

# GAMBARAN *HEALTH SEEKING BEHAVIOUR* DAN KEPERCAYAAN DIRI PENDERITA MASALAH KULIT WAJAH (*ACNE VULGARIS*) DI KLINIK HEVI BEAUTY CARE

<sup>1</sup>Hevi Putriani, <sup>2</sup>Nurpratiwi, <sup>3</sup> Debby Hatmalyakin

<sup>1</sup>Mahasiswa STIKes YARSI Pontianak

<sup>2-3</sup>Dosen STIKes YARSI Pontianak

Email: [heviputri.hv@gmail.com](mailto:heviputri.hv@gmail.com)

## Abstrak

**Latar Belakang:** Masalah kulit menjadi masalah tren masa kini yang dirasakan oleh masyarakat di seluruh dunia yang salah satunya berupa acne vulgaris. Jerawat dapat menyebabkan permasalahan kepercayaan diri pada penderita sehingga akan ada usaha untuk mencari bantuan kesehatan untuk mengatasi permasalahan tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *health seeking behaviour* dan kepercayaan diri penderita masalah kulit (*Acne Vulgaris*) wajah di Klinik Hevi Beauty Care.

**Metode :** Penelitian ini menggunakan desain deskriptif. Jumlah sampel sebesar 326 orang dengan purposive sampling. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner. Data ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase.

**Hasil :** Pada penelitian ini didapatkan bahwa kepercayaan diri penderita acne vulgaris berada pada kepercayaan diri yang rendah dengan *health seeking behaviour* dalam kategori baik

**Kesimpulan :** Kepercayaan diri penderita acne vulgaris berada pada kepercayaan diri yang rendah dengan *health seeking behaviour* dalam kategori baik. Perlunya penelitian lanjutan untuk meningkatkan kepercayaan diri pasien dengan acne vulgaris.

**Kata Kunci :** *acne vulgaris*, *health seeking behaviour*, kepercayaan diri

## Abstract

**Background:** Skin problems are a current trend affecting people around the world, one of which is acne vulgaris. Acne can cause self-confidence issues in sufferers, leading them to seek medical help to overcome the problem. This study aims to determine the health-seeking behaviour and self-confidence of sufferers of facial skin problems (*acne vulgaris*) at the Hevi Beauty Care Clinic.

**Method:** This study used a descriptive design. The sample size was 326 people with purposive sampling. The instrument used was a questionnaire. The data were presented in the form of frequency distribution and percentages.

**Results:** This study found that the self-confidence of acne vulgaris sufferers was low, with health-seeking behaviour in the good category.

**Conclusion:** The self-confidence of acne vulgaris patients was found to be low, with health-seeking behaviour in the good category. Further research is needed to improve the self-confidence of patients with acne vulgaris.

**Keywords:** *acne vulgaris*, *health-seeking behaviour*, *self-confidence*

## PENDAHULUAN

Masalah kulit menjadi masalah tren masa kini yang dirasakan oleh masyarakat di seluruh dunia. Masalah kulit menjadi salah

satu *global burden* yang berkontribusi sebesar 1,79% dari seluruh penyakit yang terdiri dari *dermatitis*, *psoriasis*, *cellulitis*, *pyoderma*, *scabies*, *fungal skin diseases*, *viral skin diseases*, *Acne Vulgaris*, *alopecia areata*,

*pruritus, urticarial, decubitus ulcer, malignant skin melanoma, dan keratinocyte carcinoma.* Salah satu permasalahan kulit umum yang sering berupa masalah *Acne Vulgaris* atau yang biasa kita sebut jerawat (Sutaria et al., 2023).

*Acne Vulgaris* (AV) menjadi salah satu permasalahan kesehatan kulit yang menjadi perhatian di dunia khususnya bagi kaum muda bahkan tua. Data di dunia menunjukkan bahwa *Acne Vulgaris* merupakan penyakit kulit dengan tingkat kejadian tertinggi pada usia remaja di seluruh dunia dan merupakan salah satu dari tiga penyakit kulit yang paling sering terjadi di Inggris, Prancis, dan Amerika Serikat. Data yang tercatat di negara Amerika Serikat menunjukkan tingkat kejadian *Acne Vulgaris* dengan angka sekitar 50 juta penderita per tahun (Astiah, 2024). Jerawat vulgaris umumnya terjadi pada remaja dan dewasa muda. Tingkat prevalensinya diperkirakan berkisar antara 35% hingga lebih dari 90% di kalangan remaja. Perjalanan alami penyakit ini dapat dimulai sejak usia 7-12 tahun (jerawat praremaja) dan sembuh pada dekade ketiga kehidupan seseorang di Amerika Serikat. Namun, ada beberapa kasus di mana jerawat dapat bertahan hingga dewasa atau bahkan berkembang untuk pertama kalinya selama masa dewasa (Sutaria et al., 2023).

