

Received
06 Juni 2021

Revised
28 Juli 2021

Accepted
09 September 2021

KECEMASAN REMAJA TERHADAP MASALAH JERAWAT DI SMAN 1 KESAMBEN JOMBANG

Maharani Tri Puspitasari¹

¹STIKes Insan Cendekia Medika Jombang
Email : maharanitripus@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan : Gangguan kecemasan adalah sekelompok gangguan dimana kecemasan merupakan gejala utama (gangguan kecemasan umum dan gangguan panik) atau dialami jika seseorang berupaya mengendalikan perilaku maladaptif tertentu (gangguan jobik dan gangguan obsesif kompulsif. kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Tujuan studi ini adalah untuk Mengetahui kecemasan remaja terhadap masalah jerawat di SMAN 1 Kesamben Jombang **Metode** desain penelitian ini menggunakan metode deskriptif. Penelitian ini mendeskripsikan suatu gambaran tingkat kecemasan remaja terhadap jerawat di SMAN 1 Kesamben, Kecamatan Kesamben, Kabupaten Jombang. **Hasil** : sebagian besar responden berusia 17 – 19 tahun sebanyak 42 responden dengan data yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang yaitu sebanyak 31 responden (73,8%), sebagian besar responden berumur 17 - 19 tahun yaitu sebanyak 27 responden (64,3 %), sudah pernah mendapatkan informasi mengenai jerawat yang di dapat sebanyak 42 responden (100%), hampir setengahnya sumber informasi yang didapat responden berasal dari majalah sebanyak 18 responden (42,8%), Dapat diketahui bahwa kecemasan remaja kelas VII terhadap jerawat di SMAN 1 Kesamben, Kecamatan Kesamben, Kabupaten Jombang sebagian besar mengalami kecemasan sedang sebanyak 31 responden (73,8%). **Kesimpulan** : Kecemasan remaja (14-19 tahun) terhadap jerawat di SMAN 1 Kesamben, Kecamatan Kesamben, Kabupaten Jombang, adalah sebagian besar murid mengalami kecemasan sedang. **Saran** : bagi guru hendaknya lebih meningkatkan penyuluhan tentang kecemasan remaja terhadap jerawat, agar remaja lebih mengerti cara mengatasi masalah tersebut. Sedangkan untuk peneliti selanjutnya yaitu agar mengembangkan tentang kecemasan jerawat pada penelitian selanjutnya.

Kata kunci : Jerawat, Kecemasan, Remaja

TEENAGER ANXIETY OVER ACNE PROBLEMS AT SMAN 1 KESAMBEN JOMBANG

ABSTRACT

Preliminary: Anxiety disorders are a group of disorders in which anxiety is the primary symptom (anxiety disorder and panic disorder) or is experienced when a person attempts to control certain maladaptive behaviors (jobic disorder and obsessive compulsive disorder, vague and pervasive worry related to feelings of uncertainty and helplessness). The purpose of this study was to determine teenager anxiety about acne problems in SMAN 1 Kesamben Jombang. This research **design method** used descriptive method. This study describes a description of the level of teenager anxiety against acne in SMAN 1 Kesamben, Kesamben District, Jombang Regency. **Results :** Most of the respondents aged 17-19 years were 42 respondents with data showing that most of the respondents experienced moderate anxiety, namely 31 respondents (73.8%), most of the respondents were 17-19 years old, namely 27 respondents (64.3%).), already got it 42 respondents (100%) obtained information about acne, almost half of the information sources obtained by respondents came from 18 respondents (42.8%) from magazines. The teenager mostly experienced moderate anxiety as many as 31 respondents (73.8%). **Conclusion:** The teenager anxiety (14-19 years) about acne at SMAN 1 Kesamben, Kesamben District, Jombang Regency, is that most students experience moderate anxiety. **Advance:** for teachers, they should increase education about teenagers' anxiety about acne, so that teenagers understand better how to deal with this problem. Meanwhile, for the next researchers, namely to develop acne anxiety in further research.

