

HUBUNGAN EFLUVIUM DENGAN PENGGUNA JILBAB DI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALEMBANG

Relationship between effluvium and hijab users in Faculty of Medicine Universitas Muhammadiyah Palembang

Rizky Saniyyah Wahyuni¹, Ertati Suarni², Raden Pamudji^{3*}

¹Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang

²Departemen Farmakologi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang

³Departemen Ilmu Penyakit Kulit dan Kelamin Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang

ABSTRAK

Kerontokan rambut (effluvium) adalah suatu kelainan dengan terlepasnya rambut berkisar 120 helai per hari, dengan atau tanpa penipisan yang tampak. Salah satu faktor penyebab effluvium adalah tarikan rambut. Tingkat keparahan dan keluhan kejadian effluvium lebih sering pada wanita yang berjilbab. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan effluvium dengan penggunaan jilbab pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. Jenis penelitian analitik dengan metode *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini seluruh mahasiswa Kedokteran Muhammadiyah Palembang. Pengambilan sampel dengan teknik *simple random sampling* adalah sebanyak 117 orang dan memenuhi kriteria inklusi serta eksklusi. Data didapatkan melalui pengisian kuisioner dan dianalisis secara bivariat. Hasil penelitian menggunakan uji *chi square test* didapatkan terdapat hubungan effluvium dengan bahan jilbab (*p value* 0,006), terdapat hubungan antara effluvium dengan tarikan rambut (*p value* 0,036), terdapat hubungan antara effluvium dengan kepadatan rambut atau memakai dalaman jilbab (*p value* 0,041), terdapat hubungan antara effluvium dengan lama pemakaian jilbab (*p value* 0,046) dan terdapat hubungan antara effluvium dengan penggunaan jilbab yang salah (*p value* 0,039). Sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan antara effluvium dengan pengguna jilbab pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang.

Kata Kunci : Effluvium, Penggunaan Jilbab, Kerontokan Rambut

ABSTRACT

*Hair loss (effluvium) is a disorder which hair loss ranges from approximately 120 strands per day, with or without visible thinning. One of the most common factors causing effluvium is traction. The severity and initial onset of effluvium is more common in women with hijab. This study aimed to determine relationship between effluvium with using hijab on female students of Faculty Medicine, University Muhammadiyah Palembang (FK UM Palembang). This was an analytic research with cross sectional design. Population in this study was all female students in FK UM Palembang. Sampling used simple random sampling technique and a sample size of 117 subjects that had met inclusion and exclusion criteria. Data obtained through filling out questionnaire. Chi Square test result found that there was a relationship between effluvium and hijab (*p value* 0.006), there was relationship between effluvium and hair pulling (*p value* 0.036), there was relationship between effluvium and hair density (*p value* 0.041), there was relationship between effluvium and the duration of using hijab (*p value* 0.046) and there was relationship between effluvium and misuse of hijab (*p value* 0.039). So, it can be concluded that there is relationship between effluvium and hijab on female students of Faculty Medicine, University Muhammadiyah Palembang.*

Keywords: Effluvium, Hijab, Hairfall

*Corresponding author: raden_pamudji@yahoo.com

Pendahuluan

Rambut merupakan salah satu adneksa kulit yang terdapat pada seluruh tubuh, kecuali telapak tangan, telapak kaki, kuku dan bibir.¹ Pertumbuhan rambut terjadi mengikuti proses siklus yang terdiri dari 3 fase, yaitu fase pertumbuhan (anagen), fase regresi (katagen) dan fase istirahat (telogen). Biasanya rambut akan terlepas (rontok) pada fase anagen maupun telogen.² Kerontokan rambut (efluvium) adalah suatu kelainan dimana terlepasnya rambut yang berkisar kurang lebih 120 helai per hari, dengan atau tanpa penipisan yang tampak.³

