

**HUBUNGAN KEBIASAAN MENCUCI WAJAH DENGAN KEJADIAN
ACNE VULGARIS PADA MAHASISWA KEDOKTERAN*****The Relationship Between Face Washing Habits and The Incidence of Acne
Vulgaris in Medical Students*****Dhandi Mahardika Hidayat¹, Riri Arisanty Safrin Lubis^{*2}, Nita Andriani³,
Irfan Darfika Lubis⁴****^{1,2,3,4}Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara*****Corresponding Author: ririarisanty@umsu.ac.id****Abstract**

Acne vulgaris is a common skin disorder among medical students. Proper facial cleansing habits may influence the occurrence of acne vulgaris. To examine the relationship between facial cleansing habits and the occurrence of acne vulgaris among 2022 cohort students at the Faculty of Medicine, University of Muhammadiyah North Sumatra. This analytic cross-sectional study involved 156 students enrolled through consecutive sampling. Facial cleansing habits were assessed using a validated closed-ended questionnaire, while acne vulgaris occurrence was determined through direct clinical inspection by a dermatology specialist. Data were analyzed using Chi-Square test at significance level $p < 0.05$. A total of 55.8% demonstrated adequate facial cleansing habits, while 41.0% experienced acne vulgaris. Statistical analysis indicated a significant association between facial cleansing habits and acne vulgaris occurrence ($p = 0.012$). There is a significant relationship between facial cleansing habits and acne vulgaris occurrence. Proper facial cleansing habits may serve as a practical non-pharmacological strategy to prevent acne vulgaris.

Keywords: Acne Vulgaris, Facial Cleansing, Medical Students, Hygienic Behavior

Abstrak

Acne vulgaris merupakan gangguan kulit yang sering dialami mahasiswa kedokteran. Kebiasaan mencuci wajah yang baik dapat berpengaruh terhadap kejadian acne vulgaris. Mengetahui hubungan antara kebiasaan mencuci wajah dengan kejadian acne vulgaris pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Penelitian analitik dengan pendekatan cross-sectional melibatkan 156 sampel mahasiswa yang diperoleh melalui teknik consecutive sampling. Kebiasaan mencuci wajah dinilai menggunakan kuesioner tertutup, sedangkan kejadian acne vulgaris ditentukan berdasarkan observasi klinis oleh dokter spesialis kulit. Analisis data menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$. Sebanyak 55,8% responden memiliki kebiasaan mencuci wajah yang baik dan 41,0% responden mengalami kejadian acne vulgaris. Hasil uji Chi-Square menunjukkan hubungan yang signifikan antara kebiasaan mencuci wajah dengan kejadian acne vulgaris ($p = 0,012$). Terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan mencuci wajah dengan kejadian acne vulgaris. Kebiasaan mencuci wajah yang baik berpotensi menurunkan risiko timbulnya acne vulgaris dan dapat berperan sebagai terapi non-farmakologis dalam upaya pencegahan.

Kata Kunci: Acne Vulgaris, Mencuci Wajah, Mahasiswa Kedokteran, Perilaku Higiene

PENDAHULUAN

Acne vulgaris merupakan salah satu gangguan kulit yang paling sering dijumpai, khususnya pada populasi remaja dan dewasa muda. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada aspek fisik, tetapi juga dapat mempengaruhi kualitas hidup, kepercayaan diri, dan kesejahteraan psikologis penderitanya (Damayanti et al., 2022; Widasari et al., 2022). Prevalensi acne vulgaris di kalangan mahasiswa, terutama mahasiswa kedokteran, cenderung tinggi karena berbagai faktor seperti stres akademik, pola tidur yang tidak teratur, dan kebiasaan higiene yang kurang optimal (Naibaho, 2020; Dumgair et al., 2021).

Data epidemiologi menunjukkan bahwa acne vulgaris merupakan salah satu dari lima kelainan kulit terbanyak yang dijumpai di poliklinik dermatologi. Di Indonesia, prevalensi acne vulgaris mencapai angka yang cukup signifikan, dengan kecenderungan peningkatan pada kelompok usia 15-25 tahun (Danil et al., 2022). Kondisi ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk faktor hormonal, genetik, stress, diet, dan yang tidak kalah penting adalah faktor kebersihan kulit wajah (Chilicka et al., 2022; Asbullah et al., 2021).

