

**HUBUNGAN TIPE KEPERIBADIAN DENGAN TINGKAT STRES PADA
REMAJA YANG MENGALAMI AKNE VULGARIS DI SMPN 01 KAJEN
KABUPATEN PEKALONGAN**

**THE RELATIONSHIP BETWEEN TYPE OF PERSONALITY AND
LEVEL OF STRESS AMONG TEENAGERS WITH ACNE
VULGARIS AT SMPN 01 KAJEN
PEKALONGAN REGENCY**

Laili Mukaromah

Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Muhammadiyah Pekajangan
Pekalongan

Dafid Arifiyanto

Staf Pengajar Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Muhammadiyah
Pekajangan Pekalongan

ABSTRAK

Hampir setiap orang pernah mengalami akne vulgaris, kemunculan akne dapat membuat remaja gelisah, merasa minder dalam pergaulan, bahkan depresi. Jerawat dapat menjadi sumber stres yang signifikan. Salah satu faktor yang memengaruhi tingkat stres adalah kepribadian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tipe kepribadian dengan tingkat stres pada remaja yang mengalami akne vulgaris. Desain penelitian ini merupakan penelitian studi deskriptif korelatif. Teknik pengambilan sampel menggunakan *cluster sampling* dengan jumlah 71 responden. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner. Uji statistik menggunakan uji *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar remaja yang mengalami akne vulgaris memiliki kepribadian ekstrovert yaitu 43 responden (60,6%), sebagian besar remaja yang mengalami akne vulgaris memiliki stres ringan yaitu 45 responden (63,4%) dan ada hubungan tipe kepribadian dengan tingkat stres pada remaja yang mengalami akne vulgaris di SMPN 01 Kajen Kabupaten Pekalongan, didapatkan nilai *p* value sebesar 0,000 ($<0,05$) dan nilai RR sebesar 3,3 artinya remaja yang mengalami akne vulgaris dengan kepribadian introvert beresiko 3,3 kali lebih besar mengalami stres dibandingkan remaja dengan kepribadian ekstrovert. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sumber informasi untuk tenaga kesehatan khususnya perawat jiwa, maternitas dan komunitas. Tenaga kesehatan diharapkan mampu berperan aktif dalam memberikan pendidikan kesehatan remaja tentang kesehatan reproduksi.

Kata kunci : tipe kepribadian, stres, akne vulgaris

ABSTRACT

Almost everyone has experienced acne vulgaris. The appearance of acne can make teenagers nervous, feel inferior in terms of the relationship with others, furthermore, teenagers might get depressed. Acne can be a significant source of stress. One of the factors that affect stress levels is personality. The purpose of this study is to determine the relationship between the type of personality and stress levels among teenagers who suffer acne vulgaris. The design of this study is a descriptive correlative study. The sampling technique using cluster sampling with the number of 71 respondents. The data collection tool uses questionnaires. Statistical test using a chi-square test. The results showed that most of the adolescents with acne vulgaris had extroverted personality (43 respondents (60,6%)), most of them had mild stress, 45 respondents (63,4%) and there was a relationship of personality type with stress level in adolescents who have acne vulgaris in SMPN 01 Kajen Pekalongan Regency, the value of 0,001 (0,05) and RR value of 3,3 mean that adolescent with acne vulgaris with introverted personality tend to experience stress 3,3 times compared to adolescent with extrovert personality. The results of this study can be used as a source of information for health workers, especially nurses, maternity and community. Health workers are expected to play an active role in providing adolescent health education on reproductive health.

Keywords : personality type, stress, acne vulgaris

PENDAHULUAN

Remaja merupakan periode transisi perkembangan manusia dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang rata-rata berusia 10-19 tahun (Widyastuti, 2009). WHO mendefinisikan remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut peraturan menteri kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun. Jumlah kelompok usia 10-19 tahun di Indonesia menurut Sensus Penduduk 2010 sebanyak 43,5 juta atau sekitar 18% dari jumlah penduduk. Di dunia diperkirakan kelompok remaja berjumlah 1,2 Milyar atau 18% dari jumlah penduduk dunia (WHO 2014, dalam Kemenkes RI 2015).

Selama masa puber tubuh mulai memproduksi lebih banyak hormon, pada perempuan hormon progesteron dalam jumlah fisiologik tidak mempunyai efektivitas terhadap aktivitas kelenjar sebacea, akan tetapi terkadang progesteron dapat menyebabkan akne sebelum menstruasi (Asstuti, 2011). Pada laki-laki seperti hormon testosteron dapat meningkatkan produksi minyak oleh kulit. Campuran antara minyak dan kulit mati disebut sebum, kadang-kadang bisa terperangkap di folikel rambut. Kemudian, saat bakteri masuk ke dalam folikel yang tertutup itu dan bertambah banyak, bakteri itu bisa menyebabkan reaksi (disebut radang) yang menyebabkan akne vulgaris (Pfeifer & Middleman, 2008).

