

ABSTRAK

Latar Belakang: Rambut menutupi hampir seluruh permukaan kulit manusia dan berpengaruh pada penampilan. Normalnya, rambut rontok sekitar 50–100 helai setiap hari. Namun, pada *Telogen effluvium* (TE), jumlah folikel yang tidak aktif bisa bertambah banyak karena kondisi tertentu sehingga rambut rontok terjadi secara berlebihan. Salah satu kondisi khusus yang dapat menyebabkan kerontokan rambut adalah stres psikis. Pada mahasiswa kedokteran, banyaknya beban studi yang harus dikuasai menjadi penyebab meningkatnya stres pada mahasiswa kedokteran.

Tujuan: Menjelaskan hubungan antara stres psikis yang diukur dengan kuesioner PSS-10 dengan kerontokan rambut yang diukur dengan metode *60 second hair count* pada mahasiswa tingkat awal dan akhir Program Studi Kedokteran Universitas Diponegoro.

Metode: Penelitian ini merupakan studi observasional analitik dengan rancangan penelitian *cross-sectional* dan metode *purposive sampling*. Sampel penelitian adalah mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Diponegoro tingkat awal dan akhir yang memenuhi kriteria inklusi. Sampel mengisi kuesioner stres psikis (PSS-10) dan melakukan uji *60 second hair count*. Analisis data secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Fisher's Exact*.

Hasil: Stres psikis pada mahasiswa tingkat awal 52,7%, sedangkan pada mahasiswa tingkat akhir 47,3%. Kerontokan rambut (TE) pada mahasiswa tingkat awal 25,68%, sedangkan mahasiswa tingkat akhir 20,27%. Pada penelitian ini didapatkan *p-value* sebesar 0,047 ($p < 0.05$) yang menunjukkan hasil yang signifikan antara stres psikis dengan kerontokan rambut pada mahasiswa tingkat awal. Didapatkan juga *p-value* sebesar 1 ($p > 0,05$) yang menunjukkan hasil yang tidak signifikan antara stres psikis dengan kerontokan rambut pada mahasiswa tingkat akhir.

Kesimpulan: Stres psikis berhubungan dengan kerontokan rambut pada mahasiswa tingkat awal sedangkan pada mahasiswa tingkat akhir stres psikis tidak berhubungan dengan kerontokan rambut.

Kata Kunci: Stres psikis, Kerontokan Rambut, Mahasiswa Kedokteran

ABSTRACT

Background: Hair covers almost the entire surface of human skin and significantly influences one's appearance. Normally, approximately 50-100 strands of hair are shed daily. However, in Telogen Effluvium (TE), the number of inactive follicles can increase significantly due to certain conditions, leading to excessive hair loss. One specific condition that can cause hair loss is psychological stress. Among medical students, the high academic workload becomes a contributing factor to increased stress levels.

Aim: To investigate whether there is a relationship between psychological stress measured using the PSS-10 questionnaire and hair loss measured using the 60-second hair count method among first-year and final-year medical students at Diponegoro University.

Methods: This study is an analytical observational study with a cross-sectional research design and purposive sampling method. The research sample consists of first-year and final-year students in the Medical Program at Diponegoro University who meet the inclusion criteria. The participants completed the psychological stress questionnaire (PSS-10) and underwent the 60-second hair count test. Univariate and bivariate data analysis was performed using Fisher's Exact test.

Results: Psychological stress in first-year students was 52.7%, while in final-year students, it was 47.3%. Hair loss (TE) in first-year students was 25.68%, whereas in final-year students, it was 20.27%. In this study, a p-value of 0.047 ($p < 0.05$) was obtained, indicating a significant relationship between psychological stress and hair loss in first-year students. It was also found that the p-value was 1 ($p > 0.05$), showing a non-significant relationship between psychological stress and hair loss in final-year students.

Conclusion: Psychological stress is associated with hair loss in first-year students, while in final-year students, psychological stress is not associated with hair loss.

Keywords: Psychological stress, Hair Loss, Medical Students