Efluvium terjadi di seluruh dunia dengan prevalensi yang berbeda-beda pada tiap negara. Di United States kejadian rambut rontok menimpa 50 juta orang dan 20 juta di antaranya adalah wanita.⁴ Di Korea terdapat 25 orang perempuan yang terkena kerontokan rambut diantaranya, terkena pada seluruh bagian kepala ada 13 orang (52%), pada bagian frontal ada 10 orang (40%) dan bagian oksipital ada 2 orang (8%).⁵ Di Jakarta prevalensi yang mengalami efluvium sebanyak (50%) pada perempuan usia 14-28 tahun.⁶ Di Surabaya angka kejadian efluvium sebanyak (53,3%) pada pengguna jilbab

di Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma.⁸

Salah satu faktor tersering penyebab efluvium adalah tarikan. Pada keadaan ini, folikel rambut jadi atrofi.¹⁷ Efluvium dapat terjadi pada tatanan rambut dan kebiasaan menarik rambut (trikotilomania). Tingkat keparahan dan *onset* awal terjadinya efluvium lebih sering terjadi pada wanita yang mempunyai riwayat tarikan rambut yang biasanya dialami oleh wanita yang berjilbab. Selain faktor tarikan ada juga faktor lain yang menyebabkan efluvium, yaitu faktor kelembapan, suhu, infeksi, trauma, kekurangan gizi, gangguan endokrin, dll.¹

Pada dasarnya jilbab digunakan untuk pakaian yang berperan sebagai tirai, bagi wanita muslim mengenaikannya untuk melindungi bagian tubuh, seperti kepala, wajah, dada, dan seluruh tubuh.¹⁹ Dalam Al-Qur'an, seorang wanita diwajibkan untuk menutupi auratnya. Para mahasiswi di FK UMP dituntut untuk selalu memakai jilbab saat melakukan aktivitas mereka. Mahasiswi memiliki aktivitas yang setiap harinya mengenakan jilbab, dimana ketika berjilbab harus selalu mengikat rambut dalam jangka waktu yang lama didalam lingkungan yang panas sehingga

menyebabkan kelembaban kulit kepala meningkat.¹⁸ Jilbab juga digunakan menutupi kepala wanita yang selalu di pakai dalam lingkungan apapun. Ketika dalam lingkungan yang panas maka kelembaban kulit kepala akan meningkat. Kelembaban kulit kepala yang tinggi menciptakan kondisi yang baik untuk kolonisasi dan perkembangbiakan mikroorganisme. Kulit kepala merupakan area yang unik diantara area kulit yang lain pada tubuh manusia, dengan kepadatan folikel yang tinggi dan tingkat produksi sebum yang tinggi. Hal-hal inilah yang dapat meningkatkan terjadinya kerontokan pada rambut atau bisa disebut efluvium. Peningkatan pemakaian jilbab di masyarakat dan cara pemakaian jilbab yang salah sering menimbulkan kerontokan rambut. Sampai saat ini hubungan kerontokan rambut terhadap jilbab belum diketahui.

Berdasarkan latar belakang diatas, mendorong peneliti untuk melakukan penelitian tentang hubungan kerontokan rambut dengan keluhan penggunaan jilbab di FK UMP.

Metode Penelitian

Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian deskriptif analitik dengan

pendekatan *cross sectional*. Populasi target pada penelitian ini adalah seluruh wanita berjilbab di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang tahun 2019, sedangkan populasi terjangkau pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswi Kedokteran Muhammadiyah Palembang yang memenuhi kriteria inklusi dan tidak memenuhi kriteria eksklusi. Besar sampel yang diteliti dalam penelitian ini sebesar 166 orang responden, namun hanya 117 responden yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu mahasiswi yang hadir dan bersedia menjadi partisipan. Cara Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan prosedur pengambilan sampel secara acak (*simple random sampling*). Pengambilan sampel dari semua anggota populasi dilakukan secara acak dengan cara menjatuhkan pensil ke daftar nama anggota sampel, selanjutnya dipilih sampel yang terkena bagian ujung pensil.

Hasil Penelitian

Analisis data dari hasil penelitian dapat dilihat pada beberapa tabel di bawah ini.

Tabel 1. Distribusi frekuensi bahan jilbab pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Tahun 2019

Bahan Jilbab	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Katun	67	57,3
Sifon	22	18,8
Polyester	28	23,9
Total	117	100

Berdasarkan Tabel 1 diperoleh responden dengan memakai bahan jilbab katun sebanyak 67 responden (57,3%), bahan jilbab sifon sebanyak 22 responden dengan memakai bahan menggunakan bahan polyester sebanyak 28 responden (23,9%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi tarikan rambut pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Tahun 2019

Tarikan Rambut	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Longgar	51	43,6
Tidak diikat	66	56,4
Total	117	100,0

Berdasarkan Tabel 2 diperoleh responden dengan tarikan rambut longgar sebanyak 51 responden (43,6%) dan responden dengan tarikan rambut kencang sebanyak 66 responden (56,4%).

