

Hubungan Derajat keparahan Akne Vulgaris dengan diet dan kualitas hidup pasiennya di Rumah Sakit Umum Dr. Zainoel Abidin Banda Aceh

The Relationship between the Severity of Acne Vulgaris with the Diet and Quality of Life of Patient at Dr. General Hospital. Zainoel Abidin Banda Aceh

Fitria Salim^{1*}, Elfa Wirdani Fitri¹, Nur Fajrina¹

¹ KSM Ilmu Kesehatan Kulit dan Kelamin Rumah Sakit Umum Dr. Zainoel Abidin
Jl. Teuku Moh. Daud Beureueuh No.108, Bandar Baru, Kec. Kuta Alam, Kota
Banda Aceh

*E-mail: fitria.spkk@gmail.com

Submit : 24 April 2025; Revisi: 22 April 2026; Terima: 29 April 2026

Abstrak

Akne vulgaris adalah peradangan unit pilosebacea yang sering terjadi pada remaja dan dewasa muda. Akne vulgaris memiliki klinis pleomorfik yang terdiri dari komedo, papul, pustul, dan nodul yang bervariasi dalam derajat keparahan. Faktor internal seperti genetik, ras, dan hormonal adalah beberapa faktor yang dianggap mempengaruhi keparahan akne. Selain itu, ada faktor-faktor yang berasal dari luar, seperti iklim, kelembaban, merokok, kebersihan, kosmetik, obat-obatan, dan makanan yang dikonsumsi. Makanan dengan indeks glikemik tinggi dianggap dapat mengubah komposisi dan produksi sebum yang dapat menyebabkan inflamasi akne. Akne sering terjadi pada remaja dan dewasa muda yang merupakan kelompok umur yang paling tidak siap menghadapi konsekuensi psikologis dari kondisi tersebut. Meskipun akne vulgaris tidak berbahaya, namun dapat menyebabkan dampak psikologis seperti depresi, stres, dan kecemasan yang menjadi penyebab utama masalah psikososial yang mempengaruhi kualitas hidup pasien. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara derajat keparahan akne dengan diet dan kualitas hidup pasiennya. Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan desain penelitian *cross sectional* di RSUD Dr. Zainoel Abidin Banda Aceh. Sampel penelitian terdiri dari 28 pasien wanita. Derajat keparahan akne dinilai dengan menggunakan kriteria Lehmann. Data asupan diet yang dikonsumsi dikumpulkan dengan mengisi kuesioner. Kualitas hidup pasien dinilai dengan *Cardiff Acne Disability Index (CADI)*. Hasil penelitian menunjukkan hubungan yang signifikan antara derajat keparahan akne dengan coklat ($p=0.024$), susu ($p=0.006$), kacang ($p=0.005$), keju ($p=0.038$), minuman manis ($p=0.007$), olahan tepung ($p=0.021$), dan *junkfood* ($p=0.025$). Keparahan akne juga berpengaruh terhadap kualitas hidup pasiennya (p Value = 0,016).

Kata kunci: Acne Vulgaris, CADI, Diet, Kualitas hidup, Lehmann

Abstract

Acne Vulgaris is a inflammation of the unit pilosebaceous that often occur in adolescents and young adults. Acne vulgaris has a pleomorphic clinical course consisting of comedones, papules, pustules, and nodules that vary in severity. Internal factors such as genetics, race, and hormones are some of factors that are thought to influence the severity of acne. Besides that, there are external factors such as climate, humidity, smoking, cleanliness, cosmetics, medicines, and the food consumed. High-glycemic foods are thought to change the composition and production of sebum which can cause inflammatory acne. Acne often occurs in adolescents and young adults who are the age group least prepared to face the psychological consequences of the condition. Even though acne vulgaris is not dangerous, it can cause psychological impact such as depression, stress, and anxiety which are the main causes of psychosocial problems that affect the patient's quality of life. The aim of this research is to determine the relationship between the severity of acne vulgaris with the diet and quality of life of the patient. This research is an observational analytical study with a cross-sectional research design at RSUD Dr. Zainoel Abidin Banda Aceh. The research sample consisted of 28 female patients.

