

ABSTRAK

Latar Belakang: Akne vulgaris adalah peradangan kronis dari unit pilosebaceous. Pengobatan akne vulgaris dini secara efektif dapat meningkatkan hasil dan mencegah masalah jangka panjang, salah satunya dengan *sleep hygiene* yang diukur menggunakan instrumen *Sleep hygiene index* (SHI).

Tujuan: Untuk menganalisis hubungan *sleep hygiene* dengan timbulnya akne vulgaris pada mahasiswa laki-laki Program Studi Kedokteran Universitas Diponegoro.

Metode: Penelitian ini adalah penelitian dengan jenis penelitian observasional analitik pendekatan *cross sectional*. Sampel yang digunakan adalah mahasiswa laki-laki Program Studi Kedokteran Universitas Diponegoro. Sampel minimal yang diperlukan adalah 80 sampel. Uji statistik menggunakan uji *chi-square* untuk mengetahui hubungan antara *sleep hygiene* dengan kejadian akne vulgaris.

Hasil: Terdapat hubungan antara *sleep hygiene* dengan angka kejadian akne vulgaris.

Kesimpulan: Terdapat angka kejadian akne vulgaris, serta terdapat hubungan yang signifikan antara *sleep hygiene* yang buruk dan timbulnya akne vulgaris pada mahasiswa laki-laki Program Studi Kedokteran.

Kata kunci: *Sleep hygiene*, akne vulgaris, mahasiswa laki-laki, Program Studi Kedokteran

ABSTRACT

Background: Acne vulgaris is a chronic inflammation of pilosebaceous. This disease can have physical, psychological, and social effects on sufferers. Early treatment of acne vulgaris can effectively improve results and prevent long term problems, one of them is *sleep hygiene* which is measured by *Sleep hygiene index* (SHI) instrument.

Objective: To analyze the relationship between *sleep hygiene* and the emergence of acne vulgaris in male students of the Diponegoro University Medical study program.

Methods: This research is a study with analytical observational with cross-sectional approach. The sample used was male students of the Diponegoro University Medical Study Program. According to the research formula, the minimum sample required was 80 samples. Statistical test used *chi-square* test to determine the relationship between *sleep hygiene* and the incidence of the acne vulgaris.

Results: There was a significant relationship between *sleep hygiene* and the incidence of acne vulgaris.

Conclusion: There was a significant incidence of acne vulgaris and there is a significant relationship between poor *sleep hygiene* and the emergence of acne vulgaris in male students of the Medical Study Program of Diponegoro University.

Keywords: *Sleep hygiene*, *acne vulgaris*, *male students*, *medical study program*