

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep *Acne Vulgaris*

2.1.1 Pengertian

Acne Vulgaris (AV) didefinisikan sebagai penyakit kulit akibat inflamasi kronik unit *pilosebacea* yang terdiri atas lesi non inflamasi seperti komedo terbuka dan komedo tertutup serta lesi inflamasi berupa *papul*, *pustul*, dan *nodul*. Sebanyak 85% AV didapatkan pada remaja namun AV juga ditemukan pada 20-40% usia dewasa dan didapatkan paling banyak pada perempuan (Teresa, 2020).

Acne Vulgaris merupakan suatu penyakit peradangan kronis dari *folikel pilosebacea* yang ditandai adanya komedo, *papul*, kista, dan *pustula*. Predileksi AV terutama pada daerah wajah, bahu, lengan atas, dada, dan punggung (Ayudianti & Indramaya, 2014).

Acne Vulgaris merupakan salah satu penyakit kulit yang banyak dikeluhkan terutama pada remaja karena dapat merusak kepercayaan diri. Penyakit kulit tersebut disebabkan karena peradangan menahun *folikel pilosebacea*. AV dapat mengganggu penampilan fisik seseorang, selain itu dapat menimbulkan *scar*, sehingga AV dapat mempengaruhi jiwa seseorang seperti kurang percaya diri, minder dan depresi (Afnanita et al., 2023).

2.1.2 Etiologi

Penyebab pasti terjadinya *Acne Vulgaris* dewasa belum dapat dipastikan. Namun beberapa faktor yang berperan dalam munculnya AV antara lain akibat *hipersekreksi* hormon androgen, meningkatnya sekresi sebum, bertambahnya jumlah *Propionibacterium acnes*, *hiperkeratosis* yang membentuk *mikrokomedo*, dan meningkatnya respon inflamasi. Pengaruh genetik terhadap munculnya AV dibuktikan dengan ditemukannya 50% pasien AV memiliki keluarga dengan riwayat AV. Kebiasaan merokok atau paparan asap rokok juga meningkatkan kejadian AV dan keparahannya. Paparan sinar matahari juga menjadi penyebab munculnya AV karena radiasi sinar ultraviolet akan menyebabkan *peroksidasi* yang *komedogenik* dan reaksi inflamasi. Berikut ini merupakan penyebab terjadinya AV (Teresa, 2020).

1. Hormon

Pada umumnya AV muncul ketika *adrenarche* yaitu masa pubertas saat terjadi lonjakan produksi hormon adrenal yang pada akhirnya akan menstimulasi perkembangan kelenjar *sebacea* dan produksi sebum. Pada individu yang rentan, berbagai penyakit akibat *dermatosis androgenik* dapat ditemukan seperti *alopecia androgenik*, *seбореja*, *hirsutisme*, dan AV. Peran androgen dalam patogenesis AV dewasa masih diperdebatkan. Pemicu AV dewasa bukan hanya produksi sistemik namun juga produksi lokal hormon androgen.

2. Bakteri

Dalam praktik sehari-hari sering ditemukan penggunaan antibiotik untuk AV dalam durasi waktu yang lebih lama daripada yang dianjurkan. Penggunaan antibiotik yang berkepanjangan akan menyebabkan *P. acnes* menjadi resisten

terhadap antibiotik standar untuk terapi AV. Seribu pasien yang berkunjung ke dokter spesialis di Harrogate 80% resisten terhadap *eritromisin* atau *klindamisin* atau keduanya dan 20% resisten terhadap *tetrasiklin*.

3. Kosmetik

Sembilan puluh lima persen kasus AV disebabkan oleh kosmetik dan Durasi penggunaan kosmetik tidak berhubungan bermakna dengan keparahan AV dan penghentian penggunaan kosmetik tidak menimbulkan perbaikan AV. Peran kosmetik secara langsung pada AV tidak ditemukan namun kosmetik dapat memicu folikel untuk membentuk *acne* (Teresa, 2020).

2.1.3 Patogenesis

Patogenesis AV memiliki 4 faktor penyebab yaitu:

1. Folikel epidermis yang mengalami *proliferasi* berlebih

Hiperproliferasi folikel epidermis akan menyebabkan epitel folikel rambut mengalami *hiperkeratosis* sehingga terjadi kohesi antar *keratinosit*. Kohesi ini akan menyebabkan *ostium folikel* tersumbat sehingga menimbulkan dilatasi *folikel* dan terbentuknya komedo. Peningkatan produksi androgen, rendahnya asam *linoleat* dan meningkatnya aktivitas *interleukin* (IL)-1a menjadi faktor penyebab *hiperproliferasi keratinosit*.

Dihidrotestosteron (DHT) adalah androgen poten yang berperan dalam patogenesis AV. Konversi DHEAS menjadi DHT memerlukan enzim 17β -*hidroksisteroid dehidrogenase* (17β -HSD) dan 5α -*reduktase*. DHT akan menyebabkan *proliferasi keratinosit folikular* pada seseorang yang sensitif terhadap androgen sehingga *acne* berkembang. Rendahnya produksi asam linoleat yang merupakan asam lemak esensial pada kulit penderita AV akan menginduksi

hiperproliferasi keratinosit folikular dan produksi *sitokin proinflamasi*. Terdapat pula teori yang menjelaskan bahwa asam *linoleat* diproduksi normal pada kulit penderita AV namun tingginya produksi sebum menyebabkan asam lemak terdilusi. IL-1 menunjukkan perannya dalam pembentukan *mikrokomedo* dengan meningkatkan *proliferasi keratinosit*. Adanya antagonis reseptor IL-1 akan menghambat terbentuknya *mikrokomedo*.