Akne vulgaris adalah suatu keadaan dimana pori-pori kulit tersumbat sehingga menimbulkan kantung nanah yang meradang. Jumlah penderita penyakit kulit yang satu ini sangat banyak. Bahkan seorang peneliti masalah akne ternama di dunia yang bernama Kligmann, menyatakan bahwa tidak ada satu orang pun di dunia yang melewati masa hidupnya tanpa sebuah akne di kulitnya. Akne tidak hanya menyerang muka. Akne dapat pula muncul di leher, dada, punggung, dan bahu (Emirfan, 2011).

Prevalensi akne pada masa remaja cukup tinggi, yaitu berkisar antara 47-90% selama masa remaja. Perempuan ras Afrika Amerika dan Hispanik memiliki prevalensi akne tinggi, yaitu 37% dan 32%, sedangkan perempuan ras Asia 30%, Kaukasia 24%, dan India 23%. Angka kejadian akne vulgaris

pada remaja merupakan angka kejadian terbesar akne vulgaris, bahkan Prof. Kligman pernah menuliskan angka 100% yang berarti tidak ada seorangpun yang melewati masa remaja tanpa mengalami jerawat (Hediyani, 2017).

Berdasarkan survey di kawasan Asia Tenggara, terdapat 40-80% kasus akne vulgaris. Sedangkan di Indonesia, catatan kelompok studi dermatologi kosmetika Indonesia menunjukkan terdapat 60% penderita akne pada tahun 2006 dan 80% pada tahun 2007. Kebanyakan penderitanya adalah remaja dan dewasa yang berusia antara 11-30 tahun sehingga beberapa tahun belakangan ini para ahli dermatologi di Indonesia mempelajari patogenesis terjadinya penyakit tersebut (Morena, 2017).

Sekitar 80% dari semua orang pernah mengalami akne vulgaris. Akne bisa sangat ringan tetapi bisa juga sangat parah, besar, dan tidak sedap dipandang mata (Graham, 2011). Hasil penelitian Uslu (2008) menunjukkan Prevalensi jerawat adalah 63,6% dengan 29,2% non-inflamasi dan 34,4% inflamasi jerawat.

Adanya akne dapat membuat hidup menjadi tidak menyenangkan, dan akne sering sekali terjadi pada orang-orang yang berusia belasan dan dua puluhan tahun, yang merupakan kelompok umur yang paling tidak siap menghadapi dampak psikologis akne (Graham, 2011). Akne memang mengganggu penampilan. Apalagi pada remaja yang mulai memiliki kebutuhan untuk menjaga penampilan. Kemunculan akne dapat membuat remaja gelisah, merasa minder dalam pergaulan, bahkan depresi (Emirfan, 2011 dalam Mustofa & Aji, 2013). Lesi akne bervariasi tergantung pada waktu. Sebagian besar pasien menyadari adanya fluktuasi yang besar dalam hal jumlah maupun tingkat keparahan bintik-bintik tadi, sedangkan pada gadis remaja hal itu seringkali berhubungan dengan siklus menstruasi. Keadaan ini sering menjadi bertambah buruk karena adanya tekanan psikologis (Graham, 2011).

Kenyataannya, masalah akne memang lebih banyak dialami para remaja dibandingkan orang-orang dewasa. Hasil sebuah penelitian menunjukkan bahwa 85% populasi mengalami akne pada usia 12-15

tahun, dan 15% mengalami akne pada usia 25 tahun (Emirfan, 2011). Graham (2011) menunjukkan sekitar 80% dari semua orang pernah mengalami timbulnya bintik-bintik. Akne bisa sangat ringan tetapi bisa juga sangat parah, besar dan tidak sedap di pandang mata. Akne paling sering selama pertengahan usia belasan. Tanda pertama akne biasanya komedo terbuka (kepala hitam) atau komedo tertutup (kepala putih) yang timbul secara spontan bisa timbul mendahului *menarche*. Komedo sering menjadi *pustula* dan *papula inflamativa*. Seorang anak muda bisa menghabiskan waktunya merenungi nasibnya dengan berlama-lama didepan cermin tidak peduli apakah yang tampak disana hanya beberapa bintik atau ratusan (Graham, 2011).