Tabel 3. Distribusi frekuensi kepadatan rambut (memakai dalaman jilbab) pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Tahun 2019

Kepadatan Rambut (memakai dalaman jilbab)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Tidak memakai	44	37,6
Tertutup sebagian	35	29,9
Tertutup keseluruhan	38	32,5
Total	117	100,0

Berdasarkan Tabel 3 diperoleh responden yang tidak memakai dalaman jilbab sebanyak 44 responden (37,6%), memakai dalaman jilbab tertutup sebagian sebanyak 35 responden (29,9%), dan yang tertutup keseluruhan sebanyak 38 responden (32,5%).

Tabel 4. Distribusi frekuensi lama pemakaian jilbab pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Tahun 2019

Lama Pemakaian Jilbab	Frekuensi (n)	Persentase (%)
<8 jam perhari	18	15,4
8 jam perhari	16	13,7
>8 jam perhari	83	70,9
Total	117	100,0

Berdasarkan Tabel 4 diperoleh responden dengan lama pemakaian jilbab <8jam sebanyak 18 responden (15,4%), dalam kurun waktu 8 jam

sebanyak 16 orang (13,7%), dan jam sebanyak 83 responden (70,9%).
responden yang lama pemakaiannya >8

Tabel 5. Distribusi frekuensi penggunaan jilbab pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Tahun 2019

Distribusi frekuensi penggunaan jilbab	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Penggunaan Jilbab Benar	34	29,1
Penggunaan Jilbab Salah	83	70,9
Total	117	100,0

Berdasarkan Tabel 5 sebanyak 117 responden diperoleh responden dengan penggunaan jilbab secara benar (memakai bahan jilbab jenis katun, mengikat rambut dengan longgar, menggunakan dalaman jilbab dari bahan yang dapat menyerap keringat serta memiliki sirkulasi udara, dan lamanya waktu penggunaan jilbab tidak lebih

dari 8 jam dalam sehari) sebanyak 34 responden (29,1%) dan penggunaan jilbab secara salah (memakai bahan jilbab sifon, mengikat rambut dengan kencang, dan lamanya waktu penggunaan jilbab lebih dari 8 jam dalam sehari) sebanyak 83 responden (70,9%).

Tabel 6. Distribusi frekuensi jumlah kerontokan rambut pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Tahun 2019

Jumlah Kerontokan Rambut	Frekuensi (n)	Persentase (%)
40-100 helai	84	71,8
100-120 helai	28	23,9
>120 helai	5	4,3
Total	117	100,0

Berdasarkan Tabel 6 diperoleh responden yang mengalami kerontokan sebanyak 40-100 helai ada 84 responden (71,8%), 100-120 sebanyak

28 responden (23,9%), sedangkan yang >120 helai sebanyak 5 responden (4,3%).

Tabel 7. Distribusi frekuensi mencuci rambut pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Tahun 2019

Mencuci Rambut	Frekuensi (n)	Persentase (%)
3 kali dalam seminggu	35	29,9
2 kali dalam seminggu	16	13,7
Setiap hari dalam seminggu	66	56,4
Total	117	100,0

Tabel 7 diperoleh responden yang mencuci rambut 3 kali sebanyak 35 responden (29,9%), 2 kali sebanyak 16

responden (13,7%), dan yang mencuci rambut setiap hari sebanyak 66 responden (56,4).

Tabel 8. Distribusi frekuensi kebiasaan menyisir rambut pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Tahun 2019

Kebiasaan Menyisir Rambut	Frekuensi (n)	Persentase (%)
3 kali sehari	13	11,1
2 kali sehari	59	50,4
>3 kali sehari	45	38,5
Total	117	100,0

Berdasarkan Tabel 8 diperoleh responden yang menyisir rambut 3 kali sebanyak 13 responden (11,1%), 2 kali

sebanyak 59 responden (50,4%), dan yang >3 kali sebanyak 45 responden (38,5%).

Tabel 9. Distribusi frekuensi tekanan psikis pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Tahun 2019

Tekanan Psikis	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Tidak Pernah	107	91,5
UBKM	2	1,7
Psikiater	8	6,8
Total	117	100,0

Berdasarkan tabel 9 diperoleh responden yang tidak pernah berkonsultasi tentang masalah psikisnya sebanyak 107 responden (91,5%),

UBKM 3 responden (1,7%), dan pernah konsultasi pada psikiater sebanyak 8 responden (6,8%).