4. *Hipersekresi sebum*

Kulit penderita AV akan memproduksi sebum dalam jumlah yang lebih besar dibandingkan kulit tanpa *acne* dengan komposisi sebum yang sama. *Trigliserida* adalah komponen penting dari sebum yang dihasilkan. *P. acnes* yang merupakan flora normal kulit berupa bakteri gram positif anaerob akan memecah *trigliserida* menjadi asam lemak bebas. Asam lemak bebas digunakan oleh bakteri ini untuk membentuk kolonisasi yang lebih banyak sehingga inflamasi terjadi dan komedo terbentuk.

5. *Inflamasi dan keberadaan P. acnes*

Reaksi inflamasi yang disebabkan oleh keberadaan *P. acnes* melalui beberapa mekanisme. Pertama, adanya antigen di dinding *P. acnes* menyebabkan munculnya antibodi terhadap bakteri ini. Kedua, *lipase*, *protease*, *hialuronidase* dan faktor kemotaktik berperan menjadi penyebab munculnya reaksi *hipersensitivitas* tipe lambat. Melalui ikatannya dengan *Toll-like receptor 2* (TLR-2) pada monosit dan sel *polimorfonukleus* (PMN) yang mengelilingi *folikel sebacea* akan menstimulasi produksi *sitokin*. Peran androgen dalam produksi sebum melalui aksinya pada sebosit. Kadar androgen pasien AV lebih tinggi (meskipun dalam rentang normal) dibandingkan kelompok kontrol. Lima *alfa*

reduktase akan mengonversi testosteron menjadi DHT di daerah kulit yang rentan berjerawat seperti wajah, dada dan punggung. Akumulasi dari keratin dan sebum akan menjadikan *microcomedo* menjadi *macrocomedo*. Semakin besar komedo akan menyebabkan rupturnya dinding *folikel*. Keluarnya sebum, keratin dan bakteri ke dermis menimbulkan reaksi inflamasi cepat. Dalam 24 jam pertama limfosit akan mendominasi dan pada hari selanjutnya neutrofil lebih banyak ditemukan (Teresa, 2020).

2.1.4 Klasifikasi

Berikut ini merupakan jenis-jenis Jerawat dan Cara Mengatasinya (Tim Promkes RSST, 2022) :

1. Jerawat *Blackheads*

Blackheads atau komedo berwarna hitam ini sebenarnya salah satu jenis jerawat. Jenis ini biasanya muncul di sekitar hidung. *Blackheads* muncul karena tersumbatnya pori-pori oleh minyak berlebih. Untuk mengatasi *blackheads* ini, kamu bisa menggunakan krim wajah dengan kandungan *asam salisilat*, *benzoyl peroxide*, dan *resorsinol*. Bahan-bahan ini berguna untuk membunuh bakteri penyebab komedo, mengurangi minyak berlebih, dan mengangkat sel kulit mati.



Gambar 2. 1 Jerawat *Blakheads*
(Sumber : <https://stylo.grid.id/>)

2. Jerawat *Whiteheads*

Whiteheads atau komedo berwarna putih ini juga merupakan jerawat sering muncul di wajah. *Whiteheads* muncul karena tersumbatnya pori-pori dan menutupi seluruh permukaan sehingga terlihat benjolan putih. Untuk mengatasinya, kamu bisa menggunakan produk dengan kandungan AHA, *retinoid*, *benzoyl peroxide*, dan *asam salisilat* yang berfungsi untuk mengangkat sel kulit mati, membunuh bakteri, dan mengurangi peradangan pada area komedo.



Gambar 2. 2 Jerawat *Whiteheads*
(Sumber : <https://www.beautynesia.id/>)

3. Jerawat Pustula

Jerawat pustula adalah jerawat dengan cairan nanah di dalamnya. Jerawat ini berukuran lebih besar dari komedo putih dan dikelilingi kemerahan. Jerawat ini paling sering menyerang saat usia remaja. Menurut *American Academy of Dermatology*, cara mengatasi jerawat pustula ini dengan sabun cuci muka yang memiliki kandungan *benzoyl peroxide* dan asam salisilat.



Gambar 2. 3 Jerawat Pustula
(Sumber : <https://www.tokopedia.com/blog/>)

4. Jerawat Papula

Jerawat jenis papula muncul dengan bentuk benjolan di bawah permukaan kulit. Apabila jerawat ini disentuh, akan terasa nyeri. Kulit di sekitar jerawat papula ini akan kemerahan namun tidak ada nanah di puncaknya. Jerawat papula bisa muncul karena komedo hitam dan putih yang dibiarkan, sehingga menjadi iritasi dan merusak kulit sekitarnya, kemudian berubah menjadi peradangan. Cara mengatasi jerawat ini adalah gunakan produk yang mengandung asam *salisilat* dan *benzoyl peroxide*.



Gambar 2. 4 Jerawat Papula
(Sumber : <https://hellosehat.com/>)

5. Jerawat Kistik

Jenis jerawat ini biasanya kita kenal dengan nama jerawat batu. Jerawat batu biasanya berbentuk benjolan merah, cukup besar, dan keras. Jerawat kistik ini muncul karena penumpukan minyak dan sel kulit mati di jaringan kulit bagian dalam.. Untuk mengatasi jenis jerawat ini, selain menggunakan produk yang mengandung *benzoyl peroxide* dan *retinoid*, gunakan produk *isotretinoin*. *Isotretinoin* merupakan obat yang memang ditujukan untuk jerawat batu. Namun, penggunaannya harus dalam pengawasan dokter.