The severity of acne was assessed using the Lehmann criteria. Data on dietary intake consumed was collected by filling out a questionnaire. The patient's quality of life was assessed with the Cardiff Acne Disability Index (CADI). The results of the study showed a significant relationship between the severity of acne vulgaris with chocolate ($p=0.024$), milk ($p=0.006$), peanut ($p=0.005$), cheese ($p=0.038$), sweet drink ($p=0.007$), processed flour foods ($p=0.021$), and junkfood ($p=0.025$). The severity of acne also influences the patient's quality of life (p value = 0.016).

Keywords: Acne Vulgaris, CADI, Diet, Quality of Life, Lehmann

1. Pendahuluan

Akne vulgaris adalah peradangan unit pilosebacea yang sering terjadi pada remaja. Akne vulgaris biasanya memiliki klinis pleomorfik yang terdiri dari komedo, papul, pustul, dan nodul yang bervariasi dalam derajat keparahan. Akne vulgaris biasanya ditemukan di punggung, dada, lengan atas, dan wajah, dengan wajah yang paling penting secara kosmetik. Akne vulgaris merupakan salah satu dari tiga penyakit kulit yang paling umum yang ditemukan pada sekitar 85% orang di seluruh dunia, mulai dari bayi hingga dewasa. Penyakit ini paling sering terjadi pada remaja dan dewasa muda pada rentang usia 12-25 tahun, dengan prevalensi laki-laki lebih tinggi daripada perempuan (Goh, 2019; Rygula, 2024).

Peningkatan sekresi sebum, adanya kolonisasi *Propionibacterium acnes*, hiperproliferasi epidermal folikuler, dan inflamasi atau respons imun adalah beberapa faktor yang menyebabkan akne vulgaris. Faktor internal seperti genetik, ras, dan hormonal (menstruasi dan kehamilan) adalah beberapa faktor lain yang dianggap mempengaruhi keparahan akne. Faktor-faktor ini dianggap sebagai etiologi akne. Selain itu, ada faktor-faktor yang berasal dari luar, seperti iklim, kelembaban, merokok, kebersihan, kosmetik, obat-obatan, dan makanan yang dikonsumsi (Roengritthidet, 2021).

Makanan yang menyebabkan akne masih menjadi perdebatan. Ketidakpastian hubungan diantara keduanya masih terus diteliti. Para peneliti terus melakukan penelitian terkait ini. Ketidakpastian ini baru-baru ini muncul kembali setelah sebuah penelitian menemukan bahwa akne vulgaris terkait dengan karbohidrat dan beberapa produk olahan susu. Ada bukti bahwa makanan dan minuman dengan indeks glikemik tinggi, seperti minuman manis, makanan bertepung, makanan olahan, dan susu skim, dapat memengaruhi intensitas akne. Makanan dengan indeks glikemik tinggi dapat mengubah komposisi dan produksi sebum, yang dapat menyebabkan inflamasi akne. Makanan dengan indeks glikemik tinggi mengakibatkan hiperinsulinemia yang meningkatkan kadar IGF-1 dan androgen, yang meningkatkan produksi sebum (Rygula dkk, 2024; Zujko, 2024).

Akne sering terjadi pada remaja dan dewasa muda yang merupakan kelompok umur yang paling tidak siap menghadapi konsekuensi psikologis dari kondisi tersebut. Hal ini juga dipengaruhi oleh fakta bahwa akne adalah kondisi yang sering muncul di wajah dan sulit untuk disembunyikan. Meskipun akne vulgaris tidak berbahaya, namun dapat menyebabkan dampak psikologis seperti depresi, stres, dan kecemasan yang menjadi penyebab utama masalah psikososial yang mempengaruhi kualitas hidup penderita acne (Serena dkk, 2023). Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan derajat keparahan akne dengan diet dan kualitas hidup pasien terhadap keparahan di RSUD Dr. Zainoel Abidin Banda Aceh.

