

# HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DAN PRODUKSI SEBUM PADA WAJAH

Astari Meidy Rezeky<sup>1</sup>, dr. Nafiah Chusniyati, Sp.KK, M.Sc<sup>2</sup>  
Mahasiswa Fakultas Kedokteran UMY, <sup>2</sup>Bagian Kesehatan Kulit dan Kelamin FK UMY

## INTISARI

**Latar Belakang** : Kelenjar sebacea memiliki peranan penting dalam patogenesis acne. Kelenjar ini terletak pada seluruh permukaan tubuh, namun jumlah yang terbanyak didapatkan pada wajah, punggung, dada, dan bahu. Kelenjar sebacea merupakan organ target androgen yang distimulasi untuk memproduksi sebum saat pubertas secara kontinu dan disekresikan ke permukaan kulit melalui pori – pori folikel rambut. Sekresi sebum ini diatur secara hormonal. Hormon androgen akan meningkatkan ukuran kelenjar sebacea dan merangsang produksi sebum, serta merangsang proliferasi keratinosit pada duktus kelenjar sebacea dan acroinfundibulum. Peningkatan kadar hormon ini pada usia remaja menjadi pemicu utama terjadinya akne. Selain karena proses fisiologis tubuh, peningkatan aktivitas hormon ini juga dipengaruhi oleh pola tidur yang larut malam.

**Metode** : Penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Subjek penelitian ini mahasiswa dan mahasiswi jurusan kedokteran umum angkatan 2013 di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Jumlah sampel adalah 30.

**Hasil** : Hasil analisis data dengan menggunakan uji korelasi pearson menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dan produksi sebum wajah ( $p = 0.985$ ) dengan korelasi negatif dan sangat lemah ( $-r = 0,004$ ).

**Kesimpulan** : Tidak ada hubungan antara kualitas tidur dan produksi sebum pada wajah.

**Kata kunci** : Kualitas tidur, Sebum, Hormon androgen, Kelenjar sebacea

***RELATION BETWEEN QUALITY OF SLEEP AND SEBUM  
PRODUCTION ON FACE  
HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DAN  
PRODUKSI SEBUM PADA WAJAH***

Astari Meidy Rezeki<sup>1</sup>, dr. Nafiah Chusniyati, Sp.KK, M.Sc<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Fakultas Kedokteran UMY, <sup>2</sup>Bagian Kesehatan Kulit dan  
Kelamin FK UMY

***ABSTRACT***

***Background :*** Sebaceous gland is located on the entire surface of the body, but the number is the most established on the face, back, chest, and shoulder. Sebaceous gland is an androgen target organs are stimulated to produce sebum at puberty continuously and secreted onto the skin surface through pores - the hair follicle pores. Sebum secretion is regulated by hormonal Androgen hormones will increase the size of the sebaceous gland and stimulates the production of sebum, and stimulating keratinocyte proliferation in the ducts of the sebaceous glands and acroinfundibulum. Increasing levels of this hormone during adolescence as a key trigger of acne. In addition to the physiological processes of the body, increase the activity of these hormones are also affected by the late-night sleep patterns. This study is aimed to determine the correlation between sleep quality and face sebum production.

***Method :*** This study is quantitative observational analytic with cross sectional approach. Subject of this study are male and female medical student batch 2013 in Muhammadiyah Yogyakarta University. The number of sample are 30.

***Result :*** The results of data analysis using pearson correlation test showed that there is no significant relationship between sleep quality and face sebum production ( $p=0,985$ ) with a negative and very weak correlation ( $-r=0,004$ ).

***Conclusion :*** There is no relationship between sleep quality and face sebum production.

***Keyword :*** Quality of Sleep, Sebum, Androgen hormone, Sebaceous Gland.