

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Perkembangan masa remaja menuju dewasa awal merupakan periode transisi yang akan menyebabkan berbagai perubahan hormonal, fisik, psikologis maupun sosial. Perubahan tersebut akan menimbulkan masalah-masalah kesehatan salah satunya adalah timbulnya *acne vulgaris* (AV) (Lema, 2019).

Pembentukan *acne vulgaris* pada remaja, penyebab utama salah satunya adalah faktor usia, faktor usia mempengaruhi dewasa muda pada usia 14 hingga 17 tahun untuk wanita dan 16 hingga 19 tahun untuk pria sebesar 80% hingga 100%. Selain faktor umur, faktor kosmetik juga menjadi penyebab timbulnya *acne vulgaris* kerana sering menggunakan jenis bedak atau krim pada wajah, faktor makanan pun menjadi salah satu faktor yang menyebabkan timbulnya *acne vulgaris* contoh makanan yang menimbulkan *acne vulgaris* yaitu makanan yang tinggi lemak, makanan tinggi karbohidrat dan makanan tinggi yodium. Hal ini dikarenakan ketika seseorang mendekati kedewasaan, tubuhnya akan mengalami sejumlah perubahan fisik, sosial, dan psikologis yang sering kali disebabkan oleh hormon, salah satunya adalah hormon endrogen (Aryani, 2022).

Acne vulgaris mempengaruhi 9,40% dari populasi di dunia, dengan prevalensi tertinggi pada populasi remaja (Maryanto, 2020). Insiden *acne vulgaris* pada laki-laki dan perempuan lebih dari 90% dan lebih dari 80%. Pravelensi *acne vulgaris* pada remaja lebih tinggi pada wanita dibandingkan laki-laki (Damayanti *et al*, 2022). Selanjutnya Zuo, *et.al* (2020) menemukan insiden *acne vulgaris* lebih besar muncul pada remaja putri daripada remaja laki-laki, yaitu sebesar 80,5%. Fenomena yang sama juga ditemukan oleh Altun, Topaloglu dan Demir (2022) bahwa sebanyak 64,4% ditemukan remaja putri dengan *acne*. Hasil penelitian yang sama dikemukakan oleh Maryanto (2020) yang menyatakan bahwa perempuan lebih banyak mengalami *acne vulgaris* (69,7%) dibandingkan laki-laki (30,3%) (Maryanto, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Amirah & Andri (2021) mengatakan

bahwa *acne vulgaris* pada jenis kelamin perempuan sebesar 70,5 %. Dominasi jenis kelamin perempuan ini disebabkan karena faktor hormonal. Kelenjar sebacea terus memproduksi sebum, yang kemudian disekresikan ke permukaan kulit melalui pori-pori folikel pilosebaceous, hormon mengontrol sekresi sebum. Hormon akan tetap mempengaruhi aktivitas kelenjar sebacea hingga usia dewasa. Pada perempuan, peningkatan mendadak *luteinizing hormone* yang mengikuti kejadian ovulasi memicu percepatan aktivitas kelenjar *sebacea*.

Acne vulgaris dapat terjadi pada semua usia, sejak lahir (neonatal acne), antara 1-12 bulan (infantile jerawat), dan dari remaja hingga dewasa. *Acne vulgaris* dapat bertahan dari remaja hingga dewasa, atau itu dapat memiliki onset setelah masa remaja (Damayanti *et al*, 2022). Berdasarkan dari segi usia, *acne vulgaris* paling banyak dijumpai pada pasien dengan rentang usia 11-30 tahun. Berdasarkan penelitian di India ditemukan bahwa sekitar 85 persen remaja di negara maju, dengan insiden tertinggi pada remaja laki-laki muncul pada rentang usia 16-19 tahun dan insiden tertinggi pada remaja perempuan di usia 14-17 tahun (Sibero *et al.*, 2019). Berdasarkan Depkes RI (2009) remaja terbagi atas dua, yaitu remaja awal dan remaja akhir. Remaja akhir digolongkan dalam usia 17 - 25 tahun. Usia ini merupakan tingkat prevalensi kejadian *acne vulgaris* paling tinggi dengan presentase 64%, diikuti 43% pada usia 30-an dan 1 - 7% di usia 50-an (Damayanti *et al*, 2022).

Acne vulgaris mempunyai efek yang dapat merusak kepercayaan diri seseorang karena menyerang daerah yang mudah terlihat serta penting bagi penampilan seseorang. Kepercayaan diri adalah keyakinan jiwa manusia bahwa setiap kesulitan hidup harus dihadapi dengan tindakan. Kesadaran seseorang bahwa mereka bertekad untuk melakukan segala sesuatu yang diperlukan untuk mencapai tujuan mereka akan memberi mereka kepercayaan diri (Fithriyana, 2019).