Di Indonesia, jerawat juga menjadi perhatian penting dalam bidang dermatologi. Studi oleh Mohiuddin menyebutkan bahwa prevalensi *Acne* di Indonesia cenderung tinggi, kurang lebih mencapai angka 87.5%. Penelitian *Global Burden of Disease* menunjukkan prevalensi AV sebesar 85%, serta paling umum ditemukan di rentang usia 12-25 tahun. Insidensi AV umumnya dimulai pada masa pubertas atau pra pubertas pada usia 12-15 tahun, kemudian mencapai puncak keparahan pada usia 17-21 tahun, 10% lainnya ditemukan pada rentang usia 35-44 tahun (Kementerian Kesehatan Indonesia, 2024). Berdasarkan data ini menjelaskan bahwa usia

remaja hingga dewasa awal banyak menderita masalah kulit ini terutama masalah jerawat.

Jerawat sering membuat resah dan menghilangkan rasa percaya diri, karena mengurangi nilai visual, apalagi jika area kulit yang berjerawat sangat luas. Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan seseorang untuk mampu berperilaku sesuai dengan yang diharapkan dan diinginkan (Atrilia & Ninin, 2022). Apabila seseorang tidak memiliki rasa percaya pada dirinya sendiri maka akan timbul masalah karena kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian dari seseorang yang berfungsi mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya. Selain faktor internal seperti kondisi fisik, kepercayaan diri juga dipengaruhi oleh faktor eksternal, yaitu lingkungan yang mana terdapat keluarga dan teman yang saling berinteraksi dengan baik akan memberi rasa nyaman dan percaya diri yang tinggi. Wajah yang berjerawat akan berpengaruh pula pada perkembangan psikososial termasuk kepercayaan diri (Aini et al., 2022). *Acne Vulgaris* pada umumnya dapat terjadi pada usia dewasa dan lebih seringnya terjadi pada kehidupan usia remaja (Teresa, 2020).

Kehidupan sebagai remaja merupakan salah satu periode dalam rentang kehidupan manusia. Masa remaja adalah masa peralihan dari anak-anak ke dewasa, bukan hanya dalam artian psikologis tetapi juga fisik (Andriyani, 2020). Permasalahan akibat perubahan fisik banyak dirasakan oleh remaja ketika mereka mengalami pubertas. Salah satu perubahan fisik yang sering menjadi permasalahan pada masa remaja adalah jerawat. Masalah ini memberi kesan psikologis yang buruk pada remaja, terutama remaja dalam rentang usia sekolah. Remaja yang mengalami masalah jerawat sering kali mempunyai masalah yang berkaitan dengan kepercayaan diri (Natalia & Vidya, 2024).

Modal dasar untuk pengembangan dalam aktualisasi diri (eksplorasi segala kemampuan diri) adalah kepercayaan diri, yaitu suatu

aspek kepribadian manusia yang berfungsi penting untuk mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya dan sangat dibutuhkan untuk memperoleh kesuksesan dalam kehidupan sehari-hari. Kepercayaan diri merupakan kunci motivasi diri. Individu tidak dapat menjalani hidup dengan baik tanpa kepercayaan diri. Setiap individu akan membutuhkan kepercayaan diri setiap harinya dalam berbagai hal (Ompi et al., 2016).

Tingkat kepercayaan diri yang baik memudahkan dalam pengambilan keputusan dan melancarkan jalan untuk mendapatkan teman, membangun hubungan, dan membantu individu mempertahankan kesuksesan. Individu yang mempunyai kepercayaan diri memiliki perasaan positif terhadap dirinya, punya keyakinan yang kuat atas dirinya dan punya pengetahuan akurat terhadap kemampuan yang dimiliki. Begitu besar fungsi dan peranan kepercayaan diri pada kehidupan individu. Tanpa adanya rasa percaya diri yang tertanam dengan kuat di dalam jiwa individu, pesimisme dan rasa rendah diri akan dengan mudah menguasai dirinya. Tanpa dibekali kepercayaan diri yang mantap sejak dini, maka individu akan tumbuh menjadi pribadi yang lemah (Ompi et al., 2016).