Sering dijumpai bahwa jerawat dapat menjadi sumber stres yang signifikan dan kecemasan, pada bukti ilmiah laporan anekdotal bahwa stres itu sendiri dapat memperburuk jerawat (Latifah, 2015). Gangguan kulit akne vulgaris merupakan masalah yang memusingkan para remaja. Gangguan tersebut bisa menyebabkan perasaan rendah diri dan cemas pada seseorang. Masa remaja produksi minyak terjadi secara berlebihan sehingga berpotensi terjadi gangguan jerawat atau akne. Keluhan penderita umumnya lebih bersifat estetis, sehingga perlu diperhatikan dampak psikososial penyakit ini pada remaja, yang dapat mempengaruhi interaksi sosial, prestasi sekolah atau pekerjaan (Soetjiningsih, 2013). Sebagian besar remaja belum mengetahui faktor-faktor lain penyebab akne. Banyak di antara remaja tersebut mengalami kecemasan dan tidak percaya diri, sehingga mengganggu interaksi sosial mereka. Sering dijumpai bahwa jerawat dapat menjadi sumber stres yang signifikan dan kecemasan, pada bukti ilmiah laporan anekdotal bahwa stres itu sendiri dapat memperburuk jerawat (Latifah, 2015). Semakin lama jerawat bertahan, semakin banyak tekanan yang dirasakan siswa. Tingkat stres dan tingkat kerusakan citra diri terkait dengan tingkat keparahan subjektif lebih dari tingkat penilaian objektif (Do, et.al., 2009).

Salah satu faktor yang memengaruhi tingkat stres adalah kepribadian. Setiap

individu mempunyai kemampuan yang berbeda-beda dalam menahan stres (Sunaryo, 2014). Hubungan antara stres dan tipe kepribadian telah lama menjadi fokus perdebatan dan banyak penelitian. Umum untuk penelitian tersebut adalah gagasan bahwa tipe kepribadian dapat mengubah terjadinya atau penilaian dari prekursor situasional terhadap stres, meskipun baru-baru ini telah difokuskan terutama pada studi stres dewasa dan kemudian berkembang di penelitian tentang stres dan kepribadian antara anak-anak dan remaja (Eysenck, 1991; Kliever, 1991; Ryan-Wenger, 1992; Hemenover, 2001 dalam Erasmus, 2014).

Eysenck mengatakan bahwa tipe kepribadian introvert dan ekstrovert menggambarkan keunikan individu dalam bertindak laku terhadap stimulus sebagai suatu perwujudan karakter, tempramen, fisik dan intelektual individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Kedua kepribadian tersebut turut menentukan tingkah laku remaja termasuk perilaku kesehatannya (Suryabrata, 2013).

Hasil Erasmus (2014) menunjukkan bahwa tingkat stres yang lebih tinggi dari rata-rata pada domain kehidupan tertentu dan cenderung lebih tinggi pada tipe kepribadian introvert dari pada tipe ekstrovert. Juga dijelaskan signifikansi praktis antara domain kehidupan tertentu dan subkelompok, yang menunjukkan respon stres yang berbeda dari introvert dan ekstrovert.

Tipe introvert cenderung menunjukkan depresi dan ketakutan diikuti dengan obsesi curiga, mudah tersinggung, apatis saraf otonomi labil, gampang terluka, mudah gugup, rendah diri mudah melamun, sukar tidur. Biasanya tingkat intelegensi tinggi, kosa kata banyak dan baik, tetap pendirian dan keras kepala, kaku, interpersonal variabilitasnya kecil, kurang suka lelucon (Eysenck, 1991 dalam Aisyah, 2015).

Tipe ekstrovert cenderung mengembangkan gejala-gejala hysteria, sedikit energik, perhatian sempit, prestasi kerja kurang baik, kosa kata relative sedikit, mudah kena kecelakaan, bekerja cepat dan terburu-buru sehingga hasilnya kurang teliti, tidak kaku dan interpersonal variabilitas besar (Eysenck, 1991 dala, Aisyah, 2015).

Data dari Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kabupaten Pekalongan menunjukkan bahwa prevalensi remaja di SMP dengan jumlah siswa yang banyak terdapat di SMPN 01 Kajen Kab. Pekalongan. Hasil survei awal yang dilakukan peneliti pada bulan Oktober 2017 di SMPN 01 Kajen Kab. Pekalongan diperoleh data siswa yang mengalami akne vulgaris sebanyak 310 siswa dari 820 siswa. Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Tipe Kepribadian dengan Tingkat Stres pada Remaja yang Mengalami Akne Vulgaris di SMPN 01 Kajen Kabupaten Pekalongan”.

RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah pada penelitian ini “Apakah ada hubungan tipe kepribadian dengan tingkat stres pada remaja yang mengalami akne vulgaris di SMPN 01 Kajen Kabupaten Pekalongan?”.

TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tipe kepribadian dengan tingkat stres pada remaja yang mengalami akne vulgaris di SMPN 01 Kajen Kabupaten Pekalongan.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran tipe kepribadian pada remaja yang mengalami akne vulgaris di SMPN 01 Kajen Kabupaten Pekalongan.
- b. Mengetahui gambaran tingkat stres pada remaja yang mengalami akne vulgaris di SMPN 01 Kajen Kabupaten Pekalongan.
- c. Mengetahui hubungan tipe kepribadian dengan tingkat stres pada remaja yang mengalami akne vulgaris di SMPN 01 Kajen Kabupaten Pekalongan.

