

Hubungan Perilaku *Personal Hygiene* Terhadap Timbulnya Jerawat Pada Remaja Putri di SMAN 4 Kota Pariaman

Friska Amanda¹, Hayatunnufus²

¹²Program Studi D4 Pendidikan Tata Rias dan Kecantikan, Universitas Negeri Padang

Email: friskaamanda132@gmail.com, hayatunnufus@fpp.unp.ac.id

Abstrak

Jerawat umumnya terjadi pada usia muda dan disebabkan oleh berbagai faktor, seperti iklim, kebersihan, penggunaan kosmetik dan lainnya. Personal hygiene atau kebersihan pribadi merupakan konsep dasar dari kebersihan dan langkah pertama untuk menjaga kesehatan diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perilaku *personal hygiene* dan timbulnya jerawat pada remaja putri di SMA Negeri 4 Kota Pariaman. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif. Populasi penelitian ini yaitu siswa SMA Negeri 4 Kota Pariaman yang berjumlah 119 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* berjumlah 54 responden. Instrumen pengumpulan data terdiri dari kuesioner dan observasi, kemudian diukur menggunakan *skala likert* yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden memiliki perilaku *personal hygiene* kategori buruk sebanyak 47 orang responden (87%) . Selain itu, sebanyak 37 responden 68,5% dari remaja yang mengalami jerawat dengan kategori berat. Terdapat hubungan yang signifikan antara *personal hygiene* dan timbulnya jerawat, dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, yang artinya terdapat hubungan dengan arah positif.

Kata kunci: *Personal Hygiene, Jerawat, Remaja Putri*

Abstract

Acne generally occurs at a young age and is caused by various factors, such as climate, hygiene, use of cosmetics and others. Personal hygiene is the basic concept of cleanliness and the first step to maintaining personal health. This study aims to determine the relationship between personal hygiene behavior and the onset of acne in adolescent girls at SMA Negeri 4 Pariaman City. This study used a quantitative descriptive approach. The population of this study was 119 students of SMA Negeri 4 Pariaman City. Sampling using purposive sampling technique amounted to 54 respondents. Data collection instruments consist of questionnaires and observations, then measured using a Likert scale that has been tested for validity and reliability. The results showed that 47 respondents (87%) had poor personal hygiene behavior. In

addition, as many as 37 respondents 68.5% of adolescents who experience acne in the severe category. There is a significant relationship between personal hygiene and acne, with a significance value of $0.000 < 0.05$, which means there is a relationship with a positive direction.

Keywords: *Personal Hygiene, Acne, Adolescent Girls*

PENDAHULUAN

Kulit wajah merupakan hal yang paling utama yang dilihat ketika kita bertemu seseorang, kulit yang bersih dan terhindar dari jerawat tentunya akan membuat orang merasa senang dan kita terlihat lebih cantik ketika tidak ada masalah di kulit wajah. Kulit wajah yang bersih dan sehat mungkin keinginan semua orang, terutama bagi kaum perempuan. Karena kulit yang bersih dan sehat juga merupakan hal yang paling disenangi oleh semua orang. Apalagi ketika berjerawat, tidak hanya melewati masalah jerawat tetapi setelah jerawat sembuh maka akan meninggalkan bekas jerawat dan tentunya akan mengganggu penampilan dan akan menurunkan rasa percaya diri seseorang.

Fransisca (2017) mengatakan bahwa jerawat merupakan kelainan kulit yang sudah dikenal secara luas dan sering timbul pada wajah. Hal ini sering dikeluhkan terutama remaja yang berusia 17-25 tahun yang baru beranjak dewasa atau dalam masa pubertas. Jerawat yang muncul di bagian wajah mengakibatkan perubahan wajah, seperti bengkak, permukaan yang tidak rata, bernanah dan mengakibatkan bekas luka dan meninggalkan bekas yang berwarna hitam pada kulit wajah dan cukup sulit untuk dihilangkan.

