

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

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 aknes* (Williams dkk, 2012).

Definisi lain akne vulgaris adalah penyakit peradangan menahun folikel pilosebacea yang umumnya terjadi pada masa remaja dan dapat sembuh sendiri. Gambaran klinis akne vulgaris sering polimorfi; terdiri atas berbagai kelainan kulit berupa komedo, papul, pustul, nodus dan jaringan parut yang terjadi akibat kelainan aktif tersebut, baik jaringan parut yang hipotrofik maupun yang hipertrofik (Wasitaatmadja, 2011)

Setiap orang hampir pernah menderita akne vulgaris, maka sering dianggap sebagai kelainan kulit yang timbul secara fisiologis. Kligman mengatakan bahwa tidak ada seorang pun (artinya 100%), yang sama sekali tidak pernah menderita penyakit ini. Penyakit ini memang jarang terdapat waktu lahir, namun ada kasus yang terjadi pada masa bayi. Betapa pun baru pada masa remajalah akne vulgaris menjadi salah satu problem. Umumnya penderita terjadi sekitar umur 14-17 tahun pada wanita, 16-19 tahun pada pria dan pada masa itu lesi yang predominan adalah komedo dan papul dan jarang

terlihat lesi beradang. Pada seorang remaja putri akne vulgaris dapat terjadi premenarke. Setelah masa remaja kelainan ini berlangsung berkurang. Namun kadang-kadang terutama pada wanita akne vulgaris menetap sampai dekade umur 30-an atau bahkan lebih. Meskipun pada pria umumnya akne vulgaris lebih cepat berkurang, namun pada penelitian diketahui bahwa justru gejala akne vulgaris yang berat biasanya terjadi pada pria (Wasitaatmadja, 2011). Penyebab yang pasti belum diketahui, namun ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi seperti kerainisasi abnormal, infeksi *Propionibacterium acnes*, dan inflamasi. Faktor lain seperti usia, ras, familial, makanan dan cuaca/musim secara tidak langsung dapat memicu peningkatan proses patogenesis (Purwaningdyah & Jusuf, 2009)

Jenis makanan yang sering dihubungkan dengan timbulnya akne adalah makanan yang tinggi lemak (kacang, daging berlemak, susu, eskrim), makanan tinggi karbohidrat (sirupmanis), makanan yang beryodida tinggi (makanan asal laut) 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. Pengaruh makanan terhadap terjadinya akne vulgaris masih menjadi perdebatan. Namun, kebanyakan penderita masih berpendapat bahwa makanan sebagai penyebab atau faktor memperburuk akne vulgaris (Smith dkk, 2006).

Sebagian pasien akne vulgaris mempunyai keinginan untuk menghindari berbagai makanan berlemak. Tidak ada bukti yang mendukung untuk menghindari makanan ini, meskipun beberapa pasien membuktikan bahwa setelah mengonsumsi makanan tertentu akan memperberat derajat keparahan akne vulgaris terutama cokelat. Karena pasien akan percaya pada keyakinan mereka yang terbaik untuk membatasi agen-agen makanan yang mereka rasakan akan memperberat derajat keparahan akne vulgaris (Thiboutot & Strauss, 2003).

Tahun 2007 sebuah penelitian menemukan bahwa makanan dengan indeks glikemik tinggi dapat mempengaruhi perkembangan dan keparahan akne vulgaris (Varigos dkk, 2007). Saat ini hubungan makanan dengan terjadinya akne sudah dibuktikan dengan adanya pengaruh *Glycemic load* dan konsumsi *dairy protein* yang keduanya dapat meningkatkan konsentrasi (IGF-I) *Insulin-like growth factor* (Etnawati, 2015).

Pendekatan paling baik adalah menelaah setiap kejadian akne vulgaris secara individual (Burris dkk 2013) 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. Menurut (Dotcherman & Bulecheck, 2013) Edukasi kesehatan adalah mengembangkan dan menyediakan instruksi melalui pengalaman belajar untuk memfasilitasi adaptasi terkontrol kepada para perilaku yang konduktif untuk hidup sehat pada individu, keluarga dan komunitas.

