

Hubungan antara Tingkat Stres dengan Kejadian Acne vulgaris pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2021 dan Tinjauannya Menurut Pandangan Islam

The Relationship Between Stress Level and the Incidence of Acne vulgaris in Students of the Faculty of Medicine, YARSI University, Class of 2021 and Its Review According to Islamic Views

Qurratul Ain¹, Endang Purwaningsih², Ali Ma'sum³

¹Fakultas Kedokteran Universitas YARSI, Jakarta, Indonesia

²Departemen Anatomi Fakultas Kedokteran Universitas YARSI, Jakarta, Indonesia

³Departemen Agama Fakultas Kedokteran Universitas YARSI, Jakarta, Indonesia

Email: qrainee10@gmail.com

KATA KUNCI Acne vulgaris, Tingkat Stres, PSS-10, Hubungan, Mahasiswa

ABSTRAK **Pendahuluan:** Penyakit pada kulit yang sering timbul pada usia peralihan menuju dewasa ialah *Acne vulgaris* yang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor intrinsik dan ekstrinsik. Salah satu faktor ekstrinsiknya ialah stres. Stres merupakan keadaan di bawah tekanan yang dapat mempengaruhi mental seseorang dan dapat dialami segala kalangan usia termasuk mahasiswa. Penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara stres dan kejadian *Acne vulgaris*. Dalam Islam, stres diartikan sebagai cobaan yang diberikan Allah SWT. Ketika mengalami stres, sudah seharusnya sebagai umat Islam berusaha untuk mengelola stres tersebut agar kedepannya tidak menimbulkan penyakit maupun keburukan terhadap diri sendiri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres terhadap kejadian *Acne vulgaris* pada mahasiswa FK YARSI Angkatan 2021. **Metodologi:** Penelitian kuantitatif bersifat analitik dengan pendekatan *cross-sectional* pada mahasiswa FK YARSI Angkatan 2021 dengan jumlah sampel minimal 150. Data primer diambil menggunakan kuesioner *Perceived Stres Scale* (PSS-10) dan lembar observasi *Acne vulgaris*. Data akan dianalisis secara univariat dan bivariat pada SPSS menggunakan uji *Chi-Square* dengan $p\text{-value} < 0,05$. **Hasil:** Analisis univariat menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat stres sedang (77,9%) dan memiliki *Acne vulgaris* (50,6%). Analisis bivariat menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan bermakna antara tingkat stres dengan kejadian *Acne vulgaris* ($p > 0,05$). **Simpulan:** Tidak ada hubungan bermakna antara tingkat stres dan kejadian *Acne vulgaris* pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2021.

KEYWORDS *Acne vulgaris, stress level, PSS-10, relationship, college student*

ABSTRACT ***Introduction:** Skin diseases that often arise in the transitional age to adulthood is *Acne vulgaris* which can be influenced by several intrinsic and extrinsic factors. One of the extrinsic factors is stress. Stress is an underpressure condition that can affect person's mentality and can be experienced by all ages including students. Previous research suggests that there is a significant relationship between stress and the incidence of *Acne vulgaris*. In Islam, stress is defined as a trial given by Allah Almighty. When experiencing stress, Muslims should manage the stress so that it does not cause disease or harm to themselves. This study aims to determine the relationship between the level of stress on the incidence of *Acne vulgaris* in students of FK YARSI 2021 and their views according to Islam. **Methodology:** Analytical quantitative research with a cross-sectional approach on students of FK YARSI 2021 with a minimum sample number of 150. Primary data were taken using the Perceived Stress Scale (PSS-10) questionnaire and the *Acne vulgaris* observation sheet. Data will be analyzed univariately and bivariately on SPSS using Chi-Square test with p -value <0.05 . **Results:** Univariate analysis showed that the majority of respondents had moderate stress levels (77.9%) and had *Acne vulgaris* (50.6%). Bivariate analysis showed that there was no relationship between stress level with the incidence of *Acne vulgaris* ($p>0.05$). **Conclusion:** There is no significant relationship between stress levels and the incidence of *Acne vulgaris* in Students of FK YARSI 2021.*