Kebiasaan mencuci wajah merupakan salah satu aspek penting dalam perilaku higiene yang dapat dimodifikasi untuk mencegah dan mengurangi kejadian acne vulgaris. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa perilaku higiene kulit wajah, termasuk frekuensi mencuci wajah, jenis pembersih yang digunakan, dan teknik mencuci wajah, memiliki korelasi dengan kejadian acne vulgaris (Sitohang et al., 2022; Sole et al., 2020). Penggunaan pembersih wajah yang tepat dapat membantu mengurangi produksi sebum berlebih, membersihkan pori-pori dari kotoran dan sel kulit mati, serta mencegah pertumbuhan bakteri *Propionibacterium acnes* (Tyas et al., 2024).

Meskipun berbagai penelitian telah dilakukan untuk mengkaji hubungan antara perilaku higiene dengan acne vulgaris, masih terdapat variasi hasil yang ditemukan. Beberapa penelitian menunjukkan hubungan yang signifikan (Artasih et al., 2023; Anggraeni et al., 2022), sementara penelitian lain tidak menemukan korelasi yang bermakna (Hapsari et al., 2022). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebiasaan mencuci wajah dengan kejadian acne vulgaris pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain analitik dengan pendekatan cross-sectional yang dilaksanakan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Penelitian dilakukan pada periode Oktober hingga November 2024.

Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik consecutive sampling. Berdasarkan perhitungan besar sampel, diperoleh jumlah sampel sebanyak 156 responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

Kriteria inklusi penelitian meliputi mahasiswa aktif angkatan 2022, berusia 18-25 tahun, bersedia menjadi responden, dan dapat berkomunikasi dengan baik. Kriteria eksklusi meliputi mahasiswa yang sedang menjalani pengobatan acne

vulgaris sistemik, memiliki riwayat penyakit kulit lain selain acne vulgaris, dan tidak bersedia dilakukan pemeriksaan fisik wajah.

Kebiasaan mencuci wajah dinilai menggunakan kuesioner tertutup yang telah dikembangkan dan divalidasi oleh Kurniawati AR (2014). Kuesioner ini mencakup aspek frekuensi mencuci wajah, jenis pembersih yang digunakan, teknik mencuci wajah, dan konsistensi dalam melakukan perawatan wajah. Kejadian acne vulgaris ditentukan melalui observasi klinis langsung dengan inspeksi wajah yang dilakukan oleh dokter spesialis kulit kelamin.

Data yang terkumpul dianalisis secara univariat untuk mengetahui distribusi frekuensi dari setiap variabel dan bivariat menggunakan uji Chi-Square untuk mengetahui hubungan antara kebiasaan mencuci wajah dengan kejadian acne vulgaris. Tingkat signifikansi yang digunakan adalah $p < 0,05$. Analisis data dilakukan menggunakan software SPSS versi 25.

Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Semua responden telah diberikan penjelasan mengenai tujuan dan prosedur penelitian, serta menandatangani informed consent sebagai bukti kesediaan berpartisipasi dalam penelitian dengan nomor 1649/KEPK/FKUMSU/2025.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Penelitian ini melibatkan 156 responden yang terdiri dari 61 mahasiswa laki-laki (39,1%) dan 95 mahasiswi perempuan (60,9%). Dari total responden, 87 orang (55,8%) memiliki kebiasaan mencuci wajah yang baik, sedangkan 69 orang (44,2%) memiliki kebiasaan mencuci wajah yang tidak baik. Sebanyak 64 responden (41,0%) mengalami kejadian acne vulgaris, sementara 92 responden (59,0%) tidak mengalami acne vulgaris.