Penelitian sebelumnya menjelaskan penderita masalah kulit cenderung mengalami ketidakpuasan terhadap kondisi fisiknya, seperti menggambarkan bahwa tubuh dan penampilannya kurang menarik dan kurang sesuai dengan kriteria ideal yang berlaku dalam lingkungan sosialnya sehingga berdampak pada berkurangnya rasa percaya diri (Kristanti & Savira, 2021). Penelitian lainnya juga menjelaskan bahwa banyak penderita masalah kulit berupa jerawat memiliki citra diri negatif yang menjelaskan seseorang memiliki persepsi yang menyimpang akan bentuk tubuhnya, merasa malu, tidak nyaman dan ketidakpuasan mengenai penampilannya (Agustin et al., 2019).

Selain permasalahan kepercayaan diri, permasalahan kulit yang dialami oleh pasien akan menimbulkan *Health Seeking Behaviour* atau bagaimana perilaku mencari kesehatan terkait dengan mengatasi permasalahan jerawat tersebut. *Health seeking behavior* adalah tindakan yang dilakukan individu yang menganggap dirinya memiliki masalah kesehatan atau sakit untuk tujuan menemukan pengobatan yang tepat (Khisa et al., 2019). Perilaku mencari kesehatan ini juga dapat berkaitan dengan kepercayaan diri pasien karena pasien berharap dapat segera mengatasi permasalahan yang dialaminya dengan mencari solusi kesehatan yang tepat. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pasien yang memiliki permasalahan kulit memiliki perilaku mencari kesehatan dengan berkonsultasi ke fasilitas perawatan kulit seperti klinik dalam rangka konsultasi untuk mendapatkan treatment yang tepat dalam mengatasi jerawat yang muncul (Desai et al., 2017).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti menemukan bahwa 3 tahun terakhir kasus masalah kulit di Klinik Hevi Beauty Care terdiri dari kasus acne (3.652 kasus), bopeng (984 kasus) dan flek (878 kasus). Pada penelitian ini, peneliti fokus pada masalah *Acne Vulgaris* dengan angka kejadian pada tahun 2023 mencapai 1.141 kasus dan meningkat pada tahun 2024 mencapai 1157 kasus yang ditangani. Berdasarkan wawancara singkat yang dilakukan pada 5 orang penderita menjelaskan bahwa mereka merasa malu dan kurang percaya diri dalam beraktivitas dengan kondisi wajah yang penuh dengan jerawat. Tidak sedikit pasien mendapatkan perlakuan kurang menyenangkan dari teman-temannya seperti dihina atau menjadi bahan pembicaraan. Hal ini yang menjadikan kepercayaan diri pasien menjadi bermasalah yang tentunya jika tidak segera diatasi dapat menyebabkan masalah psikologis. Selain itu, peneliti juga mencoba menggali secara sederhana alasan pemilihan fasilitas

perawatan dan produk yang digunakan dengan hasil bahwa banyak konsumen memilih klinik Hevi Beauty Care berkaitan dengan produk yang bagus, pelayanan prima dan memuaskan. Berdasarkan hal ini, peneliti ingin mencoba lebih dalam tentang pandangan konsumen terkait dengan pelayanan klinik Hevi Beauty Care.

Maka dari itu penulis mencoba melakukan penelitian dasar atau survei untuk melihat permasalahan kepercayaan diri pada pasien yang mengalami masalah kulit khususnya jerawat dengan judul “Gambaran *Health Seeking Behaviour* dan Kepercayaan Diri Penderita Masalah Kulit (*Acne Vulgaris*) Wajah Di Klinik Hevi Beauty Care”.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yang menggunakan *deskriptive study*. Populasi dalam penelitian ini berupa pasien penderita *acne vulgaris* dengan sampel pada penelitian ini berjumlah 326 responden. Pengumpulan data dilakukan dengan lembar kuesioner. Analisis data menggunakan distribusi data frekuensi dan persentase. Penelitian ini telah mendapatkan etichal clearance yang dikeluarkan oleh komisi etik penelitian kesehatan di STIKes YARSI Pontianak dengan nomor surat 088/KEPK/STIKes.YSI/VIII/2025.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1. Distrubusi Karateristik Responden Berdasarkan Usia**

Variabel	Mean	Min	Max
Usia (Tahun)	24,27	14	40

Sumber: Data Primer (2025)

Berdasarkan tabel 1 didapatkan rata-rata usia responden 24 tahun dengan usia paling muda 16 tahun dan usia paling tua 40 tahun.