PENDAHULUAN

Insiden penyakit kulit terbanyak yang dimulai saat memasuki usia remaja dan mengalami pubertas ialah *Acne vulgaris*. *Acne vulgaris* ialah peradangan pilosebacea yang dapat disebabkan oleh peningkatan sebum, hiperkeratinisasi folikel dan kolonisasi bakteri *Propionibacterium acnes* (*P.acnes*) serta inflamasi. Manifestasi dari *Acne vulgaris* dapat berupa komedo, pustul, papul, nodus dan kista. Terjadinya *Acne vulgaris* dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Terdapat faktor intrinsik yang meliputi hormon, ras, serta genetik dan faktor ekstrinsik yang meliputi stres, iklim, kelembaban, suhu, penggunaan obat-obatan, pola konsumsi makanan serta penggunaan masker kista (Wasitaatmadja, 2018;

Heng and Chew, 2020; Leung *et al.*, 2020). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Falah *et al.*, (2021), didapati 116 orang (85,9%) dari 135 orang mengalami *Acne vulgaris*.

Salah satu faktor pemicu *Acne vulgaris* yaitu stres dimana stres merupakan keadaan ketika individu berada dalam tekanan dan ia tidak mampu menghadapi ancaman tersebut secara fisik, mental, emosional maupun spiritual. Kondisi stres yang dialami seseorang dapat berpengaruh terhadap kesehatan fisiknya. Stres yang dialami seseorang dapat berasal dari individu itu sendiri, keluarga, maupun lingkungan keseharian seseorang (Levani *et al.*, 2020).

Ketika seseorang mengalami stres, tubuh akan menginisiasi

Hypothalamus-Pituitary-Adrenal (HPA) *axis* dan akan menstimulasi *Corticotropin-Releasing Hormone* (CRH) yang memiliki peran penting dalam timbulnya *Acne vulgaris*. *Corticotropin-Releasing Hormone* (CRH) menstimulasi produksi lipid dan steroidogenesis pada kelenjar sebacea. Selain itu, CRH berperan dalam regulasi proliferasi dan diferensiasi keratinosit serta menginduksi sitokin inflamasi yang berperan dalam patogenesis terjadinya *Acne vulgaris* (Balić *et al.*, 2017; Leung *et al.*, 2020).

Keterkaitan antara faktor stres dengan timbulnya *Acne vulgaris* ini dilaporkan oleh Yadnya *et al.*, (2020) yang menyatakan bahwa 26 dari 28 responden yang memiliki *Acne vulgaris* mengalami stres. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Aziz *et al.*, (2022) menyatakan adanya hubungan antara stres terhadap *Acne vulgaris*, dari 44 dari 74 responden memiliki *Acne vulgaris* dan mengalami stres.

Dalam Islam, stres digambarkan sebagai cobaan yang dalam kesehariannya, seseorang akan selalu bersinggungan dengan penyebab stres seperti yang disebutkan dalam Al-Quran Surah Al-Baqarah [2]:155. Sebagai umat Islam ketika terpapar stresor dan mengalami stres, dianjurkan untuk mengelolanya agar tidak menimbulkan mudharat atau keburukan bagi dirinya sendiri. Sesuai yang disebutkan dalam Al-Quran Surah An-Nisa [4]:29, hal ini diibaratkan dengan ketika sakit atau merasa ada yang salah dengan tubuh, sudah seharusnya mencari pengobatan dan tidak dibiarkan begitu saja karena sama saja dengan membunuh diri sendiri (Akbar dan Budiyanto, 2020; Darwati, 2022).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dan kejadian *Acne vulgaris* pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2021 dan tinjauannya menurut pandangan Islam

METODOLOGI

Jenis penelitian kuantitatif yang bersifat analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi pada penelitian adalah Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2021. Sampel ditetapkan menggunakan teknik *simple random sampling* berjumlah minimal 150 orang. Sampel penelitian mencakup kriteria inklusi berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, bersedia menjadi responden dengan mengisi lembar persetujuan dan mengisi kuesioner serta lembar observasi secara lengkap.

Data yang digunakan adalah data primer dengan alat bantu kuesioner *Perceived Stres Scale* (PSS-10) yang berisi 10 butir pertanyaan untuk mengukur tingkat stres dan lembar observasi untuk melihat kejadian *Acne vulgaris*. Setelah melakukan pengumpulan data, selanjutnya diuji melalui SPSS dan menggunakan uji *Chi-Square* dengan *p-value* <0,05.

