Gudang Jurnal Ilmu Kesehatan
Volume 4 ; Nomor 2 ; Agustus 2026 ; Page 294-303
Doi : https://doi.org/10.59435/gjik.v4i2.2269
Website : https://gudangjurnal.com/index.php/gjik
E-ISSN : 3025-9908

Hubungan Kebersihan Kulit Wajah Dan Pola Makan Terhadap Kejadian *Acne Vulgaris* Pada Remaja Di Sekolah Smk Bhakti Anindya Pasar Baru Kota Tangerang

Amelia Damayanti[1*], Dian Perwita Fitrianingrum[2], Jaenudin Saputra[3]

[1,2,3] Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Yatsi Madani
ameliadamayanti857@gmail.com dianperwita35@gmail.com, zainudinj3@gmail.com

Abstrak

Latar belakang: *Acne vulgaris* adalah masalah kulit yang sering dialami remaja akibat peradangan pada *folikel polisebasea* yang dapat menimbulkan dampak fisik maupun psikologis. Prevalensi *acne vulgaris* pada remaja cenderung meningkat setiap tahun, dengan kasus terbanyak ditemukan pada kelompok usia 15-19 tahun. Kebersihan kulit wajah yang kurang optimal serta pola makan tinggi lemak dan gula diduga berhubungan dengan peningkatan produksi sebum yang memperparah kondisi *acne vulgaris*. **Tujuan penelitian** untuk mengetahui hubungan kebersihan kulit wajah dan pola makan terhadap kejadian *acne vulgaris* pada remaja di SMK Bhakti Anindya Pasar Baru. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross-sectional,* melibatkan 121 responden yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan dianalisis menggunakan *uji Chi-Square*. **Hasil:** Terdapat hubungan signifikan antara kebersihan kulit wajah (p=0,001) dan pola makan (p=0,000) dengan kejadian *acne vulgaris*. **Kesimpulan:** dari penelitian ini adalah kebersihan kulit wajah dan pola makan berperan penting dalam kejadian *acne vulgaris* pada remaja. Oleh karena itu, diperlukan upaya peningkatan edukasi mengenai pentingnya menjaga kebersihan kulit wajah dan menerapkan pola makan sehat sebagai langkah pencegahan *acne vulgaris* pada remaja.

Kata Kunci : *Acne Vulgaris*, Kebersihan Kulit Wajah, Pola Makan, Remaja.

PENDAHULUAN

Acne vulgaris salah satu masalah kulit yang sering dialami terutama pada remaja, tingginya angka kejadian *acne* pada remaja di berbagai negara menunjukkan bahwa masalah ini masih menjadi perhatian dalam bidang kesehatan kulit. Kondisi ini termasuk peradangan kronis pada *folikel polisebasea* yang dapat muncul di wajah maupun bagian tubuh lainnya, meskipun tidak mengancam jiwa tingkat keparahannya dapat menimbulkan berbagai dampak, seperti bekas luka, iritasi pada kulit, serta gangguan psikologis termasuk perasaan cemas, penurunan rasa percaya diri, bahkan depresi bagi beberapa orang yang mengalami (Vasam et al., 2023).

Global Burden Of Disease (GBD) menyatakan bahwa jumlah prevalensi *acne vulgaris* mengalami peningkatan setiap tahun, Pada tahun 2021 prevalensi meningkat pada kelompok usia 10-24 tahun mencapai 9,79% per 100.000 penduduk, dibandingkan pada tahun 1990 sebesar 8,56%, kasus terbanyak ditemukan pada kelompok usia remaja 15-19 tahun yaitu sebesar 32,5% (Zhu et al., 2025). Kasus mencapai 17 juta orang di Amerika Serikat, serta di kawasan Asia Tenggara 40-80%. Sedangkan wilayah Eropa Barat dan Afrika mengalami peningkatan prevalensi pada remaja perempuan sebesar 25% lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki sebesar 20% (Afnanita, 2023).

Di Indonesia, *acne vulgaris* termasuk salah satu penyakit kulit yang sering terjadi, dengan angka kejadian mencapai 80%-85% sepanjang kehidupan individu. Kondisi ini umumnya lebih sering ditemukan pada kelompok remaja terutama pada perempuan usia 14-17 tahun dan laki-laki usia 16-19 tahun, yang berkaitan dengan perubahan hormonal pada masa pubertas. Selain itu, sekitar 12% wanita di atas umur 25 tahun masih mengalami *Acne* (Syahputra et al., 2021).

CC Attribution-ShareAlike 4.0 License.