Jerawat (*acne vulgaris*) merupakan masalah kulit wajah yang terjadi akibat adanya minyak, kotoran dan debu di wajah yang menyebabkan penyumbatan pori-pori di wajah yang mengakibatkan timbulnya komedo kemudian akan menjadi Jerawat muncul sebagai benjolan berwarna merah di lapisan luar kulit. Jerawat memiliki banyak jenis dari jerawat sedang sampai jerawat meradang. *Acne vulgaris* dimulai pada masa pubertas dengan insiden terbanyak pada perempuan berusia 14-17 tahun dan laki-laki berusia 16-19 tahun dengan prevalensi tertinggi pada usia 16-17 tahun (Khairunnisa *et al.*, 2020). Meskipun tidak termasuk penyakit yang mengancam jiwa namun jerawat dapat menyebabkan gangguan psiko-sosial seperti tidak percaya diri dan cemas, dengan begitu kebanyakan orang jadi malu untuk bertemu dengan orang banyak.

Dalam dunia medis, jerawat atau *Acne vulgaris* adalah gangguan peradangan kronis pada folikel rambut dan kelenjar minyak di kulit. Kondisi ini disebabkan oleh peningkatan produksi minyak, perubahan pada proses pengelupasan sel kulit, peradangan, dan pertumbuhan bakteri *Propionibacterium acnes*. Gejala yang muncul termasuk komedo, benjolan merah, pustula, nodul, dan kista. *Acne vulgaris* mempengaruhi sekitar 80% dari remaja dan orang dewasa muda berusia antara 11 hingga 30 tahun, dengan prevalensi tertinggi terjadi sebelum usia 30 tahun. (Wulandari & Anggraini, 2020).

Jerawat memiliki berbagai jenis dan tingkat keparahan yang berbeda tergantung pada jenis dan gejala yang muncul. Salah satu jenisnya adalah jerawat papule, yang termasuk dalam kategori sedang. Jerawat papule adalah jenis jerawat yang ditandai dengan benjolan kecil merah yang biasanya terasa nyeri saat disentuh. Ini terjadi akibat peradangan di dalam pori-pori yang tersumbat, dan tidak mengandung nanah. Jenis jerawat ini bisa berkembang menjadi pustula atau bentuk jerawat yang lebih parah jika tidak ditangani dengan benar. Santoso et al. (2018) menjelaskan bahwa papula adalah jerawat meradang yang memiliki diameter kecil dan muncul akibat reaksi tubuh terhadap pori-pori yang terinfeksi.

Kebersihan pribadi atau *personal hygiene*, sangat penting untuk kesehatan kita. Menjaga kebersihan diri, kita dapat mengurangi risiko terkena penyakit. Contoh penerapan *personal hygiene* termasuk rutin membersihkan wajah dan mandi dua kali sehari. Selain menjaga kesehatan, *personal hygiene* juga berperan dalam meningkatkan rasa percaya diri saat berinteraksi dengan orang lain. *Personal hygiene* merupakan fondasi dasar dari kebersihan dan langkah awal dalam menjaga kesehatan, serta melindungi diri dari potensi penyakit dalam kehidupan sehari-hari, baik di rumah maupun di tempat kerja (Adela & Rosalina, 2022). Menurut Sihotang et.,al (2022) mengatakan bahwa pemeliharaan perilaku higiene sangat penting dalam penentuan status kesehatan setiap orang. Pemeliharaan perilaku higiene terutama pada kulit wajah digambarkan melalui kesadaran dan inisiatif yang dilakukan setiap individu dalam memelihara kebersihan dan kesehatan serta mencegah timbulnya penyakit.

Kebersihan wajah adalah kebersihan yang mengurangi bakteri atau mikroorganisme dari permukaan kulit dengan cara mengurangi sebum dan kotoran tanpa menghilangkan lapisan kulit bagian luar (Hayatunnufus et al., 2021). Kebersihan wajah yang optimal didukung dengan cara perawatan kulit wajah dengan menggunakan pembersih, penyegar, dan penipis wajah (Anggraeni et al., 2020).