DESAIN PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif komparatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*.

POPULASI

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh SMPN 01 Kajen Kabupaten Pekalongan yang mengalami akne vulgaris jenis akne dalam yang berjumlah 310 siswa yang tersebar di 25 kelas.

SAMPEL

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *cluster sampling*. Besar sampel dalam penelitian ini sebanyak 71 responden.

INSTRUMEN PENELITIAN

Instrument dalam penelitian ini antara lain :

1. Kuesioner kepribadian

Alat ukur kepribadian pada penelitian ini berupa kuesioner *Eysenck Personality Inventory Form A* (EPI-A). Alat ukur ini diciptakan oleh Eysenck yang kontruksi tesnya dimulai tahun 1963 dan digunakan untuk kecenderungan introvert dan ekstrovert. EPI-A dimodifikasi oleh urusan produksi dan distribusi alat-alat tes psikologi (URDAT) Fakultas Psikologi Universitas Indonesia untuk menentukan norma. EPI-A terdiri dari 24 pertanyaan dengan alternatif jawaban “Ya” dan “Tidak” (Khodizah, 2015).

2. Kuesioner tingkat stres

Kuesioner variabel tingkat stres dalam penelitian ini menggunakan alat tes *Perceived Stres Scale* (PSS-10) dikembangkan oleh Cohen, Kamarck, & Mermelstein (1983, dalam Olpin dan Hesson 2014, h.20) yang sudah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh Hary (2017), kuesioner tingkat stress ini sudah di lakukan uji validitas dan reliabilitas. Hasil uji validitas terhadap 10 pertanyaan sudah valid. Hasil reliabilitas nilai cronbach alfa $0,81 > 0,6$ sehingga sudah reliabel. Bentuk pertanyaan kuesioner merupakan pertanyaan tertutup (*closed ended*) dengan menggunakan skala *Likert* 5 kategori. Dalam alat ukur ini terdapat soal yang bersifat positif (*favourable*) dan negatif (*unfavourable*).

TEKNIK ANALISA DATA

1. Analisis Univariat

Analisis univariat dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui distribusi dan prosentase tipe kepribadian dan distribusi dan prosentase tingkat stres di SMPN 01 Kajen Kabupaten Pekalongan.

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat ini digunakan untuk mengetahui hubungan tipe kepribadian dengan tingkat stres pada remaja yang mengalami akne vulgaris di SMPN 01 Kajen Kabupaten Pekalongan. Uji statistik yang digunakan adalah uji *chi square*.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Gambaran kepribadian pada remaja yang mengalami akne vulgaris di SMPN 01 Kajen Kabupaten Pekalongan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja yang mengalami akne vulgaris di SMPN 01 Kajen Kabupaten Pekalongan memiliki kepribadian ekstrovert yaitu 43 responden (60,6%). Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Sholihah (2016) yang menunjukkan bahwa sebagian besar remaja memiliki kepribadian ekstrovert (77%). Hasil penelitian ini juga didukung oleh hasil penelitian Kristo (2012) yang menunjukkan bahwa hampir separuh responden (48%) adalah ekstrovert dan hanya sepertiga responden adalah introvert. Hal ini menunjukkan bahwa kepribadian ekstrovert lebih mendominasi daripada introvert.

Sikap *ekstrovert* mengarahkan pribadi ke pengalaman obyektif, memusatkan perhatiannya ke dunia luar, bukannya berfikir mengenai persepsinya, cenderung berinteraksi dengan orang sekitarnya, aktif, dan ramah. Orang yang *ekstrovert* sangat menaruh perhatian mengenai orang lain dan dunia di sekitarnya, aktif, dan santai (Alwisol, 2014).

Orang yang *ekstrovert* dipengaruhi oleh dunia obyektif, yaitu dunia di luar dirinya. Orientasinya terutama tertuju keluar, pikiran, perasaan, serta tindakannya terutama ditentukan oleh

lingkungannya, baik lingkungan sosial maupun non sosial. Orang *ekstrovert* juga bersikap positif terhadap masyarakatnya, hatinya terbuka, mudah bergaul, hubungan dengan orang lain lancar. Bahaya bagi tipe *ekstrovert* adalah apabila ikatan kepada dunia luar terlampau kuat, sehingga tenggelam dalam dunia obyektif, kehilangan dirinya atau asing terhadap dunia subyektifnya sendiri (Suryabrata, 2013).