Data mengenai angka kejadian *Acne vulgaris* di wilayah Banten tidak dapat ditemukan secara rinci dan masih terbatas. Namun beberapa penelitian yang dilakukan oleh (Rendika et al,. 2022). Di Kecamatan Pamulang menunjukkan bahwa kejadian sebesar 77,1% pada usia kelompok remaja 15-18 tahun. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Claudya et al., 2023). Di klinik Sukma Kecamatan Serpong Utara menyatakan bahwa prevalensi *acne vulgaris* mayoritas adalah pelajar dan mahasiswa sebesar 68,3% , sering ditemukan pada kelompok usia 12-25 tahun.

Peningkatan kondisi sebum berasal dari kelenjar minyak yang terlalu aktif dapat menyebabkan penyumbatan pori-pori sehingga menimbulkan berbagai lesi. Lesi tersebut umumnya muncul pada area wajah, namun juga dapat ditemukan pada bagian tubuh lain seperti leher, punggung, dada, hingga lengan atas (S. Dewi et al., 2024). Kondisi ini disebabkan oleh beberapa faktor peningkatan hormon androgen (Pubertas) yang memicu peningkatan produksi sebum berlebihan, hiperkeratinisasi folikel rambut, pertumbuhan bakteri *propionibacterium acnes*, serta proses peradangan. Selain itu, terdapat faktor-faktor yang dapat memicu atau memperparah jerawat seperti pola makan, penggunaan kosmetik, mencuci kulit wajah, stres psikologis serta kurangnya pengetahuan tentang faktor penyebab *acne* (Juli et al., 2024).

Kebersihan kulit wajah adalah satu aspek yang sangat penting, kesadaran terhadap pentingnya menjaga kebersihan dapat memperkecil peluang terkena infeksi. Upaya menjaga kebersihan wajah bertujuan untuk menghilangkan sel-sel kulit mati dan minyak yang berlebih, keringat, kotoran serta sisa kosmetik. Pembersihan kulit wajah dilakukan setelah beraktivitas sebelum tidur, dengan cara yang benar dan tepat agar tidak merusak lapisan pelindung kulit. Namun pada praktiknya masih terdapat perbedaan tingkat kesadaran dalam menjaga kebersihan, pria umumnya cenderung kurang memperhatikan kebersihan mereka terutama kebersihan pribadi. Terutama Individu yang mengalami sering mengeluhkan munculnya ruam pada kulit, lokasi perkembangan biasanya berada di area wajah, bahu, bagian atas ekstremitas, dada, dan punggung (Shofifah et al., 2022).

Pola makan merupakan suatu perilaku yang paling penting dan dapat mempengaruhi status gizi seseorang. Hal ini disebabkan oleh hubungan antara pola makan dengan kualitas serta jumlah makanan dan minuman yang dikonsumsi dan dapat memengaruhi kesehatan individu. Pola makan mencakup tiga komponen utama, yaitu jenis makanan yang dikonsumsi, frekuensi makan, serta jumlah makan. Jenis makanan yang tidak sehat dapat meningkatkan produksi sebum minyak pada kulit wajah, sehingga dapat memperburuk kondisi. Konsumsi makanan tinggi lemak, seperti keju, daging berlemak, gorengan dan juga *fast food* atau makanan tinggi karbohidrat seperti nasi putih, mie instan, kue, minuman manis dan coklat. Hal ini diketahui dapat memperparah kondisi jerawat, melalui dua mekanisme utama yaitu peningkatan produksi sebum bersifat komedogenik yang pada akhirnya dapat menyebabkan penyumbatan pada *folikel pilosebasea* (Anggoro, 2024).

Frekuensi makan, yaitu seberapa sering seseorang makan dalam sehari, juga berpengaruh terhadap kestabilan kadar gula darah dan respons hormonal. Makan tidak teratur atau sering melewatkan waktu makan dapat mengganggu metabolisme dan memperburuk kondisi kulit. Sementara itu jumlah makan terutama jika tidak seimbang dengan kebutuhan energi, dapat memicu resistensi insulin yang juga berperan dalam munculnya *acne vulgaris* (Ahmad et al., 2025).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMK Bhakti Anindya pada 27 April 2026 melalui wawancara dan observasi terhadap satu kelas yang terdiri dari 40 siswa, ditemukan beberapa permasalahan yang berkaitan dengan kebersihan kulit wajah dan pola makan. Dari 40 responden sebanyak 19 orang mengaku tidak rutin membersihkan wajah setelah beraktivitas dan sebelum tidur, sedangkan 21 responden lainnya sudah membersihkan wajah secara teratur. Selain itu, sebanyak 24 responden juga memiliki pola makan yang kurang sehat, seperti sering mengonsumsi gorengan, makanan cepat saji, serta minuman manis. Sedangkan 16 responden lainnya jarang mengonsumsi makanan yang memicu

CC Attribution-ShareAlike 4.0 License.