HASIL

Pada penelitian ini, didapatkan 154 sampel yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Karakteristik responden tersaji pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	N	%
Jenis		
Laki-laki	41	26,6%
Kelamin		
Perempuan	113	73,4%
Usia		
18 Tahun	1	0,6%
19 Tahun	36	23,4%
20 Tahun	93	60,4%

Sedang	60	39%	60	39%	120	78,7%
Berat	10	6,5%	6	3,9%	16	9,35
Total	78	50,6%	76	49,4%	154	100%

Berdasarkan Tabel 3, hasil menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan bermakna antara tingkat stres dengan kejadian *Acne vulgaris*.

PEMBAHASAN

Hubungan Antara Tingkat Stres terhadap Kejadian *Acne vulgaris*

Dari hasil penelitian, didapatkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat stres sedang dengan prevalensi tinggi pada usia 20 tahun dan perempuan. Hal ini dapat dipengaruhi dari karakteristik responden yang mayoritas berusia 20 tahun dan berjenis kelamin perempuan namun pada dasarnya, usia 19 - 20 tahun merupakan usia peralihan remaja menuju dewasa dimana seseorang masih rentan terpengaruh oleh lingkungan sehingga meningkatkan kemungkinan terjadinya stres (Handayani *et al.*, 2020). Selain itu, pada usia ini pula seseorang biasanya sedang menempuh pendidikan sehingga stres pun dapat dipicu dari faktor personal, sosial dan akademiknya. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rosita (2021), mayoritas responden berusia 20 tahun dan didapati dari 63 dari 69 responden (91,3%) memiliki tingkat stres sedang. Akan tetapi, penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nengah *et al.*, (2023) yang menyatakan bahwa dari 212 responden didapati 134 (63,2%) memiliki tingkat stres rendah.

Prevalensi tingginya tingkat stres sedang pada perempuan dapat dipengaruhi oleh aktivitas respon

sistem saraf simpatis dan HPA axis yang berperan dalam pengaturan kadar kortisol sehingga dapat berpengaruh pada seseorang dalam menangani stres. Hormon pada perempuan menyebabkan respon HPA axis yang turun dan menyebabkan terjadinya *feedback* negatif pada kortisol sehingga lebih mudah mengalami stres (Paramahamsa *et al.*, 2023). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Naim dan Meher (2022) menyatakan bahwa dari 32 responden yang memiliki tingkat stres sedang didapati 19 (45,2%) berjenis kelamin perempuan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan signifikan antara responden yang memiliki dan tidak memiliki *Acne vulgaris*. Pada responden yang mengalami *Acne vulgaris*, prevalensi lebih tinggi pada usia 20 tahun dan perempuan. Seperti tingkat stres, hasil ini pun dapat dipengaruhi karakteristik responden. Tingginya kejadian *Acne vulgaris* di usia 20 tahun terjadi karena perubahan hormon androgen akibat masa peralihan menuju dewasa dan teori pun menyebutkan bahwa pada usia 18-20 tahun merupakan puncak tertinggi pelepasan hormon androgen yang berperan pada terjadinya *Acne vulgaris* (Aziz *et al.*, 2022; Wijayanti *et al.*, 2023; Paramahamsa *et al.*, 2023). Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Paramahamsa *et al.*, (2023) yang menyatakan bahwa mayoritas responden yang mengalami *Acne vulgaris* berusia 19-21 tahun.

Tingginya kejadian *Acne vulgaris* pada perempuan didukung oleh teori yang menyebutkan bahwa perubahan hormon saat menstruasi dan penggunaan kosmetik berperan dalam terjadinya *Acne vulgaris* (Shaury *et al.*, 2022). Hasil ini sejalan dengan penelitian oleh Nengah *et al.*, (2023) yang menyatakan bahwa dari 212 responden yang mengalami *Acne vulgaris* didapati 138 (65,2%) berjenis kelamin perempuan.