Menurut Siahaan *et al* (2020) juga menyimpulkan bahwa munculnya *acne vulgaris* pada remaja dapat memberi dampak pada personal-sosial dan psikologis sehingga remaja dapat mengalami masalah depresi, harga diri rendah, dan ketakutan untuk bersosialisasi. Seseorang yang mengalami *acne vulgaris* mungkin

merasa tidak nyaman dan memiliki perasaan yang buruk tentang diri mereka sendiri. Bagaimana seseorang memandang diri mereka sendiri, atau konsep diri mereka, memiliki pengaruh besar pada jiwa mereka. Perspektif diri yang realistis, sikap penerimaan, dan kemampuan untuk menikmati diri sendiri memiliki pengaruh terhadap kecemasan dan harga diri ketika jerawat pertama kali muncul pada masa remaja. Selain itu, konsep diri remaja dapat berubah jika mereka memahami betapa pentingnya penampilan dalam interaksi sosial (Aryani, 2022). Munculnya *acne* dirasakan cukup merisaukan karena hal ini berhubungan dengan penurunan tingkat kepercayaan diri, yang pada akhirnya berdampak pada berkurangnya keindahan wajah penderita (Hadiwati, 2019).

Menurut Matheus *et al.* (2018) menemukan mayoritas remaja putri yang merupakan siswi SMAN 3, Kupang terlihat minder ketika tampil di depan sesama teman sebaya maupun individu dewasa lainnya. Munculnya *acne* membuat mereka merasa terasing dan menutup diri dari teman sebaya lainnya yang tidak memiliki kulit wajah berjerawat. Mereka juga terlihat kurang mampu tampil apa adanya dan selalu merasa dirinya kurang dari teman sebaya yang lain. Secara keseluruhan, perilaku-perilaku yang muncul ini mengarah pada tingkat kepercayaan yang rendah.

Penelitian yang dilakukan oleh Mostafa *et al.* (2017) tentang efek psikososial *acne vulgaris* pada remaja di India, 88% remaja dengan masalah *acne vulgaris* mengalami rasa malu dan canggung, yang berdampak negatif pada harga diri dan citra tubuh mereka. Hal ini sesuai dengan intensitas *acne vulgaris* yang dialami remaja, semakin besar tingkat keparahannya, semakin harga diri mereka terpengaruh. Penelitian yang dilakukan oleh Sukmawati *et al.* (2022) tentang peningkatan kepercayaan diri dengan mengontrol *acne* yang menyatakan bahwa adanya perbaikan dan peningkatan derajat *acne* setelah diberikannya intervensi terhadap remaja. Perbaikan ini diharapkan dapat meningkatkan kepuasan dan kualitas diri terutama pada hal citra diri.

Berdasarkan masalah tersebut, membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait dengan **“Derajat Kepercayaan Diri Remaja Akhir dengan Pre and Post Terapi *Acne Vulgaris*”**

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah adalah bagaimana derajat kepercayaan diri remaja akhir dengan *acne vulgaris*?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini dilakukan untuk memperoleh derajat kepercayaan diri remaja akhir dengan *acne vulgaris*.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui derajat kepercayaan diri pre terapi *acne vulgaris* pada remaja akhir.
2. Mengetahui derajat kepercayaan diri post terapi *acne vulgaris* pada remaja akhir.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Responden Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran dan dapat menjadikan sumber informasi bagi pembaca mengenai kejadian *acne vulgaris* dengan kepercayaan diri remaja akhir. Penelitian ini diharapkan memberikan sumbangan ilmiah dan ilmu pengetahuan mengenai tingkat kepercayaan diri pada remaja akhir dengan keluhan jerawat.

1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan

Dapat menambah pengetahuan dan sumbangan pemikiran tentang tingkat kepercayaan diri pada remaja akhir dengan jerawat pada remaja, sehingga pihak institusi pendidikan kesehatan dapat memberikan edukasi mengenai hubungan antara tingkat kepercayaan diri pada remaja akhir dengan jerawat pada remaja.