Tabel 10. Distribusi frekuensi penyakit pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Tahun 2019

Penyakit	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Tidak Pernah	61	52,1
Pernah	56	47,9
Total	117	100,0

Berdasarkan tabel 10 diperoleh responden yang menjawab tidak pernah

sebanyak 61 responden (52,1%) dan pernah sebanyak 56 responden (47,9%).

Tabel 11. Distribusi frekuensi pola makan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Tahun 2019

Pola Makan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Kadang-kadang	88	75,2
Sering	29	24,8
Total	117	100,0

Berdasarkan tabel 11 diperoleh responden yang menjawab kadang-kadang sebanyak 88 responden (75,2%) sedangkan yang menjawab sering sebanyak 29 responden (24,8%).

Tabel 12. Distribusi frekuensi kerontokan rambut pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Tahun 2019

Distribusi frekuensi kerontokan rambut	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Rambut Tidak Rontok	94	80,3
Rambut Rontok	23	19,7
Total	117	100,0

Berdasarkan Tabel 12 sebanyak 117 responden diperoleh dengan rambut rontok sebanyak 23 responden (19,7%) dan rambut tidak rontok sebanyak 94 responden (80,3%).

Tabel 13. Hubungan kerontokan rambut (effluvium) dengan bahan jilbab pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Tahun 2019

Kerontokan Rambut (effluvium)	Bahan Jilbab						Jumlah		Chi-square P
	Katun		Sifon		Polyester				
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Rambut tidak rontok	55	58,5	16	17	23	24,5	94	100	0,006
Rambut rontok	12	52,2	6	26,1	5	21,7	23	100	
Total	67	57,3	22	18,8	28	23,9	117	100	

Berdasarkan Tabel 13 diperoleh hasil *P-Value* (0,006) < 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kerontokan rambut (effluvium) dengan bahan jilbab.

Tabel 14 Hubungan kerontokan rambut (effluvium) dengan tarikan rambut pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Tahun 2019

Kerontokan Rambut (effluvium)	Tarikan Rambut				Jumlah		Chi-square P
	Longgar		Kencang				
	N	%	N	%	N	%	
Rambut tidak rontok	42	44,7	52	55,3	94	100	0,036
Rambut rontok	9	39,1	14	60,9	23	100	
Total	51	43,6	66	56,4	117	100	

Berdasarkan Tabel 14 diperoleh hasil *P-Value* (0,036) < 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kerontokan rambut (effluvium) dengan tarikan rambut.

Tabel 15 Hubungan kerontokan rambut (efluvium) dengan kepadatan rambut (memakai dalaman jilbab) pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Tahun 2019

Kerontokan Rambut (efluvium)	Kepadatan Rambut (memakai dalaman jilbab)						Jumlah		Chi-square P
	Tidak memakai		Tertutup sebagian		Tertutup keseluruhan				
	N	%	N	%	N	%	N	%	
	Rambut tidak rontok	36	38,3	30	31,9	28	29,8	94	
Rambut rontok	8	34,8	5	21,7	10	43,5	23	100	
Total	44	37,6	35	29,9	38	32,5	117	100	

Berdasarkan tabel 15 diperoleh hubungan antara kerontokan rambut hasil *P-Value* (0,041) < 0,05 sehingga (efluvium) dengan kepadatan rambut dapat disimpulkan bahwa terdapat (memakai dalaman jilbab).

Tabel 16 Hubungan kerontokan rambut (effluvium) dengan lama pemakaian jilbab pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Tahun 2019

Kerontokan Rambut (effluvium)	Lama Pemakaian Jilbab						Jumlah		Chi-square P
	< 8 jam sehari		8 jam sehari		>8 jam sehari				
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Rambut tidak rontok	12	12,8	8	8,5	67	71,8	94	100	0,046
Rambut rontok	6	26,1	7	30,4	16	69,5	23	100	
Total	18	15,4	16	13,7	83	70,9	117	100	

Berdasarkan Tabel 16 diperoleh bermakna antara kerontokan rambut hasil *P-Value* (0,046) < 0,05 sehingga (effluvium) dengan lama pemakaian dapat disimpulkan bahwa terdapat jilbab.