Selanjutnya, analisis bivariat kedua variabel menunjukkan bahwa tidak adanya hubungan bermakna antara tingkat stres dan kejadian *Acne vulgaris*. Secara teori, ketika stres terjadi HPA axis akan mengaktifkan CRH yang salah satu responnya ialah menstimulasi hormon androgen yang berperan dalam hiperproliferasi keratinosit dan peningkatan produksi sebum. Selain itu, imunitas tubuh akan menurun saat stres sehingga mudah terinfeksi salah satunya dengan bakteri penyebab *Acne vulgaris* yaitu *P. acnes*. Respon tubuh akibat stres ini memberikan pengaruh terhadap terjadinya *Acne vulgaris* (Fadilah, 2021).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Aini (2023) yang menyatakan tidak ada hubungan antara tingkat stres dengan *Acne vulgaris*. Hal ini dapat terjadi karena pada dasarnya faktor penyebab *Acne vulgaris* tidak hanya dikarenakan stres. Terdapat faktor lain seperti kebersihan, diet, kosmetik, obat-obatan, pola tidur dan makan (Wasitaatmadja, 2018; Shaury *et al.*, 2022; Aziz *et al.*, 2022)

Pandangan Agama Islam Mengenai Hubungan Antara Stres dan *Acne vulgaris*

Akibat dari terpaparnya stresor atau keadaan stres yang menurut

pandangan Islam didefinisikan sebagai cobaan merupakan suatu hal pasti dialami oleh manusia karena cobaan diberikan oleh Allah untuk menguji keimanan seperti pada Quran Surah Al-Ankabut [29]:2:

أَحْسِبَ النَّاسَ أَنْ يَبْرُكُوا أَنْ يَقُولُوا ءَامَنَّا وَهُمْ لَا يُفْتَنُونَ

Artinya: "Apakah manusia mengira bahwa mereka akan dibiarkan hanya dengan mengatakan, "kami telah beriman?" dan mereka tidak diuji?" (QS. Al-Ankabut [29]:2) (Darwati, 2022).

Ketika mengalami stres, organ eksternal tubuh akan merespon melalui panca indera lalu diteruskan menuju organ internal yaitu kemampuan melihat, meraba, mencium, dan mendengar. Respon dari keadaan stres ini dapat meliputi respon fisik dan batin dimana respon batin mencakup peran akal, hati dan jiwa. Respon akal dan hati manusia ketika mengalami stres ialah emosi negatif seperti marah, sedih maupun takut. Selanjutnya, akan timbul respon akal dan hati yang berupa fungsi kognisi untuk berpikir dan memahami keadaan serta fungsi konasi untuk mengelolanya. Hal ini didasari dengan firman Allah pada Quran Surah Al-Hajj [22]:46:

لَهُمْ قُلُوبٌ يَعْقِلُونَ بِهَا

Artinya: "Mereka mempunyai hati dan mereka berakal dengannya" (Q.S Al-Hajj [22]:46)

Berdasarkan ayat tersebut dikatakan bahwa substansi yang berakal adalah hati dimana akal dan hati merupakan aspek yang berperan penting dalam membuat keputusan

dalam perbuatan dan tingkah laku manusia (Cholik, 2015; Darwati, 2022).

Umat Islam dianjurkan untuk mengelola stres sebagai bentuk pencarian pengobatan ketika tubuh sedang tidak dalam keadaan baik untuk menjaga kesehatan jiwa dan raga. Pengelolaan stres dapat dilakukan pengobatan secara fisik-psikologis maupun secara spiritual (Nurhayati, 2016; Badrudin, 2020).

Dalam proses mengelola stres secara spiritual, hal pertama yang dilakukan ialah ikhlas. Ikhlas yang dapat mengurangi stres ialah dengan menerima sepenuh hati cobaan dan tidak menyalahkan siapapun. Keikhlasan ini akan memberikan perasaan tenang dan tentram ketika mengalami stres atau cobaan. Selanjutnya, berdasarkan firman Allah pada Quran Surah Al-Baqarah [2]:153 yaitu:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ
إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

Artinya: "Hai orang-orang yang beriman, Jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu, Sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar." (Q.S Al-Baqarah [2]:153).