Gambar 2. 5 Jerawat Kistik
(Sumber : <https://www.halodoc.com/>)

6. Jerawat Nodul

Jenis jerawat ini termasuk ke dalam kondisi jerawat yang parah dan tidak bisa diobati dengan obat bebas. Jerawat ini muncul dapat disebabkan oleh faktor keturunan dan hormon yang tidak seimbang. Jerawat nodul berbentuk besar, keras, terasa sakit, dan muncul di bawah permukaan kulit. Jenis jerawat nodul ini dapat bertahan berminggu-minggu bahkan lebih. Jerawat ini seringkali muncul pada remaja laki-laki saat masa pubertas. Meskipun semua orang juga dapat mengalami masalah ini. Cara mengatasi jerawat ini adalah memeriksakannya ke dokter kulit agar diberikan antibiotik dan obat lainnya. Karena pengobatan tanpa resep dokter tidak bisa mengatasi masalah jerawat yang satu ini.



Gambar 2. 6 Jerawat Nodul
(Sumber : <https://hellosehat.com/>)

7. Jerawat Mekanika

Jenis jerawat mekanika ini biasanya dialami oleh para atlet. Biasanya, jerawat ini juga muncul di bagian tubuh lainnya selain wajah, seperti punggung

dan dada. Jerawat ini muncul karena adanya tekanan, suhu panas, dan gesekan di suatu area. Umumnya atlet menggunakan pakaian yang ketat dan berbagai perlengkapan olahraga lainnya. Pakaian yang ketat ini yang menimbulkan banyaknya keringat dan menimbulkan jerawat mekanika. Kamu bisa mengatasi jerawat ini di rumah. Cara mengatasi jerawat ini adalah menggunakan produk dengan kandungan asam salisilat dan *benzoyl peroxide*. Selain itu, perhatikan bahan pakaian yang kamu gunakan. Pilihlah bahan yang mudah menyerap keringat seperti katun.



Gambar 2. 7 Jerawat Mekanika
(Sumber : <https://www.detik.com/>)

2.1.5 Tanda dan Gejala

Tanda dan gejala *Acne Vulgaris* adalah munculnya beberapa gejala umum, yaitu sebagai berikut: (Fadli, 2024)

1. Benjolan berwarna kemerahan atau kuning (karena mengandung nanah).
2. Benjolan kecil (papul) yang muncul di atas kulit.
3. Sensasi panas atau terbakar akibat adanya peradangan.
4. Timbul rasa gatal pada benjolan.

Kondisi ini juga rentan mengalami peradangan apabila kamu sering menyentuhnya atau bahkan dipecahkan secara paksa. Kondisi yang mengalami peradangan rentan mengalami kondisi berikut:

1. Pustula, yaitu benjolan kecil yang di ujungnya terdapat nanah.
2. Papula, yaitu benjolan kecil kemerahan yang terasa nyeri.
3. Nodul, yaitu benjolan keras yang terbentuk di bawah permukaan kulit dan dapat terasa nyeri.
4. Kista, yaitu benjolan besar yang terbentuk di bawah permukaan kulit yang berisi nanah dan rasa nyeri.

2.1.6 Faktor Pencetus *Acne Vulgaris*

Acne Vulgaris dapat muncul pada semua usia, tetapi pengaruh hormonal yang membuat AV muncul pada masa remaja. Selain itu banyak faktor yang dapat memicu terjadinya AV yaitu sebagai berikut: (Tim Kerja Hukum dan Humas RSST, 2024) :

1. Makanan dengan kadar lemak yang tinggi seperti (kacang-kacangan, coklat, keju, susu, goreng-gorengan), karbohidrat, *junk food* dan jumlah kalori tinggi. Makanan yang berkadar kolesterol tinggi dapat meningkatkan produksi sebum yang menyebabkan peningkatan unsur *komedogenik inflamotogenik*, terbentuknya fraksi asam lemak bebas penyebab terjadinya inflamasi dan kekebalan sebum yang menyebabkan timbulnya *acne*.
2. Aktifitas fisik meningkat
3. Penggunaan kosmetik yang salah
4. Penggunaan obat dan minuman terlarang
5. Stress dan banyak pikiran
6. Kurang memperhatikan kebersihan (Mencuci kulit wajah)
7. Pengaruh iklim/ suhu/ lingkungan

8. Infeksi bakteri (*Propioni Bacterium Acnes*)
9. Faktor genetik/ keturunan
10. Kurangnya pengetahuan tentang faktor-faktor penyebab *Acne Vulgaris*.

2.1.7 Faktor Risiko

Ada berbagai faktor yang dapat meningkatkan risiko Anda mengalami masalah kulit ini, yaitu sebagai berikut (Azmi, 2023):

1. Usia

Acne dapat dialami oleh siapapun, terlepas dari usianya. Namun, anak-anak yang sedang mengalami masa pubertas lebih berisiko terkena masalah ini. Kondisi ini dikarenakan hormon seksual (androgen) meningkat saat pubertas. Akibatnya, produksi sebum di dalam tubuh pun menjadi berlebihan hingga memicu munculnya AV.

2. Perubahan hormon

Selain usia, perubahan hormon juga menjadi salah satu faktor yang dapat meningkatkan risiko seseorang terkena jerawat. Perubahan hormon yang terjadi pada saat pubertas, haid, atau hamil kerap memicu masalah ini. Bahkan, perubahan hormon akibat konsumsi pil KB, *kortikosteroid*, atau *lithium* juga dapat memicu kondisi ini.