**Tabel 2 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Pendidikan dan Pekerjaan**

	Variabel	f	%
1	Jenis Kelamin		
	a. Laki-laki	57	17,5
	b. Perempuan	269	82,5
2	Pendidikan		
	a. SD	2	0,6
	b. SMP	3	0,9
	c. SMA	74	22,7
	d. PT	247	75,8
3	Pekerjaan		
	a. Mahasiswa	70	21,5
	b. Siswa	32	9,8
	c. IRT	39	12
	d. Swasta	148	45,4
	e. PNS	37	11,3
4	Fasilitas		
	a. Lengkap	326	100
5	Pembiayaan		
	a. Terjangkau	322	98,8
	b. Mahal	4	1,2
6	Pelayanan		
	a. Sangat Baik	210	64,4
	b. Baik	116	35,6
7	Alasan memilih Hevi Beauty Care		
	a. Produk yang berkualitas	194	59,5
	b. Harga terjangkau	55	16,9
	c. Pelayanan memuaskan	77	23,6
8	Asal media informasi		
	a. Rekan	10	3,1
	b. Media sosial	312	95,7
	c. Keluarga	4	1,2
9	Kendaraan ke fasilitas kesehatan	326	100
	a. Kendaraan pribadi		

Sumber: Data Primer (2025)

Berdasarkan tabel 2 didapatkan jenis kelamin responden paling dominan yaitu perempuan dengan jumlah 82,5%. Pendidikan responden paling dominan berupa pendidikan PT dengan jumlah 75,8%. Pekerjaan responden yang paling dominan berupa swasta dengan jumlah 45,4%. Fasilitas yang tersedia saat perawatan

dominan lengkap dengan jumlah 100%. Pembiayaan di fasilitas kesehatan tergolong terjangkau sebesar 98,8%. Pelayanan dominan sangat baik sebesar 64,4%. Alasan memilih Hevi Beauty Care dominan berupa produk yang berkualitas sebesar 59,5%. Informasi tentang fasilitas kesehatan dominan diperoleh dari media sosial sebesar 95,7%. Kendaraan yang digunakan untuk perawatan berupa kendaraan pribadi sebesar 100%.

**Tabel 3 Distribusi Frekuensi Kepercayaan Diri dan Health Seeking Behaviour**

No	Variabel	Kategori	f	%
1	Kepercayaan Diri	Sedang	81	24,8
		Rendah	245	75,2
2	Health Seeking Behaviour	Baik	156	47,9
		Cukup	151	46,3
		Buruk	19	5,8

Sumber: Data Primer (2025)

Berdasarkan tabel 3 didapatkan tingkat kepercayaan diri dominan berada pada kepercayaan diri rendah sebesar 75,2%. Untuk health seeking behaviour dominan berada di baik sebesar 47,9%.

## PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik Responden

#### a. Usia

Pada penelitian ini, rata-rata usia responden 24 tahun yang masuk pada usia dewasa awal. Pada masa dewasa awal, yaitu rentang usia sekitar 18 hingga 40 tahun, individu masih berisiko mengalami masalah kulit berupa jerawat atau acne vulgaris. Kondisi ini sering kali dipersepsikan sebagai gangguan yang hanya dialami pada masa remaja, padahal kenyataannya jerawat dapat berlanjut atau bahkan baru muncul ketika seseorang memasuki usia dewasa. Jerawat pada usia dewasa awal dipengaruhi oleh berbagai faktor kompleks, mulai dari aspek biologis, psikologis, hingga gaya hidup. Secara

biologis, fluktuasi hormon, khususnya hormon androgen, masih berperan penting dalam merangsang aktivitas kelenjar sebaceous sehingga produksi sebum meningkat dan pori-pori lebih mudah tersumbat. Hal ini kerap diperburuk pada wanita, misalnya saat terjadi perubahan hormonal menjelang menstruasi, penggunaan kontrasepsi, atau pada kondisi medis tertentu seperti sindrom ovarium polikistik (PCOS) (Kristanti & Savira, 2021).

Selain faktor hormonal, stres psikologis yang umum dialami pada masa dewasa awal baik karena tuntutan pendidikan, pekerjaan, maupun hubungan sosial dapat memicu pelepasan hormon kortisol yang turut merangsang produksi minyak berlebih pada kulit. Di sisi lain, pola hidup yang tidak sehat juga menjadi faktor risiko, seperti kurang tidur, konsumsi makanan tinggi gula, lemak, serta produk olahan susu yang dapat memperburuk peradangan kulit. Penggunaan kosmetik dan produk perawatan kulit yang bersifat komedogenik juga sering kali menjadi pencetus munculnya jerawat pada kelompok usia ini (Tsaniya & Savira, 2023).

#### b. Jenis Kelamin

Pada penelitian ini, perempuan lebih banyak mengalami acne vulgaris dibandingkan dengan laki-laki. Jerawat atau acne vulgaris merupakan salah satu masalah kulit yang dapat dialami baik oleh laki-laki maupun perempuan (Tyas et al., 2024). Namun, berbagai penelitian menunjukkan bahwa perempuan cenderung lebih sering mengalami jerawat dibandingkan laki-laki, terutama pada usia dewasa awal. Perbedaan ini disebabkan oleh adanya faktor biologis, hormonal, maupun gaya

hidup yang lebih kompleks pada perempuan (Aurilia & Ninin, 2022).