Berdasarkan ayat tersebut dalam menjalani cobaan tersebut perlu kesabaran yang di dalamnya terdapat keyakinan akan petunjuk Allah dalam menghadapi situasi yang sulit. Selain itu, pengelolaan stres harus diikuti dengan menjalin hubungan spiritual dengan Allah melalui sholat yang dijalani secara khusyu' (Rumiani, 2012; Nurhalimah and Aditoni, 2021; Darwati, 2022; Zaman *et al.*, 2022).

Pentingnya pengelolaan stres dilakukan agar tidak timbulnya dampak negatif dari stres yang tidak terkontrol. Dampak negatif dari stres ini pun dapat terjadi ketika tekanan pada seseorang terlalu besar sehingga ia tidak dapat mengelolanya. Tidak terkelolanya stres dengan baik dapat mengantarkan manusia pada gaya hidup yang dicela Al-Qur'an dan akan mengantarkan kepada keburukan atau penyakit baik pada fisik maupun spiritual seperti berpalingnya seseorang keyakinan pada Allah (Cholik, 2015).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden memiliki tingkat stres sedang dengan prevalensi perempuan lebih tinggi dibanding laki-laki serta didominasi usia 20 tahun. Tidak adanya perbedaan jumlah yang signifikan antara responden yang memiliki dan tidak memiliki *Acne vulgaris* dengan prevalensi kejadian *Acne vulgaris* tinggi pada perempuan dan usia 20 tahun.

Selanjutnya, hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak adanya hubungan yang bermakna antara tingkat stres dan kejadian *Acne vulgaris* pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2021.

Dalam tinjauan Islam, stres yang didefinisikan sebagai cobaan jika tidak dikelola dapat menimbulkan dampak negatif baik terhadap fisik maupun terhadap keyakinan. Maka dari itu, sebagai umat muslim dianjurkan mengelola stres baik secara fisik maupun spiritual seperti sabar, ikhlas, dan sholat.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, I., Hikmawati, D., & Nuripah, G. (2023). Hubungan Derajat Stres dengan Kejadian Akne Vulgaris pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Unisba Tingkat Dua dan Tiga. *Bandung Conference Series: Medical Science*. 3(1), 526-530. <https://doi.org/10.29313/bcsms.v3i1.6296>
- Akbar, D. L., & Budiyanto, B. (2020). Sikap Ilmiah Terhadap Urgensi Hadis Dalam Pendidikan Agama Islam. *Al-Bayan: Jurnal Ilmu al-Qur'an Dan Hadist*, 3(1), 34-46. <https://doi.org/10.35132/albayan.v3i1.83>
- Aziz, T., Suryanti, & Ramanda, W. (2022). Faktor - Faktor yang Berhubungan dengan Timbulnya Acne vulgaris Pada Mahasiswi Angkatan 2021 Fakultas Kedokteran Universitas Batam. *Zona Kedokteran*. 12(1), 58-67
- Badrudin, M. (2020). Hukum Berobat dalam Pandangan Islam. *STIT Insida Jakarta Journal*. 1-8.
- Balić, A., Marinović, B., Kostovic, K., & Ceovic, R. (2017). *The Impact of Psychological Stress on Acne*. *Acta Dermatovenerologica Croatia*. 25(2), 133-142. <https://www.researchgate.net/publication/318833540>
- Cholik, A. A. (2015). Relasi Akal dan Hati menurut al-Ghazali. *Kalimah: Jurnal Studi Agama dan Pemikiran Islam*. 13(2), 287-309. <https://doi.org/10.21111/klm.v13i2.290>
- Darwati, Y. (2022). Coping Stres dalam Perspektif Al-Quran. *Journal of Ethics and Spirituality*. 6(1), 2-16
- Fadilah, A. A. (2021). Hubungan Stres Psikologis Terhadap Timbulnya Akne Vulgaris. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), 390-395. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.625>
- Falah, A. A., Subagio, & Gading, P. W. (2021). Hubungan Pengetahuan Dengan Tingkat Keparahan Jerawat (Acne vulgaris) Pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. *Journal of Medical Studies*. 1(2), 8-16.
- Handayani, S., Akper, D., Satria, G., & Wonogiri, H. (2020). Pengukuran Tingkat Stres dengan Perceived Stress Scale-10: Studi Cross Sectional pada Remaja Putri di Baturetno. *Jurnal Keperawatan GSH*. 9(1), 1-6.
- Heng, A. H. S., & Chew, F. T. (2020). Systematic review of the epidemiology of acne vulgaris. *Scientific Reports*, 10(1), 1-29. <https://doi.org/10.1038/s41598-020-62715-3>
- Leung, A. K. C., Barankin, B., Lam, J. M., Leong, K. F., & Hon, K. L. (2020). Dermatology: How to manage acne vulgaris. *Drugs in Context*. 10, 1-18 Bioexcel Publishing LTD. <https://doi.org/10.7573/dic.2021-8-6>
- Levani, Y., Hasanah, U., & Fatwakiningsih, N. (2020). Stres dan Kesehatan Mental di Masa Pandemi COVID-19. *Journal Universitas Muhammadiyah Surabaya*. 1, 134-144.
- Na'im, Q., & Meher, C. (2022). Hubungan Derajat Stres dengan Tingkat Keparahan Akne vulgaris Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara Angkatan 2017. *Ibnu Sina: : Jurnal Kedokteran dan Kesehatan-Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*. 21(1), 22-23.