3. Riwayat keluarga

Jika salah satu atau kedua orangtua sering terkena jerawat, Anda mungkin juga berisiko mengalami masalah yang sama. Hal ini dikarenakan penyakit kulit ini juga termasuk genetik, sehingga sangat mungkin diturunkan.

4. Memiliki tipe kulit berminyak

Bagi Anda yang memiliki tipe kulit berminyak atau kombinasi cenderung lebih sering berjerawat dibandingkan mereka yang berkulit kering. Pasalnya, jumlah produksi sebum pada kulit berminyak jauh lebih banyak, sehingga pori mereka lebih mudah tersumbat. Selain itu, orang dengan kulit berminyak juga berisiko mengalami masalah ini ketika memakai *lotion* dan krim yang mengandung minyak tinggi. Bahkan, jerawat juga dapat terjadi ketika Anda berada di dapur dalam waktu yang lama karena lembab dan berminyak.

2.1.8 Cara Mengatasi *Acne Vulgaris*

Jika pasien datang ke dokter kulit, dokter akan menyarankan satu atau beberapa kombinasi pengobatan, tergantung pada tingkat keparahan jerawat. Berikut obat-obatan yang bisa mengatasi AV: (Fadli, 2023)

1. *Benzoil peroksida* atau asam *salisilat*

Jika AV masih bersifat ringan, mungkin obat topikal bebas resep yang mengandung *benzoil peroksida* atau asam *salisilat* efektif untuk mengobatinya. *Benzoil peroksida* menargetkan bakteri penyebab jerawat, sedangkan asam *salisilat* bekerja dengan meredakan peradangan dan membuka pori-pori tersumbat.

2. *Retinoid*

Pasien dapat menggunakan *retinoid* bebas resep maupun dengan resep. Obat ini dapat membantu memecah komedo putih dan komedo hitam. Selain itu, *retinoid* dapat mencegah pori-pori tersumbat.

3. Antibiotik oral

Apabila pasien memiliki *Acne Vulgaris* dengan tingkat keparahan tinggi, biasanya pengobatannya menggunakan antibiotik oral. Dokter kulit mungkin juga merekomendasikan untuk menggunakan obat topikal selama sekitar 12 minggu. Dokter biasanya akan meminta pasien menghentikan pengobatan oral untuk melihat apakah jerawat dapat sembuh hanya dengan obat topikal. Pada kasus penyakit sedang hingga parah yang tidak merespons pengobatan, beberapa prosedur medis berikut mungkin akan dokter kulit rekomendasikan:

a. *Facial* wajah

Facial merupakan tindakan dengan melibatkan alat khusus yang dengan lembut menghilangkan komedo putih, komedo, atau jerawat oleh perawat atau terapis yang terlatih.

b. *Chemical peeling*

Tindakan yang melibatkan pemberian asam *salisilat*, asam *glikolat*, atau asam *retinoat* berulang kali untuk membantu menghilangkan area kulit yang rusak dan memperbaiki penampilan secara umum.

c. Injeksi *steroid*

Tindakan injeksi yang dilakukan pada jerawat *nodular* untuk meredakan pembengkakan, peradangan, dan nyeri dengan cepat.

2.1.9 Pencegahan

Cara yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya *Acne Vulgaris* yaitu sebagai berikut: (Tim Kerja Hukum dan Humas RSST, 2024).

1. Cuci muka secara teratur

- a. Usahakan untuk mencuci muka secara rutin dan benar dengan air dua kali sehari, yaitu pada pagi dan malam hari sebelum tidur
- b. Jangan mencuci muka lebih dari dua kali karena dapat mengeringkan kulit
- c. Pilihlah sabun pembersih berbahan dasar air yang lembut
- d. Hindari penggunaan sabun batangan yang dapat mengeringkan kulit.
Kandungan sabun batangan dapat menyumbat pori-pori
- e. Usahakan untuk tidak memilih sabun pembersih berbahan *scrub* karena partikel kasarnya dapat memperburuk masalah kulit.

2. Gunakan produk perawatan jerawat yang tepat

Salah satu faktor utama penyebab jerawat pada remaja adalah penumpukan sel kulit mati yang menyumbat pori-pori dan menyebabkan pori-pori menebal. Minyak yang terperangkap di pori-pori akan memicu terbentuknya jerawat. Maka dari itu, memerlukan produk perawatan jerawat yang mampu mengelupas sel-sel kulit mati yang menumpuk di kulit.

3. Jangan lupa menggunakan pelembab

Banyak orang yang ragu menggunakan pelembab karena takut membuat kulitnya semakin berminyak. Kulit lembab dan kulit berminyak merupakan dua kondisi yang berbeda. Kulit wajah harus selalu lembab. Jadi, jika memiliki jerawat di wajah, bisa memilih produk perawatan kulit yang mengandung pelembab bebas minyak.

4. Lindungi wajah dari sinar matahari

Kulit tidak bisa otomatis melawan jerawat jika terkena sinar matahari yang bisa menyebabkan kerusakan langsung. Sebaiknya gunakan tabir surya wajah dengan SPF 30. Selain itu, kandungan tabir surya yang ringan, bebas minyak atau tanpa komedo agar masalah kulit tidak hilang dan semakin parah.

5. Mengontrol jumlah minyak yang dikeluarkan pada wajah

Tidak ada cara untuk mengontrol produksi minyak berlebih akibat hormon. Namun mampu mengontrol produksi sebum berlebih di permukaan kulit. Cara terbaiknya adalah dengan tidak menggunakan produk dengan kandungan emolien berlebihan.