Secara biologis, perempuan mengalami fluktuasi hormon yang lebih dinamis sepanjang siklus hidupnya, misalnya selama siklus menstruasi, kehamilan, maupun akibat penggunaan kontrasepsi hormonal. Hormon androgen yang meningkat pada fase tertentu dapat merangsang kelenjar sebaceous menghasilkan sebum berlebih sehingga memicu tersumbatnya pori-pori dan terbentuknya jerawat. Kondisi medis tertentu seperti sindrom ovarium polikistik (PCOS) juga lebih banyak dialami perempuan, yang ditandai dengan ketidakseimbangan hormon androgen sehingga jerawat sering kali menetap dan lebih sulit diatasi (Asbullah et al., 2021).

Selain faktor hormonal, pemicu eksternal juga lebih sering berperan pada perempuan. Penggunaan kosmetik, produk perawatan kulit, maupun produk rambut yang bersifat komedogenik dapat menyumbat pori-pori dan memperparah jerawat. Kebiasaan menyentuh wajah, membersihkan kulit yang berlebihan, atau penggunaan produk yang tidak sesuai jenis kulit juga meningkatkan kerentanan terhadap jerawat. Di sisi lain, stres emosional yang dialami perempuan akibat beban pekerjaan, pendidikan, maupun tanggung jawab sosial dapat memicu pelepasan hormon kortisol, yang turut memperburuk kondisi jerawat. Perempuan dewasa dengan jerawat juga cenderung mengalami dampak psikologis yang lebih besar dibandingkan laki-laki. Rasa tidak percaya diri, kecemasan, hingga depresi dapat muncul karena jerawat dianggap mengganggu penampilan,

terutama pada area wajah yang mudah terlihat. Berbeda dengan laki-laki, jerawat pada perempuan lebih sering muncul di area wajah bagian bawah seperti dagu dan rahang, serta cenderung berupa jerawat meradang yang meninggalkan bekas lebih lama. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa perempuan memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami jerawat dibandingkan laki-laki, baik karena faktor hormonal, kebiasaan penggunaan kosmetik, maupun respons psikologis terhadap stres. Fakta ini menegaskan pentingnya pendekatan penanganan jerawat yang lebih personal pada perempuan, dengan mempertimbangkan aspek biologis dan psikososial, sehingga hasil terapi yang diperoleh menjadi lebih optimal (Sumampouw et al., 2024).

### c. Pendidikan dan Pekerjaan

Pada penelitian ini, pendidikan responden yang mengalami jerawat dominan perguruan tinggi dengan pekerjaan dominan sebagai pegawai swasta. Jerawat merupakan salah satu masalah kulit yang dapat dialami oleh berbagai kelompok usia dan profesi, termasuk pada pegawai swasta. Beberapa penelitian dan observasi klinis menunjukkan bahwa pegawai swasta cenderung lebih berisiko mengalami jerawat dibandingkan kelompok lain. Hal ini tidak hanya disebabkan oleh faktor biologis, tetapi juga dipengaruhi oleh pola hidup, kondisi lingkungan kerja, serta tekanan psikologis yang khas dialami pekerja di sektor swasta (Ramadhani et al., 2018). Salah satu faktor utama adalah tingginya tingkat stres kerja.

Pegawai swasta seringkali menghadapi tuntutan pekerjaan yang ketat, target yang tinggi, jam kerja

panjang, serta risiko ketidakstabilan karier. Kondisi stres kronis dapat memicu peningkatan hormon kortisol yang berdampak pada overaktivitas kelenjar sebaceous sehingga kulit menghasilkan minyak berlebih, yang pada akhirnya meningkatkan risiko terbentuknya jerawat. Selain stres, pola hidup yang kurang sehat juga menjadi pemicu. Banyak pegawai swasta memiliki pola tidur yang tidak teratur karena beban kerja, lembur, atau penggunaan gawai hingga larut malam. Kurang tidur terbukti memengaruhi metabolisme tubuh, meningkatkan stres oksidatif, dan menurunkan daya tahan kulit terhadap peradangan. Pola makan tidak seimbang, seperti konsumsi makanan cepat saji, tinggi gula, dan minuman berkafein yang sering menjadi pilihan praktis di tengah kesibukan, turut memperburuk kondisi kulit berjerawat. Lingkungan kerja juga memberikan kontribusi. Bekerja di ruangan ber-AC sepanjang hari dapat menyebabkan kulit kering, yang memicu kompensasi produksi sebum berlebih. Selain itu, paparan polusi saat perjalanan menuju kantor, kurangnya waktu berolahraga, serta kebiasaan duduk terlalu lama di depan komputer dapat menurunkan kebugaran fisik, yang secara tidak langsung memperburuk kondisi kulit. Pada pegawai swasta, jerawat tidak hanya menjadi masalah dermatologis, tetapi juga berpotensi menimbulkan dampak psikososial. Jerawat pada wajah sering kali mengurangi rasa percaya diri dalam berinteraksi dengan rekan kerja, atasan, maupun klien. Hal ini bisa memperbesar lingkaran stres, yang justru memperparah jerawat itu sendiri. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pegawai swasta memiliki kecenderungan lebih tinggi