Keywords : Acne, Anxiety, Teenager

PENDAHULUAN

Gangguan kecemasan adalah sekelompok gangguan dimana kecemasan merupakan gejala utama (gangguan kecemasan umum dan gangguan panik) atau dialami jika seseorang berupaya mengendalikan perilaku maladptif tertentu (gangguan jobik dan gangguan obsesif kompulsif (Luluk, 2010). Kecemasan adalah kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Keadaan emosi ini tidak memiliki obyek yang spesifik. Kecemasan dialami secara subyektif dan dikomunikasikan secara interpersonal. Cemas berbeda dengan rasa takut, yang merupakan penilaian intelektual terhadap bahaya. Kecemasan adalah respon emosional terhadap penilaian tersebut (Stuart, 2007).

Masalah jerawat dapat memberikan kesan psikologis yang buruk pada remaja, terutama remaja dalam masa sekolah, pada masa sekolah faktor percaya diri remaja serta aktivitas pergaulan sosial amat penting. Walaupun masalah jerawat dianggap ringan dan bisa diobati sendiri namun jerawat juga menimbulkan kesan fisik dan emosi yang sering kali mempunyai masalah yang mempunyai kaitan dengan harga diri, keyakinan terhadap diri sendiri dan pergaulan sosial (Adhy, 2012). Jerawat di duga terjadi karena sumbatan kelenjar minyak oleh kreatin pada kulit, bila terkena infeksi jerawat dapat menjadi bisul dan bernanah, kurangnya pengetahuan remaja terhadap penanganan jerawat dan jika jerawat

tidak di tangani dengan baik, biasanya dapat mengakibatkan timbulnya bekas jerawat yang akan berdampak pada jiwa seorang remaja, seperti krisis percaya diri atau minder dan depresi. Dalam mengatasi permasalahan jerawat tersebut seharusnya yang bisa dilakukan oleh para remaja khususnya remaja putri yaitu dengan cara yang selalu menjaga kulit tetap bersih dengan menggunakan sabun pembersih yang ringan, tidak memencet atau menusuk jerawat supaya tidak menjadi jaringan parut, menjaga kebersihan rambut, mengoleskan krim anti jerawat mungkin membantu, bila memakai kosmetik pilihlah yang mempunyai dasar air bukan dasar minyak, beberapa dokter menganjurkan diet rendah lemak, periksa ke dokter bila kondisi jerawat berat (Nugroho, 2010).

Faheem 2012 dalam penelitiannya menyebutkan bahwa hasil survey di kawasan Asia Tenggara melaporkan kasus jerawat 40-80%, sedangkan di indonesia menunjukkan terdapat 80% pada tahun 2012, jerawat dapat terjadi pada segala usia, biasanya terjadi pada usia 12-25 tahun. Di jawa timur pada tahun 2011 kejadian jerawat sebanyak 41,46% terjadi pada laki-laki dan 58,54% terjadi pada perempuan, paling banyak terjadi pada usia 16-19 tahun. Berdasarkan studi pendahuluan di SMAN 1 Kesamben pada tanggal 20 Mei 2019 dari 20 orang responden yang mengalami jerawat, 16 responden yang merasa cemas dan kurang percaya diri dan 4 responden yang merasa biasa saja dengan jerawatnya, karena bukan sesuatu yang menakutkan.

Timbulnya kecemasan pada remaja saat mengalami masalah jerawat disebabkan karena dari segi fisik dan psikologi remaja yang belum matang. Remaja cemas karena merasa dengan adanya jerawat rasa percaya dirinya hilang, merasa tidak menarik. Dampak dari kecemasan remaja akan lebih waspada dan meningkatkan lapang persepsinya, individu jauh lebih selektif dalam menentukan suatu keputusan, individu tidak bisa berfikir secara logis, menurunnya kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain, serta persepsi yang menyimpang. Jerawat itu sendiri disebabkan karena para remaja khususnya remaja putri memakai kosmetik atau pelembab yang bahan dasarnya dari minyak dan menimbulkan komedo, kurangnya keterampilan remaja dalam menjaga kebersihan wajahnya, kurangnya informasi dalam penanganan jerawat yang benar dan sesuai dengan kondisi kulit para remaja. Faktor-faktor mekanik, seperti mengusap wajah, tekanan fiksi, obat-obatan juga dapat mencetuskan jerawat (Muttaqin dan Sari, 2011).