Memiliki wajah yang bersih juga memperlihatkan kepribadian seorang merawat kulit. Kebanyakan remaja perempuan khususnya remaja SMA seringkali mengabaikan kebersihan kulit wajah. Ketika melakukan aktivitas diluar ruangan maka debu, polusi dan keringat akan menyebabkan wajah menjadi kotor dan berminyak. Kemudian bakteri *propionibacterium acnes* akan mudah berkembang (Wasono & Andriyani, 2020). Penampilan adalah salah satu faktor penting bagi remaja, terutama memiliki wajah yang bersih tanpa jerawat (*Acne vulgaris*) yang menjadi modal utama dalam bergaul. Jerawat dapat membuat hidup menjadi tidak menyenangkan dan sering terjadi pada remaja dan orang dewasa muda, kelompok usia yang paling rentan terhadap dampak psikologis dari jerawat. Wajah adalah bagian tubuh yang paling sering terkena jerawat, dan bagi remaja, wajah memiliki nilai penting karena berkaitan dengan pengembangan citra diri. (Rahmawaty, 2021).

Berdasarkan observasi dan wawancara yang dilakukan pada siswa SMAN 4 Pariaman pada tanggal 6 Juni sampai 25 Juni 2024. Dari total 441 siswa, terdapat 119 siswa yang mengalami masalah jerawat, di mana 54 di antaranya mengalami jerawat papule. Sebagian besar dari siswa yang mengalami masalah tersebut belum

memperhatikan kebersihan kulit wajah (*personal hygiene*). Mereka tidak mencuci wajah secara teratur, terutama setelah beraktivitas di luar ruangan dan sebelum tidur.

Masalah berikutnya karena Ketika berkendara motor kulit wajah akan terkena paparan sinar matahari, debu dan polusi udara akibat dari banyaknya aktivitas kendaraan lain dimana polusi sangat tidak baik untuk Kesehatan kulit wajah. Kemudian karena kesibukan aktivitas diluar ruangan atau berkendara yang menyebabkan mereka kelehan dan langsung istirahat tanpa membersihkan wajah terlebih dahulu dan karena cuaca yang panas juga membuat kulit wajah mudah berkeringat sehingga kosmetika menyatu dengan keringat yang menyebabkan pori-pori tersumbat.

Berdasarkan hasil penelitian Prima (2018) yang berjudul Hubungan Kebersihan Kulit Wajah dengan Timbulnya *Acne Vulgaris* pada Siswa Tata Kecantikan di Kota Padang, dengan sampel sebanyak 76 siswa SMK Tata Kecantikan di SMKN 6 Padang, ditemukan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan yang cukup kuat antara kebersihan kulit wajah dengan timbulnya *Acne Vulgaris*. Artinya, jika kebersihan kulit wajah lebih baik, maka timbulnya *Acne Vulgaris* akan berkurang. Namun, penelitian yang dilakukan oleh Kurniawati (2023) yang berjudul Pengaruh Kebersihan Kulit Wajah Terhadap Kejadian *Acne Vulgaris* pada 68 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro menyatakan bahwa tidak terdapat pengaruh signifikan antara kebiasaan membersihkan wajah terhadap *Acne Vulgaris* pada derajat ringan dan sedang. Hal ini disebabkan karena kebiasaan membersihkan wajah secara teratur saja tidaklah cukup.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk meneliti mengenai: Hubungan Perilaku *Personal Hygiene* terhadap Timbulnya Jerawat pada Remaja Putri di SMAN 4 Kota Pariaman. Penulis memilih siswa SMA karena rata-rata yang mengalami Jerawat (*Acne vulgaris*) adalah remaja rentang usia 16-19 tahun pada perempuan dan merupakan usia rata-rata pada tingkat Sekolah Menengah Atas.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif untuk mengidentifikasi hubungan antara perilaku personal hygiene dan timbulnya jerawat pada remaja putri di SMA Negeri 4 Kota Pariaman. Populasi penelitian terdiri dari 119 siswa, dan sampel diambil dengan teknik purposive sampling sebanyak 54 responden yang memenuhi kriteria tertentu, yakni remaja putri berusia 15–17 tahun yang bersedia berpartisipasi. Data dikumpulkan menggunakan dua instrumen, yaitu kuesioner untuk mengukur perilaku personal hygiene dan observasi untuk menilai kondisi jerawat pada wajah responden. Kuesioner menggunakan skala Likert yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya untuk memastikan hasil pengukuran yang akurat. Untuk menganalisis data, dilakukan uji prasyarat yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas. Analisis data utama menggunakan uji Chi-Square untuk menguji hubungan antara variabel perilaku personal hygiene dan timbulnya jerawat. Etika penelitian dijaga dengan meminta izin dari pihak sekolah dan orang tua responden, serta menjamin kerahasiaan data. Responden diberi penjelasan mengenai tujuan penelitian dan diberi kebebasan untuk mengundurkan diri kapan saja tanpa konsekuensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a) Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk apakah data dalam sampel tersebut berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas ini menggunakan uji kolmogorov-smirnov. berikut tabel uji normalitas dapat dilihat di bawah ini:

Table 4. 1 Hasil Uji Normalitas dengan Kolmogorov-smirnov
 One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		54
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	2,07165529
	Most Extreme Differences	
	Absolute	,086
	Positive	,048
	Negative	-,086
Test Statistic		,086
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Uji Normalitas		
Variabel	Sig.	Keterangan
X	0,200 > 0,05	Normal
Y		

Sumber: Olah Data SPSS 2024

Berdasarkan hasil uji normalitas yang di uji menggunakan spss 25 pada tabel diatas diketahui bahwa nilai signifikansinya adalah 0,200. Yang mana nilai $0,200 > 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal.

b) Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui bentuk hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat secara signifikan. Nilai dikatakan linear apabila nilai signifikansi dari *deviation from linearity/ Linierity* > alpha (0,05).

ANOVA Table

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Y * X					
Between Groups (Combined)	8984,200	16	561,512	111,320	,000
Linearity	8943,370	1	8943,370	1773,020	,000
Deviation from Linearity	40,830	15	2,722	,540	,900
Within Groups	186,633	37	5,044		
Total	9170,833	53			

Table 4. 2 Hasil Uji Linearitas

Uji Linearitas		
Variabel	Sig. Deviation from Linearity	Keterangan
X	0,900 > 0,05	Linear
Y		

Sumber : Olah Data SPSS (2024)

Dari tabel diatas nilai sig 0,900 dimana jika nilai sig deviation > 0,05, maka terdapat hubungan yang linear antara variabel bebas dengan variabel terikat. Dengan begitu dapat disimpulkan bahwa variabel *personal hygiene* dengan timbulnya jerawat terdapat hubungan yang linear.

Pembahasan

Berikut ini akan peneliti bahasa mengenai bagaimana perilaku *personal hygiene*, tingkat keparahan jerawat dan hubungan perilaku *personal hygiene* terhadap timbulnya jerawat pada remaja putri di SMA Negeri 4 Kota Pariaman.

Personal Hygiene

Trisetiyaningsih & Nursanti (2021), *Personal hygiene* adalah upaya menjaga kebersihan individu dalam konteks kesehatan untuk mencegah berbagai penyakit.

Berdasarkan penelitian bahwa tingkat *personal hygiene* remaja putri di SMA Negeri 4 Kota Pariaman dalam kategori “buruk” yaitu 47 responden (87%). Terdapat *personal hygiene* sedang sebanyak 1 orang (1,8%), *personal hygiene* baik 1 orang (1,8%) dan *personal hygiene* sangat baik sebanyak 5 orang (9,2%). Kategori buruk *personal hygiene* karena kebiasaan jarang mencuci wajah, tidak menjaga kebersihan setelah beraktivitas, atau kurangnya pengetahuan tentang cara yang benar dalam merawat kulit wajah.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Fauziah et al., 2021) juga menunjukkan bahwa perilaku *personal hygiene* di kalangan remaja putri seringkali masih tergolong rendah, dengan banyak yang memiliki perilaku *hygiene* yang kurang, sekitar 55,2%.

