

ABSTRAK

Latar belakang : Kulit merupakan organ terbesar tubuh yang berfungsi sebagai pelindung utama terhadap berbagai faktor eksternal. Salah satu gangguan kulit yang umum terjadi adalah akne vulgaris, yaitu peradangan kronis pada unit pilosebacea yang ditandai dengan munculnya komedo, papula, pustula, atau nodul. Kondisi ini disebabkan oleh interaksi berbagai faktor, seperti peningkatan produksi sebum, hiperkeratinisasi folikel, proliferasi *Propionibacterium acnes*, dan proses inflamasi. Salah satu faktor eksternal yang berpotensi memperburuk kondisi ini adalah kebersihan sarung bantal yang kurang terjaga. Sarung bantal yang jarang diganti dapat menjadi tempat penumpukan bakteri, minyak, dan sel kulit mati, yang berisiko menyumbat pori-pori dan memicu peradangan kulit. Mahasiswa kedokteran Universitas Diponegoro merupakan kelompok yang rentan terhadap stres akademik dan terbatasnya waktu luang, yang seringkali memengaruhi pola tidur dan kebiasaan perawatan diri. **Tujuan :** Mengetahui hubungan antara frekuensi penggantian sarung bantal dengan kejadian akne vulgaris pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Diponegoro. **Metode :** Penelitian observasional analitik dengan desain penelitian *Cross-sectional*. Pada 52 mahasiswa yang dipilih menggunakan metode *purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan, meliputi usia 18-22 tahun tanpa penyakit kulit atau gangguan hormonal tertentu*. Data diperoleh melalui kuesioner tervalidasi dan dokumentasi foto wajah yang dinilai oleh dokter spesialis dermatologi. Analisis data dilakukan menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$. **Hasil :** Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara frekuensi penggantian sarung bantal terhadap kejadian akne vulgaris pada mahasiswa kedokteran Universitas Diponegoro ($p = 0,080$; $p > 0,05$). **Simpulan :** Frekuensi penggantian sarung bantal tidak memiliki hubungan bermakna terhadap kejadian akne vulgaris pada mahasiswa Kedokteran Universitas Diponegoro.

Kata kunci : Frekuensi penggantian sarung bantal, Akne vulgaris, Mahasiswa kedokteran, Stres