Orang *introvert* dipengaruhi oleh dunia subyektif, yaitu dunia di dalam dirinya sendiri. Orientasinya terutama tertuju ke dalam, pikiran, perasaan, serta perasaan-perasaannya terutama ditentukan oleh factor-faktor subyektif. Penyesuaiannya dengan dunia luar kurang baik, jiwanya tertutup, sukar bergaul, sukar berhubungan dengan orang lain, kurang dapat menarik hati orang lain. Penyesuaian dengan batinnya sendiri baik. Bahaya tipe *introvert* ini adalah jika jarak dengan dunia obyektif terlalu jauh, menyebabkan lepas dari dunia subyektifnya (Suryabrata, 2013).

Orang-orang yang perhatiannya lebih mengarah pada dirinya, pada "aku"-nya (Karomah, 2014). Adapaun orang-orang yang tergolong orang tipe *introvert* memiliki sifat-sifat: kurang pandai bergaul, pendiam, sukar diselami batinnya, suka menyendiri, bahkan sering takut kepada orang lain.

Kepribadian merupakan salah satu hal penting yang terdapat dalam diri setiap individu, dimana kepribadian tersebut banyak dipengaruhi oleh sejumlah faktor baik dari dalam diri individu tersebut atau faktor internal dan faktor eksternal yang berasal dari luar atau lingkungan sekitar. Kepribadian merupakan hasil dari sejumlah kekuatan yang secara bersama-sama membantu membentuk individu (Robbins & Timothy, 2008).

Faktor genetis seorang individu seperti tinggi fisik, bentuk wajah, gender, tempramen, komposisi otot dan refleks, tingkat energi, dan irama biologis adalah karakteristik yang pada umumnya dipengaruhi oleh orang tua. Penjelasan pokok mengenai kepribadian seseorang

adalah struktur molekul dari gen yang terdapat dalam kromosom. Dalam hal ini keturunan memiliki peran penting dalam menentukan kepribadian seseorang (Robbins & Timothy, 2008).

Lingkungan memiliki peranan penting dan pengaruh yang cukup besar dalam pembentukan kepribadian seseorang. Dalam pendekatan ini faktor yang mempengaruhi pembentukan karakter seseorang yaitu lingkungan dimana ia tumbuh dan dibesarkan, norma dalam keluarga, teman-teman, dan kelompok sosial. Kepribadian seseorang, meskipun pada umumnya stabil dan konsisten, dapat berubah bergantung pada situasi yang dihadapinya (Robbins & Timothy, 2008).

2. Gambaran tingkat stres pada remaja yang mengalami akne vulgaris di SMPN 01 Kajen Kabupaten Pekalongan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja yang mengalami akne vulgaris di SMPN 01 Kajen Kabupaten Pekalongan memiliki stres ringan yaitu 45 responden (63,4%). Sering dijumpai bahwa jerawat dapat menjadi sumber stres yang signifikan dan kecemasan, pada bukti ilmiah laporan anekdot bahwa stres itu sendiri dapat memperburuk jerawat. Banyak di antara remaja tersebut mengalami kecemasan dan tidak percaya diri, sehingga mengganggu interaksi sosial mereka (Latifah, 2015). Semakin lama jerawat bertahan, semakin banyak tekanan yang dirasakan siswa. Tingkat stres dan tingkat kerusakan citra diri terkait dengan tingkat keparahan subjektif lebih dari tingkat penilaian objektif (Do, Cho, In, Lim, Lee, 2009).

Gangguan kulit akne vulgaris merupakan masalah yang memusingkan para remaja. Gangguan tersebut bisa menyebabkan perasaan rendah diri dan cemas pada seseorang. Masa remaja produksi minyak terjadi secara berlebihan sehingga berpotensi terjadi gangguan jerawat atau akne. Keluhan penderita umumnya lebih bersifat estetis, sehingga perlu diperhatikan dampak psikososial penyakit ini pada remaja, yang dapat

mempengaruhi interaksi sosial, prestasi sekolah atau pekerjaan (Soetjningsih, 2013).

Jerawat mungkin bukan sesuatu yang dapat membahayakan. Tetapi secara tidak langsung, jerawat bisa mengakibatkan masalah sosial yang cukup serius. Jerawat juga bisa mempengaruhi penderitanya secara psikologi. Beberapa tahun terakhir, banyak penelitian yang menunjukkan hubungan jerawat dan dampaknya pada psikis seorang penderitanya antara lain : jerawat yang tumbuh pada area wajah bisa sangat mengganggu secara fisik dan dapat sangat berpengaruh pada rasa percaya diri, menarik diri dari kehidupan sosial, mengganggu kehidupan pendidikan, kondisi – kondisi di atas dapat mengarah pada terjadinya stres (Yana, 2015)..

Stres hanya bisa memperburuk atau memperparah dari kondisi jerawat. Stres menyebabkan penderita memanipulasi aknanya secara mekanis, sehingga terjadi kerusakan pada dinding folikel dan timbul lesi meradang yang baru. Maka dalam kondisi stres peluang untuk mendapatkan akne vulgaris lebih cenderung meningkat (Latifah, 2015).