Jerawat bisa di devinisikan sebagai suatu kondisi umum pada kulit yang timbul karena perpaduan minyak berlebih, kotoran dan selsel kulit mati yang menyumbat pori-pori kulit. Bakteri penyebab jerawat akan tumbuh dalam perpaduan ini dan berkembang biak. Jika tetap dibiarkan, pori-pori yang tersumbat akan membengkak dan mengeluarkan nanah. Jerawat merupakan salah satu masalah kulit yang paling memusingkan para remaja, maklum

produksi minyak sangat berlebihan dan berujung pada gangguan jerawat. Jerawat bila tidak di tangani dengan serius dan hati-hati, tidak jarang jerawat akan meninggalkan bekas yang tidak bisa hilang seumur hidup (Pratiwi, 2013).

Individu dapat mengatasi stres dan cemas dengan menggerakkan sumber koping di lingkungan, sumber koping tersebut yang berupa modal ekonomi, kemampuan penyelesaian masalah, dukungan sosial, dan keyakinan budaya dapat membantu individu mengintegrasikan pengalaman yang menimbulkan stres dan mengadopsi strategi koping yang berhasil (Stuart, 2007). Pemberian pengarahan dari guru BK (Bimbingan Konseling) untuk mengatasi kecemasan juga sangat dibutuhkan oleh para siswa siswi, serta pengarahan dari petugas kesehatan juga membantu untuk mengatasi kecemasan yang muncul pada remaja. Untuk pengobatan jerawat yang sudah parah terdapat tiga pengobatan yaitu : terapi topikal, terapi sistemik, dan tindakan bedah. Jika belum terlalu parah disarankan para remaja untuk menjaga kebersihan wajahnya dengan cara teratur mencuci muka, makan makanan yang sehat seperti sayuran dan buah-buahan.

BAHAN DAN METODE PENELITIAN

Metode penelitian merupakan cara yang dilakukan dalam proses penelitian. Dalam menyusun proposal, metode penelitian harus di uraikan secara rinci seperti variabel penelitian, rancangan penelitian, teknik pengumpulan dat, analisis data, cara

penafsiran, dan penyimpulan hasil penelitian (Alimul, 2007). Desain penelitian atau rancangan penelitian merupakan kerangka acuan bagi peneliti untuk mengkaji hubungan antar variabel dalam suatu penelitian. Desain penelitian dapat menjadi petunjuk bagi peneliti untuk mencapai tujuan penelitian dan juga sebagai penuntun bagi peneliti dalam seluruh proses penelitian (Riyanto, 2011). Jenis penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif. Penelitian ini mendeskripsikan suatu gambaran tingkat kecemasan remaja terhadap jerawat di SMAN 1 Kesamben, Kecamatan Kesamben, Kabupaten Jombang. Penelitian ini dilaksanakan dimulai sejak bulan Mei 2016 sampai bulan Juli 2016.

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas : obyek / subyek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono dalam Alimul, 2007). Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa siswi kelas XI di SMAN 1 Kesamben, Kecamatan Kesamben, Kabupaten Jombang, dengan jumlah 180 murid.

2. Sampel

Sampel merupakan bagian populasi yang akan diteliti atau sebagian jumlah dari karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Alimul, 2007). Pada penelitian ini sampelnya adalah sebagian dari siswa siswi kelas XI SMAN 1 Kesamben, Kecamatan Kesamben, Kabupaten Jombang. Menurut Arikunto (2010) jika populasi penelitian kurang dari 100 maka lebih baik sampel yang diambil adalah

semuanya, sehingga penelitiannya merupakan populasi. Sebaiknya jika populasinya terlalu besar, maka dapat diambil 10-15% atau 20-25%. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil sampel sebanyak 20% dari populasi.

$$\text{Sampel : Maka : } 25 \times \frac{180}{100} = 45$$

$$\text{Kelas IPA 1 : } \frac{30}{180} \times 45 = 7$$

$$\text{Kelas IPA 2 : } \frac{30}{180} \times 45 = 7$$

$$\text{Kelas IPA 3 : } \frac{30}{180} \times 45 = 7$$

$$\text{Kelas IPS 1 : } \frac{30}{180} \times 45 = 7$$

$$\text{Kelas IPS 2 : } \frac{30}{180} \times 45 = 7$$

$$\text{Kelas IPS 3 : } \frac{30}{180} \times 45 = 7$$

Dari perhitungan di atas ditemukan sampel yang diteliti sejumlah 42 murid yang dari tiap-tiap kelas diambil masing-masing 7 murid.