1.4.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai acuan dan referensi pada penelitian-penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan tingkat kepercayaan diri pada remaja akhir dengan jerawat serta menjadi bahan kajian lebih lanjut.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Acne Vulgaris

2.1.1 Definisi *Acne Vulgaris*

Acne vulgaris adalah peradangan kronis pada permukaan kulit dan biasa timbul pada daerah-daerah predileksi seperti wajah, leher, bahu, dada, punggung, dan lengan atas. *Acne vulgaris* pada umumnya dimulai pada masa pubertas dengan insiden terbanyak pada perempuan berusia 14-17 tahun dan laki-laki berusia 16-19 tahun dengan prevalensi tertinggi pada usia 16-17 tahun. Meskipun *acne vulgaris* tidak termasuk penyakit yang mengancam jiwa namun dapat menyebabkan gangguan psikososial seperti tidak percaya diri dan cemas (Sole et al., 2019). *Acne vulgaris* merupakan suatu peradangan menahun unit pilosebacea 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. *Acne vulgaris* dapat sembuh sendiri dan meninggalkan jaringan parut yang hipertropik atau hipotropik (Pradita, 2019).

2.1.2 Etiologi *Acne Vulgaris*

Penyebab *acne vulgaris* masih belum diketahui. Beberapa etiologi yang diduga terlibat, berupa faktor intrinsik dan ekstrinsik. *Acne vulgaris* merupakan penyakit yang penyebabnya hingga saat ini belum dapat dipastikan dikarenakan multifaktorial, namun ada beberapa faktor yang berpengaruh, baik yang berasal dari luar atau eksogen maupun dari dalam atau endogen (Putra, 2020).

a) Genetik

Acne kemungkinan besar merupakan penyakit genetik dimana pada penderita terdapat peningkatan respon unit pilosebaceus terhadap kadar normal androgen dalam darah. Menurut sebuah penelitian, adanya gen tertentu (*CYP17-34C/C homozigot Chinese men*) dalam tubuh manusia, meningkatkan terjadinya acne (Putra, 2020).

b) Faktor Hormonal

Pada 60-70 persen wanita lesi acne menjadi lebih aktif kurang lebih satu minggu sebelum haid oleh karena hormon progesteron. Esterogen dalam

kadar tertentu dapat menekan pertumbuhan acne karena menurunkan kadar gonadotropin yang berasal dari kelenjar hipofisis. Hormon gonadotropin mempunyai efek menurunkan produksi sebum. Progesteron dalam jumlah fisiologis tidak mempunyai efek terhadap efektifitas terhadap kelenjar lemak. Produksi sebum tetap selama siklus menstruasi, akan tetapi kadang progesteron menyebabkan acne premenstrual (Putra, 2020).

c) Makanan (diet)

Terdapat makanan tertentu yang memperberat AV. Makanan tersebut antara lain adalah makanan tinggi lemak (gorengan, kacang, susu, keju, dan sejenisnya), makanan tinggi karbohidrat (makanan manis, coklat, dan lain-lain), alkohol, makanan pedas, dan makanan tinggi yodium (garam). Lemak dalam makanan dapat mempertinggi kadar komposisi sebum (Putra, 2020).

d) Faktor Kosmetik

Kosmetika dapat menyebabkan acne seperti bedak dasar (*foundation*), pelembab (*moisturizer*), krem penahan sinar matahari (*sunscreen*) dan krem malam, jika mengandung bahan-bahan komedogenik. Bahan-bahan komedogenik seperti lanolin, petrolatum, minyak atsiri dan bahan kimia murni (asam oleik, butil stearat, lauril alkohol, bahan pewarna (D&C) biasanya terdapat pada krim-krim wajah. Untuk jenis bedak yang sering menyebabkan acne adalah bedak padat (*compact powder*) (Putra, 2020).

e) Faktor Infeksi dan Trauma

Peradangan dan infeksi pada folikel pilosebacea terjadi karena adanya peningkatan jumlah dan aktivitas flora folikel. Bakteri-bakteri ini berperan dalam proses kemotaksis inflamasi dan pembentukan enzim lipolitik yang mengubah fraksi lipid sebum. *Propionibacterium Acnes* berperan dalam iritasi epitel folikel dan mempermudah terjadinya acne. Selain itu, adanya trauma fisik berupa gesekan maupun tekanan dapat juga merangsang timbulnya *acne vulgaris* (Putra, 2020).

f) Penggunaan Obat-obatan

Riwayat penggunaan obat-obatan, terapi radiasi dan *ultraviolet* (UV)

sangat penting karena dapat menyebabkan akneiformis yang sebagian besar monomorf dan dapat mengenai semua kelompok usia. Hal ini disebabkan oleh obat-obatan seperti anabolik steroid, kortikosteroid, fenitoin, litium, isoniazid, vitamin B kompleks, *halogenated compounds* (bromida, iodida), beberapa obat-obatan kemoterapi, terutama *epidermal growth factor receptor* (EGFR) *inhibitors* (Putra, 2020).