untuk mengalami jerawat akibat kombinasi faktor stres kerja, pola hidup yang kurang sehat, serta lingkungan kerja yang kurang mendukung kesehatan kulit. Oleh karena itu, upaya penanganan jerawat pada kelompok ini tidak hanya berfokus pada terapi medis, tetapi juga perlu mencakup edukasi manajemen stres, perbaikan pola hidup, serta penerapan kebiasaan perawatan kulit yang sesuai (Mano et al., 2024).

## 2. Kepercayaan Diri

Pada penelitian ini, responden yang menderita acne vulgaris dominan memiliki kepercayaan diri yang rendah. Pasien sering menyendiri dan enggan berinteraksi, kesulitan menarik perhatian orang lain dan merasakan benci dengan dirinya sendiri akibat jerawat yang muncul.

Jerawat atau acne vulgaris tidak hanya berdampak pada kondisi fisik kulit, tetapi juga memiliki pengaruh yang besar terhadap aspek psikologis penderitanya. Salah satu dampak yang paling sering dialami adalah penurunan kepercayaan diri (Aryani & Riyaningrum, 2022). Kepercayaan diri merupakan kemampuan individu untuk menghargai dirinya sendiri, merasa layak, serta berani tampil dalam lingkungan sosial. Ketika jerawat muncul, terutama di area wajah yang merupakan pusat perhatian saat berinteraksi, banyak penderita merasa penampilannya terganggu sehingga menurunkan rasa percaya diri (Aini et al., 2022).

Penelitian menunjukkan bahwa penderita jerawat seringkali merasa kurang menarik, malu, dan cemas saat harus tampil di depan umum. Kondisi ini lebih nyata pada remaja dan dewasa awal, karena pada masa ini penampilan fisik sangat memengaruhi penerimaan sosial dan harga diri. Jerawat yang menetap atau

berulang dapat menimbulkan stigma sosial, di mana penderita khawatir dinilai kurang menjaga kebersihan diri, padahal jerawat umumnya dipengaruhi oleh faktor hormonal, genetik, maupun gaya hidup (Islamiyah & Aini, 2025).

Selain itu, jerawat dapat menimbulkan bekas berupa noda hitam atau jaringan parut yang bersifat permanen. Hal ini semakin memperburuk citra diri penderitanya. Perasaan tidak percaya diri seringkali membuat penderita menarik diri dari pergaulan, mengurangi aktivitas sosial, bahkan berdampak pada prestasi akademik maupun kinerja kerja. Dalam jangka panjang, kondisi ini dapat meningkatkan risiko gangguan psikologis yang lebih serius, seperti kecemasan sosial (*social anxiety disorder*) hingga depresi. Perempuan dilaporkan lebih rentan mengalami penurunan kepercayaan diri akibat jerawat dibandingkan laki-laki. Hal ini disebabkan karena standar kecantikan sosial lebih sering menekankan pada wajah yang bersih dan mulus. Namun, laki-laki juga tidak terlepas dari dampak psikologis tersebut, terutama bila jerawat berhubungan dengan rasa sakit atau meninggalkan bekas yang jelas terlihat. Dengan demikian, jerawat tidak hanya dipandang sebagai masalah dermatologis, tetapi juga merupakan masalah psikososial yang signifikan. Oleh karena itu, penanganan jerawat sebaiknya tidak hanya berfokus pada aspek medis untuk mengatasi lesi kulit, tetapi juga memperhatikan dukungan psikologis guna membantu penderita meningkatkan kepercayaan diri, mengurangi kecemasan, serta meningkatkan kualitas hidup mereka secara menyeluruh (Wiranti, 2024).

### 3. Health Seeking Behaviour

Pada penelitian ini, *health seeking behaviour* atau perilaku mencari kesehatan dominan berada pada perilaku baik. Jerawat atau *acne vulgaris* merupakan salah satu masalah kulit yang paling sering mendorong individu untuk mencari pertolongan medis maupun non-medis. Pola perilaku pencarian kesehatan (*health seeking behaviour*) pada penderita jerawat sangat dipengaruhi oleh tingkat keparahan penyakit, dampak psikososial, latar belakang pendidikan, serta akses terhadap layanan kesehatan (Nurhadi & Wartiningih, 2021).

