

PENGARUH *E-POWERME* BERBASIS APLIKASI TERHADAP CITRA DIRI PADA REMAJA *ACNE VULGARIS*

Laviana Nita Ludyanti¹ Farida Hayati², Muhammad Agus Firmansyah Ramadhani³

^{1,2,3} Program Studi S1 Keperawatan STIKES Karya Husada Kediri

Email Korespondensi: lavianakh@gmail.com

ABSTRAK

Remaja menghadapi banyak tantangan dan perubahan dalam kehidupan mereka yang mempengaruhi fisik, emosional, sosial, dan kognitif mereka. Ini termasuk transformasi fisik yang ditandai oleh pubertas dan munculnya masalah kulit seperti *acne vulgaris*. Salah satu cara penanganan citra diri yang buruk adalah dengan edukasi. *e-PowerMe* adalah aplikasi yang dirancang untuk membantu remaja memahami dan memperkuat citra diri. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh *e-PowerMe* berbasis aplikasi terhadap citra diri pada remaja *acne vulgaris* di SMAN 1 Kandangan Kelas 11. Desain penelitian *Pra Experimental* dengan pendekatan *one grup pretest – posttest design*. Teknik pengambilan sampel dengan *random sampling* didapatkan 60 responden dari 300 populasi. Variabel citra diri diukur dengan lembar kuesioner dan hasilnya dianalisis dengan uji *paired t test*. Analisis didapatkan hasil α 0,05 hasil penelitian sebelum diberikan seluruhnya (100%) responden (mean 10,9) mengalami citra diri kurang. Setelah diberikan intervensi hampir seluruhnya (95%) mengalami citra diri cukup dan sebagian (5%) mengalami citra diri baik. Didapatkan p -value = 0,000 ($<\alpha$), artinya *e-PowerMe* berbasis aplikasi dapat meningkatkan citra diri pada remaja *acne vulgaris*. *e-PowerMe* dapat menjadi salah satu cara untuk meningkatkan citra diri remaja dengan meningkatkan kesadaran remaja akan kekuatan dirinya. Penggunaan aplikasi yang masih terdapat *bug* yang menyebabkan kecepatan pengoprasian aplikasi cenderung lambat.

Kata kunci: Citra diri, *e-PowerMe*, Remaja, *Acne Vulgaris*

ABSTRACT

Adolescents face many challenges and changes in their lives that affect them physically, emotionally, socially, and cognitively. This includes the physical transformation characterized by puberty and the emergence of skin problems such as *acne vulgaris*. One way to handle poor self-image is through education. *e-PowerMe* is an application designed to help adolescents understand and strengthen self-image. The purpose of this study was to determine the effect of application-based *e-PowerMe* on self-image in *acne vulgaris* adolescents at SMAN 1 Kandangan Class 11. Pre-experimental research design with a one group pretest - posttest design approach. Sampling technique with random sampling obtained 60 respondents from 300 population. Self-image variables were measured by questionnaire sheets and the results were analyzed by *paired t test*. The analysis obtained the results of α 0.05 the results of the study before being given all (100%) respondents (mean 10.9) experienced a poor self-image.

After being given the intervention, almost all (95%) experienced a moderate self-image and some (5%) experienced a good self-image. A $p\text{-value} = 0.000 (<\alpha)$ was obtained, meaning that application-based e-PowerMe can improve self-image in acne vulgaris adolescents. e-PowerMe can be one way to improve adolescent self-image by increasing adolescent awareness of their strengths. The use of applications that still have bugs that cause the speed of operating the application to tend to be slow.

Keywords: Self-image, e-PowerMe, Adolescents, Acne Vulgaris

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa yang penuh dengan berbagai perubahan dan tantangan dalam kehidupan seseorang, serta transisi substansial dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan secara fisik, emosional, dan sosial. Remaja berusia 12 hingga 21 tahun (Hardiyanti, 2019). Selama masa remaja, terjadi pertumbuhan fisik yang pesat, termasuk perubahan yang mencolok dalam gangguan kulit, tinggi badan, berat badan. Remaja menghadapi banyak tantangan dan perubahan dalam kehidupan mereka yang mempengaruhi fisik, emosional, sosial, dan kognitif mereka. Ini termasuk transformasi fisik yang ditandai oleh pubertas dan munculnya masalah kulit seperti *acne vulgaris*, *Acne vulgaris*, yang sering disebut jerawat, adalah kondisi kulit yang umum pada remaja dan dapat bertahan hingga dewasa. Selain mempengaruhi penampilan fisik, *acne vulgaris* juga dapat berdampak pada psikologis, termasuk pengaruh terhadap citra diri.