Hal ini penting mengingat angka kejadian akne yang tinggi pada usia produktif serta dampaknya yang tidak hanya terbatas pada aspek fisik, tetapi juga psikososial. Selain itu, hubungan antara pola diet dan derajat keparahan akne masih menunjukkan hasil yang bervariasi pada berbagai penelitian, khususnya di Indonesia. Data mengenai hubungan diet, kualitas hidup, dan derajat keparahan akne di Aceh juga masih terbatas. Sehingga hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar edukasi preventif dan promotif terkait pola makan serta penatalaksanaan holistik

pasien akne vulgaris. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola diet dan kualitas hidup pasien dengan derajat keparahan akne vulgaris pada pasien di RSUD Dr. Zainoel Abidin Banda Aceh.

2. Metodologi Penelitian

2.1. Desain Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian analitik observasional dengan desain penelitian *Cross sectional*. Pengambilan data dilakukan satu kali. Penelitian ini menganalisis hubungan derajat keparahan akne dengan diet dan kualitas hidup pasiennya di RSUD Dr. Zainoel Abidin Banda Aceh pada Bulan Juni sd. September 2024. Penelitian dimulai setelah mendapat persetujuan dari komisi etik untuk melakukan penelitian, penelitian dimulai dengan memeriksa kelainan kulit pada pasien yang mengalami akne vulgaris yang terdapat pada pasien di poli Kulit dan Kelamin RSUDZA. Kemudian melakukan pemeriksaan fisik dan diagnosis kelainan kulit serta menilai derajat keparahan dari akne vulgaris. Pemeriksaan fisik klinis dan diagnosis serta penilaian derajat keparahan akne dilakukan oleh dokter spesialis kulit dan kelamin. Kemudian, Pasien diberikan kuesioner untuk menilai kualitas hidup dan riwayat makanan yang sering dikonsumsi. Data penelitian kemudian dilakukan analisis statistik.

Penelitian ini sudah dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) standar WHO 2011 dan merujuk pada pedoman CIOMS 2016 dengan nomor Surat Persetujuan Etik : 077/ETIK-RSUDZA/2024.

2.2. Waktu dan Tempat Penelitian

Waktu penelitian ini adalah pada Bulan Mei 2024 sd. Juli 2024. Penelitian dilakukan di poliklinik Kulit dan Kelamin RSUD Dr. Zainoel Abidin, Banda Aceh.

2.3. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi penelitian ini adalah seluruh pasien mengalami Akne vulgaris Di RSUDZA Banda Aceh.

2.4. Kriteria Inklusi dan Ekskusi

Kriteria inklusi:

1. Pasien yang telah didiagnosis akne vulgaris
2. Usia 16-35 tahun.

Kriteria ekskusi:

1. Pasien yang tidak bersedia menjadi sampel penelitian
2. Pasien yang memiliki Riwayat penyakit hormonal

2.5. Alat dan Bahan

Alat yang digunakan pada penelitian ini adalah: kuesioner pola makan serta kuesioner CADI

2.6. Prosedur Penelitian

Penelitian dimulai dengan melakukan *informed consent* pada pasien yang telah didiagnosis akne, lalu melakukan pemeriksaan fisik wajah pada pasien yang mengalami akne dengan menilai derajat keparahan akne menggunakan kriteria Lehmann, kemudian menjelaskan pengisian kuesioner dan memberikan kuesioner mengenai pola makan dan kuesioner CADI yang digunakan untuk mengukur

kualitas hidup pasien akibat akne yang dideritanya. Pemeriksaan dilakukan oleh dokter spesialis kulit dan kelamin. Data penelitian kemudian dilakukan analisis statistik.

2.7. Analisis Statistik

Dalam penelitian ini, data diproses dengan komputer dan *Statistical Program for Social Science*, atau SPSS. Analisis frekuensi dan persentase variabel kategorik dilakukan dengan menggunakan grafik dan tabel. Data dianalisis secara bivariat untuk menentukan hubungan antar variabel. Ini dilakukan dengan menggunakan uji Chi-Square (X^2) untuk menentukan apakah data tidak terdistribusi normal. Ketika $p < 0,05$, hasil dianggap signifikan. Uji koefisien kontingens digunakan untuk mengetahui seberapa kuat hubungan antara keparahan akne dengan diet dan kualitas hidup

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Gambaran Karakteristik Umum Responden