Penyuluhan diet merupakan salah satu cara pendekatan yang paling mungkin dilakukan selain terapi farmakologis, karena dengan mengertinya masyarakat akan pengetahuan tentang akne vulgaris dan diet akan membantu pencegahan dan mengurangi tingkat keparahan akne vulgaris lebih awal dan lebih efisien serta membantu program kesehatan yang bersifat promotif dan preventif.

Akne vulgaris dapat membuat hidup menjadi tidak menyenangkan, dan 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. Pada masa-masa ketika akne vulgaris menyerang, hubungan utama selain dengan keluarganya dan lingkungan teman-teman sesama jenis yang erat menjadi semakin penting. Seorang anak muda bisa menghabiskan waktunya merenungi nasibnya berlama-lama di depan cermin, tidak peduli apakah yang tampak disana hanya beberapa bintik atau ratusan (Graham dkk,2005). Selain menimbulkan bekas di wajah, efek utama akne vulgaris adalah pada jiwa seseorang, seperti dampak psikologis dan menurunnya kualitas hidup (Cunliffe dkk, 2001).

Kesehatan merupakan salah satu rahmat dan karunia Allah yang sangat besar yang diberikan kepada umat manusia, karena kesehatan adalah modal pertama dan utama dalam kehidupan dan kehidupan manusia. Selain merupakan rahmat dan karunia Allah Swt kesehatan merupakan amanah yang wajib kita syukuri dengan cara menjaga, memelihara, merawat dan harus

dapat dimanfaatkan sebaik-baiknya untuk hal-hal yang diridhoi Allah Swt. Mensyukuri nikmat kesehatan berarti menjadikan kesehatan sebagai modal utama dalam melaksanakan serta meningkatkan amal shaleh dan ketaatan kepada Allah Swt. Salah satu cara yang diajarkan oleh islam untuk meraih kesehatan adalah dengan mengatur pola makan yang baik. Ajaran islam dalam mengelola makan itu ada beberapa hal, diantaranya:

1. Tidak berlebihan dalam makan dan minum.

كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا. إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ.

“Makan dan minumlah, tetapi jangan berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang yang berlebih-lebihan”. (QS. Al-A`raf; 31).

2. Mengonsumsi makanan yang bergizi

وَفِي الْأَرْضِ قِطْعٌ مُتَجَاوِرَاتٌ وَجَنَّاتٌ مِنْ أَعْنَابٍ وَزُرْعٌ وَنَخِيلٌ صِنَوَانٌ
وَعَيْرِ صِنَوَانٍ يُسْقَى بِمَاءٍ وَاحِدٍ، وَنُفُضِّلُ بَعْضُهَا عَلَى بَعْضٍ فِي الْأَكْلِ.

“Dan di bumi terdapat bagian-bagian yang berdampingan, kebun-kebun anggur, tanaman-tanaman, pohon kurma yang bercabang dan yang tidak bercabang, disirami dengan air yang sama, tetapi Kami lebihkan tanaman yang satu dari yang lain dalam hal rasanya” (Qs. Ar-Ra`d/13; 4).

Islam juga telah mengajarkan umatnya dalam hal pencegahan dan penyembuhan penyakit. Di antara dalil yang menjelaskan hal tersebut adalah

وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ. إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا.

“Dan janganlah kamu membunuh dirimu. Sungguh, Allah Maha Penyayang kepadamu”. (QS. An-Nisa’/4; 29).

Diet memainkan peran yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari orang beriman. Ibnu Qayyim berkata :“ Diet ada dua macam yaitu diet dari segala sesuatu yang mendatangkan penyakit, dan diet dari segala sesuatu yang menambah penyakit. Pertama adalah dietnya orang sehat dan kedua adalah dietnya orang sakit

Sehat menurut WHO meliputi fisik, mental, maupun sosial. Sedangkan batasan sehat menurut Undang-undang Kesehatan meliputi fisik (badan), mental (jiwa), sosial dan ekonomi. Sehat fisik yang dimaksud disini adalah tidak merasa sakit dan memang secara klinis tidak sakit, semua organ tubuh normal dan berfungsi normal dan tidak ada gangguan fungsi tubuh. Sehat mental (jiwa), mencakup:

1. Sehat pikiran tercermin dari cara berpikir seseorang yakni mampu berpikir logis (masuk akal) atau berpikir runtut.
2. Sehat spiritual tercermin dari seseorang dalam mengekspresikan rasa syukur, pujian, atau penyembahan terhadap pencipta alam dan seisinya yang dapat dilihat dari praktek keagamaan dan kepercayaannya serta perbuatan baik sesuai dengan norma-norma masyarakat.
3. Sehat emosional tercermin dari kemampuan seseorang untuk mengekspresikan atau pengendalian diri baik.