Menurut (Putra & Winaya, 2018) faktor *personal hygiene* terjadi karea kurangnya kesadaran yang belum terbentuk dalam diri seseorang tentang pentingnya menjaga *personal hygiene* untuk kesehatan diri sendiri. Tujuan *personal hygiene* adalah untuk memelihara kebersihan diri seseorang, meningkatkan derajat kesehatan dan menciptakan keindahan individu sehingga dapat mencegah penyakit pada diri sendiri maupun orang lain (Astuti & Anggrawati, 2020).

Sugiharto (2022) juga menambahkan bahwa pentingnya perawatan wajah yang melibatkan pembersihan yang tepat menggunakan produk yang sesuai dengan jenis kulit, serta menggunakan pelembap untuk menjaga kelembapan kulit. Pada masa remaja, kulit cenderung lebih berminyak atau lebih kering tergantung pada hormon, sehingga perawatan yang tepat dapat mencegah masalah seperti jerawat dan kulit kering.

Tingkat keparahan jerawat

Jerawat merupakan penyakit kulit yang terjadi akibat peradangan pada folikel, folisebasea yang ditandai dengan adanya komedo, papul, pustule dan nodul pada tempat predileksinya (Syahputra et al.,2021)

Berdasarkan penelitian yang didapatkan dari 54 responden, kejadian jerawat papule terbanyak dalam kategori “berat” yaitu 37 orang (68,5%). Sedangkan terdapat jerawat cukup berat 10 Orang (18,5%), jerawat ringan 2 orang (3,7%) dan bersih 5 orang (9,2%) pada remaja putri di SMA Negeri 4 Kota Pariaman.

Penelitian ini sejalan dengan Penelitian (Suwandi & Wulandari, 2019) tentang Hubungan Perawatan Wajah dengan Timbulnya Jerawat Papule pada Remaja. Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa lebih dari 65% responden yang memiliki jerawat papule dalam kategori berat juga menunjukkan perilaku perawatan kulit yang tidak optimal.

Menurut Aisyah dan Wahyuni (2021), jerawat papule merupakan manifestasi dari jerawat dengan tingkat keparahan ringan hingga sedang. Jerawat papule umumnya muncul akibat perubahan hormon, terutama pada remaja, serta faktor lingkungan seperti polusi dan kebersihan kulit yang buruk. Peradangan pada papule terjadi ketika dinding folikel pecah akibat tekanan dari minyak berlebih.

Sugiharto (2022) juga menyatakan bahwa kebiasaan tidak menjaga kebersihan kulit wajah, seperti tidak membersihkan sisa-sisa make-up dan keringat setelah beraktivitas, bisa menyebabkan pori-pori tersumbat dan akhirnya meningkatkan risiko munculnya jerawat papule. Personal hygiene yang baik bisa membantu mengurangi kemungkinan terjadinya jerawat.

Hubungan perilaku *personal hygiene* kulit wajah terhadap timbulnya jerawat pada remaja putri di SMA Negeri 4 Kota Pariaman

Jerawat merupakan kondisi yang tidak normal yang terjadi pada kulit disebabkan penyumbatan saluran folikel rambut dan pori-pori kulit akibat produksi kelenjar minyak. Jerawat dapat muncul pada permukaan kulit wajah, bagian dada, dan lengan atas. Hampir semua remaja mengalami masalah pada jerawat. Pada wanita, jerawat paling banyak terjadi pada usia 14-17 tahun dan pada masa pubertas ini terjadi peningkatan hormon androgen yang beredar di dalam darah yang menyebabkan hiperplasia dan hipertrofi dari kelenjar sebacea (Narulita, 2017).