Penelitian ini dilaksanakan di Poliklinik Kulit dan Kelamin pada periode Mei 2024-Juli 2024. Didapatkan total sampel sebanyak 28 orang yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Karakteristik umum responden hasil penelitian ini dikelompokkan berdasarkan kelompok usia, BMI, status haid dan riwayat keluarga dengan akne. Karakteristik responden dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Umum Responden

Karakteristik	Jumlah (n)	Persentase (%)
Usia		
18- 23 Tahun	23	82.1
24-29 Tahun	3	10.7
30-35 Tahun	2	7.1
Total	28	100
BMI		
Underweight	3	10.7
Normal	16	57.1
Overweight	6	21.4
Obese	3	10.7
Total	28	100
Status Haid		
Sedang Haid	7	25.0
Tidak Haid	21	75.0
Total	28	100
Riwayat Keluarga dengan Akne		
Ya	18	64.3
Tidak	10	35.7
Total	28	100

Berdasarkan Tabel 1 ditemukan mayoritas usia pasien dengan akne berada pada kelompok usia 18–23 tahun (82,1%). Pasien akne paling banyak ditemukan pada kondisi Body Mass Index (BMI) normal dan overweight (57,1% dan 21,4%). Terdapat 21 (75%) pasien yang saat mengisi kuesioner tidak sedang haid, serta 18 pasien (64%) memiliki riwayat keluarga dengan akne. Distribusi derajat keparahan akne pada subjek penelitian ini selanjutnya disajikan pada Tabel 3.2 Karakteristik Derajat Keparahan Akne.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian lain pada 100 pasien wanita dewasa dengan akne yang menunjukkan bahwa BMI tidak menjadi faktor risiko keparahan akne, di mana hampir semua kategori BMI mengalami berbagai derajat keparahan akne. Penelitian oleh Fernandes juga menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan antara BMI dan akne. Namun demikian, riwayat akne dalam keluarga merupakan faktor risiko penting terhadap keparahan akne. Riwayat akne terutama pada keluarga derajat pertama dikaitkan dengan kejadian dan tingkat keparahan akne pada wanita dewasa. Hal ini juga didukung oleh penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa prevalensi akne sedang hingga berat lebih tinggi pada pasien dengan riwayat keluarga positif dibandingkan dengan mereka yang tidak memiliki riwayat keluarga. Selain itu, temuan terbaru menunjukkan bahwa derajat keparahan akne cenderung lebih berat pada pasien dengan riwayat akne dari pihak ibu atau kedua orang tua dibandingkan hanya dari pihak ayah (Azeez and Reda, 2023; Anaba and Oaku, 2021; Fernandes, 2023).

Tabel 2. Karakteristik Derajat Keparahannya Akne

Derajat Keparahannya Akne	Jumlah (n)	Persentase (%)
Ringan	8	28.6
Sedang	10	35.7
Berat	10	35.7
Total	28	100

Berdasarkan Tabel 2, terdapat 10 pasien (35,7%) dengan derajat keparahan akne berat. Jumlah tersebut sama dengan pasien dengan derajat keparahan akne sedang yaitu sebanyak 10 pasien (35,7%), sedangkan pasien dengan derajat keparahan akne ringan sebanyak 8 pasien (28,6%). Karakteristik kualitas hidup pasien akne pada penelitian ini selanjutnya disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Karakteristik Kualitas Hidup

Kualitas Hidup (Skor CADI)	Jumlah (n)	Persentase (%)
Ringan	12	42.9
Sedang	9	32.1
Berat	7	25.0
Total	28	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas hidup pasien akne yang diukur menggunakan kuesioner CADI didominasi oleh kategori ringan, yaitu sebanyak 12 pasien (42,9%). Sementara itu, terdapat 9 pasien dengan skor CADI sedang (32,1%) dan 7 pasien dengan skor CADI berat (25,0%). Hubungan antara derajat keparahan akne dengan kualitas hidup pasien selanjutnya disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Hubungan Derajat Keparahannya Akne dengan Kualitas Hidup

		Kualitas Hidup (Skor CADI)			Jumlah	P Value
		Ringan	Sedang	Berat		
Derajat Keparahannya Akne	Ringan	7 (58.3)	4 (33.3)	1 (8.3)	12 (100.0)	0.016
	Sedang	1 (11.1)	4 (44.4)	4 (44.4)	9 (100.0)	
	Berat	0 (0.0)	2 (28.6)	5 (71.4)	7 (100.0)	
	Total	10	9	9	28	