3. Sampling

Teknik sampling merupakan suatu proses seleksi sampel yang digunakan dalam penelitian dari populasi yang ada, sehingga sampel akan mewakili keseluruhan populasi yang ada. Cara pengambilan sampling dalam penelitian ini adalah probabilitas sampling dengan menerapkan teknik simple random sampling yaitu pemilihan sampel dengan cara ini

merupakan jenis probabilitas yang paling sederhana. Untuk mencapai sampling ini, setiap elemen diseleksi secara acak. (Nursalam, 2011).

1. Variabel penelitian

Variabel penelitian ini yaitu tentang kecemasan remaja (14-19 tahun) terhadap jerawat, studi di SMAN 1 Kesamben, Kecamatan Kesamben, Kabupaten Jombang.

2. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah mendefinisikan variabel secara operasional berdasarkan karakteristik yang diamati, memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu obyek atau venomena (Alimul, 2007).

Instrumen adalah alat-alat yang digunakan untuk pengumpulan data (Notoadmodjo, 2010). Alat ukur atau instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner. Kuesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden. Dalam penelitian ini menggunakan kuesioner tertutup yaitu merupakan pertanyaan yang sudah disediakan jawabannya sehingga responden tinggal memilih (Arikunto, 2010). Kuesioner ini menggunakan skala HARS (skala baku) sehingga tidak perlu lagi dilakukan uji validitas.

Pengumpulan data adalah suatu proses pendekatan kepada subyek dan proses pengumpulan karakteristik subyek yang diperlukan dalam suatu penelitian (Nursalam,2008).

1) Editing

2) Coding

3) Scoring

4) Tabulating

Analisa data merupakan pengolahan data dari beberapa sumber maupun permasalahan yang sesuai dengan penelitian yang dilakukan dan diolah dengan teknik tertentu (Notoadmodjo, 2010). Kegiatan analisis data meliputi persiapan, tabulasi, dan aplikasi, dan aplikasi data. Selain itu analisis data juga dapat menggunakan menggunakan uji statistic jika data tersebut harus diuji dengan uji statistic (Hidayat, 2012).

Untuk mengetahui kecemasan, peneliti menggunakan kuesioner dengan kriteria skor :

Nilai 0 : tidak ada gejala / keluhan

Nilai 1 : gejala ringan / satu dari gejala yang ada

Nilai 2 : gejala sedang / separuh dari gejala yang ada

Nilai 3 : gejala berat / lebih dari separuh dari gejala yang ada

Nilai 4 : gejala sangat berat / semua dari gejala yang ada

Kemudian semua skor di jumlah dan hasilnya dikategorikan sebagai berikut :

<14 : tidak ada kecemasan

14-20 : kecemasan ringan

21-27 : kecemasan sedang

28-41 : kecemasan berat

41-56 : kecemasan berat sekali / panik

Sumber : (Hawari, 2008)

Lokasi penelitian ini di lakukan di SMAN 1 Kesamben, kecamatan Kesamben, Kabupaten Jombang.

HASIL PENELITIAN

HASIL

Hasil penelitian dan pembahasan dari pengumpulan data melalui observasi. Penelitian ini di laksanakan pada tanggal 14 Juli 2014 di SMAN 1 Kesamben, Kecamatan Kesamben, Kabupaten Jombang. Data disajikan dalam bentuk umum dan khusus. Dalam data umum peneliti membahas tentang umur, informasi tentang jerawat, sumber informasi. Sedangkan data khusus menampilkan kecemasan remaja (14-19 tahun) terhadap jerawat. Data-data tersebut disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

Pengumpulan data dilakukan pada tanggal dengan sampel penelitian yaitu murid SMAN 1 Kesamben Jombang kelas VII dengan jumlah 42 murid. Tujuan pelaksanaan penyebaran kuesioner tersebut adalah untuk memperoleh kejujuran dalam memberikan jawaban hasil penelitian tersebut dibahas sebagai berikut :

1. Gambaran Lokasi

Penelitian dilaksanakan di SMAN 1 Kesamben Jombang. Sekolah ini terletak di Desa Carang Rejo, Kecamatan Kesamben, Kabupaten Jombang. Di Desa Carang Rejo ini berbatasan dengan desa sebelah utara berbatasan dengan Desa Kandangan, sebelah selatan berbatasan dengan Desa Tenggor, sebelah barat berbatasan dengan Desa Rembuk wangi, sebelah timur berbatasan dengan Desa Kuripan.