Sikap mental yang positif dengan bersikap terbuka dan positif pada semua kejadian yang berlaku di sekitar kita. Pola hidup yang sehat dengan menjaga kesehatan, makan dengan baik, tidur cukup dan latihan olah raga secara teratur. Teknik relaksasi seperti napas dalam, meditasi atau pijatan mungkin bisa membantu menghilangkan stres (Latifah, 2015).

3. Hubungan tipe kepribadian dengan tingkat stres pada remaja yang mengalami akne vulgaris di SMPN 01 Kajen Kabupaten Pekalongan

Berdasarkan hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *Chi Square* didapatkan nilai p value sebesar 0,001 ($<0,05$), sehingga H_0 ditolak, berarti ada hubungan tipe kepribadian dengan tingkat stres pada remaja yang mengalami akne vulgaris di SMPN 01 Kajen Kabupaten Pekalongan. Nilai RR sebesar 3,3 artinya remaja yang mengalami akne vulgaris

dengan kepribadian *introvert* beresiko 3,3 kali lebih besar mengalami stres dibandingkan remaja dengan kepribadian *ekstrovert*. Hal ini juga dapat dilihat melalui tabel silang di atas yang menunjukkan bahwa pada responden dengan kepribadian *introvert* sebagian besar (75%) memiliki stres sedang, sedangkan pada responden dengan kepribadian *ekstrovert* sebagian besar (83,7%) memiliki stres ringan.

Hasil penelitian ini mendukung teori yang dikemukakan oleh Sunaryo (2014) yang menjelaskan bahwa kepribadian merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat stres. Hubungan antara stres dan tipe kepribadian telah lama menjadi fokus perdebatan dan banyak penelitian. Tipe kepribadian dapat mengubah terjadinya atau penilaian dari prekursor situasional terhadap stres.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Erasmus (2014) yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara stres dalam domain kehidupan tertentu dan tipe kepribadian remaja menderita jerawat vulgaris, dan bahwa sebagian besar remaja ini *introvert*. Tingkat stres yang lebih tinggi dari rata-rata pada domain kehidupan tertentu dan cenderung lebih tinggi pada tipe kepribadian *introvert* dari pada tipe *ekstrovert*. Juga dijelaskan signifikansi praktis antara domain kehidupan tertentu dan subkelompok, yang menunjukkan respon stres yang berbeda dari *introvert* dan *ekstrovert*.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Putra (2015) yang menjelaskan bahwa ada hubungan antara tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert* dengan kejadian stres. Hubungan antara kepribadian *ekstrovert* dan *introvert* dengan stres disebabkan karena adanya perbedaan karakteristik kepribadian itu sendiri.

Tipe *introvert* cenderung menunjukkan depresi dan ketakutan diikuti dengan obsesi curiga, mudah tersinggung, apatis saraf otonomi labil, gampang terluka, mudah gugup, rendah

diri mudah melamun, sukar tidur. Biasanya tingkat intelegensi tinggi, kosa kata banyak dan baik, tetap pendirian dan keras kepala, kaku, interpersonal variabilitasnya kecil, kurang suka lelucon. Tipe *ekstrovert* cenderung mengembangkan gejala-gejala histeria, sedikit energik, perhatian sempit, prestasi kerja kurang baik, kosa kata relative sedikit, mudah kena kecelakaan, bekerja cepat dan terburu-buru sehingga hasilnya kurang teliti, tidak kaku dan interpersonal variabilitas besar (Aisyah, 2015).

Kepribadian *introvert* dipengaruhi oleh dunia di dalam dirinya sendiri atau dunia yang subyektif. Penyesuaian dengan dunia luar kurang baik, diantaranya tidak mudah bergaul, mempunyai jiwa tertutup, kurang dapat menarik hati dan tidak mudah berhubungan dengan orang lain (Suryabrata, 2014). Individu dengan kepribadian *ekstrovert* lebih cenderung imajinatif, kreatif, ingin tahu, fleksibel, cenderung pada kegiatan dan ide-ide baru, sehingga individu dengan kepribadian *Ekstrovert* memiliki strategi koping yang memerlukan pandangan baru, restrukturisasi kognitif dan memecahkan masalah. Karena karakter ini menunjukkan optimisme yang akan selalu berpikir positif. Sedangkan pesimisme akan memunculkan reaksi koping negatif atau maladaptif (Berkel, 2009). Orang tipe kepribadian *ekstrovert* kemungkinan strategi kopingnya adalah lebih terbuka, tidak memendam masalahnya sendiri sehingga tingkat stres yang dimiliki rendah, dan tipe ini akan cenderung lebih mudah pulih stresnya (Sakti, 2014).