6. Konsultasikan dengan dokter kulit

Jika khawatir dengan jerawat kondisi jerawat, sebaiknya konsultasikan dengan dokter kulit. Hal ini dilakukan untuk mencapai perawatan kulit yang tepat.

7. Hidrasi tubuh dengan baik

Saat tubuh mengalami dehidrasi, kondisi ini bisa memberi sinyal pada kelenjar minyak untuk mengeluarkan minyak berlebih. Dehidrasi juga bisa membuat kulit tampak kusam. Untuk menjaga tubuh tetap terhidrasi, usahakan minum air putih minimal delapan kali sehari. Yang terbaik adalah mengonsumsi lebih banyak air setelah berolahraga, selama kehamilan dan menyusui, serta di lingkungan yang hangat.

8. Batasi penggunaan *make up* pada wajah

Menggunakan *make up* sangat bagus untuk membuat wajah terlihat lebih segar. Namun, harap batasi penggunaan dan ketahui bahan-bahan yang dikandungnya. Menggunakan terlalu banyak riasan pada wajah dapat

menyebabkan pori-pori tersumbat sehingga menimbulkan jerawat. Jika berjerawat, sebaiknya batasi sementara penggunaan riasan untuk menghindari infeksi.

9. Hindari menyentuh wajah sembarangan

Terkadang kita tidak sengaja menyentuh wajah dengan tangan yang masih kotor. Sebaiknya hentikan kebiasaan ini sekarang juga dan selalu jaga kebersihan tangan. Tangan yang kotor dapat memungkinkan kuman atau bakteri masuk ke wajah. Hal ini dapat meningkatkan risiko munculnya *acne* di wajah.

10. Kebiasaan makan yang sehat

Apa yang dimakan akan mempengaruhi kesehatan kulit. Hindari makanan berlemak dan *junk food*. Sebagai gantinya, tambahkan buah-buahan segar, sayuran, dan biji-bijian ke dalam makanan harian. Produk susu dan makanan tinggi gula olahan dapat menyebabkan jerawat.

2.1.10 Instrument Penelitian Kejadian *Acne Vulgaris*

Instrument penelitian yang digunakan pada variabel kejadian *Acne Vulgaris* yaitu Form Pengkajian *Acne* Klinik dr. Rissa *Beauty Care* Gresik. Form pengkajian *Acne* tersebut bersumber pada *Global Acne Grading System* (GAGS). GAGS adalah penilaian klinis untuk menentukan derajat AV yang dialami oleh pasien. Lesi pada jerawat dapat dibagi menjadi beberapa tingkat keparahannya, yaitu sebagai berikut (Klinik dr. Rissa *Beauty Care*, 2023):

1. Komedo (*Blackheads* dan *Whiteheads*)
2. Papula adalah benjolan meradang berukuran kurang dari 1 cm
3. Pustula adalah papula dengan nanah (*pusheads*)
4. Nodul adalah benjolan berukuran 1 cm atau lebih

Enam lokasi yang digunakan untuk menentukan derajat *acne*, contohnya sebagai berikut (Lewicka, et.al., 2025):

Tabel 2. 1 Enam Lokasi Penentuan Derajat *Acne*

Lokasi <i>Acne</i>	Tipe Lesi	Lesi Paling Parah
Dahi	Komedo	Komedo
Pipi Kanan	Komedo, papula	Papula
Pipi Kiri	Papula, pustule	Pustula
Hidung	Papula, nodul	Nodul
Dagu	Papula, pustula, kistik	Kistik
Dada & Punggung	Komedo, papula, pustula, nodul, kistik	Nodul

Perhitungan derajat *Acne Vulgaris* berdasarkan *Global Acne Grading System* (GAGS) yaitu sebagai berikut (Lim, 2025):

Tabel 2. 2 Perhitungan Derajat *Acne Vulgaris*

Lokasi	Faktor	Grade	Score (Factor x Grade)
Dahi	2	0 = Tidak ada 1 = Komedo 2 = Papula 3 = Pustul 4 = Nodul	0 = Tidak ada <i>Acne</i>
Pipi Kanan	2		1-18 = <i>Acne</i> Ringan
Pipi Kiri	2		19-30 = <i>Acne</i> Sedang
Hidung	1		31-38 = <i>Acne</i> Berat
Dagu	1		>39 = <i>Acne</i> Sangat Berat
Dada & Punggung	3		

2.2 Konsep Tingkat Kepercayaan Diri

2.2.1 Pengertian Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri merupakan sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap dirinya maupun terhadap lingkungan atau situasi yang sedang dihadapinya (Rais, 2022).

Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan dan sikap seseorang terhadap kemampuan pada dirinya sendiri dengan menerima secara apa adanya

baik positif maupun negatif yang dibentuk dan dipelajari melalui proses belajar dengan tujuan untuk kebahagiaan dirinya (Azmi et al., 2021).

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab (Riyanti & Darwis, 2021).