- Nengah, G., Jayadiningrat, O., Gede Pradnyawati, L., & Gianyar, S. (2023). Hubungan antara Tingkat Stres dengan Tingkat Keparahan Akne Vulgaris pada Siswa Kelas XII SMA Negeri 5 Denpasar. *AMJ (Aesculapius Medical Journal)*, 3(2), 157-163.
- Nurhalimah, N., & Aditoni, A. (2021). Urgensi Quantum Ikhlas untuk Kesehatan Mental di Masa Pandemi Covid-19. *Islamic Counseling : Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 5(2), 205-218. <https://doi.org/10.29240/jbk.v5i2.3243>
- Nurhayati. (2016). Kesehatan dan Perobatan dalam Tradisi Islam: Kajian Kitab Shahih Al-Bukhari. *UIN Jakarta Journal*, 16(2), 223-228.
- Paramahamsa, S., Sanjiwani Saraswati Sudarsa, P., Suryawati, N., & Gusti Ayu Agung Elis Indira, I. (2023). Hubungan Derajat Keparahan Akne vulgaris pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Program Studi Pendidikan Dokter. *Jurnal Medika Udayana*. 12(10), 33-35. <https://doi.org/10.24843.MU.2023.V12.i10.P06>
- Rosita, C., Prakoeswa, S., Kusumastuti, E. H., & Baihaqi, N. D. (2021). The Correlation Between Stress Levels and Acne Vulgaris Stage in 2016th Students Faculty of Medicine Universitas Airlangga Surabaya. *Health Notions*, 5(9), 336-337. <https://doi.org/10.33846/hn50907>
- Rumiani, Q. U. (2012). Sabar dan Shalat Sebagai Model Untuk Meningkatkan Resiliensi di Daerah Bencana Yogyakarta. *Jurnal Intervensi Psikologi*. 4(2), 257-258.
- Shaury, F. A., Puruhito, B., Widyawati, & Saktini, F. (2022). Correlation of Stress Level During COVID-19 Pandemic and The Incidence of Acne on Students: Study on Undergraduate Students of The Faculty of Medicine of Diponegoro University. *Diponegoro International Medical Journal*, 3(1), 29-36. <https://doi.org/10.14710/dimj.v3i1.14960>
- Wasitaatmadja, S. M. (2018). AKNE. Badan Penerbit FKUI, p.1.
- Wijayanti, N., Diana, E. D. N., & Irawanto, M. E. (2023). Hubungan Tingkat Stres dengan Derajat Keparahan Akne. *HEME : Health and Medical Journal*. 5(1), 39-41.
- Yadnya, K. S., Agung, A., Putra Wiraguna, G., Ratih, N. P., Karna, V., & Sudarsa, P. S. (2020). Hubungan Stres Terhadap Timbulnya Akne vulgaris Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Program Studi Pendidikan Dokter Angkatan 2017. *Medika Udayana*, 9(12), 66-69. <https://doi.org/10.24843.MU.2020.V9.i12.P12>
- Zaman, N., Maqsood, N., & Aziz, F. (2022). The Noble Quran As A Coping Mechanism With Stress: A Descriptive Study. In *Journal of Positive School Psychology*. 6(9), 76-87. <http://journalppw.com>