

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kecantikan merupakan hal yang tidak asing bagi seorang wanita karena keberadaannya selalu diharapkan pada diri wanita. Di Indonesia, sejarah kecantikan dijelaskan dalam Museum Mpu Tantular yang mendeskripsikan jenis kecantikan berdasarkan sifat alami seseorang seperti kecantikan klasik, asertif, kaku, dan lain-lain (Ayulita & Dra. Ifa Safira Mustikadara, 2021). Tetapi terdapat satu kesamaan bagaimana standar kecantikan dapat muncul yaitu dengan cara sosok “wanita cantik” selalu dimunculkan ke dalam sebuah media publikasi. Hal ini menyebabkan para wanita terutama para remaja wanita berlomba-lomba dalam hal kecantikan. Tetapi pada remaja sering terjadi perubahan fisik dikarenakan mengalami pubertas salah satunya adalah timbulnya akne vulgaris atau yang biasa disebut jerawat dan paling banyak muncul ketika usia 15-18 tahun dimana akne vulgaris berkembang lebih awal pada perempuan dibandingkan laki-laki.

Menurut studi *Global Burden of Disease* (GBD), akne vulgaris terjadi sebanyak 85% pada orang dewasa muda berusia 12-25 tahun. Penelitian di India menjelaskan bahwa akne vulgaris paling sering menyerang > 80% populasi dunia selama beberapa periode kehidupan dan 85% remaja di negara maju. Prevalensi akne vulgaris di Kawasan Asia Tenggara terdapat 40 – 80% kasus dan menurut catatan dari dermatologi kosmetika Indonesia mengalami peningkatan setiap tahunnya yaitu 60% penderita akne vulgaris pada tahun 2006, 80% pada tahun 2007, dan mencapai 90% pada tahun 2009 (Sibero, et al., 2019). Akne Vulgaris atau yang lebih dikenal jerawat adalah penyakit kulit yang bersifat multifaktorial yang disebabkan oleh faktor genetik, hormon, dan bakteri. Akne vulgaris sering terjadi pada usia remaja ditandai dengan komedo, jaringan parut, pustul, papul, dan nodul. Secara fisiologis saat stress dapat berdampak aktifnya *HPA axis*. Aktifnya *HPA axis* dapat meningkatkan konsentrasi *Adenocorticotropine Hormone* (ACTH) dan glukokortikoid yang berkepanjangan (Meher, 2019). Akne vulgaris dapat menyebabkan masalah psikologis bagi masyarakat, terutama yang peduli terhadap

penampilan dan akne vulgaris memiliki pengaruh yang besar pada kehidupan penderita, karena umumnya mengenai daerah wajah sehingga sulit untuk menyembunyikannya. Menurut penelitian, perempuan lebih terpengaruh secara psikologis daripada laki-laki. Bahkan keinginan bunuh diri ditemukan pada 6-7% pasien akne vulgaris (Purwaningdyah & Jusuf, 2013). Perubahan penampilan kulit menimbulkan perubahan citra tubuh yang menghasilkan rasa marah, malu, takut, tidak percaya diri, dan depresi. Tidak percaya diri dan depresi adalah perubahan psikologis yang paling sering didapatkan bahkan pada kondisi akne vulgaris yang ringan sampai sedang. Akne vulgaris dapat berdampak pada kualitas hidup penderitanya (Nazaya, *et al.*, 2018).

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Jihan Maghfirah Sebayang dan Cashtry Meher pada tahun 2022 dengan mengambil sampel seluruh mahasiswa dan mahasiswi aktif Angkatan 2018 di diagnosis *acne vulgaris* di FK UISU tahun ajaran 2020/2021 memperoleh 60 responden dengan menggunakan *simple random sampling* dengan rumus *slovin* dengan teknis pengambilan data menggunakan kuisioner *offline* mendapatkan 21,4% responden pria dan 78,6% responden Wanita. Dari responden tersebut diperoleh 75,7% responden mengalami *acne* ringan, 20% responden mengalami *acne* sedang, dan 4,3% responden mengalami *acne* berat. Dari penelitian ini diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,933 yang menggambarkan arah korelasi positif dengan kekuatan hubungan yang kuat (Sebayang & Meher, 2022).

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Mayahati Nazaya, dkk pada tahun 2018 dengan mengambil sampel pada mahasiswa FK Universitas Udayana Angkatan 2012-2014, yang berusia 18-23 tahun diperoleh sebanyak 385 sampel. Berdasarkan sampel tersebut diperoleh 38% responden pria dan 62% responden Wanita. Dari hasil penelitian tersebut diperoleh sebesar 78% responden memiliki *acne* pada bagian wajah dan sebanyak 72% responden mengalami gangguan kualitas hidup ringan yang mempengaruhi konsentrasi belajar (Nazaya, Praharsini, & Rusyati, 2018).

