

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Akne vulgaris adalah penyakit inflamatori kronis kulit pada folikel rambut yang menyerang semua umur dan disebabkan oleh berbagai macam faktor termasuk diet, menstruasi, keringat, radiasi sinar ultra violet, stres, dan juga pekerjaan (Smith et al., 2007). Akne vulgaris termasuk penyakit yang dapat sembuh dengan sendirinya dan bisa menimbulkan morbiditas fisik dan psikologi sampai 90 persen pada remaja dan dewasa muda (Rezakovic et al.,2012).

Akne vulgaris adalah penyakit yang dapat sembuh dengan sendirinya, namun membutuhkan perhatian untuk mencegah terjadinya akne berulang maupun mengurangi tingkat keparahan akne baik secara farmakologi ataupun non farmakologi. Dalam beberapa tahun terakhir, para dermatologis dan ahli gizi telah menelaah kembali dan memusatkan perhatian pada peran nutrisi untuk pengobatan akne. Cordain et al. (2002) mengemukakan bahwa diet *high-glycemic-load* menjadi salah satu kontributor terhadap peningkatan prevalensi akne. Pernyataan yang sama muncul dari Kwon et al. (2012) yang menyatakan bahwa *glycemic load* adalah salah satu faktor yang dapat meningkatkan gula darah dan meningkatkan insulin pada saat makan, sehingga menunjukkan adanya hubungan antara akne dan hiperinsulinemia. Smith et al (2007) mengatakan bahwa intervensi diet glikemik memiliki efek terapi terhadap tingkat keparahan akne. Sejumlah peneliti sepakat bahwa

beberapa variabel seperti indeks glikemik dan *glycemic load* lebih penting dibandingkan nutrisi spesifik seperti karbohidrat atau lemak (Rezakovic et al., 2012). Saat ini, hubungan makanan terhadap terjadinya akne sudah dibuktikan dengan adanya pengaruh *glycemic load* dan konsumsi *dairy protein* yang keduanya dapat meningkatkan *insulin-like growth factor-1* (IGF-1) (Etnawati, 2015).

Pola makan yang buruk dapat memperparah timbulnya jerawat. Sejauh ini, akne vulgaris dinyatakan berhubungan dengan indeks glikemik suatu makanan. Indeks glikemik merupakan satuan pengukuran peningkatan gula darah yang disebabkan oleh makanan tertentu. Konsumsi makanan dengan indeks glikemik yang tinggi (seperti permen, soda dan soft drink, es krim, coklat, biskuit, sereal, gula halus, roti, pasta, dan makanan gorengan) secara terus-menerus dapat menyebabkan obesitas, diabetes, sakit jantung, tekanan darah tinggi, serta perubahan komposisi dan produksi sebum yang dapat memicu inflamasi serta jerawat pada kulit. Hal ini dapat terjadi dikarenakan makanan dengan kadar indeks glikemik tinggi, bisa memicu fluktuasi atau naik turunnya hormon. Salah satunya adalah hormon insulin, yang bisa mendorong kemunculan sebum, salah satu penyebab jerawat (Winarno dan Ahnan 2014).

Edukasi atau yang biasa disebut dengan istilah umum penyuluhan adalah salah satu cara yang sering dilakukan untuk mengurangi dan mencegah tingkat kejadian suatu penyakit tertentu dengan memberikan pengetahuan dengan berkomunikasi secara satu arah atau dua arah. Edukasi merupakan pendekatan paling baik dengan menelaah setiap kejadian akne vulgaris

secara individual pada pasien, dan mempertimbangkan penyuluhan diet yang paling mungkin dianjurkan (Burris et al. 2013). Penyuluhan diet adalah salah satu cara pendekatan yang paling mungkin dilakukan saat terapi berupa oral dan topikal tidak dilakukan. 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.

Salah satu cara yang diajarkan oleh Islam mengenai perubahan pola makan dan mempelajari sesuatu yang baru adalah suatu hal yang merupakan bagian dari ibadah dan jihad di jalan Allah serta merupakan hal yang memiliki manfaat yang baik yang disabdakan oleh Nabi Muhammad SAW, yaitu :

“Pelajarilah ilmu karena sesungguhnya belajar semata-mata bagi Allah itu merupakan kebaikan, dan mempelajari ilmu merupakan tasbih, dan membahasnya merupakan jihad, dan mencarinya merupakan ibadah, dan mengajarkannya merupakan sedekah sedangkan menggunakannya bagi orang yang membutuhkan merupakan Qurbah (pendekatan diri kepada Allah).”