2.1.3 Klasifikasi *Acne Vulgaris*

Klasifikasi *acne* pada dasarnya merupakan hal yang sulit dilakukan karena didapatkan sejumlah klasifikasi yang berbeda-beda dalam kepustakaan untuk menentukan klasifikasi *acne*, penilaian derajat keparahan *acne vulgaris* masih menjadi tantangan bagi dermatologis, karena sampai saat ini belum ada sistem gradasi secara universal. Namun, ada beberapa sistem gradasi *acne* yang disarankan untuk dipakai di Indonesia yaitu *The Global Acne Grading System* (GAGS) dan *Lehman's Grading System* (Wasitaatmadja, 2018).

Klasifikasi *acne* menurut Lehman Grading System membagi klasifikasi *acne vulgaris* berdasarkan ringan, sedang, dan berat (Pradita, 2019). Klasifikasi ini dilakukan dengan cara menghitung jumlah total dari komedo, lesi inflamasi (papul, nodul, pustul) dan kista.

Tabel 2.1 Klasifikasi *acne* menurut Lehman Grading System

Derajat	Lesi
Acne Ringan	Jumlah komedo < 20, atau Jumlah lesi inflamasi (papul, nodul, pustul) < 15, atau Jumlah total lesi (jumlah komedo dan lesi inflamasi) < 30
Acne Sedang	Jumlah komedo 20-100, atau Jumlah lesi inflamasi (papul, nodul, pustul) 15-50, atau Jumlah total lesi (jumlah komedo dan lesi inflamasi) 30-125
Acne Berat	Jumlah kista > 5 atau jumlah komedo > 100, Atau Jumlah lesi inflamasi (papul, nodul, pustul) > 50, atau Jumlah total lesi (jumlah komedo dan lesi inflamasi) > 125

(Pradita, 2019)

2.1.4 Diagnosis *Acne Vulgaris*

Diagnosis klinis *acne* dapat ditegakkan berdasarkan anamnesis, pemeriksaan fisik dan pemeriksaan penunjang khususnya ekskoleasi komedo. Pemeriksaan ekskoleasi sebum yaitu pengeluaran sumbatan sebum dengan komedo ekstraktor, sebum yang menyumbat folikel tampak sebagai masa padat seperti lilin atau masa lebih lunak seperti nasi yang ujungnya kadang berwarna hitam. Pemeriksaan fisik pada pasien *acne* harus menggunakan pencahayaan yang baik dan konstan, baik dengan lampu kepala maupun cahaya fokus. Pada pemeriksaan kulit *acne* sangatlah penting untuk menggerakkan cahaya dan melakukan pemeriksaan kulit pasien ke berbagai sudut yang berbeda sehingga lesi-lesi kecil sekalipun seperti komedo tertutup tidak terlewatkan dan bila perlu dapat menggunakan kaca pembesar. Pada pemeriksaan fisik perlu diperhatikan: (1) jenis kulit pasien (berminyak, normal), (2) lokasi lesi, (3) tipe lesi. Pada *acne vulgaris* lesi umumnya polimorfik dan terjadi pada tempat predileksi dimana terdapat banyak kelenjar sebacea seperti wajah, leher, dada, punggung, bahu dan lengan atas (Wasitaatmadja, 2018).

2.2 Kepercayaan Diri

2.2.1 Definisi Kepercayaan Diri

Percaya diri berasal dari bahasa Inggris yakni *self confidence* yang artinya percaya pada kemampuan, kekuatan dan penilaian diri sendiri. Jadi dapat dikatakan bahwa penilaian tentang diri sendiri adalah berupa penilaian yang positif. Individu akan termotivasi dan lebih mau menghargai dirinya jika individu tersebut memiliki penilaian positif terhadap dirinya. Pengertian secara sederhana dapat dikatakan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap gejala aspek kelebihan yang dimiliki oleh individu dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan hidupnya. Sejalan dengan hal itu, Bandura mendefinisikan kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan yang dimiliki seseorang bahwa dirinya mampu berperilaku seperti yang dibutuhkan untuk memperoleh hasil seperti yang diharapkan. Selanjutnya rasa percaya diri (*self confidence*) adalah keyakinan seseorang akan kemampuan yang dimiliki untuk menampilkan perilaku tertentu atau untuk mencapai target tertentu (Rais,

2022).