jerawat. Berdasarkan hasil observasi awal, ditemukan bahwa 26 dari 40 responden mengalami jerawat. Beberapa responden juga mengaku belum mengetahui bahwa kebersihan wajah dan pola makan dapat memengaruhi munculnya jerawat. Berdasarkan uraian permasalahan tersebut penelitian ini penting untuk diteliti untuk banyak remaja yang mengalami jerawat serta kurangnya kesadaran dalam menjaga kebersihan wajah dan pola makan yang sehat. Jika hal ini terus berlanjut dapat berdampak pada meningkatnya masalah kulit pada remaja serta dapat menurunkan kepercayaan diri dan kondisi psikologi yang dapat memengaruhi interaksi sosial, peneliti menduga bahwa kebersihan kulit wajah yang kurang optimal serta pola makan yang tidak sehat dapat berhubungan dengan kejadian *acne vulgaris* pada remaja. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Hubungan Kebersihan Kulit Wajah dan Pola Makan terhadap Kejadian *Acne vulgaris* pada Remaja di SMK Bhakti Anindya Pasar Baru Kota Tangerang.

METODE

Penelitian Kuantitatif merupakan metode penelitian yang menggunakan angka atau data berbentuk numerik untuk melihat dan mengukur suatu fenomena yang terjadi di masyarakat. Data dalam penelitian ini biasanya diperoleh melalui survei, kuesioner, observasi, maupun eksperimen yang kemudian diolah menggunakan analisis statistik. Dengan menggunakan metode kuantitatif, peneliti dapat mengetahui hubungan antar variabel secara lebih jelas dan terukur (Hasliani, 2024).

Penelitian ini dilakukan di Sekolah SMK Bhakti Anindya Pasar Baru Kota Tangerang menggunakan teknik kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional* untuk melihat hubungan antara faktor dan risiko pada waktu bersamaan yang dilakukan satu kali dalam satu periode tertentu terhadap responden yang diteliti, pengumpulan data menggunakan instrument berupa kuisioner serta analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *statistic Chi Square* untuk mengetahui hubungan dengan antar variabel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Usia Remaja di SMK Bhakti Anindya Pasar Baru Kota Tangerang

Usia	F	%
16	47	38,8%
17	36	29.8%
18	38	31,4%
Total	**121**	**100%**

Dari 121 responden yang diteliti, kelompok usia 16 tahun mendominasi dengan 42 orang (38,8%), disusul usia 18 tahun sebanyak 38 orang (31,4%) dan usia 17 tahun sebanyak 36 orang (29,8%). Rentang usia ini tergolong remaja pertengahan, masa di mana proses pubertas masih berjalan cukup intens. Pada fase ini kadar hormon androgen meningkat drastis dan memicu kelenjar sebasea bekerja lebih aktif dari biasanya (Zhu et al., 2024). Dalam kajiannya mencatat bahwa secara global, kasus *acne vulgaris* paling banyak justru muncul di kelompok usia 15-19 tahun, mencakup 32,5% dari total kasus yang ada angka ini cukup relevan dengan sebaran usia pada penelitian ini.

Sementara itu (Afnanita, 2023). Menjelaskan bahwa gejolak hormon di masa remaja awal sampai pertengahan menjadi salah satu pemicu utama lonjakan produksi sebum penyebab jerawat. Mayoritas usia 16 tahun pada penelitian ini

CC Attribution-ShareAlike 4.0 License.

memperlihatkan bahwa mayoritas responden memang berada di titik paling rawan secara biologis untuk mengalami *acne vulgaris*, mengingat hormon pubertas mereka belum sepenuhnya stabil.

Menurut Peneliti (Suharto & Fitri, 2023). Bahwa mayoritas responden mengalami *acne vulgaris* berada pada usia 16 tahun disebabkan oleh faktor kondisi biologis remaja yang mengalami pubertas, hormon tidak stabil, menjadi kelenjar minyak di wajah pun cenderung lebih aktif dari biasanya. Bisa dibilang dominannya responden usia 16 tahun karena, memang mencerminkan kelompok usia yang secara biologis paling mudah berjerawat, di mana sebagian besar siswa memang berada pada rentang usia tersebut.

Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin di SMK Bhakti Anindya Pasar Baru Kota Tangerang

Jenis Kelamin	F	%
Perempuan	63	52,1%
Laki Laki	58	47,9%
Total	**121**	**100%**

Responden perempuan lebih banyak ditemukan dalam penelitian ini, yaitu 63 orang (52,1%), sementara laki-laki berjumlah 58 orang (47,9%). Selisih jumlah antara keduanya memang tidak terlalu jauh, tapi dominasi perempuan ini cukup berpengaruh terhadap pola kejadian *acne vulgaris* yang ditemukan, mengingat karakteristik hormonal perempuan dan laki-laki berbeda cukup signifikan. Menurut (Afnanita, 2023) remaja perempuan memiliki risiko *acne vulgaris* sekitar 25% lebih tinggi dibanding laki-laki yang berada di angka 20%, hal ini erat kaitannya dengan naik-turunnya hormon estrogen dan progesteron sepanjang siklus menstruasi. Temuan serupa juga muncul dalam penelitian (Salemi et al., 2025) di mana perempuan lebih sering mengeluhkan masalah jerawat dibandingkan laki-laki berdasarkan hasil kuesioner yang mereka sebarkan. Bisa dibilang banyaknya responden perempuan dalam penelitian ini turut menjelaskan mengapa angka kejadian *acne vulgaris* yang ditemukan tergolong tinggi, sejalan dengan fakta bahwa remaja putri secara hormonal memang lebih rentan.

Temuan ini turut diperkuat oleh (Amirah & Andri, 2021) yang menemukan *acne vulgaris* pada perempuan bahkan mencapai 70,5%, dengan dikaitkan pada faktor hormonal yang dimiliki perempuan. Penjelasannya yaitu siklus menstruasi yang membuat kadar estrogen dan progesteron perempuan naik dan turun, dan perubahan ini ikut memengaruhi seberapa banyak minyak yang diproduksi kulit wajah.

Menurut peneliti bahwa kejadian *acne vulgaris* lebih banyak ditemukan pada siswa perempuan dibandingkan siswa laki-laki. Hal ini dipengaruhi oleh perbedaan hormon seksual, khususnya fluktuasi hormon estrogen dan progesteron pada perempuan (Faktor Menstruasi) yang dapat meningkatkan aktivitas kelenjar sebasea sehingga produksi sebum menjadi lebih tinggi dan mudah menyumbat pori-pori. Selain faktor hormonal, kebiasaan pola makan remaja seperti konsumsi makanan pedas, berminyak, dan tinggi gula juga dapat memicu peradangan kulit yang memperberat timbulnya jerawat (Afnanita, 2023).

Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Kebersihan Kulit Wajah Pada Remaja di SMK Bhakti Anindya Pasar Baru Kota Tangerang

Kebersihan Kulit Wajah	F	%
Baik	41	33,9%

CC Attribution-ShareAlike 4.0 License.

Buruk	80	66,1%
Total	**121**	**100%**

Dari 121 responden, sebagian besar tercatat memiliki kebersihan kulit wajah yang tergolong buruk, yaitu 80 orang (66,1%), sementara 41 orang lainnya (33,9%) masuk kategori baik. Kebersihan kulit wajah sendiri mencakup rangkaian kebiasaan seperti frekuensi mencuci muka, pemilihan produk pembersih yang sesuai jenis kulit, kebiasaan mengganti sarung bantal dan handuk secara berkala, hingga menghindari kebiasaan menyentuh wajah dengan tangan yang belum dicuci. Menariknya, mayoritas remaja di sekolah ini ternyata cukup memperhatikan hal-hal tersebut dalam keseharian mereka meski masih ada sepertiga responden yang belum konsisten menerapkannya, terutama pada kebiasaan membersihkan wajah setelah beraktivitas di luar ruangan atau sebelum tidur malam.

Secara patofisiologi, (Vasam et al., 2023) menjelaskan bahwa akumulasi sebum, sel kulit mati, dan mikroorganisme pada permukaan kulit merupakan salah satu pemicu utama terbentuknya komedo yang berkembang menjadi lesi inflamasi *acne vulgaris*. Ketika kebersihan wajah tidak terjaga, proses *deskuamasi* sel kulit mati menjadi tidak optimal sehingga *folikel pilosebasea* lebih mudah tersumbat.

Menurut peneliti, tingginya proporsi responden dengan kebersihan wajah baik pada penelitian ini menunjukkan cukup baiknya kesadaran remaja soal perawatan kulit dasar. Namun demikian, kelompok sepertiga responden yang masih belum konsisten menjaga kebersihan wajahnya tetap menjadi perhatian penting, mengingat kelompok inilah yang paling berisiko mengalami penumpukan sebum dan kotoran yang memicu peradangan kulit.

Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Pola Makan Pada Remaja di SMK Bhakti Anindya Pasar Baru Kota Tangerang

Pola Makan	f	%
Baik	**46**	**38,0%**
Buruk	**75**	**62,0%**
Total	**121**	**100%**

Sebanyak 75 dari 121 responden (62,0%) memiliki pola makan yang tergolong buruk, sedangkan 46 orang (38,0%) sisanya masuk kategori baik. Pola makan yang dimaksud dalam penelitian ini mencakup frekuensi konsumsi makanan tinggi lemak dan gula seperti gorengan, makanan cepat saji, minuman manis, camilan kemasan, serta rendahnya asupan sayur, buah, dan air putih dalam keseharian remaja. Kebiasaan jajan di lingkungan sekolah turut menjadi faktor yang memengaruhi pola konsumsi harian mereka.

