

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Premature skin aging adalah suatu proses degeneratif atau penurunan fungsi yang terjadi pada organ kulit dan sistem penyokong kulit, berupa perubahan struktural dan elastisitas kulit dengan munculnya *wrinkle*/garis-garis halus, kulit menjadi kasar, kendur, kering, hiperpigmentasi dan lambatnya penyembuhan luka (Sanusi et al., 2020). 42% wanita di Indonesia mengeluhkan adanya kemunculan tanda-tanda penuaan dini pada usia dibawah 30 tahun (Nabila *et al.*, 2021). Efek kumulatif dari berbagai faktor dapat mempercepat terjadinya penuaan antara lain usia, pola makan yang tidak sehat, tidur yang kurang, dan stress oksidatif, peroksidasi lipid dan kerusakan mitokondria (Situmorang et al., 2020).

Organ kulit disusun dari jaringan ikat yang terdiri atas beberapa komponen, seperti komponen seluler dan matriks ekstraseluler. Matriks ekstrasel berisi 2 makromolekul utama, yaitu kolagen dan elastin. Seiring bertambahnya usia kolagen berkurang 2% setiap tahunnya disebabkan oleh produksi produksi matriks metalloproteinase yang mendegradasi kolagen. Akibat dari degradasi kolagen akan muncul tanda-tanda penuaan (Yusharyahya, 2021).

Proses penuaan kulit tidak dapat dipisahkan oleh 2 faktor yang mempengaruhi terjadinya atau yang disebut multifaktoral yaitu faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik (Bay and Topal, 2022). Contoh Faktor intrinsik, seperti faktor genetik, dan perubahan hormonal. Faktor intrinsik sangat sulit untuk dihindari karena faktor ini berlangsung secara alamiah pada manusia. Faktor ekstrinsik merupakan faktor penyebab yang berasal dari luar tubuh, seperti sinar matahari, merokok, mengkonsumsi minuman alkohol berlebihan, pola makan yang buruk, pola tidur yang tidak teratur, kurangnya berolahraga dan paparan radikal bebas (Clatici *et al.*, 2017).

Tidur merupakan kebutuhan fisiologis setiap manusia, hampir sepertiga dari hidupnya. Lamanya tidur serta kualitas tidur sangat berpengaruh pada keadaan kesehatan, karena jika kurang tidur serta kualitas tidur yang buruk dapat

berdampak buruk pada sel, jaringan, organ tubuh (Knaggs and Lephart, 2023). Setiap individu memerlukan waktu tidur yang cukup 7-8 jam per malam bagi orang dewasa agar tubuh dapat berfungsi secara optimal setiap harinya. (Risidiana and Rozy, 2019).

Pola tidur yang buruk dengan kualitas tidur yang buruk akan menyebabkan penuaan kulit sebelum waktunya. Hal ini disebabkan oleh proses regenerasi kulit terganggu. Kebiasaan kurang tidur dalam jangka waktu lama berdampak ke kulit wajah menjadi tampak lelah, menghitamkan kantong mata, selain itu kulit menjadi lebih kering dan muncul kerutan serta garis halus akibat menginkatnya kehilangan air pada kulit.

Dalam islam setiap makhluk di dunia ini akan mengalami penuaan. Tidak ada satu pun orang yang luput dari proses penuaan. Banyak yang menyebut proses penuaan merupakan perjalanan hidup dalam mencari ilmu dan pengalaman seiring dengan bertambahnya usia. Sebagaimana yang dijelaskan dalam Al-Qur'an (Mutaqin, 2017):

هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ تُرَابٍ ثُمَّ مِنْ نُطْفَةٍ ثُمَّ مِنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ يُخْرِجُكُمْ طِفْلًا ثُمَّ لِتَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ ثُمَّ لَتَكُونُوا شُيُوخًا وَمِنْكُمْ مَنْ يُتَوَفَّى مِنْ قَبْلٍ وَلَتَبْلُغُوا أَجَلًا مُّسَمًّى وَلَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ

Artinya: *“Dialah yang menciptakanmu dari tanah, kemudian dari setetes mani, lalu dari darah yang menggumpal, kemudian Dia lahirkan kamu sebagai seorang anak kecil, kemudian (Dia membiarkan) kamu sampai dewasa, lalu menjadi tua. (Akan tetapi,) di antara kamu ada yang dimatikan sebelum itu. (Dia pun membiarkan) agar kamu sampai kepada kurun waktu yang ditentukan dan agar kamu mengerti.” (Qs. Gafir/40:67)*

Ayat diatas menjelaskan bahwa Allah ﷻ telah menetapkan perjalanan hidup manusia sejak dalam kandungan hingga kematian. Dewasa adalah puncak dari masa setiap orang karena saat dewasa organ tubuh paling optimal, dan selanjutnya dengan bertambahnya usai kekuatan itu mulai menurun. Pada proses penuaan akan terjadi penurunan fungsi organ, seperti mata, kulit, gigi, tulang dan berbagai organ lainnya (Mutaqin, 2017).