Dengan kata lain, kepercayaan diri adalah bagaimana merasakan tentang diri sendiri, dan perilaku akan merefleksikan tanpa disadari. Sedangkan menurut Yulita Rintyastini dan Suzy Yulia Charlotte bahwa kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu agar merasa memiliki kompetensi, mampu, yakin dan percaya bahwa dia bisa mengembangkan penilaian positif terhadap diri sendiri ataupun terhadap lingkungan atau situasi dan kondisi yang dihadapinya. Sementara itu Taylor mengatakan bahwa orang yang percaya diri memiliki sikap yang positif terhadap diri sendiri. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri merupakan salah satu unsur kepribadian yang memegang peranan penting bagi kehidupan manusia. Tidak dapat disangkal lagi bahwa untuk mencapai suatu pencapaian dalam hidup manusia membutuhkan kepercayaan diri. Banyak orang-orang yang hebat mampu menggapai kesuksesan dalam hidup karena mereka memiliki kepribadian yang disebut kepercayaan diri (*self confidence*). Dan berdasarkan definisi yang telah disebutkan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah suatu sikap dan keyakinan pada diri sendiri akan kemampuan yang dimilikinya dan muncul karena adanya sikap positif terhadap kemampuannya, sehingga tidak perlu ragu-ragu dan merasa minder dalam mengambil keputusan dan tidak terpengaruh oleh orang lain (Rais, 2022).

Faktor penentu perilaku manusia sulit untuk dibatasi karena perilaku merupakan resultan dari berbagai faktor, baik internal maupun eksternal (lingkungan). Secara garis besar, teori *Lawrence Green* memaparkan perilaku ditentukan atau terbentuk dari tiga faktor, salah satunya yaitu (Tumurang MN, 2018):

a. Faktor-faktor predisposisi (*Predisposing Factors*)

Faktor predisposisi merupakan faktor yang mempermudah terwujudnya perilaku seseorang antara lain, kepercayaan, keyakinan, pendidikan, motivasi, persepsi, dan pengetahuan. Adapun variasi demografi seperti, status ekonomi, umur, jenis kelamin, dan susunan keluarga.

2.2.2 Dimensi Kepercayaan Diri

Menurut kumara tahun 1998 dalam (Hidayat. & Bushori, 2017), terdapat

empatdimensi kepercayaan diri, yaitu:

- a) Kemampuan menghadapi masalah: suatu aktivitas intelektual untuk mencari penyelesaian permasalahan yang dihadapi dengan menggunakan pengetahuan yang sudah dimiliki.
- b) Bertanggung jawab: bertanggung jawab terhadap keputusan dan tindakannya, menerima keputusan, dan melaksanakan tindakan yang telah menjadi keputusan dengan penuh tanggung jawab.
- c) Kemampuan dalam bergaul; suatu proses kemampuan dalam interaksi sosial yang terjalin antar individu dalam lingkungan sosialnya.
- d) Kemampuan menerima kritik; kemampuan seseorang dalam menerima, mengolah dan menyikapi kritikan pihak lain dengan lapang dada.

Menurut Hidayat & Bushori (2017) Aspek-aspek yang berhubungan dengan kepercayaan diri adalah keyakinan pada kemampuan diri, sikap optimis, cara pandang objektif, bertanggung jawab, dan rasional serta realistis. Keyakinan pada sikap ini merasa mampu melakukan tugas yang dipilihnya, serta berani untuk menyatakan pendapat atau gagasannya. Individu dengan kepercayaan diri tinggi akan selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya. Dengan kata lain, individu yang memiliki kepercayaan diri tinggi juga memiliki cara pandang yang objektif (Hidayat. & Bushori, 2017).

Lie (dalam Yofita, 2016) mengemukakan tentang ciri-ciri perilaku yang mencerminkan kepercayaan diri tinggi, yaitu:

- a) Yakin kepada diri sendiri.
- b) Tidak tergantung pada orang lain.
- c) Tidak ragu-ragu.
- d) Merasa diri berharga.
- e) Tidak menyombongkan diri.
- f) Memiliki rasa keberanian untuk bertindak.

Menurut Mardatih dalam (Komara, 2016) seseorang yang memiliki kepercayaan diri tentunya memiliki ciri-ciri:

- 1) Mengenal dengan baik kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya lalu mengembangkan potensi yang dimilikinya.

- 2) Membuat standar atas pencapaian tujuan hidupnya lalu memberikan penghargaan jika berhasil dan bekerja lagi jika tidak tercapai.
- 3) Tidak menyalahkan orang lain atas kekalahan atau ketidak berhasilannya namun lebih banyak introspeksi diri sendiri.
- 4) Mampu mengatasi perasaan tertekan, kecewa, dan rasa ketidak mampuan yang menghinggapinya.
- 5) Mampu mengatasi rasa kecemasan dalam dirinya.
- 6) Tenang dalam menjalankan dan menghadapi segala sesuatunya.
- 7) Berpikir positif.
- 8) Maju terus tanpa harus menoleh kebelakang.