Berdasarkan jenis pembersih wajah yang digunakan, sebanyak 109 responden (69,9%) menggunakan sabun cuci wajah khusus, 35 responden (22,4%) menggunakan sabun mandi, dan 12 responden (7,7%) hanya menggunakan air. Dari responden yang menggunakan sabun cuci wajah khusus, 27 orang (17,3%) menggunakan sabun yang diresepkan oleh dokter. Mengenai frekuensi mencuci wajah, 95 responden (60,9%) mencuci wajah kurang dari 3 kali sehari, sedangkan 61 responden (39,1%) mencuci wajah 3 kali atau lebih dalam sehari.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	61	39,1
Perempuan	95	60,9
Kebiasaan Mencuci Wajah		
Baik	87	55,8
Tidak Baik	69	44,2

Kejadian Acne Vulgaris		
Ada	64	41,0
Tidak Ada	92	59,0

Hubungan Kebiasaan Mencuci Wajah dengan Kejadian Acne Vulgaris

Hasil analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kebiasaan mencuci wajah dengan kejadian acne vulgaris. Dari 87 responden dengan kebiasaan mencuci wajah yang baik, 59 orang (67,8%) tidak mengalami acne vulgaris dan 28 orang (32,2%) mengalami acne vulgaris. Sementara itu, dari 69 responden dengan kebiasaan mencuci wajah yang tidak baik, 33 orang (47,8%) tidak mengalami acne vulgaris dan 36 orang (52,2%) mengalami acne vulgaris. Uji statistik menghasilkan nilai $p = 0,012$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan hubungan yang signifikan secara statistik antara kebiasaan mencuci wajah dengan kejadian acne vulgaris.

Tabel 2. Hubungan Kebiasaan Mencuci Wajah dengan Kejadian Acne Vulgaris

Kebiasaan Mencuci Wajah	Kejadian Acne Vulgaris		Total n (%)	Nilai p
	Ada n (%)	Tidak Ada n (%)		
Baik	28 (32,2)	59 (67,8)	87 (100)	0,012
Tidak Baik	36 (52,2)	33 (47,8)	69 (100)	

Penelitian ini menemukan hubungan yang signifikan antara kebiasaan mencuci wajah dengan kejadian acne vulgaris pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara ($p = 0,012$). Hasil ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang juga menunjukkan korelasi positif antara perilaku higiene kulit wajah dengan kejadian acne vulgaris (Sari et al., 2023; Artasih et al., 2023; Anggraeni et al., 2022).

Acne vulgaris merupakan kondisi dermatologis yang kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk kebiasaan kebersihan wajah. Kebiasaan mencuci wajah yang baik berperan penting dalam mencegah dan mengurangi kejadian acne vulgaris melalui beberapa mekanisme, antara lain mengurangi produksi sebum berlebih, membersihkan pori-pori dari kotoran dan sel kulit mati, serta mencegah pertumbuhan bakteri *Propionibacterium acnes* (Sari et al., 2023). Penelitian oleh Tyas et al. (2024) menunjukkan bahwa penggunaan pembersih wajah yang tepat dapat meningkatkan aktivitas antibakteri, mengurangi peradangan, dan menghambat penetrasi bakteri ke dalam kulit.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden perempuan cenderung memiliki kebiasaan mencuci wajah yang lebih baik dibandingkan laki-laki (60,0% vs 49,2%). Hal ini dapat dijelaskan oleh kesadaran yang lebih tinggi pada perempuan dalam menjaga kesehatan dan kecantikan wajah, terutama karena penggunaan kosmetik yang dapat menyumbat pori-pori (Zahra et al., 2025). Meskipun demikian, prevalensi acne vulgaris pada perempuan sedikit lebih tinggi dibandingkan laki-laki (42,1% vs 39,3%), yang mungkin dipengaruhi oleh faktor

hormonal dan siklus menstruasi yang mempengaruhi aktivitas kelenjar sebacea (Zahra et al., 2025).

Jenis pembersih wajah yang digunakan juga memiliki peran penting dalam pencegahan acne vulgaris. Penelitian ini menemukan bahwa mayoritas responden (69,9%) menggunakan sabun cuci wajah khusus, yang secara klinis terbukti lebih efektif dalam mencegah acne vulgaris dibandingkan dengan penggunaan sabun mandi biasa atau hanya air (Tyas et al., 2024). Pembersih wajah yang mengandung bahan aktif seperti benzoyl peroxide memiliki sifat antibakteri, antiinflamasi, dan keratolitik yang dapat membantu mengatasi acne vulgaris (Das et al., 2024).