Berdasarkan Tabel 4. ditemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan ($p < 0,05$) antara derajat keparahan akne dengan kualitas hidup pasien yang diukur dengan Skor CADI. Pasien dengan derajat keparahan akne yang berat didapatkan hasil kualitas hidup yang cenderung sedang dan berat. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kualitas hidup seorang pasien akne berhubungan dengan derajat keparahan akne yang dialami. Hasil penelitian menunjukkan bahwa derajat keparahan akne dapat mempengaruhi kualitas hidup penderitanya. Kuesioner CADI atau *Cardiff Acne Disability Index* sudah digunakan oleh 44 negara dan digunakan bukan untuk mengukur kualitas hidup kesehatan fisik namun lebih ke sisi psikologis seperti penampilan fisik dan perasaan negatif seperti rasa malu, cemas, sedih, frustrasi serta gangguan hubungan sosial. Skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat kualitas hidup terhadap akne yang lebih rendah. (Abdelrazik dkk., 2021; Tasneem dkk., 2023). Penelitian lain yang dilakukan oleh Tasneem dkk yang dilakukan pada 185 pasien akne yang terdiri dari remaja dan dewasa muda di Rumah Sakit Dhaka Bangladesh juga didapatkan hasil yang serupa yang memiliki keterkaitan antara keparahan akne dengan kualitas hidup penderitanya.

Akne memang sangat dapat mempengaruhi psikologis yang khususnya dapat menyebabkan kecemasan, kemarahan dan depresi dikalangan remaja dan dewasa muda. (Tasneem dkk., 2023). Mengevaluasi kualitas hidup pasien akne sangat penting karena dapat membantu dalam pengobatan yang sedang dijalani. Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Shams dkk (2018) menunjukkan bahwa semakin berat derajat keparahan akne maka semakin mempengaruhi kualitas hidup seseorang dari sisi psikologisnya. Identifikasi awal akne sebelum menjadi berat dapat mempengaruhi kualitas hidup penderitanya. Akne merupakan penyakit yang dapat diobati namun membutuhkan pengobatan jangka panjang yang dapat meningkatkan kualitas hidup (Shams dkk., 2018). Hubungan antara derajat keparahan akne dengan faktor diet pada pasien dalam penelitian ini selanjutnya disajikan pada Tabel 3.5 (Hubungan Derajat Keparahan Akne dengan Diet).

Berdasarkan Tabel 5. ditemukan bahwa pola diet Hubungan Derajat Akne dengan Diet, didapatkan bahwa coklat, susu, kacang, keju, minuman manis, olahan tepung dan *junkfood* berhubungan signifikan dengan derajat keparahan akne (p value < 0.05) terbukti secara statistik berpengaruh terhadap derajat keparahan akne. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya pada 70 mahasiswi di Surabaya menunjukkan hasil yang signifikan antara asupan karbohidrat dan lemak jenuh dengan kejadian akne. (Khoirunnisa, Intiyati and Hatijah, 2023). Penelitian lain yaitu penelitian kohort yang dilakukan oleh Penso dkk selama 9 bulan menunjukkan hasil yang signifikan dan adanya hubungan antara makanan manis, berlemak dan susu dengan keparahan akne. (Penso dkk., 2020). Mengonsumsi susu dapat meningkatkan resiko terjadinya akne dengan berbagai derajat keparahan. Susu merupakan cairan kompleks yang terdiri dari berbagai karbohidrat, protein, dan hormon. Selain itu, produk susu mengandung asam amino rantai cabang tinggi, seperti leusin dan asam palmitat yang dapat meningkatkan sekresi insulin. Leusin juga dapat merangsang dan meningkatkan lipogenesis di kelenjar sebaceous. Protein susu yang terdapat pada susu skim juga dapat menyebabkan peningkatan produksi komedo. (Azeez and Reda, 2023) (Aslam and Younas, 2020). Mengonsumsi coklat juga dianggap sebagai faktor yang dapat berkontribusi terhadap eksaserbasi akne. Namun, masih sedikit bukti untuk dampak ke kulit dari mengonsumsi coklat ini.

Mengonsumsi coklat dianggap masih kontroversi karena pada masyarakat umumnya mengonsumsi coklat dalam bentuk minuman atau makanan yang sudah dicampur dengan tambahan gula ataupun susu. Sedangkan mengonsumsi makanan tinggi gula memang jelas akan meningkatkan produksi sebum (Azeez and Reda, 2023). Hasil penelitian Roengritthidet dkk mengonsumsi sayur 3 porsi seminggu dapat menurunkan resiko keparahan akne sebesar 26% dan

menjadi faktor pelindung terhadap akne. Rendahnya konsumsi sayuran dan buah-buahan dikaitkan dengan pembentukan akne, begitu juga dengan mengkonsumsi ikan dianggap sebagai proteksi terhadap timbulnya akne.

Tabel 5. Hubungan Derajat Keparahan Akne dengan Diet

		Derajat Keparahan Akne			Total	P Value
		Ringan	Sedang	Berat		
Diet Cokelat	Tidak Pernah	2 (33.3)	4 (66.7)	0 (0.0)	6 (100.0)	0.024
	<3 Hari / minggu	6 (42.9)	4 (28.6)	4 (28.6)	14 (100.0)	
	>3 hari/minggu	0 (0.0)	2 (25.0)	6 (75.0)	8 (100.0)	
Susu	Tidak Pernah	1 (16.7)	5 (83.3)	0 (0.0)	6 (100.0)	0.006
	<3 Hari / minggu	7 (43.8)	4 (25.0)	5 (31.3)	16 (100.0)	
	>3 hari/minggu	0 (0.0)	1 (16.7)	5 (83.3)	6 (100.0)	
Pedas	Tidak Pernah	2 (28.6)	4 (57.1)	1 (14.3)	7 (100.0)	0.100
	<3 Hari / minggu	6 (46.2)	3 (23.1)	4 (30.8)	13 (100.0)	
	>3 hari/minggu	0 (0.0)	3 (37.5)	5 (62.5)	8 (100.0)	
Kacang	Tidak Pernah	1 (14.3)	6 (85.7)	0 (0.0)	7 (100.0)	0.005
	<3 Hari / minggu	7 (38.9)	4 (22.2)	7 (38.9)	18 (100.0)	
	>3 hari/minggu	0 (0.0)	0 (0.0)	3 (100.0)	3 (100.0)	
Keju	Tidak Pernah	1 (11.1)	6 (66.7)	2 (22.2)	9 (100.0)	0.038
	<3 Hari / minggu	7 (50.0)	2 (14.3)	5 (35.7)	14 (100.0)	
	>3 hari/minggu	0 (0.0)	2 (40.0)	3 (60.0)	5 (100.0)	
Sayuran	Tidak Pernah	1 (11.1)	4 (44.4)	4 (44.4)	9 (100.0)	0.532
	<3 Hari / minggu	4 (50.0)	2 (25.0)	2 (25.0)	8 (100.0)	
	>3 hari/minggu	3 (27.3)	4 (36.4)	4 (36.4)	11 (100.0)	
Ikan	Tidak Pernah	1 (14.3)	4 (57.1)	2 (28.6)	7 (100.0)	0.617
	<3 Hari / minggu	3 (27.3)	3 (27.3)	5 (45.5)	11 (100.0)	
	>3 hari/minggu	4 (40.0)	3 (30.0)	3 (30.0)	10 (100.0)	
Minuman Manis	Tidak Pernah	1 (16.7)	5 (83.3)	0 (0.0)	6 (100.0)	0.007
	<3 Hari / minggu	6 (50.0)	3 (25.0)	3 (25.0)	12 (100.0)	
	>3 hari/minggu	1 (10.0)	2 (20.0)	7 (70.0)	10 (100.0)	
Olahan Tepung	Tidak Pernah	1 (16.7)	5 (83.3)	0 (0.0)	6 (100.0)	0.021
	<3 Hari / minggu	4 (44.4)	3 (33.3)	2 (22.2)	9 (100.0)	
	>3 hari/minggu	3 (23.1)	2 (15.4)	8 (61.5)	13 (100.0)	
Junk Food	Tidak Pernah	1 (16.7)	5 (83.3)	0 (0.0)	6 (100.0)	0.025
	<3 Hari / minggu	6 (46.2)	2 (15.4)	5 (38.5)	13 (100.0)	
	>3 hari/minggu	8 (28.6)	10 (35.7)	10 (35.7)	28 (100.0)	

Asupan ikan secara teratur dilaporkan dapat mengurangi akne karena ikan mengandung asam eicosapentaenoic (EPA) tingkat tinggi yang bertindak sebagai penghambat kompetitif konversi asam arakidonat (AA) menjadi mediator inflamasi (Roengritthidet *dkk.*, 2021). Seperti prostaglandin E2 (PGE2) dan leukotriene B4 (LTB4) yang dapat mengurangi peradangan akne (Anaba and Oaku,

2021; Azeez and Reda, 2023).

Pada penelitian ini didapatkan hasil terdapat hubungan mengkonsumsi keju dengan keparahan akne. Berbeda dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan Koncara *dkk* pada 40 pasien akne yang mengkonsumsi keju selama 3 bulan didapatkan tidak adanya hubungan yang signifikan antara konsumsi keju dengan derajat keparahan akne. (Koncara *dkk.*, 2020). Pola makan ini memang sangat berpengaruh terhadap kondisi kulit seseorang apalagi makanan dengan indeks glikemik tinggi yang dapat menyebabkan proliferasi keratinosit, peningkatan lipogenesis, serta peningkatan produksi sebum yang dapat memperburuk kondisi akne. Oleh karena terdapat hubungan antara makanan dengan kejadian akne dan memperberat kondisinya seorang dokter spesialis kulit dan kelamin selain memberikan terapi untuk kondisi aknanya juga dapat memberikan nasihat mengenai modifikasi diet dengan menghindari produk dengan indeks glikemik tinggi dan menyarankan meningkatkan asupan ikan yang dianggap sebagai protektor terhadap timbulnya akne. (Fernandes, 2023)

4. Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan ($p < 0,05$) antara derajat keparahan akne dengan kualitas hidup pasien yang diukur dengan Skor CADI dan Pola diet makanan pedas ($p = 0,100$), sayuran ($p = 0,532$), dan ikan ($p = 0,617$) tidak berpengaruh terhadap derajat keparahan akne, sementara itu, konsumsi coklat ($p = 0,024$), susu ($p = 0,006$), kacang-kacangan ($p = 0,005$), keju ($p = 0,038$), minuman manis ($p = 0,007$), makanan olahan tepung ($p = 0,021$) dan *Junk Food* ($P = 0,025$) terbukti secara statistik berpengaruh terhadap derajat keparahan akne. Penelitian lanjutan diperlukan untuk menambah variable lain yang berhubungan dengan keparahan akne dan dilakukan jumlah sampel yang lebih besar.

Ucapan Terimakasih

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Direktur Rumah Sakit Dr. Zainoel Abidin Banda Aceh, yang telah memfasilitasi dan mendanai penelitian ini, sehingga dapat terlaksana dengan baik. Serta kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi maksimal dalam proses penelitian ini sehingga penelitian ini dapat selesai tepat waktu.

Daftar Pustaka

- Abdelrazik, Y.T. *dkk.* (2021) 'Clinical experience and psychometric properties of the Cardiff Acne Disability Index (CADI)*', *British Journal of Dermatology*, 185(4), pp. 711–724. Available at: <https://doi.org/10.1111/bjd.20391>.
- Abdelwazik, Y.. *dkk.* (2021) 'Clinical experience and psychometric properties of the Cardiff Acne Disability Index (CADI)', *British Journal of Dermatology*, 185(4), pp. 711–724.
- Anaba, E.L. and Oaku, I.R. (2021) 'Adult female acne: A cross-sectional study of diet, family history, body mass index, and premenstrual flare as risk factors and contributors to severity', *International Journal of Women's Dermatology*, 7(3), pp. 265–269. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.ijwd.2020.11.008>.
- Aslam, M. and Younas, M. (2020) 'Association Between Dietary Practices and Acne in Young Adults; A Review', *Journal of Dermatology Research Reviews & Reports*, 1(4), pp. 1–8. Available at: [https://doi.org/10.47363/jdmrs/2020\(1\)114](https://doi.org/10.47363/jdmrs/2020(1)114).
- Azeez, H.H. and Reda, I.M. (2023) 'Role of Certain Diet and Body Mass Index on Severity of Acne', *Pakistan Journal of Medical and Health Sciences*, 17(1), pp. 399–403. Available at: <https://doi.org/10.53350/pjmhs2023171399>.

- Budiono, N.. and Rivai, A. (2021) 'Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Lansia', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), pp. 371–380.
- Fernandes, S. (2023) 'Role of Dietary Factors in Acne Vulgaris among Young Adults : A Case – Control Study', pp. 62–66. Available at: <https://doi.org/10.4103/cdr.cdr>.
- Goh, C. et. a. (2019) 'Acne Vulgaris', in S. Kang (ed.) *Fitzpatrick's Dermatology*. 9th edn. McGraw-Hill Education.
- Khoirunnisa, S., Intiyati, A. and Hatijah, N. (2023) 'The Relationship Between Carbohydrate and Saturated Fat Intake with Acne Vulgaris in Grade 3 Female Students at Department of Nutrition Poltekkes Kemenkes Surabaya Hubungan Asupan Karbohidrat Dan Lemak Jenuh Dengan Kejadian Acne Vulgaris Pada Mahasiswi Tingkat III Di Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Surabaya', 1(1), pp. 29–39.
- Koncara, F.K. dkk. (2020) 'The Influence of Cheese Consumption on The Degree of Acne Vulgaris in Students of Medicine Faculty of Diponegoro University', *Diponegoro Medical Journal*, 9(2), pp. 127–134. Available at: <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/medico>.
- Layton, A., Eady, E.A. and Zouboulis, C.. (2016) 'Acne', in C. dkk Griffiths (ed.) *Rook's Textbook of Dermatology*. 9th edn. Wiley Blackwell.
- Maler, T. dkk. (2022) 'Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh terhadap Kejadian Akne Vulgaris pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Prima Indonesia', *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4(6), pp. 1553–1568.
- Penso, L. dkk. (2020) 'Association between Adult Acne and Dietary Behaviors: Findings from the NutriNet-Santé Prospective Cohort Study', *JAMA Dermatology*, 156(8), pp. 854–862. Available at: <https://doi.org/10.1001/jamadermatol.2020.1602>.
- Roengritthidet, K. dkk. (2021) 'Association Between Diet and Acne Severity: A Cross-sectional Study in Thai Adolescents and Adults', *Acta Dermato-Venereologica*, 101(12). Available at: <https://doi.org/10.2340/actadv.v101.569>.
- Ryguła, I., Pikiewicz, W. and Kaminiów, K. (2024) 'Impact of Diet and Nutrition in Patients with Acne Vulgaris', *Nutrients*, 16(10), 1476. Available at: <https://doi.org/10.3390/nu16101476>
- Serena, P.A.A., Natali, O. and Mutia, M.S. (2023) 'The Relationship Between the Severity of Acne Vulgaris and the Quality of Life of Prima Indonesia University Medical Faculty Students', *International Journal of Science and Society*, 5(5), pp. 1002–1012.
- Shams, N. dkk. (2018) 'Cardiff acne disability index based quality of life in acne patients, risk factors and associations', *Journal of the Liaquat University of Medical and Health Sciences*, 17(1), pp. 29–35. Available at: <https://doi.org/10.22442/jlumhs.181710545>.
- Tasneem, T. dkk. (2023) 'Effects of acne severity and acne-related quality of life on depressive symptoms among adolescents and young adults: a cross-sectional study in Bangladesh', *Frontiers in Psychology*, 14(July), pp. 1–9. Available at: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1153101>.
- Wilar, M.I.C Kapantow, M.G Suling, P.. (2022) 'Effects of Food on Acne Vulgaris', *e-Clinic*, 10(2), pp. 257–262.zaengl
- Zujko-Kowalska, K. dkk. (2024) 'The Antioxidant Power of a Diet May Improve the Quality of Life of Young Women with Acne Vulgaris', *Nutrients*, 16(9), 1270. Available at: <https://doi.org/10.3390/nu16091270>