

HUBUNGAN ANTARA POLA NUTRISI DENGAN DERAJAT KEPARAHAN AKNE VULGARIS PADA SISWA SMA NEGERI 1 SINGARAJA

Oleh

Ni Made Ayu Shandy Berliana Putri, NIM 2218011102

Program Studi Kedokteran

ABSTRAK

Akne vulgaris merupakan salah satu gangguan kulit yang paling sering dialami remaja dan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti hormon, genetik, serta pola makan. Pola nutrisi yang tidak seimbang, terutama konsumsi makanan tinggi lemak dan indeks glikemik, diketahui dapat memperburuk kondisi kulit. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola nutrisi dengan derajat keparahan akne vulgaris pada siswa SMA Negeri 1 Singaraja. Penelitian ini menggunakan desain analitik observasional dengan pendekatan *cross-sectional* pada 119 siswa yang dipilih dengan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) untuk menilai pola nutrisi dan *Global Acne Grading System* (GAGS) untuk menilai tingkat keparahan akne, kemudian dianalisis menggunakan uji *Spearman's Rho*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 15–16 tahun dengan pola nutrisi kurang sebesar 51,3% dan tingkat keparahan akne ringan sebesar 46,2%. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $r = 0,892$ dengan $p < 0,001$ yang berarti terdapat hubungan sangat kuat dan signifikan antara pola nutrisi dengan derajat keparahan akne vulgaris, di mana semakin buruk pola nutrisi maka semakin berat tingkat keparahan akne yang dialami. Kesimpulannya, terdapat hubungan yang bermakna antara pola nutrisi dengan derajat keparahan akne vulgaris pada siswa SMA Negeri 1 Singaraja, sehingga edukasi mengenai pentingnya pola makan seimbang dengan memperbanyak konsumsi buah, sayur, dan sumber protein sehat perlu ditingkatkan sebagai langkah pencegahan dan pengelolaan akne pada remaja.

Kata Kunci: Akne vulgaris, pola nutrisi, remaja, derajat keparahan jerawat

**THE RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITIONAL PATTERNS AND THE
SEVERITY OF ACNE VULGARIS AMONG STUDENTS OF SMA NEGERI 1
SINGARAJA**

By

Ni Made Ayu Shandy Berliana Putri, NIM 2218011102

Departement of Medicine

ABSTRACT

Acne vulgaris is one of the most common skin disorders experienced by adolescents and can be influenced by various factors such as hormones, genetics, and dietary habits. An unbalanced nutritional pattern, particularly the consumption of foods high in fat and with a high glycemic index, is known to exacerbate skin conditions. This study aimed to determine the relationship between nutritional patterns and the severity of acne vulgaris among students of SMA Negeri 1 Singaraja. This study employed an observational analytic design with a cross-sectional approach involving 119 students selected using purposive sampling. Data were collected using a Food Frequency Questionnaire (FFQ) to assess nutritional patterns and the Global Acne Grading System (GAGS) to evaluate acne severity, and were analyzed using Spearman's Rho test. The results showed that most respondents were aged 15–16 years, with poor nutritional patterns accounting for 51.3% and mild acne severity accounting for 46.2%. Statistical analysis revealed an r value of 0.892 with $p < 0.001$, indicating a very strong and significant relationship between nutritional patterns and the severity of acne vulgaris, where poorer nutritional patterns were associated with more severe acne. In conclusion, there is a significant relationship between nutritional patterns and the severity of acne vulgaris among students of SMA Negeri 1 Singaraja. Therefore, education regarding the importance of a balanced diet by increasing the consumption of fruits, vegetables, and healthy protein sources needs to be enhanced as a preventive and management strategy for acne in adolescents.

Keywords: *Acne vulgaris, nutritional patterns, adolescents, acne severity*