Konsep perilaku *hygiene* terhadap kebersihan salah satu contohnya yaitu kebersihan kulit wajah. *Personal hygiene* kulit wajah yang buruk menjadi salah satu penyebab terjadinya jerawat. Dalam penelitian ini orang yang memiliki *personal hygiene* buruk lebih banyak mengalami masalah jerawat berat dan cukup berat dibandingkan personal hygiene yang baik.

Berdasarkan penelitian (Damayanti, 2023) diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *personal hygiene* kulit wajah terhadap timbulnya acne vulgaris pada remaja laki-laki SMAN 1 Pangkalan Koto Baru dengan nilai signifikansi sebesar $0,021 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan bermakna antara 2 variabel tersebut dengan arah positif.

Menurut Astuti (2020), juga menambahkan bahwa *personal hygiene* mencakup beberapa aspek, seperti kebersihan tubuh, wajah, tangan, serta lingkungan sekitar. Hal ini penting untuk menghindari infeksi kulit dan penyakit lainnya.

Berdasarkan penelitian ini diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku *personal hygiene* terhadap timbulnya jerawat pada remaja putri di SMA Negeri 4 Kota Pariaman sebesar $0,000 < 0,05$, sehingga peneliti dapat menyimpulkan hubungan yang bermakna antara hubungan *personal hygiene* kulit wajah terhadap timbulnya jerawat pada remaja putri di SMA Negeri 4 Kota Pariaman dengan arah positif. Dengan begitu dapat diartikan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak. Artinya hipotesis berbunyi “terdapat hubungan perilaku *personal hygiene* terhadap timbulnya jerawat pada remaja putri di SMA Negeri 4 Kota Pariaman dengan arah positif”.

Dengan demikian remaja putri disarankan untuk menjaga kebersihan wajah secara teratur maksimal 2x sehari dapat mengurangi minyak berlebih serta mengangkat sel kulit mati pada wajah, menggeringkan wajah dengan handuk atau tisu yang khusus untuk wajah dan mengganti pakaian secara rutin. Selain itu, penting untuk menghindari menyentuh wajah dengan tangan kotor dan memilih produk perawatan kulit yang sesuai dengan kondisi kulit wajah.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pengolahan data dan pembahasan terdapat hasil penelitian yang dilakukan tentang Hubungan Perilaku Personal Hygiene Terhadap Timbulnya Jerawat Pada Remaja Putri di SMA Negeri 4 Kota Pariaman, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: *Personal Hygiene* remaja putri di SMA Negeri 4 Kota Pariaman tergolong buruk, sebab data yang diperoleh ada sebanyak 47 orang responden (87%). Jerawat pada remaja putri di SMA Negeri 4 Kota Pariaman tergolong berat, sebab ada sebanyak 37 responden (68,5%). Terdapat hubungan yang signifikan antara *personal hygiene* terhadap timbulnya jerawat pada remaja putri di SMA Negeri 4 Kota Pariaman, sebab nilai *Sig. Pearson Chi-Square* sebesar $0,000 < 0,05$, yang artinya terdapat hubungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Fransisca *et al.*, 2021. Pemanfaatan Tepung Kentang sebagai Masker untuk Perawatan Kulit Wajah Bekas Jerawat. *Journal of Home Economics and Tourism*, 15(2).
- Wulandari & Anggraini. 2020. Tatalaksana Oral Non-Antimikroba Pada Pasien Akne Vulgaris. *JIMKI: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kedokteran Indonesia*, 8(2), 95– 102.