Frekuensi mencuci wajah juga merupakan faktor penting yang perlu diperhatikan. Penelitian oleh Hastuti et al. (2019) dan Sulaksono et al. (2025) menunjukkan bahwa mencuci wajah berlebihan (≥ 3 kali sehari) dapat menguras minyak alami kulit, menyebabkan iritasi, dan justru memicu produksi sebum berlebih yang dapat memperburuk acne vulgaris. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 60,9% responden mencuci wajah kurang dari 3 kali sehari, yang merupakan frekuensi yang lebih ideal.

Temuan penelitian ini mendukung hasil penelitian Sundoro et al. (2025) yang menunjukkan korelasi negatif yang kuat ($r = -0,538$, $p < 0,001$) antara kebersihan wajah dengan tingkat keparahan acne vulgaris pada remaja. Penelitian lain oleh Sulaksono et al. (2025) pada mahasiswa Universitas Ahmad Dahlan juga menemukan hubungan yang signifikan ($p = 0,000$) antara frekuensi mencuci wajah dengan prevalensi acne vulgaris, dimana pembersihan wajah yang teratur terbukti meningkatkan aktivitas antibakteri dan mengurangi peradangan.

Namun, perlu dicatat bahwa tidak semua penelitian menunjukkan hasil yang konsisten. Penelitian oleh Hapsari et al. (2022) tidak menemukan korelasi yang signifikan antara perilaku higiene dengan kejadian acne vulgaris ($p = 0,720$). Perbedaan hasil ini menunjukkan bahwa acne vulgaris merupakan kondisi multifaktorial yang tidak hanya dipengaruhi oleh faktor higiene, tetapi juga oleh faktor hormonal, genetik, stres, dan diet (Hastuti et al., 2019).

Implikasi praktis dari penelitian ini menunjukkan pentingnya edukasi mengenai perilaku higiene wajah yang benar sebagai salah satu strategi pencegahan acne vulgaris. Mahasiswa kedokteran, sebagai calon tenaga kesehatan, perlu memiliki pengetahuan dan kesadaran yang baik mengenai pentingnya menjaga kebersihan kulit wajah. Intervensi edukasi yang komprehensif tentang pemilihan pembersih wajah yang sesuai dengan jenis kulit, teknik mencuci wajah yang tepat, dan frekuensi yang optimal dapat menjadi langkah preventif yang efektif.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, desain cross-sectional tidak dapat menjelaskan hubungan sebab-akibat secara definitif. Kedua, penggunaan kuesioner self-reported untuk menilai kebiasaan mencuci wajah mungkin memiliki bias recall. Ketiga, penelitian ini tidak menganalisis faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi acne vulgaris seperti faktor hormonal, genetik, dan pola makan. Penelitian longitudinal dengan pendekatan yang lebih komprehensif diperlukan untuk mengonfirmasi temuan ini dan mengidentifikasi faktor-faktor prediktif lainnya.