Melihat semua masalah yang telah ditulis diatas, penulis ingin mengetahui melalui penelitian ini apakah ada pengaruh edukasi diet glikemik terhadap kualitas pada penderita akne vulgaris sebelum dan sesudah diberikan edukasi diet glikemik.

B. Perumusan Masalah

Apakah ada pengaruh edukasi diet indeks glikemik terhadap kualitas hidup penderita akne vulgaris pada Siswa/Siswi SMA 3 Muhammadiyah Yogyakarta?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk menilai pengaruh edukasi diet indeks glikemik terhadap kualitas hidup penderita akne vulgaris pada Siswa/Siswi SMA 3 Muhammadiyah Yogyakarta?

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk menilai skor kualitas hidup sebelum edukasi diet indeks glikemik penderita akne vulgaris pada Siswa/Siswi SMA 3 Muhammadiyah Yogyakarta
- b. Untuk menilai skor kualitas hidup setelah edukasi diet indeks glikemik penderita akne vulgaris pada Siswa/Siswi SMA 3 Muhammadiyah Yogyakarta.
- c. Untuk membandingkan kualitas hidup sebelum dan setelah edukasi diet indeks glikemik penderita akne vulgaris pada Siswa/Siswi SMA 3 Muhammadiyah Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritik

- a. Dapat menambah informasi pengetahuan mengenai pengaruh derajat akne vulgaris terhadap kualitas hidup

- b. Dapat lebih memperhatikan dampak psikologis pada penderita akne vulgaris, sehingga edukasi dan penatalaksanaan penting untuk disampaikan dengan efektif.

2. Praktik

- a. Menambah informasi dan pengetahuan tentang hal-hal yang dapat mempengaruhi kualitas hidup khususnya remaja pada penderita akne vulgaris
- b. Sebagai masukan dalam pencegahan dan edukasi terhadap penderita akne vulgaris yang sedang mengalami pengobatan
- c. Dapat lebih memperhatikan mengenai pola makan pada penderita akne vulgaris dan mencegah kekambuhan dari akne vulgaris

E. Keaslian Penelitian

Penulis menemukan beberapa penelitian yang berhubungan dan telah dilakukan sebelumnya adalah :

1. Durai & Nair (2015) PubMed, “Akne Vulgaris dan Kualitas Hidup pada Remaja di India Selatan. Penelitian ini menggunakan metode cross-sectional terhadap 140 responden dan pengambilan sample dinilai dari keparahan derajat akne vulgaris. Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya pengaruh kualitas hidup pada pasien akne vulgaris
2. Troi & Siniavskii (2014) PubMed, Pengaruh Pola Nutrisi Terhadap Tingkat Keparahan Akne Vulgaris pada Remaja dan Dewasa. Penelitian ini menggunakan metode observasi dari 180 responden dari usia 15-25 tahun. Group besar terdiri dari 90 pasien dengan akne vulgaris dengan

derajat sedang-berat. Yang diberikan treatment di Center For Dermatology and Prevention of Sexually Transmitted Diseases in Astana berjumlah 38 wanita dan 52 laki-laki. Dan grup kontrol terdiri dari 90 responden yang sehat berjumlah 36 wanita dan 54 laki-laki

3. Ogedegbe & Henshaw (2014) PubMed, Pengaruh Tingkat Keparahan akne vulgaris Terhadap Kualitas Hidup Pada Remaja Di Nigeria. Penelitian ini menggunakan metode cross-sectional pada pelajar SMA di Lagos menggunakan Kuisisioner *Global Acne Grading Scale (GGAS)* dan *Cardiff Acne Disability Index (CADI)*, Jumlah responden 160 yang mempunyai riwayat akne derajat ringan-berat.