- Santoso, H., et al. (2018). Teknik Double Cleansing dalam Menjaga Kebersihan Kulit Wajah. *Jurnal Estetika dan Kosmetika*, 7(1), 33-40.
- Sitohang, M. N., & Teresa, A. (2022). Literature Review: Hubungan Perilaku Higiene Kulit Wajah dengan Akne Vulgaris Pada Wajah.
- Adela & Rosalina. 2022. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi di Wilayah Kerja PMB Suratmi', Zona Kebidanan. *Jurnal Majority*, 4(6).
- Anggraeni et al., 2020. Pola Asuh Orangtua Terhadap Tingkat Kemandirian Personal Hygiene Cuci Tangan dan Gosok Gigi Pada Anak Prasekolah. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 2(3).
- Arikunto, S. 2010. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. *Jakarta* :
- Hayatunnufus et al., 2021. Hubungan Personal Hygiene Dengan Kejadian Skabies Di Pondok Pendidikan Islam Darul Ulum, Palarik Air Pacah, Kecamatan Koto Tangah Padang Tahun 2013. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 2(3).
- Wasono & Andriyani. 2020. Hubungan Diet Tinggi Lemak dengan Kejadian Akne Vulgaris pada Siswa SMKN Tanjungsari Lampung.
- Rahmawati, D., & Susilo, R. (2020). "Efek Mencuci Wajah Setelah Beraktivitas Terhadap Kesehatan Kulit".
- Rahmawaty, D. (2021). Peran Wajah dalam Pengembangan Citra Diri Remaja. *Jurnal Psikologi Remaja Indonesia*, 10(2), 45-55.
- Prima, M. S. 2018. Hubungan Kebersihan Kulit Wajah Dengan Timbulnya Akne Vulgaris Pada Siswa Smk Tata Kecantikan Di Kota Padang.
- Kurniawati, S., & Pratama, H. (2020). "Pemilihan Produk Perawatan Wajah Berdasarkan Kondisi Kulit dan Lingkungan." *Jurnal Dermatologi Indonesia*, 9(4), 123-130.
- Kurniawati. 2023. Relationship Of Stress With The Event Of Acne vulgaris In Faculty Of Medicine Students Of Muhammadiyah University Of Makassar. *Jurnal Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 3(2).
- Trisetiyaningsih, Y., & Nursanti, I. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Metode Audiovisual terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Personal Hygiene dalam Pencegahan Keputihan. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu* , 12(1),.
- Fauziah, N. A., et al. (2021). Hubungan pengetahuan dan sikap dengan personal hygiene saat menstruasi pada santriwati di MTs Pondok Pesantren X Kota Tangerang Selatan. *Environmental Occupational Health and Safety Journal*.
- Astuti, M. (2020). Pengaruh Perilaku Personal Hygiene terhadap Kesehatan Kulit Remaja. *Jurnal Kesehatan Remaja*, 10(2), 120-125.
- Astuti, NP, & Syafira, D. (2020). Hubungan Pengetahuan tentang Personal Hygiene dengan Kejadian Infeksi Saluran Pernafasan Akut pada Anak Usia Dini. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* , 8(2), 112-1
- Bengkoang dan biji pepaya sebagai kosmetik di sma muhammadiyah 1 Gresik.
- Sugiharto, A. (2022). Perawatan Wajah pada Remaja Putri untuk Mencegah Jerawat. *Jurnal Kesehatan dan Perawatan Kulit*.

- Sugiharto, M. (2022). Penanganan dan Klasifikasi Intensitas Jerawat. *Jurnal Dermatologi Klinis*, 10(2), 55-62.
- Suwandi, D., & Wulandari, A. (2020). Hubungan Perawatan Wajah dengan Timbulnya Jerawat Papule pada Remaja. *Jurnal Dermatologi Reproduksi*, 15(1), 50-58.
- Syahputra *et al.*, 2021. Pengaruh makanan akibat timbulnya acne vulgaris (jerawat) pada mahasiswa mahasiswi fk uisu tahun 2020.
- Damayanti, I. S. (2023). Hubungan Personal Hygiene Kulit Wajah terhadap Kejadian Jerawat (Acne Vulgaris) pada Remaja Laki-Laki SMAN 1 Pangkalan Koto Baru (Doctoral dissertation, Fakultas Pariwisata dan Perhotelan).