Liendenfield dalam (Yofita, 2016) membagi dua jenis kepercayaan diri yaitu kepercayaan diri batin dan kepercayaan diri lahir.

Empat ciri utama kepercayaan diri batin yang sehat, meliputi:

- 1) Cinta diri
Individu yang percaya diri, mencintai diri sendiri dan cinta ini bukanlah sesuatu yang dirahasiakan bagi orang lain. Cinta diri sendiri merupakan perilaku seseorang untuk memelihara diri sendiri.
- 2) Pemahaman diri
Individu yang memiliki pemahaman diri yang baik akan menyadari kekuatannya, mengenal kelemahan, dan keterbatasannya, tumbuh dengan kesadaran yang mantap tentang identitas sendiri, dan terbuka untuk menerima umpan balik dari orang lain.
- 3) Tujuan hidup yang jelas
Individu yang memiliki kepercayaan diri selalu mengetahui tujuan hidupnya karena individu tersebut mempunyai pikiran yang jelas mengapa melakukan tindakan tertentu dan tahu hasil apa yang bisa diharapkan.
- 4) Berpikir positif
Individu yang memiliki kepercayaan diri merupakan teman yang menyenangkan karena individu tersebut bisa melihat kehidupan dari sisi yang cerah dan individu tersebut mengharap serta mencari pengalaman dengan hasil yang bagus.

Empat ciri bidang kepercayaan diri lahir, meliputi:

- a) Komunikasi
Individu yang memiliki kepercayaan diri lahir dapat melakukan komunikasi dengan setiap orang dengan segala usia.
- b) Ketegasan
Individu yang memiliki kepercayaan diri lahir akan menyatakan kebutuhannya secara langsung dan terus terang.
- c) Penampilan diri
Individu akan menyadari pengaruh gaya hidupnya terhadap pendapat orang lain mengenai dirinya tanpa terbatas pada keinginan untuk selalu ingin menyenangkan orang lain.
- d) Pengendalian perasaan
Individu akan berani menghadapi tantangan dan risiko karena individu tersebut dapat mengendalikan rasa takut, khawatir, dan frustrasi.

2.2.3 Ciri-ciri Kurang Percaya Diri

Berikut adalah beberapa ciri individu yang kurang percaya diri (Tumurang MN, 2018):

- a) Berusaha menunjukkan sikap konformis, semata-mata demi mendapatkan pengakuan dan penerimaan kelompok. Orang tidak percaya sering harus rela menerima pendapat orang lain meskipun pendapat itu berbeda dengan pendapatnya sendiri, supaya ia tetap diterima dalam kelompoknya. Orang tidak berani berbeda karena hatinya tidak tenang jika ia ditolak dari kelompoknya.
- b) Memiliki konformitas sangat tinggi terhadap orang lain dan kelompok, karena ia selalu menyimpan rasa takut atau kekhawatiran terhadap penolakan orang lain dan kelompok.
- c) Sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurangan diri) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri, namun di lain pihak memasang harapan yang tidak realistis terhadap diri sendiri, hal ini yang membuat dirinya banyak mengalami kekecewaan disebabkan tidak tercapainya harapan-harapan itu. Orang yang tidak percaya diri sering

melakukan berbagai hal, yang kadang-kadang tidak sesuai dengan keadaan dirinya demi untuk menutupi kekurangan, sering merasa diri tidak mampu, meskipun menurut penilaian orang lain dan memang pada kenyataannya dirinya memiliki kemampuan.

- d) Memiliki sikap pesimis, yang membuat dirinya tidak mau berbuat, karena merasa apa yang dilakukannya tidak ada gunanya atau sulit untuk dicapai. Orang yang memiliki rasa percaya diri rendah mudah menilai segala sesuatu dari sisi negatif, sehingga yang terpikirkan olehnya adalah segala kejelekan ataupun ketidakbaikan dari orang-orang atau segala sesuatu yang ada di sekelilingnya.
- e) Memiliki perasaan takut gagal, sehingga menghindari segala resiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil. Orang yang memiliki rasa percaya diri rendah selalu diliputi perasaan takut gagal, sehingga sering tidak mau berbuat, meskipun dia mampu melakukannya.
- f) Orang yang tidak percaya diri cenderung menolak pujian yang ditujukan secara tulus, karena orang yang tidak percaya diri merasa pujian itu tidak sesuai dengan keadaan dirinya ataupun menganggap ada sesuatu maksud dibalik pujian itu.
- g) Orang yang tidak percaya diri selalu menempatkan atau memposisikan diri sebagai yang terakhir, karena menilai dirinya tidak mampu, dan bukan karena menghargai orang lain, sehingga mendahulukan orang lain. Orang yang tidak percaya diri mempunyai external locus of control dalam arti mudah menyerah pada nasib, mudah putus asa, tidak ulet, motivasi berprestasi rendah, dan sangat tergantung pada keadaan dan pengakuan atau penerimaan serta bantuan orang lain.

