

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penuaan kulit merupakan fenomena penurunan ukuran, jumlah sel kulit dan perubahan fungsi organik kulit yang disebabkan oleh banyak faktor (Anggowarsito, 2014). Penuaan kulit merupakan proses fisiologis yang normalnya terjadi pada geriatri yang ditandai dengan penurunan barrier kulit, penurunan produksi sebum, dan melambatnya regenerasi sel epidermal. Keadaan inilah yang akan memunculkan manifestasi penuaan kulit seperti hiperpigmentasi, kulit kering, kurangnya elastisitas, kekencangan, dan kehalusan kulit. (Shoubing *and* Duan, 2018). Pada dasarnya manusia terutama wanita ingin berpenampilan menarik dan tetap terlihat muda. Di Indonesia, pada periode tahun 2000 - 2005 angka harapan hidup penduduk Indonesia (wanita dan pria) adalah 70,76 tahun. Angka harapan hidup wanita lebih tinggi sekitar 73.38, sedangkan pria lebih rendah dari wanita yaitu sekitar 68.26 tahun. Sedangkan yang terjadi adalah pada sebuah survey yang dilakukan pada tahun 2011, sebanyak 57% wanita di Indonesia sudah menunjukkan tanda penuaan di usia 25 tahun. (Hestianingsih, 2011)

Penuaan kulit dapat menimbulkan depresi, demoralisasi, dan malu pada titik ekstrem hingga menerima perubahan yang terjadi terkait usia (Hofmeier *et al.*, 2017). Kualitas hidup dan kebahagiaan seorang individu tentu akan menurun jika individu tersebut mengalami gangguan, baik gangguan kesehatan, atau gangguan psikologis. Hal ini menunjukkan bahwa penuaan berperan penting dalam penurunan kualitas hidup manusia, terutama pada wanita (Fitrie *and* Djalali, 2016). Proses penuaan pasti akan terjadi pada semua orang, tetapi penuaan yang baik adalah penuaan yang dapat dijalani dengan sukses

dan bahagia hingga dicapai SAE (*Successfully Aging Elderly*). *Successfully Aging Elderly* adalah proses penuaan tanpa atau disertai penyakit yang seminimal mungkin, dengan fungsi kognitif yang baik dan dapat menjalani hidup yang aktif dalam lingkungan sosial (Damayanti, 2017).

Proses menua mempunyai keterkaitan yang besar dengan proses degeneratif yang pasti akan dialami oleh setiap individu. Proses menua tidak berjalan sama pada tiap individu. Ada banyak faktor yang mempengaruhi penuaan kulit, salah satunya adalah gaya hidup. Gaya hidup yang dimaksud memiliki banyak faktor di dalamnya, diantaranya adalah konsumsi makanan yang sehat (sayur dan buah), konsumsi vitamin, konsumsi air mineral yang cukup, paparan sinar *ultraviolet* (UV), paparan polusi, kebiasaan merokok, minum minuman beralkohol, penggunaan krim *antiaging* dan tabir surya, serta olahraga. Angka kejadian penuaan kulit yang diakibatkan oleh terpaparnya sinar matahari cukup tinggi, kebanyakan karena tidak menggunakan atau salah dalam menggunakan tabir surya. (Marlina and Hasanah, 2016). Berat badan berlebih atau obesitas juga dapat mempercepat proses penuaan, yaitu melalui terbentuknya radikal bebas yang akan memicu respons inflamasi dan mempercepat pemendekan telomer yang akan menyebabkan terjadinya proses penuaan (Ahima, 2009).

Saat ini masih sedikit penelitian yang membahas mengenai peranan gaya hidup terhadap penuaan kulit. Penuaan kulit tidak memberi pengaruh yang signifikan terhadap angka mortalitas di Indonesia, namun penuaan kulit dapat berpengaruh terhadap psikologis dan kehidupan bersosial pasien. Penelitian ini bertujuan untuk mencari hubungan gaya hidup terhadap penuaan kulit. Diharapkan dengan penelitian ini dapat diupayakan pencegahan dan perlambatan penuaan kulit yang efektif.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh gaya hidup terhadap penuaan kulit?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Mengetahui pengaruh gaya hidup terhadap penuaan kulit.

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengkaji pengaruh sinar UV terhadap penuaan kulit.
2. Mengkaji pengaruh polusi asap kendaraan terhadap penuaan kulit.
3. Mengkaji pengaruh polusi asap rokok terhadap penuaan kulit.
4. Mengkaji pengaruh jenis, durasi, dan intensitas merokok terhadap penuaan kulit.
5. Mengkaji pengaruh jenis, durasi, dan intensitas minum alkohol terhadap penuaan kulit.
6. Mengkaji pengaruh jenis, durasi, dan intensitas dalam penggunaan tabir surya terhadap penuaan kulit.
7. Mengkaji pengaruh jenis, durasi, dan intensitas dalam penggunaan krim *antiaging* terhadap penuaan kulit.
8. Mengkaji pengaruh jenis, durasi, dan intensitas olahraga terhadap penuaan kulit.
9. Mengkaji pengaruh nutrisi terhadap penuaan kulit.
10. Mengkaji pengaruh seluruh faktor gaya hidup terhadap penuaan kulit.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Mendapatkan data epidemiologi mengenai faktor risiko penuaan kulit.

1.4.2 Manfaat klinis

1. Memberikan wawasan dan pengetahuan bagi pembaca akan pentingnya mencegah penuaan kulit dengan menerapkan gaya hidup yang sehat.
2. Mencegah penuaan kulit sedini mungkin dengan tindakan preventif yaitu menerapkan gaya hidup yang sehat sejak remaja atau dewasa muda.