glikemik” dan “Yuk Kenali Jerawat” yang dibuat oleh peneliti, Lembar kriteria ASEAN grading Lehman 2003, Senter,

Handsoon, Proyektor, Laptop dan alat tulis

Penelitian telah dilakukan sejak bulan November sampai Februari 2016. Pengambilan data dilakukan di SMA 3 Muhammadiyah Yogyakarta bulan Desember 2016. Sampel yang didapatkan berdasarkan jumlah responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Pelaksanaan penelitian dilakukan dengan dilakukannya pengisian *informed consen*. Subjek penelitian yang bersedia kemudian dilakukan pemeriksaan fisik untuk menyaring calon responden yang menderita Akne vulgaris derajat ringan sampai berat.

Peneliti menilai kualitas hidup responden dengan membagikan kuesioner CADI sebelum edukasi diet glikemik beserta penjelasan tentang Akne vulgaris. Data yang sudah terkumpul, selanjutnya akan dikelompokkan berdasarkan

pengelompokannya dan dilakukan analisa komputer.

Analisis data menggunakan uji hipotesis pada setiap kelompok sampel menggunakan *Paired sample T test*. Data hasil penelitian akan diolah dengan menggunakan software rumus perhitungan menggunakan *computerized*. Kemudian akan dilakukan pengolahan data untuk menguji hipotesis dengan software.

HASIL PENELITIAN

Data dari hasil penelitian kemudian dilakukan pengolahan menggunakan program SPSS 15.0 didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 1. Karakteristik Subyek Penelitian berdasarkan Riwayat

Pada tabel 1. memperlihatkan bahwa karakteristik responden sebagian besar berusia 16 tahun (44,4%). Sebanyak 33 responden (73,3%) memiliki riwayat keluarga yang berjerawat. Sebanyak 33 responden (73,3%) memiliki riwayat

berjerawat saat menstruasi. Sebanyak 32 responden (71,1%) memiliki riwayat berjerawat saat stres. Sebanyak 40 responden (88,9%) memiliki derajat akne vulgaris ringan-sedang.

Karakteristik	Jumlah	Presentase (%)
Usia		
14	1	2.2
15	13	28.9
16	20	44.4
17	11	24.4
Total	45	100.0
Riwayat keluarga		
Berjerawat	33	73.3
Tidak berjerawat	12	26.7
Total	45	100.0
Berjerawat saat menstruasi		
Ya	33	73.3
Tidak	12	26.7
Total	45	100.0
Berjerawat saat stres		
Ya	32	71.1
Tidak	13	28.9
Total	45	100.0
Derajat Akne vulgaris		
Ringan	19	42.2
Sedang	21	46.7
Tinggi	5	11.1
Total	45	100.0

Tabel 2. Analisis Uji Beda Sebelum dan Sesudah Edukasi (Paired Sample T-Test)

Perlakuan	Kualitas Hidup atau Nilai kuesioner Cardiff Acne Disability Index Rerata ±SD	Nilai Sig. Kualitas Hidup
	Sebelum	
Sesudah	5,6444±2.86162	0,000

Dari analisis uji beda kualitas hidup sebelum dan sesudah dilakukan edukasi, didapatkan angka signifikansi sebesar ,000. Karena angka signifikansi nilai $p < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah dilakukan edukasi.

DISKUSI

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Thamrin Ravi (2011) didapatkan hasil bahwa adanya akne vulgaris mempengaruhi kualitas hidup pasien secara signifikan tanpa melihat tingkat pendidikan, durasi menderita, dan tingkat

keparahan akne vulgaris pasien. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara kuesioner DLQI dan CADI ($r= 0.648$, $p=0.000$). Korelasi negatif yang cukup kuat ditemukan antara umur dan kualitas hidup pasien dengan menggunakan kedua kuesioner, DLQI ($r=-0.263$, $p=0.043$) dan CADI ($r= - 0.232$). Tidak ditemukan korelasi antara pendidikan, pekerjaan, durasi menderita, tingkat keparahan dan kualitas hidup pasien akne vulgaris.

Kualitas hidup penderita akne vulgaris didukung oleh beberapa studi. Pada penelitian Safitri et al,2010 sebanyak 195 penderita akne vulgaris yang berkunjung ke URJ Kesehatan Kulit dan Kelamin di Divisi Kosmetik Medik diminta untuk mengisi kuisisioner CADI. Dilakukan pencatatan data dasar dan derajat keparahan Akne vulgaris , kemudian data diolah dan disajikan dalam bentuk tabel. Hasil: Akne vulgaris didapatkan pada 67,2% remaja dengan distribusi jenis kelamin wanita dibanding laki-laki 3:1. Skor CADI menunjukkan adanya gangguan pada kualitas hidup

penderita Akne vulgaris mulai ringan, sedang sampai berat, dan sangat berat. Tidak didapatkan penderita Akne vulgaris yang tidak mengalami gangguan pada kualitas hidupnya. Distribusinya pada tiap domain, bervariasi: domain psikologis (gangguan sedang sampai berat), domain sosial (sangat berat), emosional (sedang sampai berat), hubungan dengan aktivitas (tidak ada gangguan), keparahan akne secara umum (sedang sampai berat)

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat Terdapat peningkatan kualitas hidup sesudah dilakukan edukasi pada seluruh responden. Hasil tersebut menunjukkan perbedaan yang bermakna.

SARAN

1. Saran untuk masyarakat

Untuk masyarakat disarankan agar selalu menjaga pola hidup sehat seperti mengontrol asupan makanan terutama makanan dengan indeks

glikemik tinggi yang dapat menyebabkan timbulnya jerawat, selalu menjaga kebersihan diri dan percaya diri dengan penampilan wajah sehingga memiliki kualitas hidup yang baik.

2. Saran untuk peneliti selanjutnya

Untuk menghindari terjadinya bias disarankan untuk penelitian selanjutnya untuk mempertimbangkan faktor-faktor lain seperti usia, jenis kelamin, follow up diet makanan indeks glikemik tinggi secara rinci, mencegah faktor-faktor lain yang dapat menyebabkan kekambuhan akne vulgaris. Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai data penunjang untuk penelitian lebih lanjut dan mengetahui faktor apa saja yang berpengaruh pada timbulnya jerawat

- a. Lokasi dan subyek penelitian perlu di follow up secara terus menerus, waktu pengambilan

data harus disesuaikan dengan kegiatan di lokasi.

- b. Perlunya dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai diet indeks glikemik secara detail.

DAFTAR PUSTAKA

1. Safitri E, Sukanto H (2010). Jurnal Kesehatan Unair. Profil Kualitas Hidup Penderita Akne Vulgaris di RSUD Dr. Soetomo Surabaya. <http://journal.unair.ac.id/downloadfullpapersbik3cb5a585f62full.pdf>. Diunduh 1 Februari 2016.
2. Tharmini R, 2010. Jurnal kesehatan USU. Kualitas hidup pada pasien akne vulgaris. <http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/31606/7/Cover.pdf>. Diunduh 4 April 2016
3. Finlay AY. (1998) *Quality of life assessments in dermatology*. from:<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/9859917>