SIMPULAN

1. Sebagian besar remaja yang mengalami akne vulgaris di SMPN 01 Kajen Kabupaten Pekalongan memiliki kepribadian *ekstrovert* yaitu 43 responden (60,6%).
2. Sebagian besar remaja yang mengalami akne vulgaris di SMPN 01 Kajen Kabupaten Pekalongan memiliki stres ringan yaitu 45 responden (63,4%).
3. Ada hubungan tipe kepribadian dengan tingkat stres pada remaja yang mengalami

akne vulgaris di SMPN 01 Kajen Kabupaten Pekalongan, didapatkan nilai p value sebesar 0,001 ($<0,05$). Nilai RR sebesar 3,3 artinya remaja yang mengalami akne vulgaris dengan kepribadian *introvert* beresiko 3,3 kali lebih besar mengalami stres dibandingkan remaja dengan kepribadian *ekstrovert*.

SARAN

1. Bagi profesi kepeawatan
Penelitian ini dapat dijadikan sumber informasi untuk tenaga kesehatan khususnya perawat jiwa, maternitas dan komunitas. Tenaga kesehatan diharapkan mampu berperan aktif dalam memberikan pendidikan kesehatan remaja tentang kesehatan reproduksi.
2. Bagi institusi pendidikan
Hasil penelitian ini dapat dijadikan wacana ilmiah dan dapat dijadikan literatur untuk menambah wawasan tentang stres remaja yang mengalami akne vulgaris berdasarkan tipe kepribadian.
3. Bagi peneliti lain
Hasil penelitian ini merupakan data dasar untuk penelitian selanjutnya. Peneliti berharap adanya penelitian lanjut terkait faktor-faktor lain yang mempengaruhi stres remaja yang mengalami akne vulgaris.

REFERENSI

- Achroni, K. (2012). *Semua rahasia kulit cantik dan sehat*. Yogyakarta : Javalitera.
- Aisyah, S. (2015). *Perkembangan Peserta Didik dan Bimbingan Belajar*. Yogyakarta : Deepublish.
- Alwisol (2014). *Psikologi Kepribadian Edisi Revisi*. Malang : UMM Pres.
- Andy (2009). *Pengetahuan dan Sikap Remaja SMA Santo Thomas 1 Medan terhadap Jerawat*. Skripsi. Fakultas Kedokteran. Universitas Sumatra Utara
- Astuti, D. W. (2011). *Hubungan antara menstruasi dengan angka kejadian akne vulgaris pada remaja*. Semarang : Universitas Diponegoro.
- Berkel, H. (2009). *The Relationship Between Personality, Coping Styles and. Stress, Anxiety and Depression*. (Thesis). University of Canterbury.
- Djuanda, A. (2008). *Ilmu penyakit kulit dan kelamin*, Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, Jakarta.
- Do JE, Cho SM, In SI, Lim KY, Lee S, Lee ES (2009). Psychosocial Aspects of Acne Vulgaris: A Community-based Study with Korean Adolescents. *Ann Dermatol Vol. 21, No. 2, 2009*. Department of Dermatology, A jou University School of Medicine, 5, Wonchondong, Yeongtonggu. Suwon. Korea.
- Emirfan, T. M. (2011). *Healthy habits, you must know ; pola hidup sehat yang harus kamu tahu untuk kesehatan yang lebih baik sejak muda*. Jakarta : Javalitera.
- Erasmus, J. (2014). *The Relationship between Stress Levels and Personality Types Among Adolescents with Acne Vulgaris*. Diakses tanggal 23 Mei 2017. <<https://dspace.nwu.ac.za>>.
- Graham, R. (2011). *Dermatologi*. Alih Bahasa M. Anies Zakaria. Jakarta : Erlangga.
- Harahap, R. A. (2015). *Analisis Pengaruh Kepribadiandan Pengembangan Sumber daya Manusia terhadap Prestasi Kerja Pegawai pada Dinas Perindustrian dan Perdagangan Provinsi Sumatera Utara*. Skripsi. Medan : Universitas Sumatra Utara.
- Hary, Z. A. P. (2017). *Hubungan antara Kelekatan terhadap Ibu dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Perantau*. Skripsi. Yogyakarta : Universitas Sanata Dharma.
- Hawari, D. (2008). *Manajemen Stress. Cemas. dan Depresi*. Jakarta : Universitas Indonesia.
- Hediyani, N. (2017). *Perawatan Kulit Harian Mencegah Jerawat*. Diakses tanggal 23 Oktober 2017. www.dokterkuonline.com.