Sebagian besar penderita jerawat pada awalnya cenderung melakukan *self-treatment* atau perawatan mandiri. Hal ini biasanya dilakukan dengan menggunakan produk perawatan kulit bebas (*over-the-counter*), obat jerawat yang dijual di pasaran, atau mengikuti saran dari teman maupun media sosial. Motivasi utama mereka adalah untuk segera menghilangkan jerawat dengan cara yang mudah dan praktis, tanpa harus berkonsultasi ke tenaga kesehatan (Sulistiyani et al., 2021).

Namun, pola ini seringkali menimbulkan risiko penggunaan produk yang tidak sesuai, bahkan berpotensi memperburuk kondisi kulit. Jika jerawat menetap, semakin parah, atau menimbulkan bekas yang mengganggu, sebagian penderita mulai mencari perolongan ke profesional kesehatan, khususnya dokter umum atau dokter spesialis kulit. Faktor pendorong utama untuk mencari pertolongan medis adalah rasa frustrasi akibat kegagalan perawatan mandiri, gangguan kepercayaan diri, serta adanya keluhan jerawat yang bersifat kronis dan meninggalkan bekas (Pratama et al., 2023).

Perilaku pencarian kesehatan pada penderita jerawat juga dipengaruhi oleh

jenis kelamin dan usia. Perempuan, khususnya pada usia dewasa awal, lebih aktif mencari pengobatan jerawat dibandingkan laki-laki. Hal ini karena jerawat dianggap sangat memengaruhi penampilan dan citra diri perempuan dalam kehidupan sosial maupun profesional. Sementara itu, laki-laki cenderung lebih lama menunda pencarian pertolongan medis, kecuali jika jerawatnya menimbulkan rasa nyeri atau peradangan yang berat. Dengan demikian, health seeking behaviour pada penderita jerawat menggambarkan suatu spektrum, mulai dari perawatan mandiri, konsultasi medis profesional, hingga alternatif non-medis. Pola pencarian kesehatan ini erat kaitannya dengan persepsi penderita terhadap tingkat keparahan jerawat, dampak psikososial, serta faktor sosial-budaya yang melingkupinya. Oleh karena itu, edukasi kesehatan kulit yang tepat sangat diperlukan agar penderita jerawat memiliki perilaku pencarian kesehatan yang rasional, efektif, dan aman .

## KESIMPULAN

Kepercayaan diri responden dominan berada pada kepercayaan diri rendah dengan *health seeking behaviour* berada pada kategori baik.

## REFERENSI

- Agustin, D., Iqomh, M. K. B., & Prasetya, H. A. (2019). Gambaran Harga Diri, Citra Tubuh, Dan Ideal Diri Remaja Putri Berjerawat. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 6(1), 8–12.
- Aini, N., Herdiani, I., & Brahmantia, B. (2022). HUBUNGAN TINGKAT KEPERCAYAAN DIRI REMAJA AKHIR DENGAN JERAWAT. *Healthcare Nursing Journal*, 4(1), 248–251.
- Andriyani, J. (2020). Peran lingkungan keluarga dalam mengatasi kenakalan remaja. *At-Taujih: Bimbingan Dan Konseling Islam*, 3(1), 86–98.
- Aryani, D. T., & Riyaningrum, W. (2022). Hubungan acne vulgaris (AV) dengan kepercayaan diri pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Purwokerto angkatan 2021. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 3(3), 434–441.
- Asbullah, A., Wulandini, P., & Febrianita, Y. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi terhadap timbulnya acne vulgaris (jerawat) pada remaja di Sman 1 Pelangiran Kabupaten Indragiri Hilir tahun 2018. *Jurnal Keperawatan Abdurrab*, 4(2), 79–88.
- Astiah, A. A. (2024). HUBUNGAN PENGGUNAAN BB CREAM (BLEMISH BALM CREAM) DENGAN DERAJAT KEPARAHAN AKNE VULGARIS PADA SISWI SMA NEGERI 03 BATAM TAHUN 2023. *Zona Kedokteran: Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Batam*, 14(3).
- Autrilia, R. F., & Ninin, R. H. (2022). Eksplorasi Dampak Psikologis pada Remaja yang Memiliki Masalah Penampilan dengan Jerawat. *Jurnal Psikologi Udayana*, 9(2), 194–205.
- Desai, K. P., Martyn-Simmons, C., Viner, R., & Segal, T. (2017). Help-seeking behaviours, opportunistic treatment and psychological implications of adolescent acne: cross-sectional studies in schools and hospital outpatient departments in the UK. *BMJ Open*, 7(9), e016964.
- Islamiyah, N. M., & Aini, K. (2025). If I Had Your Face: Gambaran Citra Tubuh pada Wanita yang Mengalami Acne Vulgaris.