Secara mekanisme biologis, (Vasam et al., 2023) menjelaskan bahwa makanan berindeks glikemik tinggi memicu lonjakan kadar insulin dan *insulin-like growth factor-1* (IGF-1), yang kemudian merangsang aktivitas kelenjar sebasea dan proliferasi keratinosit folikular dua proses utama yang mendasari terbentuknya lesi *acne vulgaris*. Hal ini menjelaskan mengapa pola makan tinggi gula dan lemak secara konsisten muncul sebagai faktor risiko di berbagai penelitian.

Menurut peneliti, mayoritas responden dengan pola makan baik ini mengindikasikan bahwa sebagian besar remaja di SMK Bhakti Anindya sebenarnya cukup selektif soal apa yang mereka konsumsi sehari-hari. Namun, keberadaan kelompok dengan pola makan buruk tetap menjadi catatan penting, mengingat kebiasaan konsumsi gorengan, makanan

CC Attribution-ShareAlike 4.0 License.

cepat saji, dan minuman manis yang berlebihan apalagi jika dilakukan secara rutin berpotensi memperparah kondisi kulit mereka dalam jangka panjang.

Tabel 4 5 distribusi Frekuensi *Acne vulgaris* Pada Remaja di SMK Bhakti Anindya Pasar Baru Kota Tangerang

Acne Vulgaris	f	%
Ya	**85**	**70,2%**
Tidak	**36**	**29,8%**
Total	**121**	**100%**

Data menunjukkan bahwa 85 dari 121 responden (70,2%) mengalami *acne vulgaris*, sedangkan 36 orang lainnya (29,8%) tidak mengalami. Artinya, lebih dari dua pertiga remaja di sekolah ini pernah atau sedang mengalami masalah jerawat angka yang tergolong cukup tinggi dibandingkan rata-rata prevalensi pada populasi umum. (Zhu et al., 2025) mencatat bahwa kelompok usia 15-19 tahun secara global memang menyumbang 32,5% dari total kasus *acne vulgaris*, dengan tren prevalensi yang terus meningkat sejak tahun 1990 hingga 2021. Sementara itu, (Lee & Song, 2026) menambahkan bahwa gaya hidup remaja masa kini turut mengganggu keseimbangan mikrobiota kulit wajah, yang pada akhirnya meningkatkan risiko munculnya jerawat.

Secara patofisiologi, (Vasam et al., 2023) menguraikan bahwa *acne vulgaris* terbentuk melalui empat proses utama yang saling berkaitan: peningkatan produksi sebum akibat rangsangan hormon androgen, hiperkeratinisasi folikular yang menyumbat pori-pori, kolonisasi bakteri *Propionibacterium acnes* dalam folikel yang tersumbat, dan respons inflamasi tubuh terhadap kolonisasi tersebut. Hal ini diperkuat oleh (Sifatullah & Zulkarnain, 2021) yang menjelaskan bahwa *acne vulgaris* tergolong penyakit infeksi kulit multifaktorial, sehingga penanganannya perlu menyasar lebih dari satu faktor risiko sekaligus.

Penelitian (Claudya et al., 2023) pada pasien klinik kulit di Tangerang turut menunjukkan bahwa tingkat kepuasan penanganan *acne vulgaris* sangat dipengaruhi oleh konsistensi pasien dalam menjalankan perawatan harian, termasuk kebersihan wajah dan pola makan, di luar terapi medis yang diberikan. Hal serupa juga dikonfirmasi oleh (T, Purwaningsih & Yarsi, 2025) yang menemukan tingginya kejadian *acne vulgaris* pada mahasiswi berkaitan erat dengan kombinasi faktor kebiasaan harian dan tingkat stres.

Menurut peneliti, tingginya angka kejadian *acne vulgaris* pada remaja SMK Bhakti Anindya kemungkinan tidak berdiri sendiri ada kombinasi antara perubahan hormonal khas masa pubertas dengan faktor lain seperti tekanan akademik, paparan polusi sehari-hari, atau pemakaian produk skincare yang belum tentu cocok dengan jenis kulit mereka, di luar dua variabel utama kebersihan wajah dan pola makan yang diteliti dalam penelitian ini. Kondisi ini menegaskan bahwa penanganan *acne vulgaris* pada remaja idealnya bersifat komprehensif, tidak hanya berfokus pada satu aspek saja.

CC Attribution-ShareAlike 4.0 License.