2.2.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Menurut mylsidayu dalam (Fatmawati, 2019), menyatakan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi kepercayaan diri antara lain:

- a. Karakteristik kepribadian (konsep diri).
- b. Karakteristik demografi (jenis kelamin, umur).
- c. Kegairahan atau kecemasan

d. Kognisi

Menurut hakim dalam (Fatmawati, 2019), menyatakan bahwa faktor luar yang memengaruhi kepercayaan diri yaitu:

- a. Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu.
- b. Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan melahirkan keyakinan kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan-kelebihannya.
- c. Pemahaman dan reaksi positif terhadap kelemahan-kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa sulit menyesuaikan diri.
- d. Pengalaman di dalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan penggunaan segala kelebihan yang ada pada dirinya.

Menurut Aprianti dalam (Fatmawati, 2019), menyatakan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi kepercayaan diri yaitu:

- a. Orang tua mengharapkan buah hatinya memiliki kepercayaan diri agar dapat bersaing di lingkungan masyarakat.
- b. Lingkungan yang aman dan nyaman
- c. Guru di sekolah diharapkan selalu memperkenalkan, melatih dan terus membangun kepercayaan diri anak.

Menurut Lindenfield dalam (Fatmawati, 2019), mengemukakan beberapa faktor yang membangun kepercayaan diri, yaitu:

1. Cinta
2. Rasa aman
3. Model
4. Peran
5. Hubungan
6. Kesehatan
7. Sumber daya
8. Dukungan
9. Upah
10. Hadiah

Menurut Widjaja dalam (Fatmawati, 2019), mengungkapkan bahwa ada 2 faktor yang memengaruhi kepercayaan diri, yaitu:

- a. Faktor Internal meliputi konsep diri, harga diri, kondisi fisik, penampilan fisik, dan pengalaman hidup.
- b. Faktor Eksternal meliputi pendidikan, lingkungan, dan pengalaman hidup. Berdasarkan beberapa uraian tersebut diketahui bahwa faktor-faktor yang memengaruhi kepercayaan diri adalah orang tua, teman sebaya, lingkungan, konsep diri, dukungan, peran, media massa. Faktor yang akan digali lebih mendalam kaitannya dengan kepercayaan diri adalah konsep diri.

2.3 Kategorisasi Kepercayaan Diri pada Remaja dengan *Acne Vulgaris*

Penelitian yang dilakukan oleh Aryani (2022) menunjukkan bahwa Paling banyak tingkat kejadian *acne vulgaris* adalah sedang sebanyak 55 responden (52,4%), serta yang melakukan perawatan wajah sebanyak 60 responden (57,1%) dengan tingkat kepercayaan diri cukup sebanyak 45 responden (42,9%), tingkat kepercayaan diri kurang 38 responden (36,2%) dan tingkat kepercayaan diri tinggi sebanyak 22 responden (21%). Hasil p-value 0,001 n = 105 dengan uji chi-square menunjukkan hasil p value sebesar $0,000 < 0,050$ artinya H_a diterima dan H_0 ditolak atau ada hubungan *acne vulgaris* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Purwokerto angkatan 2021. Kesimpulan terdapat hubungan *acne vulgaris* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Purwokerto angkatan 2021 dengan p value 0,001 (D. Aryani, 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Agustiningsih (2019) menunjukkan bahwa kurangnya rasa percaya diri akan membuat remaja merasa terisolasi dan memisahkan diri dari teman-temannya, sehingga sulit untuk menjadi diri sendiri dan selalu merasa rendah diri dari teman-temannya. Faktor fisik (penampilan fisik), faktor mental (persepsi diri), dan faktor sosial (dukungan orang tua) semuanya dapat mempengaruhi kepercayaan diri (Agustiningsih & Pradanie, R., & Pratiwi, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Aini (2022) menunjukkan bahwa Tingkat

kepercayaan diri pada remaja dengan adanya pertumbuhan jerawat papula atau gradasi jerawat sedang ke berat membuat remaja mengalami perubahan psikologis yaitu berupa rendahnya kepercayaan diri. mereka malu dengan jerawat tersebut karena dianggap mempengaruhi kecantikan di wajah. Namun hal ini bisa dicegah dengan memberikan dukungan secara psikis baik itu pengetahuan tentang pengobatan ataupun dengan memberikan motivasi positif dalam menghadapi jerawat Untuk mengatasi hal ini diperlukan adanya edukasi kepada remaja selalu percaya diri jika terjadi *acne vulgaris* (Aini, 2022)