2. Data Umum

Data umum berikut merupakan hasil penelitian yang didapatkan dari data karakteristik responden berdasarkan golongan - golongan sebagai berikut :

- a. Karakteristik responden berdasarkan umur menunjukkan bahwa sebagian besar responden berumur 17 - 19 tahun yaitu sebanyak 27 responden (64,3 %).
- b. Karakteristik responden berdasarkan pernah atau tidak mendapatkan informasi tentang jerawat, Menunjukkan bahwa seluruhnya sudah pernah mendapatkan informasi mengenai jerawat yang di dapat sebanyak 42 responden (100%).
- c. Karakteristik responden berdasarkan sumber informasi tentang jerawat, menunjukkan bahwa hampir setengahnya sumber informasi yang didapat responden berasal dari majalah sebanyak 18 responden (42,8%).

3. Data Khusus

- a. Karakteristik responden berdasarkan kecemasan remaja terhadap jerawat. Berdasarkan tabel 5.4 Dapat diketahui bahwa kecemasan remaja kelas VII terhadap jerawat di SMAN 1 Kesamben, Kecamatan Kesamben, Kabupaten Jombang sebagian besar mengalami kecemasan sedang sebanyak 31 responden (73,8%).

PEMBAHASAN

Masa remaja atau Adolesensi adalah suatu fase perkembangan yang dinamis dalam kehidupan seorang individu, masa remaja merupakan periode transisi dari masa anak ke masa dewasa yang di tandai dengan percepatan perkembangan fisik,

mental, emosional, dan sosial dan berlangsung pada dekade kedua masa kehidupan (Cahyaningsih, 2011). Remaja dalam ilmu psikologis diperkenalkan dengan istilah lain, seperti pubertit, adolescence, dan youth. Remaja atau adolescence yang berarti tumbuh ke arah kematangan. Kematangan yang di maksud adalah bukan kematangan fisik saja tetapi juga kematangan sosial dan psikologi (sari dan andhyantoro).

Remaja adalah harapan bangsa, sehingga tak berlebihan jika dikatakan bahwa masa depan bangsa yang akan datang di tentukan pada keadaan remaja saat ini. Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa (poltekkes depkes jakarta). Definisi remaja yang digunakan oleh departemen kesehatan adalah mereka yang berusia 10-19 tahun dan belum kawin. Sementara itu menurut BKKBN (Direktorat Remaja dan Perlindungan Hak Reproduksi) batasan usia remaja adalah 10-21 tahun (BKKBN, 2006).

Kecemasan remaja kelas VII terhadap jerawat studi di SMAN 1 Kesamben, Kecamatan Kesamben, Kabupaten Jombang, sesuai dengan penelitian yang dilakukan pada tanggal 14 Juni 2019 dengan pemberian kuesioner kepada 42 responden. Hasil penelitian menunjukkan responden sebagian besar mengalami kecemasan sedang yaitu sebanyak 31 responden (73,8%), Kecemasan remaja terhadap jerawat di karenakan remaja takut atau bahkan akan merasa minder jika wajahnya di tumbuh oleh jerawat, karena jika terkena infeksi jerawat akan menjadi bisul dan bernanah, dan jika tidak ditangani dengan baik jerawat akan