Tabel 4 *6* Hubungan Kebersihan Kulit Wajah Terhadap Kejadian *Acne vulgaris* Pada Remaja Di Sekolah SMKN Bhakti Anindya Pasar Baru Kota Tangerang

Kebersihan Kulit Wajah	Kejadian *Acne Vulgaris*						P Value
	Ya		Tidak		Total		
	n	%	N	%	N	%	**0,001**
Baik	37	90,2%	4	9,8%	41	100%	
Buruk	48	60,0%	32	40,0%	80	100%	
Total	**85**	**70,2%**	**36**	**29,8%**	**121**	**100%**	

Dari 41 responden dengan kebersihan kulit wajah baik, sebanyak 37 orang (90,2%) di antaranya mengalami *acne vulgaris*. Sebaliknya, dari 80 responden dengan kebersihan wajah buruk, 32 orang (40,0%) tidak mengalami *acne vulgaris*. Uji *Chi-Square* menghasilkan nilai p = 0,001 (< 0,05), yang berarti ada hubungan signifikan antara kebersihan kulit wajah dan kejadian *acne vulgaris* pada remaja di SMK Bhakti Anindya Pasar Baru Kota Tangerang.

Pola ini masuk akal secara biologis wajah yang jarang dibersihkan akan menumpuk sebum, sel kulit mati, debu, dan keringat, yang lama-lama menyumbat *folikel pilosebasea*. Kondisi ini jadi tempat ideal bagi bakteri *Propionibacterium acnes* untuk berkembang biak dan memicu peradangan.

Temuan ini konsisten dengan hasil (Shofifah, Rafie et al., 2022) pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati (p = 0,003), yang juga menyatakan adanya hubungan signifikan antara kebersihan wajah dan *acne vulgaris*.(Shauma, 2021) pada siswa SMK menemukan hal serupa (p = 0,000, OR = 6,62), sementara (Hidayat et al., 2026) pada mahasiswa kedokteran turut mengonfirmasi bahwa kebiasaan mencuci wajah berhubungan signifikan dengan kejadian *acne* (p = 0,012).

Tabel 4.7 Hubungan Pola Makan Terhadap Kejadian *Acne vulgaris* Pada Remaja di SMKN Bhakti Anindya Pasar Baru Kota Tangerang

Pola Makan	Kejadian *Acne Vulgaris*						P Value
	Ya		Tidak		Total		
	n	%	N	%	N	%	**0,000**
Baik	41	89,1%	5	10,9%	46	100%	
Buruk	44	58,7%	31	41,3%	75	100%	
Total	**85**	**70,2%**	**36**	**29,8%**	**121**	**100%**	

CC Attribution-ShareAlike 4.0 License.

Dari 46 responden dengan pola makan baik, 41 orang (89,1%) mengalami *acne vulgaris*. Sementara dari 75 responden berpola makan buruk, 31 orang (41,3%) tidak mengalami *acne vulgaris*. Nilai p dari uji *Chi-Square* sebesar 0,000 (< 0,05) menunjukkan hubungan yang signifikan antara pola makan dan kejadian *acne vulgaris* pada remaja di sekolah ini. Secara mekanisme, makanan dengan indeks glikemik tinggi seperti makanan cepat saji, gorengan, dan minuman manis dapat memicu lonjakan kadar insulin dan *insulin-like growth factor-1* (IGF-1) dalam tubuh. Kondisi ini merangsang kelenjar sebasea memproduksi minyak berlebih, yang ujungnya memperparah peradangan di *folikel pilosebasea.*

Hasil ini sejalan dengan (Andarista et al., 2024) yang menemukan hubungan bermakna antara pola makan tinggi karbohidrat dan kejadian *acne* pada mahasiswa kedokteran (p = 0,000). turut memperkuat dengan nilai korelasi r = 0,544 (p = 0,002), begitu pula (Zaidi et al., 2023) yang mencatat risiko meningkat pada konsumsi makanan berminyak (OR = 2,09) dan tinggi gula (OR = 3,79), serta (Khormi et al., 2024) yang menyimpulkan bahwa pola makan tidak sehat berkaitan erat dengan naiknya prevalensi *acne vulgaris.*

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Hubungan Kebersihan Kulit Wajah dan Pola Makan Terhadap Kejadian *Acne Vulgaris* Pada Remaja di SMK Bhakti Anindya Pasar Baru Kota Tangerang Tahun 2026, maka dapat disimpulkan:

1. Karakteristik responden dalam penelitian ini mayoritas berada pada usia remaja 16 tahun, berjenis kelamin perempuan. Hal ini menunjukkan bahwa penelitian ini banyak melibatkan remaja pada masa pubertas yang secara fisiologis rentan mengalami perubahan hormonal.
2. Sebagian besar responden memiliki kebersihan kulit wajah yang tergolong buruk, meskipun masih terdapat sebagian remaja dengan kebersihan kulit wajah yang baik. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja di SMK Bhakti Anindya Pasar Baru belum konsisten untuk memperhatikan kebersihan kulit wajahnya.
3. Sebagian besar responden memiliki pola makan yang tergolong buruk, namun masih terdapat sebagian remaja dengan pola makan yang baik. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja belum cukup selektif dalam memilih makanan, dengan pola makan yang berisiko memperburuk.
4. Sebagian besar responden mengalami *acne vulgaris*, sedangkan sebagian kecil lainnya tidak mengalami acne vulgaris. Temuan ini menunjukkan bahwa kejadian acne vulgaris masih cukup tinggi di kalangan remaja SMK Bhakti Anindya Pasar Baru.
5. Hasil analisis bivariat menggunakan *uji Chi-Square* menunjukkan nilai p-value = 0,001 (p < 0,05), sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara kebersihan kulit wajah dengan kejadian acne vulgaris pada remaja di SMK Bhakti Anindya Pasar Baru Kota Tangerang Tahun 2026. Remaja dengan kebersihan kulit wajah buruk lebih banyak mengalami *acne vulgaris* dibandingkan remaja dengan kebersihan kulit wajah baik.
6. Hasil analisis bivariat menggunakan *uji Chi Square* menunjukkan nilai p-value = 0,000 (p < 0,05), sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian *acne vulgaris* pada remaja di SMK Bhakti Anindya Pasar Baru Kota Tangerang Tahun 2026. Remaja dengan pola makan buruk lebih banyak mengalami *acne vulgaris* dibandingkan remaja dengan pola makan baik.

CC Attribution-ShareAlike 4.0 License.

DAFTAR PUSTAKA

Affiudin. (2024). Jurnal ilmiah sains dan teknologi pengolahan data, *journal sains scientica* . Vol. 2 no *11 journal.kolibi.org.*

Afnanita, S. (2023). Faktor- faktor yang mempengaruhi timbulnya *acne vulgaris* pada remaja santri pesantren babun. *journal universitaspahlawan Vol. 4 no 3.*

Ain, Q., Purwaningsih, E., Ma, A., & Kunci, K. (2023). *Hubungan antara Tingkat Stres dengan Kejadian Acne vulgaris pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2021.*

Andarista, N. T., Dian Amelia Abdi, Asrini Safitri, Lisa Yuniati, & Dahlia. (2024). Hubungan Pola Makan terhadap Terjadinya *Acne Vulgaris* pada Mahasiswa. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*.

Anggoro, S. (2024). *Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Remaja di Muhammadiyah Boarding School Yogyakarta*.

Atiqah, N., Sulhan, A., Ardaniah, N. H., & Rahmadi, M. S. (2024). *Behavior : Jurnal Pendidikan Bimbingan Konseling dan Psikologi Volume 1 No 1 Mei 2024 periodisasi perkembangan anak pada masa remaja : tinjauan psikologi*.

Budi, P. (2024). *Tips Mencegah Jerawat Muncul dan Menjaga Kulit Sehat*. Penerbit Andi. https://books.google.co.id/books?id

Claudya, V., Rajagukguk, A., Ilmu, B., Kedokteran, F., & Tarumanagara, U. (2023). *Tingkat Kepuasan Pasien Akne Vulgaris (AV) Menggunakan Krim Racikan Di Klinik Sukma Tangerang*.

Desta, Y.A., Antoro, B. (2024) Jurnal hubungan pola tidur dengan *acne vulgaris* pada siswa kelas X bandar lampung *sci-tech journal.*

Dewi, S., Ramadhani, F., & Djasmayena, S. (2024). *Klasifikasi Jenis Jerawat Berdasarkan Gambar Menggunakan Algoritma CNN (Convolutional Neural Network)*.

Esmiralda, Universitas, M., Batam, K. U., & Batam, K. U. (2025). *Zona kesehatan volume 19 no.1 maret 2025*.

Fadhlillah, F. M., Mariani, R., Ma (2025). *Edukasi Pemanfaatan Skincare Alami untuk Meningkatkan Kesehatan Kulit pada Siswi SMP Pondok Pesantren Anshorus Sunnah*.

Hakim, N. I., Maryam, L., Nirmala, S., Ayu, M., & Wulandari, M. (2024). *Hubungan pola makan dengan kejadian akne vulgaris pada mahasiswa laki-laki fakultas kedokteran*.