Dari penelitian-penelitian sebelumnya dapat disimpulkan populasi yang memiliki resiko tinggi mengalami akne vulgaris adalah Wanita dengan rentang usia

remaja hingga dewasa muda. Mahasiswa merupakan satu kelompok dewasa muda yang beresiko mengalami akne vulgaris karena memiliki aktivitas yang padat serta kualitas tidur yang buruk dan beban tugas yang menuntut mereka tidur larut malam bahkan hingga pagi. Mahasiswa kedokteran adalah kelompok yang pada umumnya memiliki kualitas tidur yang kurang, beban tugas yang cukup berat dan aktivitas yang padat dibanding kelompok mahasiswa lainnya sehingga lebih berpotensi mengalami gangguan psikologis (Rachma, 2021).

Berdasarkan penelitian-penelitian diatas dan hasil survey awal penulis menemukan 7 orang mahasiswi yang mengalami akne vulgaris, diharapkan peneliti mampu mendapatkan hasil penelitian hubungan akne vulgaris terhadap kepercayaan diri Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara.

1. 2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka diperoleh rumusan masalah apakah terdapat hubungan kejadian akne vulgaris terhadap kepercayaan diri mahasiswi aktif FK UISU?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum pada penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kejadian akne vulgaris terhadap kepercayaan diri mahasiswi FK UISU.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Mengetahui jumlah kejadian akne vulgaris pada mahasiswi FK UISU.
2. Mengetahui tingkat kepercayaan diri pada mahasiswi FK UISU.
3. Mengetahui hubungan kejadian akne vulgaris dengan tingkat kepercayaan diri pada mahasiswi FK UISU.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Penelitian ini bermanfaat sebagai tambahan ilmu pengetahuan dan wawasan bagi peneliti serta peneliti juga dapat mengetahui hubungan kejadian akne vulgaris terhadap kepercayaan diri.

1.4.2 Bagi Institusi

Penelitian ini bermanfaat sebagai bahan dan informasi bagi institusi Pendidikan tentang hubungan kejadian akne vulgaris terhadap kepercayaan diri.

1.4.3 Bagi Responden

Penelitian ini bermanfaat sebagai sebuah informasi kepada responden tentang hubungan kejadian akne vulgaris terhadap kepercayaan diri.

1.4.4 Bagi Tenaga Kesehatan

Penelitian ini bermanfaat sebagai referensi dan informasi tentang hubungan kejadian akne vulgaris terhadap kepercayaan diri. Diharapkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan dapat menjadi masukan untuk tenaga Kesehatan dalam mengedukasi serta membantu melakukan perawatan terhadap penderita akne vulgaris.

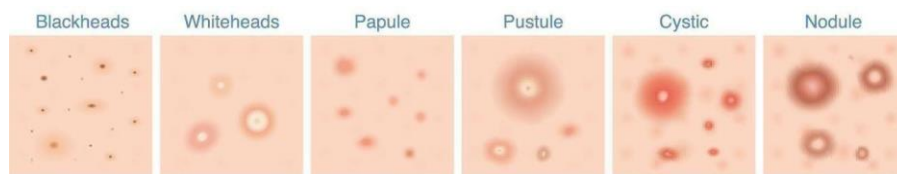
BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Akne Vulgaris

2.1.1 Definisi Akne Vulgaris

Akne Vulgaris atau yang lebih dikenal jerawat adalah penyakit kulit yang bersifat multifaktorial yang disebabkan oleh faktor genetik, hormon, dan bakteri. Akne vulgaris sering terjadi pada usia remaja ditandai dengan komedo, jaringan parut, pustul, papul, dan nodul (Meher, 2019). Pada gambar 2.1 menggambarkan tanda dari akne vulgaris.



Gambar 2. 1 Jenis Akne Vulgaris

2.1.2 Epidemiologi

Akne vulgaris sering terjadi pada remaja yang sedang mengalami pubertas dan paling banyak muncul pada usia 15-18 tahun dimana akne vulgaris berkembang lebih awal pada perempuan dibandingkan pria. Menurut studi *Global Burden of Disease* (GBD), akne vulgaris terjadi sebanyak 85% pada orang dewasa muda berusia 12-25 tahun. Penelitian di India menjelaskan bahwa akne vulgaris paling sering menyerang > 80% populasi dunia selama beberapa periode kehidupan dan 85% remaja di negara maju. Prevalensi akne vulgaris di Kawasan Asia Tenggara terdapat 40 – 80% kasus dan menurut catatan dari dermatologi kosmetika Indonesia mengalami peningkatan setiap tahunnya yaitu 60% penderita akne vulgaris pada tahun 2006, 80% pada tahun 2007, dan mencapai 90% pada tahun 2009 (Sibero, et al., 2019).

2.1.3 Etiologi

1. Sebum

Sebum adalah faktor utama yang menyebabkan jerawat. Jerawat keras selalu disertai dengan banyak pelebaran seborhe.