B. Rumusan Masalah

Apakah edukasi mengenai makanan dengan indeks glikemik rendah memiliki pengaruh terhadap tingkat keparahan akne vulgaris pada remaja?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Membuktikan dan menilai pengaruh edukasi diet glikemik terhadap tingkat keparahan akne vulgaris pada remaja.

2. Tujuan Khusus

- a. Menilai kejadian dan tingkat keparahan akne vulgaris sebelum edukasi mengenai akne dan diet indeks glikemik rendah
- b. Menilai kejadian dan tingkat keparahan akne vulgaris setelah edukasi mengenai akne dan diet indeks glikemik rendah
- c. Membandingkan dan menilai tingkat keparahan akne vulgaris antara sebelum dan setelah edukasi mengenai akne dan diet indeks glikemik rendah

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan informasi mengenai pengaruh edukasi tentang makanan dengan indeks glikemik rendah dengan kejadian akne vulgaris pada remaja
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan informasi mengenai pengaruh edukasi tentang makanan dengan indeks glikemik rendah dengan kejadian akne vulgaris pada masyarakat
- c. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah bukti ilmiah terkait pengaruh edukasi tentang makanan dengan indeks glikemik rendah dengan tingkat keparahan akne vulgaris
- d. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dalam bidang kedokteran untuk penelitian tentang akne vulgaris selanjutnya

2. Manfaat Praktis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperbaiki persepsi dan pola diet dan gaya hidup remaja sehari-hari
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu pencegahan maupun pengobatan akne vulgaris yang dapat dipahami dan diterapkan oleh masyarakat khususnya remaja
- c. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan bagi para klinisi untuk pengelolaan akne vulgaris khususnya pada remaja

E. Keaslian Penelitian

Pencarian dengan menggunakan PUBMED dan *Archives of Dermatology* hanya menemukan kurang lebih tujuh penelitian dengan menggunakan akne vulgaris dan diet sebagai kata kunci. Penelitian terakhir tentang hubungan antara diet glikemik dan akne vulgaris dilakukan oleh Kwon et al. (2012) terhadap 32 pasien dengan tingkat keparahan akne vulgaris sedang sampai berat di Korea. Perbedaannya dengan penelitian yang akan dilakukan ini adalah daerah populasi yang menjadi salah satu faktor penentu kejadian akne vulgaris, baik secara geografi maupun ras. Penelitian lainnya yang berkaitan dengan tingkat keparahan akne vulgaris dilakukan oleh Troi N et al. (2014) PubMed yang melibatkan 90 responden dengan akne vulgaris tingkat sedang-berat dan 90 responden sebagai kontrol dengan kriteria inklusi usia 15-25 tahun.

Penelitian yang berjudul “Pengaruh Edukasi Makanan Dengan Indeks Glikemik Rendah terhadap Tingkat Keparahan Akne Vulgaris pada Siswi di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta” belum pernah dilakukan akan tetapi sudah ada penelitian yang dilakukan terkait pengaruh diet pada akne vulgaris yaitu:

1. Tri Ari Susanto (2008) mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta melakukan penelitian tentang peranan diet indeks glikemik tinggi terhadap terjadinya akne vulgaris pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Penelitiannya menggunakan jenis penelitian *cross-sectional* dan sampel yang digunakan peneliti adalah remaja berusia 21-22 tahun baik laki-laki maupun perempuan dengan diperolehnya kesimpulan bahwa diet indeks glikemik rendah berpengaruh terhadap patogenesis akne dengan menurunkan lesi akne vulgaris.
2. Siti Hardianti, Billy J. Kepel & Sefty S.Rompas (2015) mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado melakukan penelitian tentang hubungan pola makan dengan kejadian akne vulgaris pada mahasiswa semester V (lima) di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado. Penelitiannya menggunakan jenis penelitian *case control* dan sampel yang digunakan peneliti adalah populasi berusia 18-20 tahun baik laki-laki maupun perempuan dengan diperolehnya kesimpulan bahwa tidak terdapat hubungan pola makan dengan kejadian akne vulgaris.