Juli, V. N., Maulida, Y., Topik, M. M., & Utara, A. (2024). *Penanganan Acne Vulgaris Terkini Program Studi Profesi Dokter , Fakultas Kedokteran , Universitas Malikussaleh , Indonesia Departemen Ilmu Penyakit Kulit dan Kelamin , Rumah Sakit Umum Daerah Cut Meutia.*

Khormi, G., Aldubayyan, N., Hakami, M., Daghriri, S., & Aqeel, S. (2024). Impact of Lifestyle and Dietary Habits on the Prevalence of Acne Vulgaris: A Cross-Sectional Study From Saudi Arabia.

Lee, J., & Song, H. (2026). *Association of lifestyle , physiological factors , and body composition with the facial skin microbiota in acne vulgaris*.

Permatasari, I. D., Sa, H., & Fahmi, A. S. (2025). *Journal of Qualitative and Quantitative Research Teknik Penyusunan Variabel , Instrumen Penelitian Dan Pengumpulan Data Dalam Penelitian Kuantitatif*.

Putri. (2024). Jurnal hubungan membersihkan wajah dengan akne vulgaris pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas abulyatama.

Sahir, S. hafni. (2022). *Buku ini di tulis oleh Dosen Universitas Medan Area Hak Cipta di Lindungi oleh Undang-Undang Telah di Deposit ke Repository UMA pada tanggal 27 Januari 2022*.

Salemi, M., Dadkhahfar, S., Tehranchinia, F. (2025). Evaluating the Association Between Acne Vulgaris and Diet: An Exploratory Study on Patient Beliefs and Perceptions. *Journal of Cosmetic Dermatology*.

Sari, R. P., & Mayasari, D. (2020). Penatalaksanaan Holistik Penyakit Paru Obstruktif Kronik pada Lansia dengan Riwayat Merokok dan Paparan Polusi Udara Holistic Management of Chronic Pulmonary Obstructive Disease in The Elderly with History of Smoking and Exposure of Air Pollution.

Sdn, D. I., Kelapa, P., & Timur, J. (2023). gambaran pola makan pada anak usia sekolah di pondok kelapa 06 jakarta timur. *malahayati health student journal.*

CC Attribution-ShareAlike 4.0 License.

Shauma, M. (2021). hubungan kebersihan wajah terhadap kejadian akne vulgaris pada siswa kelas x smk negeri tanjungsari lampung selatan tahun 2021.

Shofifah, Rafie, R., Hamzah, M. S., Studi, P., & Malahayati, U. (2022). *Hubungan Kebersihan Wajah terhadap Kejadian Akne Vulgaris Pada Mahasiswi Angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati The Relationship Of Facial Cleanliness and Acne Vulgaris On Medical Faculty Students-Class 2018 of Malahayati*

Sifatullah, N., & Zulkarnain. (2021). Jerawat (Acne vulgaris): Review Penyakit Infeksi Pada Kulit. *Prosiding Biologi Achieving the Sustainable Development Goals , November*, 19–23. http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb

Stringer, T., Nagler, A., Orlow, S. J., & Oza, V. S. (2021). Clinical evidence for washing and cleansers in acne vulgaris: a systematic review. *The Journal of Dermatological Treatment*.

Syahputra, A., Anggreni, S., & Handayani, Y. (2021). *Pengaruh makanan akibat timbulnya acne vulgaris (jerawat) pada mahasiswa mahasiswi fk uisu tahun 2020 food relationship due to the establishment of acne vulgaris (jerawat) in fk uisu students.*

Syaiful. (2021). Book metodologi penelitian kuantitatif, kualitatif, dan kombinasi. cv. media sains indonesia.

T, S. L., Purwaningsih, E., & Yarsi, U. (2025). *Dengan kejadian acne vulgaris pada mahasiswi yarsi dan tinjauannya menurut islam.*

Timamah, I., Sa, H., Munawaroh, F., & Jannah, F. (2025). *Demagogi Journal of Social Sciences , Economics and Education Peran Penting Populasi dan Sampel Dalam Penelitian Pendidikan*. *3*(1), 55–66.

Vasam, M., Korutla, S., & Bohara, R. A. (2023). *Acne vulgaris*: A review of the pathophysiology, treatment, and recent nanotechnology based advances. *Biochemistry and Biophysics Reports*.

Zahroh, A. M., & Aliyah, K. N. (2025). *Etika pemasaran terhadap minat pembelian konsumen melalui citra merek*.

Zaidi, T. H., Zafar, M., Khoso, B. K., Ghafoor, R., Asghar, S., Parveen, S., & Ahmed, U. (2023). A*cne Vulgaris and Its Association with Dietary Habits at a Tertiary Care Hospital in Karachi, Pakistan.*

Zhu, Z., Zhong, X., Luo, Z., Liu, M., Zhang, H., Zheng, H., & Li, J. (2025). Global, regional and national burdens of acne vulgaris in adolescents and young adults aged 10-24 years from 1990 to 2021.

CC Attribution-ShareAlike 4.0 License.