- Hidayah, A. (2011). *Herbal kecantikan*. Yogyakarta : Citra Media.
- Isro'in, L. & Andarmoyo, S. (2012). *Personal Hygiene; Konsep, Proses, dan Aplikasi dalam Praktik Keperawatan*, Edisi Pertama., Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Karomah, S. N. (2014). *Perbedaan Kecenderungan Perilaku Bunuh Diri Ditinjau Dari Tipe Kepribadian*. Skripsi. Surabaya : UIN Sunan Ampel.
- Khodizah, S. (2015). *Perbedaan Intensitas dan Perilaku Nyeri Berdasarkan Tipe Kepribadian pada Pasien Kanker Payudara Kronik di Rumah Sakit Umum Pusat Haji Adam Malik Medan*. Jurnal Keperawatan. Medan : Universitas Sumatera Utara.
- Kemenkes RI. (2015). *Infodatin Reproduksi Remaja*. Jakarta : Kemenkes RI.
- Kusmiran, E. (2011). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta : Salemba Medika.
- Latifah, S. (2015). *Stres dan Akne Vulgaris*. Jurnal Kedokteran. Lampung : Universitas Lampung.
- Manan, E. L. (2011). *Kamus pintar kesehatan wanita*, ed. H Virsyah. Yogyakarta : Buku Biru.
- Manolache, L. (2013). *Stress Involvement as Trigger Factor in Different Skin Conditions*. World Journal of Dermatology. Diakses tanggal 23 Mei 2017. <<https://www.wjgnet.com>>.
- Mustofa, M. H. & Aji, M. L. (2013). *Perbedaan Konsep Diri antara Siswa Laki Laki dengan Perempuan yang Mengalami Akne Vulgaris di SMA N 01 Bojong Kabupaten Pekalongan*. Jurnal Keperawatan. Pekalongan : STIKES Muhammadiyah Pekajangan.
- Nirwana, A. B. (2011). *Psikologi ibu, bayi dan anak*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nursalam (2013). *Metodologi Penelitian: Pendekatan Praktis* (edisi 3). Jakarta: Salemba Medika.
- Olpin dan Hesson (2014). *Stress Management for Life : A Research-Based, Experiential Approach, fourth edition*, USA : Cengage Learning.
- Pfeifer, K. G. & Middelmann, A. B. (2008). *Panduan bagi remaja pria yang beranjak dewasa ; memahami kehidupan psikis maupun fisik yang sedang berubah*. Bandung : Naunsa.
- Potter & Perry (2010). *Fundamental keperawatan*, Terjemahan. FN Adrina dan A Marina, edk 7. Jakarta : Sagung Seto.
- Putra, IGSS. (2015). *Hubungan Antara Tipe Kepribadian Introvert Dan Ekstrovert Dengan Kejadian Stres Pada Koasisten Angkatan Tahun 2011 Fakultas Kedokteran Universitas Udayana*. Skripsi. Bali : Universitas Udayana.
- Rasmun (2009). *Stress, Koping dan Adaptasi : Teori dan Pohon Masalah*, Jakarta : Sagung Seto.
- Riyanto, A. (2009). *Pengolahan dan analisis data kesehatan : dilengkapi data validitas dan realibilitas serta aplikasi program SPSS*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Robbins, S. P. & Timothy, A. J. (2008). *Perilaku Organisasi (Organizational Behavior) Edisi 12*. Jakarta : Salemba Empat.
- Sakti, B. A. (2014). *Strategi Koping Guru Abk (Anak Berkebutuhan Khusus) Ditinjau Dari Tipe Kepribadian*. Skripsi. Surabaya : Universitas Islam Negeri Sunan Ampel.
- Sandra, M. (2011). *Resep rahasia perawatan kulit*. Yogyakarta : Ar-ruzz Media.
- Soetjiningsih (2013). *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta : EGC.
- Sugiyono 2009. *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R & D*. Alfabeta. Bandung.

- Sunaryo (2014). *Psikologi untuk Keperawatan*. Jakarta : EGC
- Suryabrata, S. (2013). *Psikologi Kepribadian*. Jakarta : Rajawali Pers.
- Syafitri, E. N. (2013). *Hubungan Tipe Kepribadian Introvert dan Ekstrovert dengan Perilaku Kesehatan Remaja di MAN Maguwoharjo Sleman Yogyakarta*. Jurnal Keperawatan. Yogyakarta : STIKES Respati.
- Uslu, G. et. al. (2008). *Acne: Prevalence, Perceptions and Effects on Psychological Health Among Adolescents in Aydin, Turkey*. Journal of the European Academy of Dermatology and Venereology. Diakses tanggal 23 Mei 2017. <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed> />.
- Widyastuti, Y. (2009). *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Fitra Maya.
- Yana (2015). *Dampak Psikologis Akibat Jerawat yang Membahayakan Diri*. Diakses tanggal 10 Juli 2018 <<https://wajahjerawat.com>>.
- Zulkoni, A. (2010). *Parasitologi*. Yogyakarta : Nuha Medika.