menimbulkan bekas bercakbercak hitam diwajah yang mungkin tidak akan bisa hilang seumur hidup. Jerawat sangat merusak penampilan para remaja, bisa juga menurunkan rasa percaya diri mereka dalam berinteraksi dengan orang lain. Bahkan remaja akan mengalami frustasi jika jerawat yang menempel di wajahnya tidak kunjung sembuh malah semakin bertambah banyak. Menurut (stuart dan sundeen, 2008) dalam (suparyanto, 2011) ada faktor predisposisi yang menyebutkan bahwa frustasi akan mengakibatkan rasa ketidak berdayaan dalam mengambil keputusan, dan juga gangguan fisik dapat menimbulkan kecemasan karena merupakan ancaman terhadap integritas fisik yang mempengaruhi konsep diri. Selain faktor di atas faktor lain yang mempengaruhi kecemasan remaja terhadap jerawat adalah pendidikan. Semakin tinggi pendidikan remaja akan semakin mudah menerima informasi yang di dapat tentang jerawat. Sedangkan remaja di atas semuanya masih belum terlalu cukup memperoleh informasi, sehingga informasi yang didapatkan masih rendah. Maka dari itu perlu pendidikan yang lebih tinggi untuk mencapai pengetahuan yang baik tentang jerawat agar dapat mengatasi kecemasan.

Sesuai dengan pendapat Notoadmodjo (2003) bahwa semakin tinggi pendidikan orang maka semakin mudah dalam menerima informasi sehingga semakin banyak pula pengetahuan yang dimiliki. Sebaiknya pendidikan yang kurang akan menghambat perkembangan sikap

seseorang terhaap nilai-nilai yang harus diperkenalkan. Berdasarkan tabel 5.1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 17 – 19 tahun sebanyak 27 responden (64,3%). Umur dapat mempengaruhi kecemasan remaja terhadap jerawat karena pada usia ini masih tergolong usia remaja akhir tapi meski begitu sikap labil masih melekat pada diri para remaja, dan remaja biasanya cenderung membandingkan antara dirinya dengan orang lain, seperti keadaan fisiknya terutama kebersihan kulit wajah mereka, karena kecantikan wajah adalah aset utama yang di banggakan oleh banyak orang. Oleh karena itu remaja cenderung extra hati-hati dalam menjaga wajah mereka dari noda apapun terutama dari gangguan jerawat. Semua juga pasti akan takut, cemas akan hal itu, apalagi jerawat itu akan meninggalkan bekas yang mungkin tidak akan bisa hilang seumur hidup, itu akan sangat merusak penampilan para remaja, membuat mereka menjadi minder, dan bahkan frustrasi.

Menurut Teori Kumalasari Intan, 2012 mengatakan bahwa pada usia remaja akhir ini remaja cenderung lebih selektif dalam mencari teman sebaya, mulai mengungkapkan kepribadian dirinya, lebih mempunyai citra tubuh (body image) terhadap dirinya, lebih menjaga penampilan mereka agar terlihat lebih menarik dihadapan teman sebaya dan lingkungan sekitarnya. Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa seluruhnya sudah pernah mendapatkan informasi tentang jerawat yaitu sejumlah 42 responden (100%).

Jika seluruhnya sudah pernah memperoleh informasi tentang kecemasan terhadap jerawat berarti bukan tidak mungkin para remaja sudah bisa sedikit-sedikit untuk mengatasi kecemasan atau masalah jerawatnya tersebut, tapi disini remaja cenderung lebih banyak memperoleh informasi dari majalah / buku jadi remaja jadi remaja tidak menanyakan secara langsung jika ada permasalahan yang mereka alami khususnya masalah tentang kecemasan terhadap jerawat. Menurut teori (Meliono, 2008) bahwa pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang juga dipengaruhi oleh informasi. Semakin banyak orang menggali informasi baik dari media cetak maupun media elektronik maka pengetahuan yang dimiliki semakin meningkat. Berdasarkan tabel 5.3 bahwa hampir setengahnya sumber informasi yang di dapat responden berasal dari majalah yaitu sebanyak 18 responden (42,8%).

Pernyataan di atas menjelaskan bahwa informasi dari majalah / buku lebih menarik bagi para remaja, tetapi kekurangannya disini adalah jika informasi itu di dapatkan dari majalah / buku informasi yang di dapat tidak sebanyak pada saat kita mendapatkannya dari nara sumber langsung, karena jika dari majalah / buku saja kita tidak bisa mengemukakan pendapat atau mengajukan beberapa pertanyaan yang nantinya akan bisa menambah kekayaan ilmu pengetahuan kita. Seperti yang dikatakan oleh Hewit (2006) bahwa informasi yang di dapatkan langsung dari nara sumber

atau ahli dalam bidangnya lebih mudah dipahami. Informasi berkembang secara cepat pula, dan sumber informasi akan mengasah otak untuk berfikir sehingga meningkatkan pengetahuan seseorang.