Banyak faktor yang mempengaruhi cepatnya muncul tanda-tanda penuaan kulit yaitu tidur yang kurang dengan kualitas tidur yang buruk. Selain mempercepat penuaan kulit, tidur yang kurang juga sangat tidak baik untuk kesehatan karena mengganggu fungsi metabolisme tubuh lainnya (Bahammam, 2011).

هُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ لِتَسْكُنُوا فِيهِ وَالنَّهَارَ مُبْصِرًا إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَسْمَعُونَ

Artinya: *“Dialah yang menjadikan malam bagimu agar kamu beristirahat padanya dan (menjadikan) siang terang benderang. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang (mau) mendengar.”* (Qs. Yunus/10:67)

Pada ayat diatas Allah ﷻ telah menciptakan siang untuk waktu kita beraktifitas dan malam sebagai waktu untuk kita beristirahat dan ini merupakan tanda kebesaran Allah ﷻ. Dalam hal ini Allah ﷻ menyuruh kita untuk tidurlah pada malam hari agar tubuh kita dapat beristirahat sejenak dari aktifitas yang telah kita kerjakan pada siang hari.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, perlu adanya penelitian untuk mengetahui gambaran proses penuaan kulit dapat terjadi pada mahasiswa usia 20-25 tahun di Kedokteran Universitas Yarsi angkatan 2021 dilihat dari faktor pola tidur dan tinjauannya menurut pandangan islam.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana gambaran pola tidur pada populasi usia 20-25 tahun mahasiswa Kedokteran Universitas Yarsi angkatan 2021?
2. Bagaimana gambaran angka kejadian *premature skin aging* pada populasi usia 20-25 tahun mahasiswa Kedokteran Universitas Yarsi angkatan 2021?
3. Pola tidur seperti apa yang dapat menyebabkan *premature skin aging* pada populasi usia 20-25 tahun mahasiswa Kedokteran Universitas Yarsi angkatan 2021?
4. Apa hubungan pola tidur dengan terjadinya *Prematur Skin Aging*?

5. Apa hubungan pola tidur dengan terjadi *Premature Skin Aging* dalam pandangan islam?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Utama

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan memahami bagaimana angka kejadian *premature skin aging* pada usia 20-25 tahun dan hubungannya dengan pola tidur pada mahasiswa Kedokteran Universitas Yarsi angkatan 2021 dan tinjauannya menurut pandangan islam.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui pola tidur pada populasi usia 20-25 tahun mahasiswa Kedokteran Universitas Yarsi angkatan 2021
2. Mengetahui angka kejadian *premature skin aging* pada populasi usia 20-25 tahun mahasiswa Kedokteran Universitas Yarsi angkatan 2021
3. Mengetahui pola tidur yang dapat mempercepat terjadi proses *premature skin aging* di usia 20-25 tahun
4. Mengetahui hubungan antara pola tidur dengan *premature skin aging*
5. Mengetahui hubungan pola tidur dengan terjadi *Premature Skin Aging* dalam pandangan islam

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Bagi Peneliti

1. Sebagai sarana berlatih dalam penulisan skripsi
2. Menambah pemahaman mengenai bagaimana proses *premature skin aging* pada usia
3. Melihat dan berkulat langsung dalam memperdalam pengetahuan mengenai faktor yang mempengaruhi proses *premature skin aging* pada responden yang berusia 20-25 tahun.

1.5.2 Manfaat Bagi Institusi

1. Menjadi informasi tambahan pada Civitas Akademika Universitas Yarsi mengenai proses *premature skin aging* pada usia 20-25 tahun.

2. Dapat menjadi sumber data tambahan yang akurat apabila ingin melakukan suatu tindakan nyata kepada masyarakat.

1.5.3 Manfaat Bagi Masyarakat

1. Memberikan informasi kepada masyarakat mengenai proses *premature skin aging* pada usia 20-25 tahun.
2. Memberikan informasi mengenai faktor instrinsik dan faktor ekstrinsik yang berpengaruh pada proses *premature skin aging* pada usia 20-25 tahun.