- Journal of Linguistics and Social Studies*, 2(2), 160–168.
- Kementerian Kesehatan Indonesia. (2024). *Peran Clascoterone Pada Tatalaksana Akne Vulgaris*. Kementerian Kesehatan Indonesia.
- Khisa, A. M., Nyamongo, I. K., Omoni, G. M., & Spitzer, R. F. (2019). A grounded theory of regaining normalcy and reintegration of women with obstetric fistula in Kenya. *Reproductive Health*, 16, 1–12.
- Kristanti, A. J., & Savira, S. I. (2021). Gambaran Citra Tubuh Pada Wanita Dewasa Awal Yang Mengalami Acne Vulgaris. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(3), 12–23.
- Mano, D., Firmansyah, Y., Gunaidi, F. C., Amanda, S. T., & Fadhila, A. I. (2024). Kegiatan pemeriksaan kulit wajah dalam rangka deteksi dini jerawat pada populasi usia produktif. *Compromise Journal: Community Professional Service Journal*, 2(3), 13–18.
- Natalia, L. E., & Vidya, A. (2024). *Dunia Remaja: Permasalahan dan Solusinya*. Ananta Vidya.
- Nurhadi, S., & Wartiningih, M. (2021). *Perilaku Remaja di Surabaya Barat Dalam Pengobatan Jerawat*.
- Ompi, E. E., David, L., & Opod, H. (2016). Hubungan tingkat kepercayaan diri dengan jerawat (acne vulgaris) pada remaja di SMAN 7 Manado. *EBiomedik*, 4(1).
- Pratama, A. M., Kirana, N. P., Furwati, C., & Hastari, V. I. (2023). HUBUNGAN ANTARA KARAKTERISTIK RESPONDEN TERHADAP PENGETAHUAN JERAWAT DAN PRODUK KOSMETIK ANTI JERAWAT PADA REMAJA DI PERUMAHAN “X” JEMBER PERIODE JANUARI 2022. *JURNAL FARMASI DAN MANAJEMEN KEFARMASIAN*, 2(1), 25–38.
- Ramadhani, N., WIDAYATI, R. I., & JULIANTI, H. P. (2018). *Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kejadian Akne Vulgaris Pada Wanita Pekerja Swasta: Studi Pada Karyawan Minimarket Di Wilayah Kota Semarang*. Faculty of Medicine.
- Sulistiyani, S., Muthoharoh, A., Ningrum, W. A., & Rahmatullah, S. (2021). Pola Pengobatan, Pengetahuan, Dan Perilaku Swamedikasi Acne Vulgaris Di Kalangan Remaja Kabupaten Pekalongan Tahun 2021. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 1, 174–181.
- Sumampouw, M. N., Bawoel, A. A., Lantemona, Y. N., & Pitoy, F. F. (2024). TINGKAT STRES, KEBIASAAN MAKAN, SIKLUS MENSTRUASI DAN KETERHUBUNGANYA DENGAN TINGKAT KEPARAHAN ACNE VULGARIS PADA MAHASISWI. *Klabat Journal of Nursing*, 6(2), 24–32.
- Sutaria, A. H., Masood, S., Saleh, H. M., & Schlessinger, J. (2023). Acne vulgaris. In *StatPearls [internet]*. StatPearls Publishing.
- Teresa, A. (2020). Akne vulgaris dewasa: etiologi, patogenesis dan tatalaksana terkini. *Jurnal Kedokteran Universitas Palangka Raya*, 8(1), 952–964.
- Tsaniya, U. S., & Savira, S. I. (2023). Hubungan stres dengan self image pada dewasa awal penderita acne vulgaris. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(3), 162–175.
- Tyas, S. C., Oktavia, A. W., Asyrofany, F. Z.,

Azzahra, D. D., Tedja Kanzaffa, F. A., Yuliani, S. S., Ramadhanti, K. L., Irna Nurhaliza, S. E., Prameswari, A. N., & Hafizha, S. (2024). Profil Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku mengenai Penggunaan Cleanser sebagai Upaya Pencegahan Acne Vulgaris. *Jurnal Farmasi Komunitas*, 11(1).

Wiranti, B. (2024). Urgensi aspek psikodermatologi dalam perawatan kulit: Memahami keterkaitan emosi dan kesehatan kulit. *Mutiara: Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia*, 2(1), 224–244.