Acne vulgaris adalah penyakit kulit yang umum dan menyerang hampir 80% hingga 100% orang (Sibero et al., 2019). Pada tahun 2016, *Global Burden of Disease (GBD)* melaporkan bahwa *acne vulgaris* menyumbang 28-41% dari 39.319 kasus penyakit kulit pada orang berusia 10 hingga 24 tahun (Afifah, 2022). Menurut penelitian yang dilakukan di India, lebih dari 80% populasi dunia pernah mengalami kondisi ini di beberapa titik, dan 85% remaja di negara-negara kaya (Sibero et al., 2019). Di kawasan Asia tenggara terdapat 40-80% kasus *acne vulgaris* (SASMITA, 2021). Kasus *acne vulgris* di Indonesia terus meningkat, dengan 60% penderita pada tahun 2006, 80% pada tahun 2007, dan 90% pada tahun 2009. (Sibero et al., 2019). Di Rumah Sakit Abdul Moelek, 66 orang didiagnosis menderita *acne vulgaris* dengan 69,7% adalah wanita dan 30,3% adalah pria. (Hendra, 2019). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdes) Kementerian Kesehatan melaporkan pada tahun 2013 bahwa sekitar 14 juta orang, atau 6% dari penduduk Indonesia, menderita penyakit mental emosional yang ditandai dengan kecemasan dan kesedihan. Angka ini meningkat menjadi 9,8% pada tahun 2018. (Kemenkes RI, 2018).

Perubahan fisik merupakan elemen penting dalam perkembangan remaja, dimulai dari masa pubertas, yaitu masa pertumbuhan fisik yang cepat yang ditandai dengan perubahan hormonal dan somatik, terutama pada awal masa remaja. Perubahan tubuh yang paling terlihat adalah peningkatan tinggi dan berat badan. (Hardiyanti, 2019). *Acne vulgaris* pada remaja memiliki pengaruh fisik dan mental pada tubuh mereka, menyebabkan bentuk tubuh mereka menjadi tidak proporsional, dengan banyak lipatan di perut, pinggang, dan lengan (Nindi, 2016).

Remaja dengan jerawat vulgaris sering merasa terancam karena mereka berada di bawah banyak tekanan baik dari dalam maupun luar, yang dapat mengganggu pembentukan citra diri yang positif. Stigmatisasi dan prasangka sosial yang sering dialami oleh remaja *acne vulgaris* juga dapat memengaruhi citra diri remaja. Kesejahteraan psikologis remaja penderita jerawat vulgaris sangat penting karena citra diri yang negatif dapat menyebabkan masalah kesehatan mental seperti kesedihan, kecemasan, dan gangguan makan. Perkembangan psikososial remaja dipengaruhi oleh faktor psikologis. Salah satu masalah psikososial yang

muncul adalah gangguan citra diri yang berkaitan dengan persepsi diri mereka sendiri. Perkembangan sosial, akademik, dan emosional remaja dapat terganggu oleh masalah citra diri yang berkaitan dengan *acne vulgaris*.

Salah satu metode yang dapat membantu remaja mengatasi masalah citra diri mereka adalah dengan *edukasi*. Namun, penting untuk mengidentifikasi pendekatan yang efektif dan relevan untuk remaja yang tumbuh dalam era serba *digital*. Salah satunya pemanfaatan perkembangan teknologi melalui aplikasi berbasis android yang penulis kembangkan tentang citra diri pada remaja adalah *e-PowerMe*. *e-PowerMe* adalah aplikasi berbasis Android yang dirancang untuk membantu remaja memahami dan memperkuat citra diri pada remaja. Aplikasi ini mencakup berbagai aspek penting dalam penguatan citra diri, Isi dari aplikasi *e-PowerMe* mencakup modul edukasi yang memiliki topik seperti pengembangan diri, menemukan kelebihan diri, hubungan yang sehat, lingkungan sekolah yang positif, meningkatkan bakat, dan membangun nilai diri. Aplikasi ini memiliki fitur kuis yang memungkinkan pengguna mengetahui sejauh mana pemahaman pengguna setelah menyelesaikan modul *edukasi*. Berdasarkan masalah diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh *e-PowerMe* Berbasis Aplikasi Terhadap Citra diri Pada Remaja *acne vulgaris*”.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini menggunakan *Pra Experimental* dengan pendekatan *one grup pretest – posttest design*. Penelitian ini dilakukan di SMAN 1 Kandangan, Kabupaten Kediri. Sampel pada penelitian ini didapatkan 60 responden dari 300 populasi. Teknik pengambilan sampel menggunakan *random sampling*. Variabel citra diri diukur dengan lembar kuesioner yang terdiri dari 3 parameter fisik, piskis dan komponen sosial yang terdiri dari 12 pernyataan, masing-masing parameter terdiri dari 2 pernyataan *favorable* dan 2 pernyataan *unfavorable*. Pengolahan data dilakukan dengan system komputerisasi. Langkah-langkah pengolahan data meliputi editing, coding, scoring, tabulating, dan analisa data. Analisis yang digunakan dengan uji *paired t test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di SMAN 1 Kandangan kelas 11

No	Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase
1	Usia		
	14 - 15 tahun	12	20%
	16 -17 tahun	48	80%
	18 - 19 tahun	0	0%
	Total	60	100%
2	Jenis Kelamin		
	Laki -Laki	16	27%
	Perempuan	44	73%
	Total	60	100%
3	Derajat Jerawat		
	Ringan	39	65%
	Sedang	21	35%
	Berat	0	0%

Total	60	100%
4 Pekerjaan Orang Tua		
ASN	1	2%
Swasta	13	22%
Wiraswasta	17	28%
Petani/Buruh Tani	29	48%
Total	60	100%
5 Tekanan Teman Sebaya		
Sangat Setuju	3	5%
Setuju	27	45%
Tidak Setuju	26	43%
Sangat Tidak Setuju	4	7%
Total	60	100%
6 Riwayat Bullying		
Sangat Sering	0	0%
Sering	0	0%
Tidak Pernah	35	58%
Jarang	21	35%
Sangat Jarang	4	7%
Total	60	100%

Hasil penelitian karakteristik usia responden didapat (80%) berusia 16-17 tahun dan (20%) berusia 14-15 tahun. Pada jenis kelamin responden (73%) perempuan dan (27%) laki-laki. Derajat jerawat sebesar (65%) sedang dan (35%) ringan. Pekerjaan orang tua sebagian besar (48%) petani/buruh tani. Tekanan teman sebaya hampir seluruhnya (45%) setuju. Riwayat bullying didapatkan lebih dari separuh (58%) tidak pernah.

Tabel 2 Distribusi frekuensi citra diri pada remaja acne vulgaris di SMAN 1 Kandangan kelas 11 sebelum diberikan intervensi

Kriteria Skor Citra Diri	Pre-Test	
	Frekuensi	%
Baik	0	0%
Cukup	0	0%
Kurang	60	100%
Total	60	100%
Mean: 10,9		

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan sesudah diberikan intervensi *e-PowerMe* berbasis aplikasi menunjukkan seluruhnya (100%) mengalami citra diri kurang dengan skor <12.

Tabel 3 Distribusi frekuensi citra diri pada remaja acne vulgaris di SMAN 1 Kandangan kelas 11 Setelah dilakukan Intervensi

Kriteria Skor Citra Diri	Post-Test	
	Frekuensi	%

Baik	3	5%
Cukup	57	95%
Kurang	0	0
Total	60	100%
Mean : 19,6		

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa citra diri pada remaja acne vulgaris di SMAN 1 Kandangan kelas 11 mengalami kenaikan dengan kriteria skor 13-24 Cukup dan >24 Baik dengan nilai rata-rata 19,6.

Tabel 4 Pengaruh e-PowerMe berbasis aplikasi terhadap citra diri pada remaja acne vulgaris di SMAN 1 Kandangan kelas 11

Kriteria Skor Citra Diri	Pre-Test		Post-Test	
	F	%	F	%
Baik	0	0.0	3	5.0
Cukup	0	0.0	57	95.0
Kurang	60	100.0	0	0.0
Total	60	100.0	60	100.0
Mean	10.9		19.6	
Paired T-Test = P values 0,000 < 0,05				

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi seluruhnya (100%) responden mengalami citra diri kurang. sedangkan setelah diberikan intervensi menunjukkan seluruhnya (95%) mengalami citra diri cukup dan sebagian (5%) responden mengalami citra diri baik. Maka dapat disimpulkan bahwa pemberian intervensi *e-PowerMe* berbasis aplikasi responden mengalami peningkatan citra diri dengan data mean pada *pre-test* 10,9 dan pada *post-test* yaitu 19,6.

PEMBAHASAN

Identifikasi citra diri sebelum diberikan *e-PowerMe* di SMAN 1 Kandangan kelas 11

Berdasarkan hasil penelitian sebelum diberikan intervensi pada responden menunjukkan bahwa seluruhnya (100%) mengalami citra diri yang kurang dengan nilai kriteria skor < 12 dengan nilai rata-rata 10,9. Menurut penelitian Pramitasari & Ariana (2014) menyatakan citra diri yang buruk menyebabkan kecenderungan kesehatan mental yang buruk. Hal ini selaras bahwa *acne vulgaris* dapat berdampak pada citra diri remaja dengan cara mengganggu kualitas hidup mereka, termasuk kualitas hubungan sosial dan emosional (Falakhiyyah, 2023). Persepsi diri remaja, termasuk sentimen, sikap, dan nilai-nilai mereka dalam hubungannya dengan orang lain, akan dipengaruhi oleh munculnya jerawat. (Aryani & Riyaningrum, 2022). Citra diri sangat berpengaruh dalam kualitas hubungan sosial dan emosional remaja, Dampak negatif ini dapat diperparah dengan remaja yang masih dalam tahap perkembangan. Jerawat dapat membuat mereka mempertanyakan nilai diri mereka dan merasa tidak menarik.

Berdasarkan hasil penelitian melalui lembar kuesioner pada parameter Fisik (*physical SelfImage*) menunjukkan bahwa (21,1%) remaja menyatakan dirinya merasa *insecure* terhadap

bentuk fisiknya hal ini selaras dengan penelitian Agustini et al (2019) yang menyatakan bahwa remaja mempunyai pandangan buruk terhadap diri remaja sendiri karena remaja merasa bahwa munculnya *acne vulgaris* membuat remaja tampak tidak diinginkan.. Hal ini menunjukkan bahwa remaja cenderung memiliki pandangan negatif terhadap penampilannya karena merasa tidak menarik, tidak percaya diri, dan malu dengan penampilan fisik mereka dikarenakan adanya *acne vulgaris*.

Berdasarkan hasil penelitian melalui lembar kuesioner pada parameter psikis (*Psychological self image*) didapatkan sebanyak (16,1%) membenci kekurangan yang dimiliki karena memiliki *acne vulgaris*. Perasaan tidak mampu dan tidak puas terhadap diri sendiri kadang-kadang dapat muncul ketika hasil yang diharapkan tidak terwujud (Dewi, 2017). Remaja yang merasa tidak cocok dengan standar kecantikan dan ketampanan yang ditetapkan oleh teman sebaya. Hal ini dapat membuat remaja merasa membenci kekurangan yang remaja miliki yang membuat remaja tidak sesuai standar yang ditetapkan oleh teman sebaya mereka.

Berdasarkan hasil penelitian melalui lembar kuesioner pada parameter Komponen Sosial (*Social selfimage*) menunjukkan bahwa (22,2%) menyatakan bahwa tidak percaya akan pujian yang diberikan kepada dirinya. Opini buruk terhadap tampilan diri seseorang dapat menyebabkan kurangnya kepercayaan diri, dalam penelitian ini juga didapat bahwa pendapat masyarakat mengenai diri remaja dapat membuat individu memandang dirinya buruk yang berdampak pada kepercayaan diri remaja (Pop, 2016). Hal ini menunjukkan bahwa pandangan masyarakat dapat membuat individu memandang dirinya buruk, yang berdampak pada kepercayaan diri remaja. Stigma ini dapat membuat remaja mungkin merasa malu dengan penampilan mereka dan merasa bahwa mereka tidak pantas mendapatkan pujian.

Berdasarkan tiga parameter diatas paling besar nilainya yaitu parameter Komponen Sosial (*Social selfimage*) (22,2%) responden menyatakan bahwa tidak percaya akan pujian yang diberikan. Sedangkan parameter Fisik (*physical SelfImage*) (21%) menyatakan *insecure* dengan bentuk fisiknya dikarenakan adanya *acne vulgaris*. Psikis (*Psychological self image*) (16,1%) responden menyatakan membenci kekurangan yang dimiliki karena memiliki *acne vulgaris*. Citra diri dipengaruhi oleh berbagai faktor diantaranya jenis kelamin derajat *acne vulgaris*, pekerjaan orang tua, tekanan dari teman sebaya, dan riwayat *bullying*. Penderita *acne vulgaris* terbanyak adalah perempuan (73%) dibanding laki- laki sebanyak (27%). Menyatakan bahwa jenis kelamin seseorang memiliki dampak pada bagaimana citra tubuhnya berkembang. (Amellia, 2021). Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa wanita lebih sadar diri daripada pria, bahwa wanita memiliki jerawat vulgaris pada usia lebih awal daripada pria, dan bahwa kadar progesteron pada wanita berubah saat mereka mendekati menstruasi.

Berdasarkan hasil penelitian data umum pekerjaan orang tua sebagian besar (48%) petani/buruh tani. Citra diri dapat dipengaruhi oleh pekerjaan orang tua menyangkut tentang status sosial remaja dari keluarga yang kurang mampu merasa kurang berharga atau kurang mampu dibandingkan dengan remaja dari keluarga yang lebih kaya. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan Yana (2021) ini menjelaskan mengapa sulit bagi orangtua berpenghasilan rendah untuk memenuhi kebutuhan materi anak-anak mereka. Selain faktor pekerjaan orang tua citra diri dipengaruhi oleh tekanan dari teman sebaya. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan Tekanan teman sebaya hampir seluruhnya (45%) setuju. Penerimaan dari teman sebaya sangat penting karena membantu remaja membentuk identitas mereka (Fitri et al., 2019). Penerimaan dari teman sebaya sangat penting karena membantu remaja membentuk identitas mereka. Pengaruh mereka sangat kuat, terutama dalam hal citra diri. Remaja sering kali sadar akan standar kecantikan atau ketampanan yang ditetapkan oleh teman sebaya mereka sehingga membuat mereka tertekan dan berusaha untuk mengubah penampilan mereka sesuai dengan standar yang sudah ditetapkan oleh teman sebaya mereka. Sehingga jika remaja tidak sesuai standar yang sudah ditetapkan remaja membenci dirinya.

Faktor terakhir adalah riwayat *bullying* berdasarkan hasil penelitian didapatkan (35%) menyatakan jarang mendapatkan *bullying*. Remaja yang pernah mengalami *bullying* akan cenderung memiliki citra diri yang kurang baik hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Faizah & Amna (2017) *bullying* dan kesehatan mental saling berkaitan, kesehatan mental remaja menurun seiring meningkatnya keparahan *bullying*.

Identifikasi citra diri sesudah diberikan e-PowerMe Berbasis Aplikasi di SMAN 1 Kandangan, Kabupaten Kediri.

Berdasarkan hasil penelitian sesudah diberikan intervensi pada responden menunjukkan bahwa hampir seluruhnya (95%) mengalami citra diri cukup dengan kriteria skor 13-24. Sebagian responden (5%) mengalami citra diri baik dengan kriteria skor 24 – 36, dengan rata-rata nilai 19,6.

Menurut penelitian Bruhns et al., (2021) memberikan bukti yang menjanjikan bahwa edukasi berbasis aplikasi dapat menjadi intervensi yang efektif untuk remaja dengan masalah kesehatan mental. Sebagian besar remaja menggunakan *smartphone* selama lebih dari 3 jam per hari, dan aktivitas yang paling sering dilakukan adalah *browsing*, *chatting*, dan menonton video (Indriani & Rahayuningsih, 2021). *e-PowerMe* berbasis aplikasi sebagai sarana edukasi memanfaatkan teknologi *smartphone* dengan dapat diakses di mana saja dan kapan saja memudahkan remaja untuk selalu meningkatkan citra dirinya.

Berdasarkan hasil penelitian melalui lembar kuesioner pada parameter fisik (*Physical Self Image*) sebagian besar (62,8%) sudah tidak *insecure* dengan bentuk fisiknya meskipun mengalami *acne vulgaris*. Remaja yang menunjukkan citra diri yang baik menunjukkan bahwa mereka puas dengan penampilan mereka (Nisa et al., 2021). Remaja yang nyaman dengan diri mereka cenderung memiliki citra diri yang. Remaja dengan citra diri yang baik dapat menjalani hidup dengan baik dan mampu menjaga kekuatan mentalnya.

Berdasarkan hasil penelitian melalui lembar kuesioner pada parameter psikis (*Psychological self image*) didapatkan (62,2%) sudah mampu menerima kekurangan yang dimiliki. Menurut penelitian Wahyuni & Arsita, (2019) remaja yang bersikap lebih baik dan pengertian terhadap diri mereka sendiri, termasuk kekurangan fisik dan kelemahan mereka dapat membuat ketahanan mental yang kuat. Remaja yang menerima kekurangan dirinya merupakan aspek penting dalam perkembangan remaja dan kunci untuk membangun ketahanan mental yang kuat.

Berdasarkan hasil penelitian melalui lembar kuesioner pada parameter komponen sosial (*Social selfimage*) sebagian besar responden (66,1%) sudah mampu menerima pujian yang diberikan kepadanya dan tidak menyangkal akan pujian yang diberikan. Menurut penelitian (Nisa et al., 2021) Penerimaan pujian pada remaja dapat diartikan sebagai aspek yang terkait dengan penilaian diri yang positif dan berharga. Remaja yang mampu menerima pujian dapat membangun hubungan yang positif dengan orang sekitarnya. Mereka menghargai pujian dari orang lain. Dengan mendukung remaja dalam mengembangkan kemampuan menerima pujian, dapat membantu untuk membangun hubungan yang positif, dan mencapai kesehatan mental yang baik.

Citra diri remaja saat ini menunjukkan perkembangan yang positif. Citra diri yang positif dapat diperoleh dari penerimaan diri yang baik oleh remaja, penerimaan baik dari kekurangan fisik atau pun hal lainnya, kemampuan menerima pujian merupakan aspek yang penting untuk menunjang kesehatan mental pada remaja terutama dalam hal citra diri. Dengan dicapainya berbagai aspek parameter tersebut remaja mampu beradaptasi dengan lingkungan dan memiliki kekuatan mental yang baik.

Analisis pengaruh e-PowerMe berbasis aplikasi terhadap citra diri pada remaja acne vulgaris di SMAN 1 Kandangan kelas 11, Kabupaten Kediri

Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan uji *paired t test* sebelum dan sesudah diberikan intervensi didapatkan *Sig. (2-tailed)* adalah 0,000 dengan $\alpha = 0,05$. Sehingga *p-value* $\leq \alpha$, menunjukkan bahwa H_1 diterima yang berarti ada pengaruh *e-PowerMe* berbasis aplikasi terhadap citra diri pada remaja *acne vulgaris* di SMAN 1 Kandangan Kelas 11.

Hasil dari data lembar kuesioner didapatkan hasil bahwa citra diri sebelum diberikan intervensi menunjukkan seluruh responden (100%) dalam rentang 10,9 (Kurang). *e-PowerMe* berbasis aplikasi mampu mempengaruhi pola pikir dan perilaku responden sehingga dapat meningkatkan citra diri.

Berdasarkan hasil penelitian parameter psikis (*Psychological self image*) dengan nilai pretest (21.2%) dan post test (62.7%) merupakan parameter yang paling tinggi perubahannya. Menurut penelitian dari Agum, Nouval (2022) kualitas diri yang baik maka akan memunculkan kesadaran akan diri sendiri, mengetahui siapa dirinya. Dengan kesadaran diri remaja yang meningkat akan kekuatan diri, kelemahan diri membuat remaja mampu membuat ketahanan mental remaja meningkat. Sehingga remaja dapat mengatur strategi untuk mengatasi masalah kesehatan mentalnya dan dapat menentukan tujuan perkembangan dirinya. Parameter fisik (*Physical Self Image*) merupakan parameter yang paling rendah perubahannya dari (21.1%) menjadi (62.7%) hal ini disebabkan oleh faktor intervensi yang berfokus kepada psikis dengan meningkatkan kesadaran diri remaja tentang kekuatan diri, kelemahan dirinya sehingga dapat mengetahui sisi mana dirinya untuk dikembangkan lebih baik.

Dalam penelitian ini berdasarkan hasil dari pretest dan posttest citra diri menunjukkan perubahan. Metode ini dapat meningkatkan citra diri dari yang semula kurang menjadi cukup dan baik, dikarenakan penerapan *e-PowerMe* berbasis aplikasi ini efektif diaplikasikan pada remaja yang dalam penggunaan *smartphone* cukup lama. *Smartphone* dapat menyediakan akses ke banyak sumber daya yang dapat membantu remaja mempelajari keterampilan baru, mengeksplorasi minat, dan mengembangkan bakat (Janitra et al., 2021). Dalam penelitian ini responden akan *login* aplikasi yang sudah di *instal* di *smartphone android* masing-masing, setelah *login* responden membuka menu modul edukasi dan membaca modul sesuai dengan yang di instruksikan. Dengan membaca modul edukasi di dalam aplikasi tersebut responden dapat mengetahui cara untuk mencari kekuatan diri, kelemahan diri serta cara mengembangkannya agar menjadi lebih baik. Dengan mengetahui kekuatan diri diharapkan responden berfokus untuk meningkatkan kekuatan dirinya agar meningkatkan citra diri menjadi lebih baik

Dalam penelitian ini, peneliti memberikan intervensi pada 1 kelompok besar, Berdasarkan hasil penelitian ini citra diri responden didapatkan hasil menjadi cukup baik. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa metode yang digunakan memberi efek positif. Melalui penelitian ini, peneliti berpendapat bahwa dengan meningkatkan pengetahuan responden tentang cara peningkatan kekuatan diri sesuai yang ada di modul edukasi masalah pada citra diri dapat berubah kearah yang lebih baik, mempengaruhi masalah citra diri yang sedang dialami oleh remaja *acne vulgaris*. Responden dapat meningkatkan citra diri yang lebih baik lagi dengan cara mengembangkan kekuatan dirinya sesuai langkah-langkah yang sudah responden pelajari dari modul edukasi *e-PowerMe*.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SMAN 1 Kandangan terhadap citra diri pada remaja *acne vulgaris*, maka dapat disimpulkan sebagai berikut seluruh responden mengalami citra diri kurang sebelum diberikan intervensi *e-PowerMe* berbasis aplikasi. Setelah diberikan intervensi *e-PowerMe* berbasis aplikasi seluruh responden mengalami citra diri cukup dan baik. *e-PowerMe* berbasis aplikasi dapat meningkatkan citra diri pada remaja *acne vulgaris*. Disarankan untuk peneliti selanjutnya bisa melakukan penelitian dengan design

Quasi Eksperimen agar bisa melihat perbandingan antara kelompok kontrol dan kelompok perlakuan. Selain itu peningkatan fitur aplikasi dengan menambahkan fitur grup diskusi sehingga pengguna aplikasi dapat berdiskusi dengan pengguna aplikasi lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

1. Hardiyanti S. Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Harga Diri Pada Remaja Yang Mengalami Obesitas. Published online 2019:1-16.
2. Sibero HT, Sirajudin A, Anggraini D. Prevalensi dan Gambaran Epidemiologi Akne Vulgaris di Provinsi Lampung The Prevalence and Epidemiology of Acne Vulgaris in Lampung. *J Farm Komunitas*. 2019;3(2):62-68. <https://e-journal.unair.ac.id/JFK/article/view/21922>
3. Afifah FN. Hubungan Perilaku Kebersihan Wajah Dengan Kejadian Akne Vulgaris Pada Remaja Di Smkn 2 Ponorogo. Published online 2022.
4. SASMITA AMD. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Remaja Dengan Kejadian Akne Vulgaris Di Kampung Negara Batin Lampung*.; 2021.
5. Nindi F. Hubungan Antara Obesitas Dengan Citra Tubuh (Body Image) Dan Harga Diri (Self-Esteem) Pada Remaja Di SMA Pertiwi 1 Padang. Published online 2016:1-23.
6. Pramitasari S, Ariana AD. Hubungan antara Konsep Diri Fisik dan Kecenderungan Kecemasan Sosial pada Remaja Awal. *J Psikol Klin dan Kesehat Ment*. 2014;3(1):48-53.
7. Falakhiyyah R. Hubungan Antara Timbulnya Akne Vulgaris Dengan Citra Diri Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan. Published online 2023.
8. Aryani DT, Riyaningrum W. Hubungan Akne Vulgaris (Av) Dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa Universitas Purwokerto Angkatan 2021. *J Kesehat Tambusai*. 2022;3(3):2774-0524.
9. Agustiningasih T, Pradanie R, Pratiwi IN. Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Kepercayaan Diri Akibat Timbulnya Akne Vulgaris pada Remaja Berdasarkan Teori Adaptasi Roy di SMA 17 Agustus 1945 Surabaya. *J Keperawatan Muhammadiyah*. 2019;4(1). doi:10.30651/jkm.v4i1.2108
10. Dewi NS. Pengaruh citra diri dengan rasa iri remaja yang melakukan selfie (self potrait). 2017;1.
11. Pop CL. Self-esteem and body image perception in a sample of university students. *Egit Arastirmalari - Eurasian J Educ Res*. 2016;(64):31-44. doi:10.14689/ejer.2016.64.2
12. Amellia E. Hubungan Citra Tubuh Terhadap Tingkat Kepercayaan Diri Remaja Dengan Masalah Akne Vulgaris Di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jakarta Tahun 2021. 2021;05.
13. YANA IM. Peran Orang Tua Terhadap Kesehatan Mental Anak Dalam Menghadapi Program Daring Pada Masa Pandemi Di Desa Enggal Rejo Kecamatan Adiluwih Kabupaten Pringsewu. *J Chem Inf Model*. 2021;53(February):2021. <https://doi.org/10.1080/09638288.2019.1595750><https://doi.org/10.1080/17518423.2017.1368728><http://dx.doi.org/10.1080/17518423.2017.1368728><https://doi.org/10.1016/j.ridd.2020.103766><https://doi.org/10.1080/02640414.2019.1689076>[ps://doi.org/](https://doi.org/)
14. Fitri A, Neherta M, Sasmita H. Faktor – Faktor Yang Memengaruhi Masalah Mental Emosional Remaja Di Sekolah Menengah Kejuruan (Smk) Swasta Se Kota Padang Panjang Tahun 2018. *J Keperawatan Abdurrah*. 2019;2(2):68-72. doi:10.36341/jka.v2i2.626
15. Faizah F, Amna Z. bullying dan kesehatan mental pada remaja SMA di Banda Aceh. 2017;3(1):77.
16. Bruhns A, Lüdtke T, Moritz S, Bücken L. A mobile-based intervention to increase self-

- esteem in students with depressive symptoms: Randomized controlled trial. *JMIR mHealth uHealth*. 2021;9(7). doi:10.2196/26498
17. Indriani D, Rahayuningsih SI. Duration and Prolonged Use of Smartphone in Adolescent. *J Ilm Mhs Fak Keperawatan*. 2021;5(1):124-130.
 18. Nisa K, Widad N, Arjanggih R. Hubungan Antara Self Esteem dengan Penyesuaian Diri pada. *Konstelasi Ilm Mhs Unissula*. 2021;000:128-135.
 19. Wahyuni E, Arsita T. Gambaran self-compassion siswa di SMA negeri se-jakarta pusat. *Insight J Bimbingan dan Konseling*. 2019;8(2):125-135. <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/insight/article/view/12370>
 20. Agum, Nouval R. Teknik merawat kualitas diri pada dewasa awal: Belajar dari pengalaman Self-care techniques for early adults: Learning from experience. *J Indones Psychol Sci*. 2022;02(2):145-167. <https://10.0.73.172/jips.v2i2.19223>
 21. Janitra PA, Prihandini P, Aristi N. Pemanfaatan Media Digital Dalam Pengelolaan Kesehatan Mental Remaja Di Era Pandemi. *Bul Udayana Mengabdi*. 2021;20(1):18. doi:10.24843/bum.2021.v20.i01.p04