2. Bakteria

Mikroba yang terlibat dalam pembentukan jerawat adalah *Corynebacterium Acne*, *Staphylococcus epidermidis*, dan *Pityresporum ovale*. Dari ketiga mikroba ini, yang terpenting yakni *Corynebacterium Acne*, yang bekerja secara tak langsung.

3. Herediter

Faktor turun-temurun sangat berpengaruh pada ukuran dan aktivitas kelenjar *sebaceous*. Jika kedua orang tua memiliki bekas luka jerawat, itu mungkin anaknya akan menderita jerawat.

4. Hormon

Hormon Androgen. Hormon ini berperan penting karena kelenjar air liur sangat sensitif terhadap hormon ini. Androgen berasal dari kelenjar adrenal. Hormon ini menyebabkan kelenjar palit bertambah besar produksi sebum meningkat. Dalam penyelidikan Pochi, Forstrom *et al.* & Lim James menemukan bahwa konsentrasi testosteron dalam plasma pria dengan jerawat tidak berbeda dengan mereka yang tidak berjerawat. Berbeda dengan wanita, di kondisi fisiologis estrogen tidak berpengaruh pada produksi sebum. Estrogen dapat menurunkan tingkat gonadotropin dari kelenjar pituitari. Hormon Gonadotropin dapat mengurangi produksi sebum.

Progesteron, dalam jumlah fisiologis, tidak berpengaruh pada aktivitas kelenjar adipose. Produksi Sebum tetap konstan sepanjang siklus haid, tetapi kadang- kadang progesteron dapat menyebabkan jerawat pramenstruasi. Kegagalan kelenjar pituitari, sekresi sebum lebih rendah dari pada pada orang normal. Penurunan dalam sebum diperkirakan karena dengan adanya hormon sebotropika yang berasal dari bagian tengah (*lobus intermediete*) dari kelenjar hipofisis.

5. Diet

Beberapa penulis melebih-lebihkan efek makanan pada jerawat, namun dari penyelidikan akhir ternyata diet memiliki sedikit atau tidak berpengaruh pada jerawat. Pada pasien yang makan banyak karbohidrat dan zat lemak, tidak terpastikan bahwa akan ada perubahan sekresi sebum atau komposisinya karena kelenjar lemak bukanlah sarana untuk melepaskan lemak yang kita makan.

6. Iklim

Di daerah dengan empat musim, jerawat biasanya memburuk di musim dingin, sementara sebagian besar jerawat menjadi lebih baik di musim panas. Cahaya *Ultraviolet* (UV) memiliki efek membunuh bakteri pada permukaan kulit. Selain itu, cahaya ini juga bisa menembus epidermis yang lebih rendah dan bagian atas dermis sehingga mempengaruhi bakteri yang ada di dalam kelenjar ludah. Sinar UV juga bisa mengelupas kulit yang bisa membantu menghilangkan penyumbatan di saluran pilosebace. Menurut Cunliffe, di musim panas, 60% jerawat lebih meningkat, 20% tidak memiliki perubahan, dan 20% memiliki jerawat yang hebat. Kenaikan jerawat di musim panas tidak disebabkan oleh sinar UV, namun dengan jumlah keringat dalam kondisi yang lembab dan panas.

Pada beberapa pasien, stres dan gangguan emosional dapat menyebabkan eksaserbasi jerawat. Mekanisme yang tepat untuk ini tidak diketahui. Kecemasan menyebabkan penderita untuk memperlakukan jerawat dilipat secara mekanis, mengakibatkan kerusakan pada dinding folikular dan lesi terjaga baru muncul. Teori lain mengatakan bahwa eksaserbasi ini disebabkan oleh peningkatan produksi hormon androgen dari kelenjar adrenal dan sebum, bahkan asam lemak di sebum meningkat.

7. Kosmetik

Penggunaan bahan kosmetik tertentu, terus-menerus untuk waktu yang lama, dapat menyebabkan bentuk jerawat ringan yang sebagian besar terdiri dari kompres tertutup dengan beberapa lesi papulopustular di pipi dan dagu. Bahan-bahan yang sering menyebabkan jerawat terdapat dalam berbagai krim wajah seperti *moisturizer*, tabir surya dan krim malam yang mengandung bahan-bahan, seperti lanolin, petrolatum, minyak tanaman dan bahan kimia murni (butil

stearat, lauril alkohol, bahan-bahan pewarna merah dan asam oleic).

Jenis kosmetik yang dapat menyebabkan jerawat tidak bergantung pada harga, merek, dan kemurnian bahannya. Suatu kosmetik dapat menjadi *comedogenic* tanpa mengandung atau terbuat dari bahan khusus, tetapi karena pada dasarnya kosmetik tersebut mengandung campuran bahan *comedogenic* atau bahan dengan konsentrasi yang lebih besar. Penyelidikan terbaru di Leeds telah gagal untuk menemukan hubungan antara jangka waktu penggunaan dan jumlah kosmetik yang digunakan dan seberapa parah jerawat.

8. Bahan-bahan kimia

Beberapa jenis bahan kimia dapat menyebabkan akne seperti *iodide*, kortikosteroid, Isonikotinilhidrazida, obat antikonvulsan (diphenylhydantoin, phenobarbital dan trimetandion), tetracycline, dan vitamin B12.

9. Reaktivitas

Selain faktor-faktor di atas, masih ada faktor "x" di kulit yang merupakan faktor penting yang menentukan (Menaldi,2015).

2.1.4 Patogenesis

1. Androgen (biasanya dalam jumlah batas normal) merangsang peningkatan produksi sebum.
2. Folikel rambut, khususnya yang berisi kelenjar *sebaceous* besar (pada wajah, leher, dada, dan punggung) tersumbat karena hiperkeratosis.
3. Komedo menjadi tertutup
4. Dalam folikel ini, bakteri anaerob obligat meningkat dengan pesat (*Propionibacterium acnes*)
5. Organisme ini bereaksi pada sebum, melepaskan bahan kimia yang mengakibatkan peradangan.
6. Zat-zat kimia ini bocor ke dalam dermis di sekitarnya.
7. Tubuh memberikan respon yang menimbulkan peradangan akut intensif, Sebagai hasilnya, bentuk papula, bintil, atau nodul (Harahap,2000).

2.1.5 Gambaran Klinis

Lesi akne vulgaris biasanya *polimorf*, berlokasi terutama di wajah terdapat 99% kasus, dan dengan jumlah yang lebih jarang pada bagian dada terdapat 15 % kasus, punggung terdapat 60 % kasus, leher, dan bahu, dengan jumlah dan bentuk lesi bervariasi tetapi ada bentuk lesi yang dominan yang dipakai untuk menentukan derajat keparahan. Lesi dasar pada akne yaitu papul folikuler. Lesi pada akne dapat berupa :

1. Lesi non inflamasi
 - a. Komedo terbuka (*blackheads*) berupa papul kecil dan bagian tengah berwarna gelap dan terbuka dengan poros terisi sumbatan keratin hitam dan umumnya berdiameter 0,1 – 0,3 mm, berbentuk datar atau meninggi.
 - b. Komedo tertutup (*whiteheads*) berupa papul kecil berwarna putih pada kulit tanpa poros yang gelap. Lesi kecil dan jelas umumnya berdiameter 0,1–0,3 mm.
 - c. Nodul non-inflamasi dan kista. Kista jarang terjadi bila terjadi diameter hanya beberapa sentimeter. Material dari kista kental berupa krem berwarna kuning.
2. Lesi inflamasi
 - a. Papul

Papul berasal dari mikrokomedo. Terdapat 2 tipe papul yaitu aktif dan tidak aktif. Papul tidak aktif berwarna kurang merah dan lebih kecil dari yang aktif umumnya berdiameter 4 mm.
 - b. Pustula

Pustula letaknya dalam ataupun superfisial. Lebih jarang dijumpai daripada papul. Pustula terbentuk dari papul atau nodul yang mengalami inflamasi.
 - c. Nodul terinflamasi

Nodul terletak lebih dalam dan dapat bertahan selama 8 minggu dan kemudian mengecil. Tidak semua nodul dapat menghilang Sebagian dapat menjadi parut.
3. Lesi post inflamasi

Lesi akne cenderung sembuh dengan skar, terutama lesi inflamasi dan nodul. Lesi post inflamasi berupa makula eritematosa atau makula berpigmen. Skar dapat menonjol dan hipertrofi.

2.1.6 Derajat Keparahan

Derajat keparahan akne vulgaris dapat diklasifikasikan menjadi akne vulgaris ringan, akne vulgaris sedang, dan akne vulgaris berat. Pengklasifikasian derajat keparahan akne vulgaris menggunakan klasifikasi akne vulgaris menurut Lehman dan kawan-kawan. Pada tabel 2.1 menunjukkan klasifikasi akne vulgaris (Na'im & Meher, 2022).

Tabel 2. 1 Derajat Keparahan Akne Vulgaris

Derajat	Kriteria
Akne Vulgaris Ringan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jumlah komedo tertutup dan terbuka < 20 buah / wajah 2. Jumlah lesi inflamasi (papul, nodul, dan pustul) < 15 buah/wajah 3. Jumlah total lesi < 30 buah / wajah
Akne Vulgaris Sedang	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jumlah komedo < 20 – 100 buah / wajah 2. Jumlah lesi inflamasi < 15 – 50 buah / wajah 3. Jumlah total lesi < 30 – 125 buah / wajah 4. Jumlah kista > 5 buah / wajah
Akne Vulgaris Berat	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jumlah komedo > 100 buah / wajah 2. Jumlah lesi inflamasi > 50 buah / wajah 3. Jumlah total lesi > 125 buah / wajah

2.17 Terapi

Penatalaksanaan akne vulgaris bisa bervariasi. Salah satu tujuan primer terapi akne jangka panjang adalah menjaga ductus pilosebaceus tetap terbuka dan menghindari iritasi kulit. Tatalaksana akne vulgaris harus berdasarkan penyebab atau faktor pencetusnya, *pathogenesis*, keadaan klinis, derajat keparahan, dan aspek psikologis. Dari aspek psikologis, Sebagian besar pasien akne vulgaris merasa malu yang berlebihan, rendah diri, perasaan cemas dan menyendiri, sehingga memerlukan terapi yang lebih efektif. Terapi umum akne vulgaris dimulai dengan mencuci wajah minimal 2 kali dalam sehari menggunakan sabun (Teresa, 2020). Beberapa sabun sudah mengandung antibakteri, misalnya *triclosan* yang menghambat kokus positif gram.

Terapi non-farmakologis dapat berupa perawatan kulit wajah, memilih kosmetik yang non-komedogenik, dan menghindari pemencetan lesi secara non-higienis. Sedangkan terapi farmakologis akne vulgaris dilakukan sesuai derajat keparahannya dan dapat dibagi menjadi terapi topikal dan sistemik. Terapi topikal merupakan standar penanganan akne derajat ringan sampai sedang. Pemilihan bentuk sediaan topikal yang tepat akan menurunkan efek samping dan meningkatkan kepatuhan pasien serta memberi hasil yang lebih baik. Secara umum, prinsip terapi topikal pada akne vulgaris dikaitkan dengan tiga hal, yaitu: etiopatogenesis, tipe lesi dan derajat keparahan, serta keadaan kulit penderita. Obat berbentuk gel, sabun, dan solusio menimbulkan kering pada kulit dan baik digunakan pada kulit berminyak. Bentuk *lotion*, krim, dan salep baik digunakan pada kulit kering tetapi mudah mengiritasi kulit. Terapi topikal ini pada umumnya membutuhkan waktu enam sampai delapan minggu untuk melihat efek kerjanya. Bahan topikal untuk terapi akne sangat beragam.

Bahan aktif yang sering digunakan adalah *retinoid*, *benzoin peroksida*, *asam salisilat*, *sulfur*, *asam azaleat*, *Alpha Hydroxy Acid (AHAs)*, dan beberapa antibiotik, seperti *eritromisin*, *klindamisin*, *tetrasiklin*, dan *metronidazol*. Terapi sistemik, termasuk antibiotik oral, retinoid oral, dan terapi hormonal menjadi pilihan terapi akne vulgaris pada keadaan terapi topikal sudah tidak responsif atau

pada derajat keparahan akne sedang hingga berat. Terapi oral *isotretinoin* sejauh ini masih menjadi terapi yang paling efektif. Obat ini langsung bekerja pada keempat patogenesis utama akne vulgaris. *Isotretinoin* paling efektif untuk akne jenis *nodulokistik* dan dapat mencegah jaringan parut. Namun, obat ini dapat menimbulkan kekambuhan jika obat dihentikan dengan pemeliharaan kebersihan yang kurang serta bersifat *teratogenic* (Agustin, 2016).

2.2 Kepercayaan Diri

2.2.1 Definisi Kepercayaan Diri

Menurut teori (Lauster,1992) kepercayaan diri merupakan aspek pribadi yang membuat seseorang tidak dapat dipengaruhi oleh orang lain dalam melakukan hal yang dikehendaki nya serta memiliki sikap tanggung jawab dan optimis.

Menurut teori (Anthony,1992) kepercayaan diri adalah sikap yang dimiliki seseorang dalam menerima, mengembangkan, memiliki dan mencapai hal yang diinginkan.

Menurut (Willis,1985) kepercayaan diri merupakan keyakinan bahwasanya seseorang memiliki kemampuan dalam menanggulangi permasalahan lewat situasi terbaik serta mampu memberikan hal yang membuat orang lain menjadi senang.

Berdasarkan dari teori-teori diatas, kepercayaan diri merupakan sikap mental seseorang dalam menilai diri maupun objek sekitarnya sehingga orang tersebut mempunyai keyakinan dalam kemampuan dirinya untuk dapat melakukan sesuatu sesuai dengan kemampuannya (Walgito, 2010).

Orang yang mempunyai kepercayaan diri tinggi mampu bergaul secara fleksibel, mempunyai toleransi, bersikap positif, dan tidak mudah terpengaruh orang lain dalam bertindak, serta mampu menentukan langkah-langkah pasti dalam kehidupannya. Individu yang memiliki kepercayaan diri tinggi akan terlihat tenang, tidak memiliki rasa takut, dan mampu memperlihatkan kepercayaan diri setiap saat (Taylor, 2011).

2.2.2 Aspek Kepercayaan Diri

Ketika seseorang secara sadar merasakan sesuatu, orang tersebut biasanya memiliki banyak keyakinan tentang apa itu. Hal ini menyebabkan spekulasi bahwa semua kasus persepsi sadar sesuatu membawa dengan beberapa derajat keyakinan tentang stimulus yang dirasakan secara sadar. Persepsi dapat terjadi bahkan tanpa adanya banyak hal jika seseorang memiliki keyakinan tentang apa yang mereka rasakan. Ini terjadi pada penglihatan tepi, tetapi mungkin tidak jelas tanpa refleksi. Biasanya mudah bagi saya untuk melihat sesuatu dari dekat dan dengan pasti saya merasa dapat memercayai persepsi saya tentang hal-hal tersebut (Suhadi & Zein, 2022).

Rasa percaya diri merupakan kualitas yang sangat penting dimiliki seseorang dalam rangka mengembangkan potensi dirinya. Jika seseorang memiliki kepercayaan diri yang baik, mereka akan dapat mengembangkan potensinya secara lebih merata. Jika seseorang memiliki rasa percaya diri yang rendah, ia cenderung tertutup, mudah frustrasi ketika menghadapi kesulitan, dan canggung dalam berurusan dengan orang. Memiliki rasa percaya diri yang tinggi pada siswa dapat membantu mereka mencapai hasil akademik yang lebih baik. Ketika terjadi proses perubahan padadiri siswa, mereka tidak hanya akan belajar lebih baik dari segi hasil, tetapi juga mengembangkan keberanian, aktivitas, dan aktualisasi diri.

Kemampuan untuk merasakan kepercayaan diri adalah kunci menuju kehidupan yang sukses. Ini adalah perasaan optimis yang memungkinkan Anda menyelesaikan tugas dan menyesuaikan diri dengan situasi baru. Proses kepercayaan diri dimulai dengan memiliki rasa harga diri yang kuat (Suhadi & Zein, 2022).

1. Lahirnya kelebihan-kelebihan tertentu oleh proses perkembangan yang menciptakan kepribadian seseorang yang baik.
2. Lahirnya keyakinan kuat dalam mewujudkan atau melakukan segala sesuatu atas dasar kelebihan yang dimiliki seseorang karena dia memahami kelebihan-kelebihan yang dimilikinya.
3. Pemahaman dan perilaku positif seseorang dalam menerima serta menghadapi kelemahan - kelemahan yang dimilikinya agar tidak

menimbulkan rasa rendah diri atau rasa sulit dalam menyesuaikan diri.

4. Memiliki pengalaman dalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang dimilikinya.

Menurut Lauster (1987), aspek-aspek *self confidence* atau kepercayaan diri adalah sebagai berikut.

1. Keyakinan akan kemampuan diri yaitu sikap positif seseorang tentang dirinya bahwa memahami dengan sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya.
2. Memiliki sifat optimis dengan serta sikap positif dalam menghadapi segala hal yang dilakukan, yang diharapkan serta dalam menerapkan kemampuannya.
3. Bersikap obyektif dalam menghadapi dan menangani masalah sesuai dengan kebenaran yang ada, bukan berdasarkan pendapat diri sendiri.
4. Bertanggung jawab dengan atas kesediaan dirinya dalam menanggung segala konsekuensi yang sudah selayaknya diterimanya.
5. Rasional atau realistis dengan analisis suatu masalah, hal, atau peristiwa dengan menggunakan ide-ide yang diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

2.2.3 Faktor Yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Ada banyak faktor yang dapat memengaruhi rasa kepercayaan diri seseorang yang terbentuk dari sudut pandang seseorang terhadap dirinya sendiri, faktor-faktor ini terbagi atas dua konsep dasar yakni faktor internal yang terbentuk dari penerimaan seseorang terhadap dirinya sendiri dan faktor eksternal yang terbentuk berdasarkan faktor luar terhadap diri seseorang (Suhadi & Zein, 2022).

Faktor Internal

1. *Self-concept* atau konsep diri. Menurut Burns (1993), Konsep diri merupakan *self-worth*, atau penerimaan diri yang meliputi seluruh keyakinan dan penilaian terhadap diri sendiri. Konsep diri akan menentukan siapa di dalam pikiran sendiri, apa yang dapat dilakukan dalam pikiran, dan apa yang menjadi dalam pikiran.

2. *Self-esteem* atau harga diri adalah penilaian seseorang tentang seberapa baik yang mereka lakukan dalam memenuhi diri yang ideal. Harga diri remaja dan orang dewasa dapat dengan mudah terganggu, terutama selama tahun-tahun awal. Orang yang merasa memiliki harga diri yang tinggi lebih mungkin untuk berhasil dalam kelompoknya dan diterima oleh orang lain. Harga diri yang rendah dapat menyebabkan hubungan interpersonal yang buruk dan menyebabkan risiko depresi.
3. Penampilan dan kondisi fisik. Orang merasa tidak puas dengan penampilan tubuhnya, entah karena merasa dirinya jelek atau karena tidak sesuai dengan harapan lingkungannya (Stice & Shaw, 2002). Penampilan fisik ini diantaranya adalah seperti masalah berat badan, tinggi badan, kecantikan, ketampanan, usia dan kondisi fisik lainnya yang tidak sesuai dengan stigma dalam lingkungan.
4. Keluarga, orang tua, atau orang lain memiliki peran penting dalam pembentukan karakter dan kepercayaan diri individu, pembentukan karakter sejak dini juga merupakan faktor utama dalam pembentukan kepribadian setiap individu. Seiring bertambahnya usia, kepribadian setiap individu dan segala hal lainnya akan berkembang. Setiap orang yang memiliki potensi untuk membuat dampak pada orang lain, apakah mereka pencari kepercayaan diri dan harga diri atau bukan, harus didorong untuk melakukannya. Pemberian kebebasan berekspresi kepada orang tua dalam keluarga dapat memberikan dampak positif bagi kepribadian dan kepercayaan diri anak.

Faktor Eksternal

1. *Self efficacy*. Psikolog Albert Bandura telah mendefinisikan *self efficacy* sebagai Keyakinan seseorang bahwa ia dapat berhasil dalam situasi tertentu atau menyelesaikan tugas. Rasa *self-efficacy* seseorang dapat memainkan peran penting dalam bagaimana seseorang mendekati tujuan, tugas, dan tantangan. Teori kognitif sosial adalah bahwa tindakan dan reaksi individu, termasuk perilaku sosial dan proses kognitif, dipengaruhi oleh tindakan yang

telah diamati individu pada orang lain. Karena *self-efficacy* dikembangkan dari pengalaman eksternal dan pers diri dan berpengaruh dalam menentukan hasil dari banyak peristiwa, yang mana tersebut merupakan aspek penting dari teori kognitif sosial, oleh karenanya *Self-efficacy* mewakili persepsi pribadi tentang faktor sosial eksternal.

2. Masyarakat atau lingkungan. Tekanan sosial merupakan salah satu penyebab utama rendahnya kepercayaan diri. Ada banyak hal yang harus tangani. Ada cara tertentu untuk hidup dan berpakaian untuk mendapatkan rasa hormat dari orang lain, dan yang lain memiliki jenis pekerjaan tertentu dan bertindak dengan cara tertentu yang mengikuti norma. Tekanan atau harapan dari lingkungan luar dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang, tergantung dari penerimaan individunya.
3. Hubungan kepercayaan diri seseorang dapat dipengaruhi oleh hubungan romantis mereka. Berada dalam hubungan yang bahagia dan penuh kasih dapat membuat orang merasa lebih percaya diri. Hubungan yang buruk bisa berbahaya bagi kedua belah pihak, yang mengarah pada penerimaan diri jika hubungan itu berhasil. Perpisahan yang buruk atau ditinggalkan oleh pasangan dapat menyebabkan keraguan diri dan harga diri menurun.
4. Pendidikan.

Orang dengan tingkat pendidikan yang lebih rendah sering merasa di bawah kendali. Orang dengan pendidikan lebih cenderung mandiri dan tidak perlu bergantung pada orang lain. Individu akan dapat menjalani kehidupan dengan percaya diri dan kekuatan dengan memperhatikan realitas dari perspektif realitas (Suhadi & Zein, 2022).

2.2.4 Ciri-Ciri Kepercayaan Diri

Rasa percaya diri dari dalam sebagian besar adalah tentang cara bagaimana seseorang berpikir. Banyak cara berpikir yang dapat membantu mendorong seseorang untuk lebih percaya diri. Orang yang percaya diri menganggap diri mereka pemenang dan orang beruntung.

Orang yang memiliki kepercayaan diri tinggi memiliki ciri-ciri sebagai berikut (Walgito, 2010):

1. Keyakinan Kemampuan Diri

Keyakinan kemampuan diri adalah sikap positif seseorang tentang dirinya sendiri.

2. Optimis

Optimis merupakan sikap positif yang dimiliki seseorang yang selalu berpandangan yang baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya.

3. Objektif

Pribadi yang memandang permasalahan sesuai dengan kebenaran yang semestinya.

4. Bertanggung Jawab

Bertanggung jawab adalah kesediaan seseorang agar menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.

5. Rasional dan Realistis

Rasional dan realistis adalah analisis terhadap sesuatu masalah dengan menggunakan pemikirannya yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Ciri-ciri individu yang memiliki rasa kurang percaya diri, yaitu (Fatmawati, 2019):

1. Berusaha menunjukkan sikap konfirmis untuk mendapatkan pengakuan dan penerimaan kelompok.
2. Memiliki konformitas sangat tinggi terhadap orang lain dan kelompok.
3. Sulit menerima realita diri dan memandang rendah kemampuan diri sendiri, namun memasang harapan yang tidak *realistic* terhadap diri sendiri sehingga sering mengalami kekecewaan yang disebabkan tidak tercapainya harapan-harapan.
4. Memiliki sikap pesimis yang membuat individu tidak mau berbuat karena merasa tidak ada gunanya atau sulit untuk dicapai.

5. Memiliki perasaan takut gagal sehingga menghindari segala resiko dan tidak berani memasang target untuk hasil.
6. Menolak pujian yang ditujukan secara tulus, karena merasa pujian itu tidak sesuai dengan keadaan dirinya.
7. Selalu menempatkan dirinya terakhir, karena menilai dirinya tidak mampu bukan karena menghargai orang lain.

Dari ciri-ciri diatas, Kepercayaan diri dapat ditingkatkan dengan empat cara, yaitu (Fatmawati, 2019):

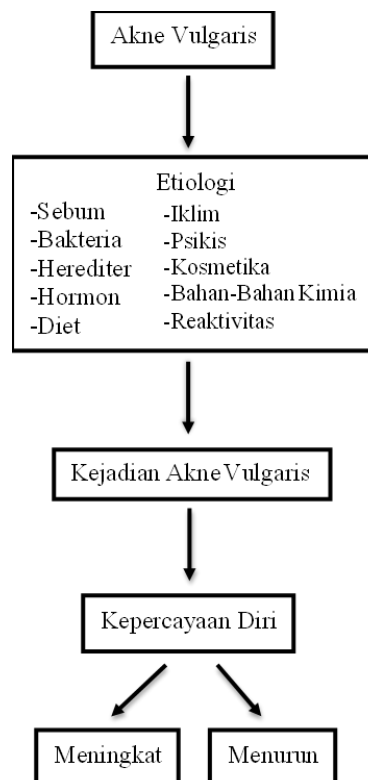
1. Mengidentifikasi penyebab kurangnya percaya diri. Remaja memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi ketika berhasil didalam domain-domain kompetensi yang penting.
2. Memberi dukungan emosional dan penerimaan sosial. Dukungan emosional dalam bentuk konfirmasi dari orang lain memiliki pengaruh yang besar bagi rasa percaya diri.
3. Prestasi yang diraih individu melalui tugas-tugas yang telah diberikan secara berulang-ulang akan membuat kepercayaan diri individu meningkat.
4. Mengatasi masalah merupakan suatu evaluasi diri yang menyenangkan dan dapat mendorong terjadinya penerimaan terhadap diri sendiri.

Dengan tingginya kepercayaan diri, individu akan memiliki pandangan positif dalam menghadapi berbagai persoalan hidup dan kehidupan. Menumbuhkan rasa percaya diri yang proporsional perlu dimulai dari diri sendiri. Hal ini sangat penting karena hanya individu yang bersangkutan yang dapat mengatasi rasa kurang percaya diri yang sedang dialaminya. Tanpa kepercayaan diri dapat menimbulkan banyak masalah pada seseorang. Hal tersebut terjadi karena kepercayaan diri seseorang mampu untuk mengaktualisasikan segala potensinya. Kepercayaan diri merupakan sesuatu yang sangat *urgent* untuk dimiliki setiap individu. Dengan percaya diri 0 akan mengenal dan memahami diri sendiri, sementara kurangnya percaya diri akan menghambat potensi diri.

2.3 Mahasiswa

Mahasiswa adalah suatu kelompok dalam masyarakat yang mendapatkan status karena berikatan dengan perguruan tinggi. Mahasiswa merupakan cendekiawan dalam suatu lapisan masyarakat yang sering syarat dengan berbagai predikat (WIDAYANTO, 2012). Mahasiswa dalam tahap golongannya, digolongkan sebagai remaja akhir dan dewasa awal, yaitu usia 18 – 21 tahun dan 22 – 34 tahun. Pada usia tersebut mahasiswa mengalami perubahan dari remaja akhir ke dewasa awal. Menurut UU RI No.12 tahun 2012, mahasiswa memiliki peran dalam mewujudkan cita-cita pembangunan nasional sedangkan perguruan tinggi merupakan Lembaga Pendidikan yang secara formal diberikan tugas dan tanggung jawab dalam melaksanakan persiapan mahasiswa sesuai tujuan pendidikan tinggi. Tujuan dapat tercapai apabila Tri Darma Perguruan Tinggi dapat terlaksana (LLDIKT18, 2019).

2.4 Kerangka Teori

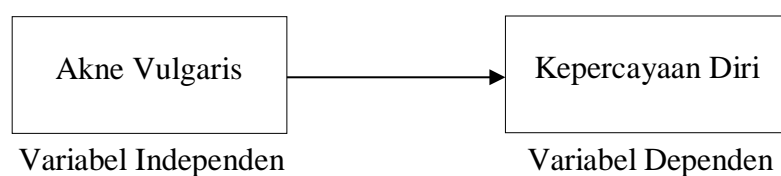


Gambar 2. 2 Kerangka Teori

2.5 Hipotesis Teori

Ho :Ada hubungan kejadian akne vulgaris dengan tingkat kepercayaan diri pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara.

2.6 Kerangka Konsep



Gambar 2. 3 Kerangka Konsep