2.2.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Rasa percaya diri tidak muncul begitu saja pada diri seseorang, tetapi terdapat proses tertentu di dalam pribadinya sehingga terjadilah pembentukan rasa percaya diri, yang mana prosesnya tidak secara instan melainkan melalui proses panjang yang berlangsung sejak dini. Terbentuknya rasa percaya diri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu: (Alkhofiyah, 2021)

1. Faktor Internal, meliputi:

a. Konsep diri

Terbentuknya rasa kepercayaan diri pada seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dari suatu pergaulan kelompok. Pergaulan kelompok memberikan dampak yang positif juga dampak negatif.

b. Harga diri

Merupakan penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Orang yang memiliki harga diri tinggi akan menilai dirinya secara rasional bagi dirinya serta mudah mengadakan hubungan dengan individu lain.

c. Kondisi fisik

Perubahan kondisi fisik juga berpengaruh pada kepercayaan diri. Fisik yang sehat dapat membantu seseorang dalam meningkatkan kepercayaan diri kuat. Jika fisik yang kurang baik menyebabkan seseorang lemah dalam mengembangkan kepercayaan diri.

d. Pengalaman hidup

Kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman yang mengecewakan karena dari pengalaman yang mengecewakan.

2. Faktor Eksternal

a. Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang akan mempengaruhi tiap masing-masing individu. Seseorang yang memiliki tingkat pendidikan yang rendah akan lebih merasa lebih rendah dibandingkan dengan yang lebih memiliki tingkat pendidikannya. Seseorang yang memiliki tingkat pendidikan yang tinggi lebih merasa percaya diri terhadap dirinya dan merasa mampu mandiri terhadap dirinya.

b. Pekerjaan

Seseorang individu yang memiliki pekerjaan dan melaksanakannya dengan baik akan memiliki rasa percaya diri atas dirinya. Selain dapat mengembangkan dirinya, seseorang yang memiliki pekerjaan akan lebih mampu menjadi individu yang kreatif, mandiri dan disertai rasa bangga terhadap dirinya.

c. Lingkungan

Pengaruh lingkungan akan sangat mempengaruhi kepribadian individu, seseorang yang terbiasa dengan lingkungan yang positif yang selalu mendukung dengan kebaikan akan menumbuhkan seseorang tersebut memiliki karakter pribadi yang baik dan tentunya percaya diri terhadap dirinya. Selain lingkungan, pengalaman akan selalu menjadi guru terbaik terhadap masing-masing individu. Semakin banyak pengalaman yang dialami seseorang akan menumbuhkan seseorang tersebut menjadi pribadi yang memiliki mental yang kuat, yang percaya akan dirinya dan tentunya lebih siap terhadap dirinya dalam segala kondisi dan situasi.

2.2.3 Aspek-aspek Kepercayaan Diri

Aspek yang terkait dengan rasa percaya diri menurut (Atho'illah et al., 2023) yaitu sebagai berikut:

1. Keyakinan dan kemampuan diri

Yaitu sikap positif mengenai dirinya paham dengan apa yang dilakukannya.

2. Optimis

Yaitu selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan dan kemampuannya.

3. Obyektif

Yaitu memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.

4. Bertanggung jawab

Yaitu kesediaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.

5. Rasional

Yaitu analisa terhadap suatu masalah, suatu hal, suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataannya.

2.2.4 Ciri-ciri Kepercayaan Diri

Menurut (Srumangestu & Fitriani, 2024), ciri-ciri orang yang memiliki rasa percaya diri yaitu :

1. Bertanggung jawab atas apa yang telah dilakukan
2. Mudah menyesuaikan diri di lingkungan
3. Memiliki pendirian yang kuat
4. Mampu bekerja keras untuk menggapai tujuan.

2.2.5 Cara Menumbuhkan Rasa Percaya Diri

Agar terciptanya rasa percaya diri yang ada pada diri individu. Maka individu dapat mulai melakukan hal-hal berikut ini, yaitu: (Alkhofiyah, 2021)

1. Menemukan konsep yang ada pada dirinya dengan baik maka seyogyanya tiap individu harus lebih selektif dalam memilih akan berada dimana kelompok yang membersamainya.
2. Mencintai dan bersyukur terhadap kondisi fisik yang kita miliki. Selain itu bisa dimulai dengan menerima bentuk fisik yang dimiliki, merawat diri karena dengan merawat diri adalah contoh kita bersyukur kepada Allah SWT. Setelah merawat diri dapat dilanjutkan dengan merawat mental kita,

dan menjaga tubuh kita tetap sehat. Sehingga tidak ada alasan lagi untuk kita tidak mencintai kondisi fisik diri kita maupun diri kita sendiri.

3. Mempelajari pengalaman yang pahit untuk mengubah dirinya lebih baik lagi dan menciptakan kekuatan yang ada pada dirinya dan terbentuklah rasa percaya diri terhadap kekuatan yang ada di dalam diri tiap individu.
4. Agar tidak merasa terkucilkan dan tidak memiliki rasa percaya diri. Dimulai dari memberanikan dirinya membuka pikirannya lebih luas lagi untuk bertanya terhadap seseorang yang memiliki tingkat pengetahuan yang lebih. Memulai dengan melawan rasa malu untuk bisa bergabung ketika adanya diskusi-diskusi terhadap kelompok. Mulai membangun kepercayaan diri untuk mengemukakan pendapat. Karena ketika salah, dapat bersama-sama untuk memperbaikinya. Yang lebih paham akan membimbing bagi sekitarnya yang masih belum memahami.
5. Agar kita selalu memiliki rasa percaya diri, maka dimulai dengan menemukan lingkungan yang positif yang selalu mengajak kita kepada kebaikan-kebaikan. Mengingat dalam hal kebaikan dan mencegah kepada yang munkar. Seperti yang telah tertera dalam Qs. Ali Imran ayat 104 yang berisikan untuk selalu amar ma'ruf nahi munkar. Yaitu mengajak kepada kebaikan dan mencegah kepada kemunkaran. Agar pribadi yang ada pada diri kita selalu menjadi pribadi yang positif.

2.2.6 Instrumen Penelitian Tingkat Kepercayaan Diri

General Self Efficacy Scale (GSES) merupakan instrumen pengukuran tingkat kepercayaan diri yang menyeluruh dalam berbagai situasi yang dikembangkan oleh Schwarzer dan Jerusalem pada tahun 1995. *Self Efficacy*

mempengaruhi individu untuk berpikir, merasakan sesuatu, memotivasi dirinya, dan berperilaku.

Self Efficacy tersusun dari 3 dimensi, yaitu:

1. *Magnitude*

Menggambarkan bagaimana individu memiliki harapan yang baik, memiliki niat dan keyakinan untuk bertindak menghadapi tantangan.

2. *Strength*

Mengacu pada seberapa besar keyakinan dan kesiapan yang dimiliki individu terhadap usaha dari tindakan yang dilakukan.

3. *Generality*

Menyangkut keyakinan individu untuk menyelesaikan tugas dengan baik dan tuntas di situasi yang bervariasi ataupun dengan keadaan tertentu yang tidak pernah ditemui.

General Self Efficacy berfokus pada kepercayaan diri dan keyakinan yang luas pada seorang individu serta kemampuan individu untuk dapat menghadapi berbagai situasi menekan secara efektif (Harefa et al., 2023).

2.3 Konsep Remaja

2.3.1 Pengertian

Remaja merupakan masa kehidupan individu dimana terjadi perkembangan psikologis untuk menemukan jati diri. Pada masa peralihan tersebut, remaja akan dapat mengembangkan bakat dan kemampuan yang ia miliki yang akan ditunjukkan pada orang lain agar terlihat berbeda dari yang lain (Subekti et al., 2020).

Pengertian remaja menurut WHO adalah populasi dengan periode usia 10-19 tahun. Masa remaja atau yang sering disebut dengan masa *adolesens* merupakan masa transisi dari kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai dengan perkembangan fisik, mental, emosional dan sosial. Kementerian Kesehatan membagi periode remaja menjadi tiga bagian, yaitu masa remaja awal (10-13 tahun), masa remaja menengah (14-16 tahun), dan masa remaja akhir (17-19 tahun)(Anggraini et al., 2022).

Remaja merupakan masa dimana peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, yang telah meliputi semua perkembangan yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa (Tolukun, 2020).

2.3.2 Karakteristik Pertumbuhan dan Perkembangan Remaja

Karakteristik pertumbuhan dan perkembangan remaja menurut (Wulandari, 2014) yaitu sebagai berikut:

1. Pertumbuhan Fisik Pertumbuhan meningkat cepat dan mencapai puncak kecepatan. Pada fase remaja awal (11-14 tahun), karakteristik seks sekunder mulai tampak, seperti penonjolan payudara pada remaja perempuan, pembesaran testis pada remaja laki-laki, pertumbuhan rambut ketiak, atau rambut pubis. Karakteristik seks sekunder ini tercapai dengan baik pada tahap remaja pertengahan (usia 14-17 tahun) dan pada tahap remaja akhir (17-20 tahun) struktur dan pertumbuhan reproduktif hampir komplit dan remaja telah matang secara fisik.
2. Kemampuan berpikir Pada tahap awal remaja mencari-cari nilai dan energi baru serta membandingkan normalitas dengan teman sebaya yang jenis kelaminnya sama. Sedangkan pada remaja tahap akhir, mereka telah mampu

memandang masalah secara komprehensif dengan identitas intelektual sudah terbentuk.

3. Identitas Pada tahap awal, ketertarikan terhadap teman sebaya ditunjukkan dengan penerimaan atau penolakan. Remaja mencoba berbagai peran, mengubah citra diri, kecintaan pada diri sendiri meningkat, mempunyai banyak fantasi kehidupan, idealis. Stabilitas harga diri dan definisi terhadap citra tubuh serta peran gender hampir menetap pada remaja di tahap akhir.
4. Hubungan dengan orang tua Keinginan yang kuat untuk tetap bergantung pada orangtua adalah ciri yang dimiliki oleh remaja pada tahap awal. Dalam tahap ini, tidak terjadi konflik utama terhadap kontrol orang tua. Remaja pada tahap pertengahan mengalami konflik utama terhadap kemandirian dan kontrol. Pada tahap ini terjadi dorongan besar untuk emansipasi dan pelepasan diri. Perpisahan emosional dan fisik dari orangtua dapat dilalui dengan sedikit konflik ketika remaja akhir.
5. Hubungan dengan sebaya Remaja pada tahap awal dan pertengahan mencari afiliasi dengan teman sebaya untuk menghadapi ketidakstabilan yang diakibatkan oleh perubahan yang cepat; pertemanan lebih dekat dengan jenis kelamin yang sama, namun mereka mulai mengeksplorasi kemampuan untuk menarik lawan jenis. Mereka berjuang untuk mengambil tempat di dalam kelompok; standar perilaku dibentuk oleh kelompok sebaya sehingga penerimaan oleh sebaya adalah hal yang sangat penting. Sedangkan pada tahap akhir, kelompok sebaya mulai berkurang dalam hal kepentingan yang

berbentuk pertemanan individu. Mereka mulai menguji hubungan antara pria dan wanita terhadap kemungkinan hubungan yang permanen.

2.3.3 Ciri-ciri Remaja

Masa remaja memiliki ciri-ciri tertentu yang membedakan dengan periode sebelumnya dan sesudahnya. Ciri remaja menurut (Sarwono, 2023) diantaranya :

1. Masa remaja sebagai periode yang penting yaitu perubahan-perubahan yang dialami masa remaja akan memberikan dampak langsung pada individu yang bersangkutan dan akan mempengaruhi perkembangan selanjutnya .
2. Masa remaja sebagai periode pelatihan Disini berarti perkembangan masa kanak – kanak lagi dan sebelum dapat dianggap sebagai orang dewasa. Status remaja tidak jelas, keadaan ini memberi waktu padanya untuk mencoba gaya hidup yang berbeda dan menentukan pola perilaku, nilai dan sifat yang paling sesuai dengan dirinya.
3. Masa remaja sebagai periode perubahan Yaitu perubahan pada emosi perubahan tubuh, minat dan peran (menjadi dewasa yang mandiri), perubahan pada nilai – nilai yang dianut, serta keinginan akan kebebasan.
4. Masa remaja sebagai masa mencari identitas diri Yang dicari remaja berupa usaha untuk menjelaskan siapa dirinya dan apa peranannya dalam masyarakat.
5. Masa remaja sebagai masa yang menimbulkan ketakutan Dikatakan demikian karena sulit diatur, cenderung berperilaku yang kurang baik. Hal ini yang membuat banyak orang tua menjadi takut.

6. Masa remaja adalah masa yang tidak realistis. Remaja cenderung memandang kehidupan dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang diinginkan dan bukan sebagaimana adanya terlebih dalam cita – cita.
7. Masa remaja sebagai bagian masa dewasa. Remaja mengalami kebingungan atau kesulitan di dalam usaha meninggalkan kebiasaan pada usia sebelumnya dan di dalam memberikan kesan bahwa mereka hampir atau sudah dewasa, yaitu dengan merokok, minum-minuman keras, menggunakan obat-obatan dan terlibat dalam perilaku seks. Mereka menganggap bahwa perilaku ini memberikan citra yang mereka inginkan.

2.3.4 Tahap Perkembangan Remaja

Ada tiga tahap perkembangan remaja dalam rangka penyesuaian diri menuju kedewasaan, yaitu remaja awal (usia 10-13 tahun), remaja madya (usia 14-17 tahun), dan remaja akhir (usia 18-21 tahun) (Hamidah & Rizal, 2022) :

1. Remaja awal (*early adolescent*)

Tahap awal, pertumbuhan cepat, terjadi perubahan pada area tubuh tertentu baik untuk laki-laki maupun perempuan disebut pubertas. Awal pubertas remaja perempuan lebih cepat mengalami perubahan fisik dibandingkan remaja laki-laki di masa awal pubertas. Anak cenderung egois dan selalu merasa benar apapun yang menjadi pemikirannya. Nasehat hendaknya memberikan alasan atau argumen. Anak cenderung ingin melakukan hal apapun sendiri tanpa perlu dampingan orangtua. Bisa dikatakan anak sudah mulai mengerti dengan privasi, Peran orangtua sangat penting untuk memberikan informasi seputar pubertas agar anak tidak merasa cemas ketika perubahan fisik terjadi. Anak cenderung ingin

melakukan hal apapun sendiri tanpa perlu dampingan orangtua. Bisa dikatakan anak sudah mulai mengerti dengan privasi.

Seorang remaja pada tahap ini masih terheran-heran akan perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan dorongandorongan yang menyertai perubahan itu. Mereka mengembangkan pikiran yang baru, cepat tertarik pada lawan jenis, mudah terangsang secara erotik. Kepekaan terhadap ego menyebabkan para remaja awal ini sulit dimengerti orang dewasa.

2. Remaja madya (*middle adolescent*)

Pada tahap ini anak laki-laki suara berubah, BB dan TB bertambah, timbulnya jerawat, sedangkan pada anak perempuan perubahan fisik yang muncul sudah sangat matang ditambah dengan masa menstruasi yang semakin teratur. Mulai tertarik dengan hubungan romantis pada lawan jenis, lebih banyak perdebatan dengan orangtua yang disebabkan anak ingin belajar mandiri dan bahkan mulai menunjukkan kenakalan remaja.

Selain itu lebih suka menghabiskan waktu bersama teman sebaya, Cenderung bertindak tanpa berpikir matang-matang. Pada tahap ini remaja sangat membutuhkan teman-teman. Ia senang kalau banyak teman sebaya yang mengakuinya. Ada kecenderungan narsistik yaitu mencintai diri sendiri, dengan menyukai teman-teman yang sama dengan dirinya. Selain itu, ia berada dalam kondisi kebingungan karena tidak tahu memilih yang mana peka atau tidak peduli, ramai-ramai atau sendiri, optimistis atau pesimistis, idealis atau materialis, dan sebagainya.

3. Remaja akhir (*late adolescent*)

Pada tahap ini sudah mencapai batas maksimal, emosional lebih terkendali, mulai memikirkan hukum sebab akibat dari sikap yang diambilnya, cenderung meminta pendapat ortu/yang lain tentang langkah yang akan diambilnya terutama berkaitan dengan cita-citanya.

Tahap ini adalah masa konsolidasi menuju periode dewasa dan ditandai dengan pencapaian lima hal yaitu: minat yang makin mantap terhadap fungsifungsi intelektual, egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang lain dan dalam pengalamanpengalaman baru, terbentuknya identitas seksual yang tidak akan berubah lagi, egosentrisme (terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri) diganti dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dengan orang lain, tumbuh "dinding" yang memisahkan diri pribadinya (*private self*) dan masyarakat.