KESIMPULAN

Terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan mencuci wajah dengan kejadian acne vulgaris pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara ($p = 0,012$). Kebiasaan mencuci wajah yang baik, meliputi penggunaan pembersih wajah yang tepat dan frekuensi yang sesuai, berpotensi menurunkan risiko timbulnya acne vulgaris dan dapat berperan sebagai salah satu strategi non-farmakologis dalam upaya pencegahan. Edukasi mengenai perilaku higiene wajah yang benar perlu ditingkatkan, terutama di kalangan mahasiswa kedokteran sebagai calon tenaga kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, A. S., Rafie, R., Anggunan, & Hamzah, M. S. (2022). Hubungan kebersihan wajah terhadap kejadian akne vulgaris pada mahasiswi angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. *Medula*, 12 (2), 391-395.
- Artasih, P. C. N., Mulianingsih, W., Nirmala, S., & Mariam, L. (2023). Hubungan perilaku membersihkan wajah dengan kejadian acne vulgaris pada mahasiswa laki-laki. *Jurnal Ners Community*, 13 (2), 267-275.
- Asbullah, Wulandini, P., & Febrianita, Y. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi terhadap timbulnya acne vulgaris (jerawat) pada remaja SMAN 1 Pelangiran Kabupaten Indragiri Hilir Tahun 2018. *JKA (Jurnal Keperawatan Abdurrah)*, 04 (02), 79-88.
- Chilicka, K., Dzieńdziora-Urbińska, I., Szygula, R., Asanova, B., & Nowicka, D. (2022). Microbiome and probiotics in acne vulgaris—A narrative review. *Life*, 12 (3), 422.
- Damayanti, Umborowati, M. A., Ollyvia, Z. Z., & Febriyana, N. (2022). The impact of acne vulgaris on the quality of life in teen patients. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 10 (2), 189-198.
- Danil, R., Jusuf, N. K., & Putra, I. B. (2022). Prevalensi lima kelainan kulit terbanyak di Poliklinik Dermatologi Kosmetik Rumah Sakit Universitas Sumatera Utara Tahun 2020-2022. *Media Dermato-Venereologica Indonesiana*, 51 (4), 140-176.
- Das, A., Thangavel, S., Sen, D., & Jadhwar, S. (2024). A survey on healthcare professionals' perspective on the use of benzoyl peroxide cleanser for acne management. *International Journal of Research in Dermatology*, 10 (6), 6-10.
- Dumgair, D., Pandleke, H. E., & Kapantow, M. G. (2021). Pengaruh kualitas tidur terhadap kejadian akne vulgaris. *e-CliniC*, 9 (2), 299-305.
- Hapsari, J. R., Murasmita, A., Widhiati, S., & Kusumawardani, A. (2022). The relationship between hygiene behaviour and acne vulgaris incidence in medical students Sebelas Maret University. *Journal of University Airlangga*, 34 (2), 125-129.
- Hastuti, R., Mustifah, E. F., Ulya, I., & Risman, M. (2019). The effect of face washing frequency on acne vulgaris patients. *Journal of General - Proceeding Dermatology Venereology Indonesia*, 3 (2), 35-40.
- Naibaho, C. (2020). Gambaran faktor-faktor pencetus timbulnya akne vulgaris pada mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommensen. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53 (9), 1689-1699.

- Sari, A. R., Ramadhanty, P. K., Anggraeni, N., Destra, E., & Firmansyah, Y. (2023). Exploring the connection between facial skin cleansing habits and acne vulgaris: A comprehensive review. *Medicor Journal of Health Informatics and Health Policy*, 1 (1), 25-30.
- Sitohang, M. N., Teresa, A., & Nawan. (2022). Literature review: Hubungan perilaku higiene kulit wajah dengan akne vulgaris pada wajah. *Jurnal Kedokteran Universitas Palangka Raya*, 10 (1), 13-17.
- Sole, F. R. T., Suling, P. L., & Kairupan, T. S. (2020). Hubungan antara mencuci wajah dengan kejadian akne vulgaris pada remaja laki-laki di Manado. *e-CliniC*, 8 (1), 158-162.
- Sulaksono, N., Rizkita, L. D., & Suryaningsih, B. E. (2025). The relationship between the frequency of cleaning facial skin and the incidence of acne vulgaris. *Ahmad Dahlan Medical Journal*, 6 (1), 1-10.
- Sundoro, V. F., Riani, S. N., Djannatun, T., & Maharsi, E. D. (2025). Personal hygiene wajah dan keparahan acne vulgaris pada remaja: Perspektif Islam. *Jurnal Ruhul Islam*, 3 (1), 29-52.
- Tyas, S. C., Oktavia, A. W., Asyrofany, F. Z., et al. (2024). Profil pengetahuan, sikap, dan perilaku mengenai penggunaan cleanser sebagai upaya pencegahan acne vulgaris. *Jurnal Farmasi Komunitas*, 11 (1), 8-15.
- Widasari, N. P. A., Aryastuti, A. A. S. A., & Sunyamurthi, I. G. N. A. (2022). Hubungan derajat acne vulgaris dengan tingkat ansietas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa. *Aesculapius Medical Journal*, 4 (2), 252-260.
- Zahra, S. U., Indrastiti, R., & Widianingrum, R. (2025). Hubungan gender, stres, dan personal hygiene dengan kejadian akne vulgaris pada mahasiswa kedokteran. *Anatomy Medical Journal*, 8 (3), 202-213.