2.4 Kepercayaan Diri pada Remaja dengan Terapi Acne

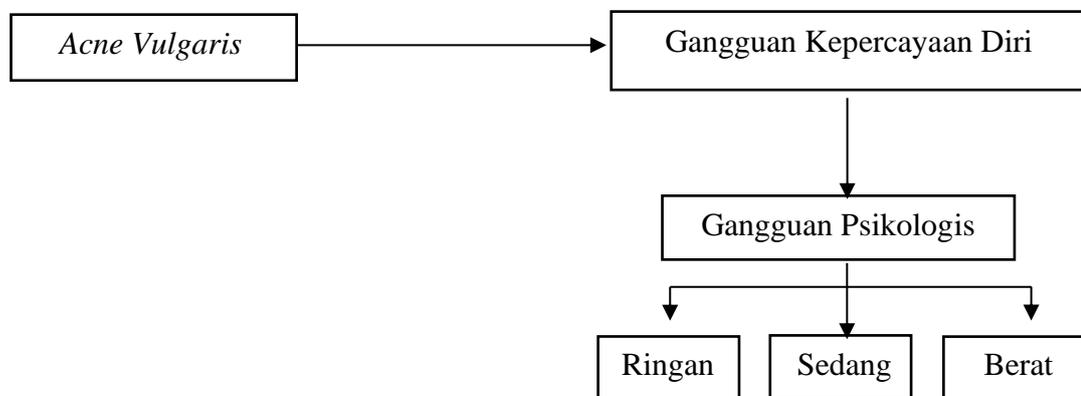
Pada orang yang mengalami akne, terdapat bakteri yang jumlahnya meningkat dan bervariasi. Bakteri yang terperangkap pada folikel yang tersumbat tersebut kemudian akan berproliferasi dan memetabolisme sebum dan menyebabkan reaksi inflamasi pada acne. Inflamasi pada acne dapat diatasi dengan menggunakan obat-obatan, antara lain eritromisin dan klindamisin, dan perawatan lainnya. Terapi pada akne dilakukan dengan tujuan untuk dapat mengurangi skar, mempercepat penyembuhan acne, dan mencegah timbulnya efek psikologis pada penderita (Affany, 2022).

Acne Vulgaris mempunyai efek yang dapat merusak kepercayaan diri seseorang karena menyerang daerah yang mudah terlihat serta penting bagi penampilan seseorang (D. T. Aryani & Riyaningrum, 2022). Acne vulgaris bukan merupakan penyakit yang berbahaya, namun mempunyai dampak yang cukup besar bagi para penderita, terutama remaja secara fisik dan psikologik dapat menimbulkan kecemasan, depresi, dan mengurangi rasa percaya diri penderitanya. Ketepatan dan kecepatan dalam terapi *acne vulgaris* merupakan langkah yang penting karena dapat berpengaruh pada kesembuhan dan prognosis pasien (Tan et al., 2022).

penelitian yang dilakukan oleh Tan et al. (2022) pada siswa SMKN 35 Jakarta dengan menggunakan kombinasi krim anti acne saja dan menghentikan semua perawatan kulit lainnya pada wajah minimal 3 hari, serta yang terpenting adalah bersedia untuk mengikuti program hidup sehat yang dianjurkan saat seminar dilaksanakan selama 1 bulan seperti cara mencuci wajah yang baik,

anjaran kapan waktu pemakaian obat yang tepat, menghilangkan kebiasaan memencet jerawat, mengikuti pola diet yang baik, dan anjaran lain sesuai. Hasil penelitian membuktikan bahwa terapi non-medikamentosa berupa penyuluhan dan medikamentosa berupa krim anti-acne telah terbukti menurunkan derajat *acne vulgaris* pada 82,98% remaja. Penelitian ini diharapkan perbaikan derajat acne ini berdampak terhadap peningkatan kualitas hidup remaja terutama pada hal citra diri (Tan et al., 2022).

2.5 Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori