

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Landasan Teori

2.1.1 Akne vulgaris

1. Definisi

Akne vulgaris merupakan suatu peradangan menahun unit *polisebasea* yang umumnya terjadi pada masa remaja. Gambaran klinis lesi yang polimorfik, terdiri atas komedo, papul, pustul dan nodul dengan luas dan derajat yang keparahan yang bervariasi. *Predileksi* akne vulgaris yaitu di wajah, leher, dada, bahu, punggung dan lengan atas. Akne vulgaris dapat sembuh sendiri dan meninggalkan jaringan parut yang hipertropik atau hipotropik.^(4,5)

2. Faktor resiko

Faktor resiko dan penyebab akne sangat banyak yaitu multifaktorial antara lain:

a. Genetik

Pada 60% pasien, riwayat akne juga didapatkan pada satu atau kedua orang tuanya. Penderita akne yang berat mempunyai riwayat keluarga yang positif. Diduga faktor genetik berperan dalam gambaran klinik, penyebaran lesi, dan lamanya kemungkinan mendapat akne terutama genotip XYY.^(6,7)

b. Hormon

Hormon androgen memegang peranan penting terjadinya akne vulgaris karena glandula *sebacea* sangat sensitif terhadap hormon ini. Hormon androgen berasal dari testes dan kelenjar anak ginjal (adrenal). Hormon ini menyebabkan kelenjar sebacea bertambah besar dan produksi sebum meningkat, hormon lain yang berperan yaitu progesteron dan hormon dari kelenjar hipofisis.⁽⁸⁾

c. Kosmetik

Kosmetik dapat menyebabkan akne jika mengandung bahan-bahan yang menyebabkan komedo misalnya bahan-bahan seperti *lanolin*, *petrolatum*, minyak atsiri dan bahan kimia murni (*asam oleik*, *butil stearat*, *lauril alkohol*, bahan pewarna biasanya terdapat pada krim-krim wajah. Untuk jenis bedak yang sering menyebabkan akne adalah bedak padat (*compact powder*).⁽⁷⁾

d. Sebum

Merupakan faktor utama penyebab timbulnya akne. Produksi sebum berlebih akan menyebabkan peningkatan unsur komedo dan inflamasi penyebab terjadinya lesi akne.⁽⁹⁾

e. Kebersihan wajah

Meningkatkan perilaku kebersihan diri dapat mengurangi kejadian akne vulgaris pada remaja. Karena akan mencegah peningkatan jumlah flora folikel (*Propionibacterium acnes*).⁽⁹⁾

f. Bakteri

Mikroba yang terlibat pada terbentuknya akne adalah *Propionibacterium acnes* dan *Staphylococcus epidermidis*.⁽¹⁰⁾

g. Psikis

Pada beberapa penderita, stres dan gangguan emosi dapat menyebabkan eksaserbasi akne. Terjadinya stres psikis yang dapat memicu kegiatan kelenjar sebacea, baik secara langsung atau melalui rangsangan terhadap kelenjar hipofisis.⁽⁹⁾

3. Patogenesis

Patogenesis terjadinya jerawat di bagi dalam 4 langkah, yaitu:

a. Hiperproliferasi folikel

Keratinisasi pada saluran polisebasea disebabkan oleh adanya penumpukan *korniosit* dalam saluran polisebase. Hal ini dapat disebabkan oleh bertambahnya erupsi *korniosit* pada saluran polisebasea, pelepasan korniosit yang tidak adekuat, kombinasi kedua faktor diatas. Bertambahnya produksi *korniosit* dari sel keratinosit merupakan salah satu sifat komedo.⁽¹⁰⁾

b. Produksi sebum berlebih

Jerawat biasanya mulai timbul pada masa pubertas pada waktu kelenjar sebacea membesar dan mengeluarkan sebum lebih banyak. Terdapat korelasi antara hebatnya jerawat dan produksi sebum. Pertumbuhan kelenjar palit dan produksi sebum dibawah pengaruh hormon androgen. Pada penderita akne terdapat peningkatan konversi hormon androgen yang normal berada dalam darah (testosteron) terbentuk metabolit yang lebih aktif (5-alfa dihidrotestosteron).⁽¹⁰⁾

c. Peradangan

Faktor yang menyebabkan peradangan pada akne belumlah diketahui dengan pasti. Pencetus kemotaksis adalah dinding sel dan produk yang dihasilkan oleh *Corynebacterium acnes* seperti lipase, *hialuronidase*, protease, *lesitinase* dan *nioranidase*, memegang peranan penting dalam proses peradangan.⁽¹⁰⁾

d. Bakteri

Tiga macam mikroorganisme yang terlihat pada patogenesis akne adalah *Propionibacterium acnes* (*P.acnes*), *Staphylococcus epidermis* (*S. epidermis*), dan *Pityrosporum ovale* (*P.ovale*). Diantara mikroflora tersebut yang paling penting adalah *Propionibacterium acnes* merupakan bakteri anaerob gram positif yang terdapat di folikel *pilosebacea*. Bakteri yang terdapat di dalam folikel mengadakan eksaserbasi tergantung pada lingkungan mikro dalam folikel tersebut. Kadar oksigen dalam folikel berkurang dan akhirnya terjadi kolonisasi *Propionibacterium acnes*.⁽¹⁰⁾

4. Tanda dan gejala

Lesi akne vulgaris dapat berupa lesi noninflamasi dan lesi inflamasi. Lesi noninflamasi berupa komedo, yaitu komedo tertutup (*whiteheads*) dan komedo terbuka (*blackheads*). Komedo terbuka berupa lesi yang sedikit meninggi atau datar dengan bagian tengah folikel berwarna gelap. Komedo tertutup berupa papul kecil sedikit meninggi dan berwarna pucat, dengan meregangkan kulit mudah mendeteksi lesi ini. Lesi inflamasi berupa papul, pustul dan *nodul*. Di sekitar papul dan pustul terdapat eritema yang menandakan suatu inflamasi. Nodus ditandai dengan lesi papul *eritematosa* dan nyeri berdiameter lesi besar dari 5 mm.⁽¹¹⁾

5. Klasifikasi

Banyak terdapat klasifikasi akne vulgaris, namun berdasarkan tata laksana akne di Indonesia klasifikasi yang dipakai adalah menurut Lehmann dkk:^(12,13)

- a. Ringan: komedo < 20 pustule < 15 kista = 0 total < 30
- b. Sedang: komedo 20-100 pustule 15-50 kista < 5 total 30-125
- c. Berat: komedo > 100 pustul > 50 kista > 5 total > 125

6. Penatalaksanaan

Pengobatan akne vulgaris berdasarkan kepada patofisiologinya, yaitu memperbaiki keratinisasi *folikular*, menurunkan aktifitas kelenjar sebacea, menurunkan jumlah populasi bakteri khususnya *P. acnes* dan mengurangi inflamasi.⁽⁵⁾

Pengobatan akne vulgaris diberikan berdasarkan derajat keparahannya, akne vulgaris derajat ringan, sedang dan berat. Pengobatan ini dapat berupa terapi topikal dan terapi sistemik.^(5,9)

Tabel 2. Pengobatan akne vulgaris berdasarkan derajat keparahan.⁽⁹⁾

	Derajat ringan	Derajat sedang	Derajat berat
Lini pertama	Retinoid topikal atau kombinasi	Topikal retinoid + antimikrobia topikal atau kombinasi	Oral antibiotik+ topikal retinoid ±BPO atau kombinasi
Lini kedua	Dapsone topikal /azelaiz acid/ salicylic acid	Dapsone topikal/azelaiz acid/salicylic acid	Oral antibiotik + retinoid topikal ±BPO atau kombinasi
Terapi lainnya	Ekstraksi komedo	Laser/light therapy, photodynamic therapy	Ekstraksi komedo, Laser/light therapy, photodynamic therapy
Terapi pemeliharaan	Topikal retinoid ±BPO atau kombinasi	Retinoid topikal ±BPO atau kombinasi	Retinoid topikal ±BPO atau kombinasi

7. Pencegahan

Pencegahan yang dapat dilakukan untuk menghindari akne vulgaris atau jerawat adalah sebagai berikut:

- a. Menghindari terjadinya peningkatan jumlah lipid sebum dengan cara diet rendah lemak dan karbohidrat serta melakukan perawatan kulit untuk membersihkan permukaan kulit dari kotoran.
- b. Menghindari terjadinya faktor pemicu, misalnya hidup teratur dan sehat, cukup berolahraga sesuai kondisi tubuh, hindari stres penggunaan kosmetik secukupnya, misalnya minuman keras, pedas, rokok, dan sebagainya.⁽⁹⁾

2.1.2 Pola Makan

1. Definisi

Pola makan adalah suatu cara atau usaha dalam pengaturan jumlah dan jenis makanan dengan informasi gambaran dengan meliputi mempertahankan kesehatan, status nutrisi, mencegah atau membantu kesembuhan penyakit. Secara umum pola makan memiliki 3 komponen yang terdiri dari jenis, frekuensi, dan jumlah makanan.¹⁴ 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 makan 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 index glikemik tinggi, bisa memicu fluktuasi atau naik turunnya hormon. Salah satunya adalah hormon insulin, yang bisa mendorong kemunculan sebum, salah satu penyebab akne vulgaris.⁽⁵⁾

a. Jenis makan

Jenis makan adalah sejenis makanan pokok yang dimakan setiap hari terdiri dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayuran, dan buah yang dikonsumsi setiap hari.⁽¹⁰⁾

b. Frekuensi makan

Frekuensi makan adalah beberapa kali makan dalam sehari meliputi makan pagi, makan siang, makan malam dan makan selingan.⁽¹⁰⁾

c. Jumlah makan

Jumlah makan adalah banyaknya makanan yang dimakan dalam setiap orang atau setiap individu dalam kelompok.⁽¹⁰⁾

2. Faktor yang mempengaruhi pola makan

a. Faktor ekonomi

Variabel ekonomi mencukup dalam peningkatan peluang untuk daya beli pangan dengan kuantitas dan kualitas dalam pendapatan menurunkan daya beli pangan secara kualitas maupun kuantitas masyarakat.⁽¹⁴⁾

b. Faktor sosial budaya

Pantangan dalam mengkonsumsi jenis makanan dapat dipengaruhi oleh faktor budaya sosial dalam kepercayaan budaya adat daerah yang menjadi kebiasaan atau adat.⁽¹⁴⁾

c. Agama

Dalam agama pola makan ialah suatu cara makan dengan diawali berdoa sebelum makan dengan diawali makan menggunakan tangan kanan.⁽¹⁵⁾

d. Kebiasaan makan

Kebiasaan makan ialah suatu cara seseorang yang mempunyai keterbiasaan makan dalam jumlah tiga kali makan dengan frekuensi dan jenis makanan yang dimakan.⁽¹⁴⁾

e. Gaya hidup

Pada usia remaja gaya hidup yang dialami remaja cenderung berubah yang bisa dilihat dari faktor dalam tubuh yaitu pola makan dan pola hidup mereka.

Terlebih lagi remaja di daerah ibu kota sulit menjaga pola makan yang sehat dan pola hidup yang teratur. Makanan yang sering dikonsumsi oleh remaja adalah makanan *junk food* (makanan rendah gizi) dan *fast food* (makanan cepat saji). Dan pola hidup para remaja di zaman sekarang yang jarang berolah raga.⁽⁹⁾

Makanan berserat akan mempertahankan keseimbangan mikro-organisme yang baik dan yang jahat dalam saluran pencernaan. Sekaligus, memperlancar proses buang air besar. Buah-buahan yang berwarna cerah (ungu, merah, kuning) banyak mengandung anti-oksidan yang dapat meredakan peradangan (inflamasi) jerawat.⁽⁹⁾

Makanan yang dapat menimbulkan timbulnya akne vulgaris adalah makanan dengan kadar gula yang tinggi. Secara ilmiah dapat dibuktikan bahwa mengkonsumsi terlalu banyak gula dapat meningkatkan kadar insulin dalam darah, dimana hal tersebut memicu produksi hormon androgen yang membuat kulit menjadi berminyak. Dan kadar minyak yang tinggi dalam kulit merupakan pemicu paling besar terhadap timbulnya akne vulgaris.⁽⁹⁾

Seperti yang kita ketahui bahwa jerawat sesungguhnya bisa dicegah dengan cara pola makan yang sehat dengan tidak mengkonsumsi makanan yang mengandung lemak dan minyak serta makanan *junk food* dan *fast food*. Sangat dianjurkan mengkonsumsi sayuran dan buah yang terbukti baik untuk kulit.⁽⁹⁾

3. Dampak Negatif Makanan Cepat Saji

Makanan cepat yang dikonsumsi terus menerus akan berdampak terhadap kesehatan. Ada beberapa dampak negatif mengonsumsi makanan cepat saji sebagai berikut:⁽¹²⁾

a. Meningkatkan serangan jantung

Makanan cepat saji memiliki kandungan kolesterol yang tinggi sehingga dapat mengakibatkan penyumbatan pembuluh darah. Pembuluh darah yang tersumbat akan membuat aliran darah tidak lancar dan dapat mengakibatkan terjadi serangan jantung koroner.⁽¹²⁾

b. Membuat ketagihan

Makanan cepat saji mengandung zat aditif yang dapat membuat ketagihan dan merangsang untuk ingin terus memakannya sesering mungkin.⁽¹²⁾

c. Meningkatkan berat badan

Sering mengonsumsi makanan cepat saji dan jarang olahraga, akan mengalami penambahan berat badan yang tidak sehat. Hasil lemak dari mengonsumsi makanan cepat saji tidak digunakan dengan baik oleh tubuh sehingga lemak inilah yang kemudian tersimpan dan menumpuk yang mengakibatkan obesitas.⁽¹²⁾

d. Meningkatkan resiko Kanker

Makanan cepat saji mengandung lemak yang tinggi sehingga dapat meningkatkan resiko kanker, terutama kanker payudara dan usus besar.⁽¹²⁾

e. Memicu Diabetes

Makanan cepat saji mengandung kalori dan lemak jenuh yang tinggi dan akan memicu terjadinya resistensi insulin yang berujung pada penyakit diabetes. Resistensi insulin terjadi ketika sel-sel tubuh tidak merespon insulin sehingga menurunkan penyerapan glukosa yang menyebabkan banyak glukosa menumpuk di aliran darah.⁽¹²⁾

f. Memicu tekanan darah tinggi

Garam dapat membuat masakan menjadi jauh lebih nikmat. Hampir semua makanan cepat saji mengandung garam yang tinggi. Garam mengandung natrium, ketika kadar natrium dalam darah tinggi dan tidak dapat dikeluarkan oleh ginjal, volume darah meningkat karena natrium bersifat menarik dan menahan air. Peningkatan ini menyebabkan jantung bekerja lebih keras untuk mengalirkan darah

keseluruh yang menyebabkan jantung bekerja lebih keras untuk mengalirkan darah keseluruh tubuh yang menyebabkan tekanan darah tinggi.⁽¹²⁾

2.1.3 Jenis Kelamin

Menurut Elly M. Setiadi dan Usman Kolip, jenis kelamin mengarah pada pembagian fisiologis atau anotomis manusia secara biologis. Konsep jenis kelamin lebih membedakan manusia di mana manusia yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan dapat diidentifikasi melalui kepemilikan alat kelamin dan peran seksualnya. Alat kelamin tersebut merupakan atribut yang melekat pada setiap manusia secara alamiah yang secara fungsional tidak dapat dipertukarkan.⁽¹⁵⁾

Uraian di atas menegaskan bahwa perbedaan jenis kelamin perempuan dan laki-laki memiliki pengaruh terhadap perilaku individu. Teori psikologi menjelaskan bahwa konsep diri seseorang tentang dirinya menentukan perilaku seseorang. Apa yang harus dilakukan individu dipengaruhi oleh dimensi pengetahuan tentang dirinya, harapan akan dirinya, serta penilaian dirinya. Konsep diri individu berkembang seiring dengan pengaruh dari lingkungan keluarga, teman sebaya, dan tuntutan norma dalam masyarakat.⁽¹⁵⁾

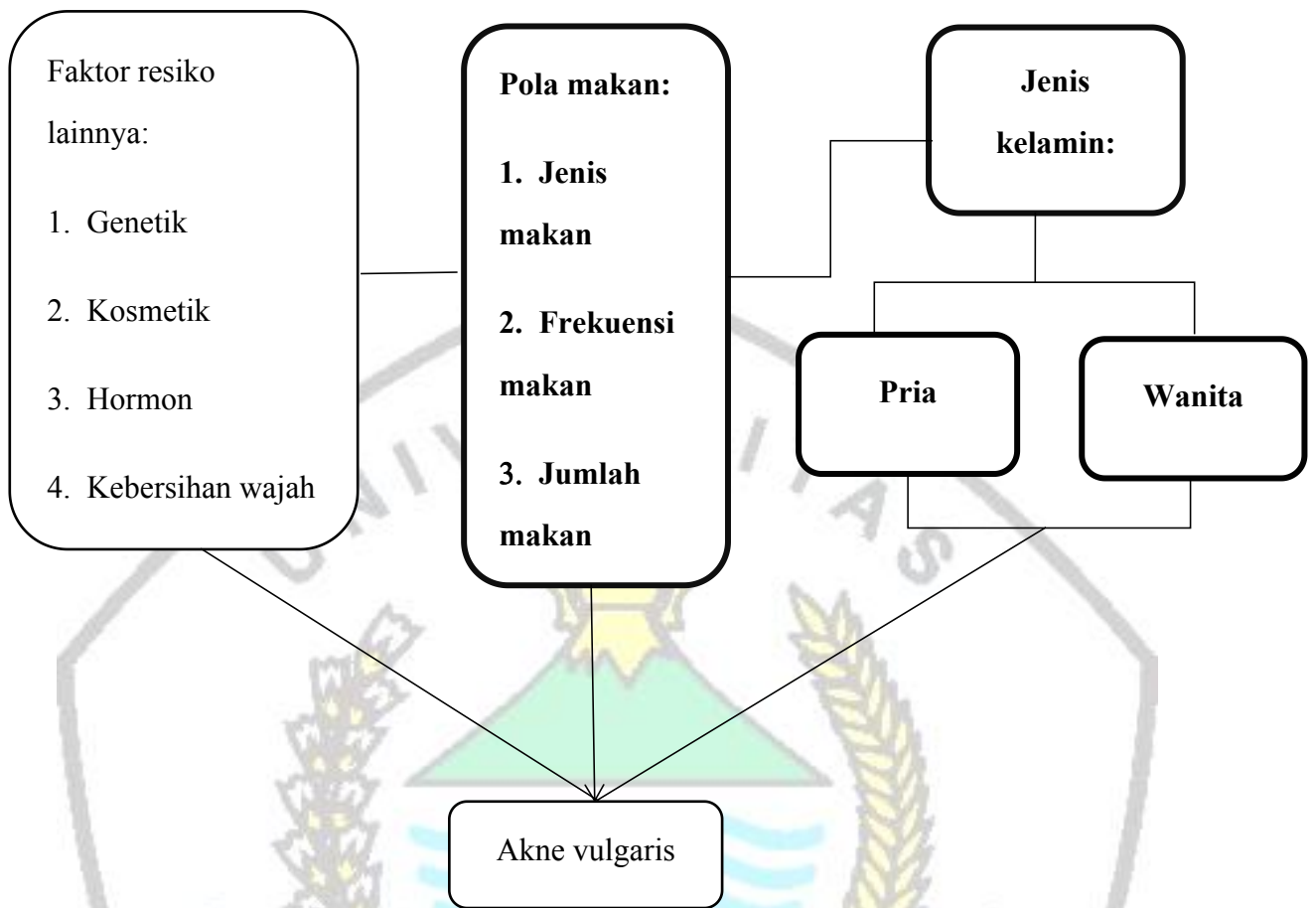
Masa pubertas adalah masa di mana seseorang individu yang belum dewasa akan mendapatkan ciri-ciri fisik dan sifat yang memungkinkan untuk mampu bereproduksi. Pada anak laki-laki, pubertas yang meluas disekresi oleh testis yang baru aktif di bawah pengaruh gonadotropin yang disekresi oleh hipofisis anterior. Meskipun progresi perubahan pada pubertas dapat diprediksi, namun onset usia sangat berbedabeda di berbagai tempat di dunia dan bahkan pada anak-anak dengan latar belakang etnis yang berbeda dalam wilayah yang sama. Perbedaan ekonomi juga dapat mempengaruhi onset usia. Pada pria umumnya akne vulgaris lebih cepat berkurang, namun pada penelitian didapatkan bahwa justru pada pria gejala akne vulgaris lebih berat.⁽¹⁵⁾

Serangan akne yang disertai hirsutisme atau kelainan menstruasi mungkin menunjukkan adanya gangguan endokrin pada pasien perempuan. Akne pada

perempuan yang berusia sekitar 20, 30, dan 40 tahun sering sekali disebabkan oleh kosmetik dan pelembab yang bahan dasarnya dari minyak yang menimbulkan komedo. Dapat dikatakan penyebab akne multifaktorial, beberapa faktor seperti kualitas tidur (memicu kegiatan kelenjar sebacea), masa pubertas, makanan, genetik, infeksi, usia, diet, kosmetik dan obat-obatan dapat memicu terjadinya akne vulgaris.⁽¹⁶⁾



2.2 Kerangak teori

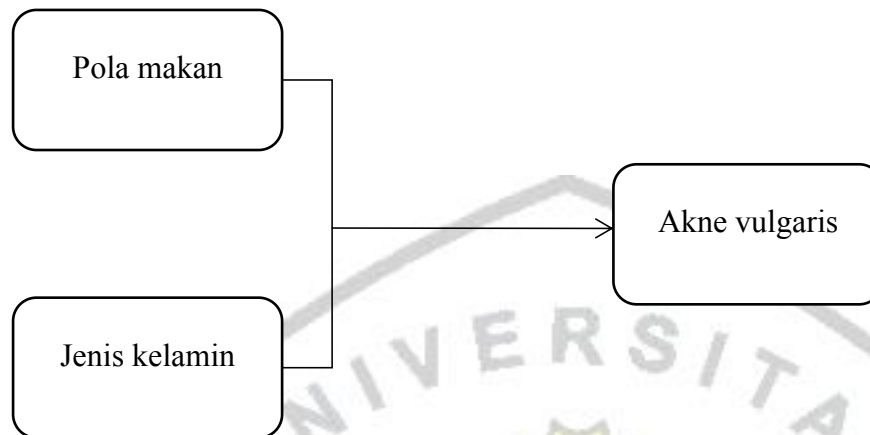


Gambar 1. Kerangka teori

2.3 Kerangka Konsep

Variabel bebas

Variabel terikat



Gambar 2. Kerangka konsep

2.4 Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Terdapat hubungan antara pola makan, jenis kelamin dengan kejadian akne vulgaris pada mahasiswa.