SIMPULAN DAN SARAN

SIMPULAN

Kecemasan remaja (14-19 tahun) terhadap jerawat di SMAN 1 Kesamben, Kecamatan Kesamben, Kabupaten Jombang, adalah sebagian besar murid mengalami kecemasan sedang.

Kecemasan sedang adalah suatu hal yang memungkinkan individu untuk berfokus pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain. Kecemasan ini mempersempit lapang persepsi individu, dengan demikian, individu mengalami tidak perhatian yang selektif namun dapat berfokus pada lebih banyak area jika diarahkan untuk melakukannya.

Saran

1. Bagi Guru BK

Bagi Guru BK diharapkan bisa berkolaborasi serta petugas UKS untuk memberikan informasi tentang kecemasan remaja terhadap jerawat, dan bisa memberikan solusi yang tepat tentang masalah mereka.

2. Bagi Kepala Sekolah SMAN 1 Kesamben Jombang

Kepada Kepala Sekolah hendaknya melakukan kerja sama dengan Instansi

Kesehatan (perawat) untuk memberikan KIE tentang kecemasan remaja terhadap jerawat pada muridnya.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian kelanjutan tentang kecemasan remaja (14-19 tahun) terhadap jerawat.

4. Bagi Dosen dan Mahasiswa STIKES ICME Jombang

hendaknya lebih meningkatkan penyuluhan tentang kecemasan remaja terhadap jerawat, agar remaja lebih mengerti cara mengatasi masalah tersebut.

KEPUSTAKAAN

Abdulghani, M. 2008. Aspek psikis dan akne vulgaris. Ilmu Penyakit Kulit Psikologis. Jakarta

Adhy, I,A. 2003. *Knowledge, Benefits and Perception of youth Towards Acne Vulgaris*, Saudi Med Journal.

Budhiarti, S. Huungan tingkat Kecemasan remaja Dan pengetahuan Remaja Terhadap kebersihan. Jurnal keperawatan, doctoral dissertation. Stikes lampung, Vol-IV

Dwi, P. Kesiapan menghadapi Kecemasan Remaja Pada Masa puber, semarang, 2016

Jenny, S. 2007. Analisis Data Penelitian Deskriptif. Dalam: arikunto, s, ed. Manajemen

- Penelitian. Jakarta. PT: Rineka Cipta, 262-296
- Bahasa: Ramona kapoh, Dkk. Ed, Jakarta: EGC
- Dewi, d, Hamzah, M, Aisyah, S, 2005. Akne Vulgaris. Ilmu Penyakit Kulit dan Kelamin. Ediai 5, Jakarta.
- Susanto, r, C, 2017. Penyakit Kulit Dan Kelamin. Yogyakarta: Nuha Medika
- Kementrian Kesehatan RI, 2018. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). 2018. Jakarta.
- Videbeck, 2018. Buku Ajar Keperawatan Jiwa. Jakarta. Nuha Medika
- Lili, 2010. Perawatan Kulit Pada Kne. Medical jurnal Kedokteran Indonesia
- Winarmo, F, G. 2014. Jerawat : Hal Yang Perlu Anda Tahu. Yogyakarta. Graha Ilmu
- Notoadmodjo, Sokiedjo. 2013. Metodologi penelitian kesehatan. Jakarta. Rineka Cipta
- Yuidartanto, A. 2019. *Acne Vulgaris* Fakultas kedokteran Universitas Indonesia, Medical Journal. Vol-1, hh 35-67
- Nursalam, 2011. Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu keperawatan, Jakarta. Salemba Medika
- Ramdani, R. 2015. Treatment For Acne Vulgaris For Teenagers. Medical Doctor. FK Universitas lampung.
- Saragih, D, F, Hubungan tingkat Kecemasan Kepercayaan Diri Remaja. E-Journal Keperawatan. Doctoral Dissertation. Universitas Lampung. Vol-V, No 1
- Setiadi. 2017. Konsep Dan Praktik penulisan Riset keperawatan. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Stuart, g, W. 2016. Buku Saku keperawatan Jiwa lih