Tabel 17 Hubungan kerontokan rambut (e fluvium) dengan penggunaan jilbab pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Tahun 2019

Penggunaan Jilbab	Kerontokan Rambut (Efluvium)				Jumlah		Chi-square P	OR (95 % CI)
	Rambut Tidak Rontok		Rambut Rontok					
	N	%	N	%	N	%		
Benar	29	85,3	5	14,7	34	100	0,039	1,606
Salah	65	78,3	18	21,7	83	100		
Total	94	80,3	23	19,7	117	100		

Berdasarkan Tabel 17 sebanyak 34 responden dengan penggunaan jilbab secara benar, mengalami rambut rontok sebanyak 5 responden (14,7%) sedangkan rambut tidak rontok sebanyak 29 responden (85,3%). Responden dengan penggunaan jilbab secara salah sebanyak 83 responden, mengalami kerontokan rambut sebanyak 18 responden (21,7%), sedangkan rambut tidak rontok sebanyak 65 responden (78,3%).

Berdasarkan Tabel 17 diperoleh nilai OR (1,606). Sehingga dapat

disimpulkan bahwa responden dengan penggunaan jilbab secara benar cenderung tidak mengalami rambut rontok 1,606 kali lipat dibandingkan dengan responden penggunaan jilbab secara salah. Ternyata, penggunaan jilbab secara salah memiliki hubungan dengan efluvium (kerontokan rambut)

Berdasarkan Tabel 17 diperoleh variabel penggunaan jilbab secara salah memiliki hubungan dengan kerontokan rambut (efluvium). Hasil *P-Value* (0,039) < 0,05 sehingga H_0 ditolak.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian terhadap efluvium pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang, diperoleh responden mahasiswi yang memakai bahan jilbab katun sebanyak 102 responden (61,4%), bahan jilbab sifon sebanyak 26 responden (15,7%), dan yang menggunakan bahan polyester sebanyak 38 responden (22,9%). Kualitas bahan katun paris sebenarnya hampir sama dengan katun jepang, akan tetapi hanya lebih tipis saja. Daya serapnya bagus sehingga harganya pun relatif mahal.⁹

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa responden dengan tarikan rambut longgar sebanyak 71

responden (42,8%), rambut tidak diikat sebanyak 3 responden (1,8%), responden dengan tarikan rambut kencang sebanyak 92 responden (55,4%). Salah satu faktor tersering penyebab efluvium adalah tarikan. Pada keadaan ini, folikel rambut jadi atrofi. Selain faktor tarikan ada juga faktor lain yang menyebabkan efluvium, yaitu faktor kelembapan, suhu, infeksi, trauma, kekurangan gizi, gangguan endokrin, dll.¹

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh responden dengan lama pemakaian jilbab < 8 jam sebanyak 23 responden (13,9%), dalam kurun waktu 8 jam sebanyak 26 orang (15,7%), dan responden yang lama pemakaiannya > 8 jam sebanyak 117 responden (70,5%). Penggunaan jilbab dalam jangka waktu yang lama menyebabkan lingkungan yang panas, sehingga kelembaban kulit kepala meningkat. Kelembaban kulit kepala yang tinggi menciptakan kondisi baik untuk perkembangbiakan mikroorganisme. Hal ini dapat meningkatkan terjadinya kerontokan rambut. Jika terlalu sering ditutup, rambut akan lembab dan kepanasan sehingga bisa menimbulkan *problem* atau masalah pada rambut. Bagi mereka yang sering menggunakan penutup kepala menyebabkan kulit kepala

menjadi lembab. Kulit kepala yang lembab dapat memperbesar kemungkinan rambut mudah rontok. Hal ini terjadi karena proses penguapan tubuh melalui kulit yang terganggu akibat pemakaian jilbab maupun kerudung selama sehari penuh.¹⁰

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh penggunaan jilbab secara benar sebanyak 50 responden (30,1%) dan penggunaan jilbab secara salah sebanyak 116 responden (69,9%), hal yang sama juga dilaporkan oleh Nikmah (2015) sebanyak 60 responden yang diteliti diperoleh hasil sebanyak 33 responden (55%) memiliki perilaku penggunaan jilbab secara salah. Penggunaan jilbab secara salah yaitu penggunaan jilbab yang tidak mengikuti tatacara, teknik atau metode yang benar.⁸

Umumnya wanita berjilbab kurang memperhatikan hal-hal tersebut. Mereka lebih menekankan unsur mode, kepantasan atau kesukaan. Penggunaan jilbab secara salah akan berdampak buruk pada kesehatan rambut. Banyak kaum hawa memakai jilbab hanya untuk mengikuti trend zaman tanpa memperhatikan bagaimana tatacara penggunaan jilbab yang memenuhi unsur kesehatan.¹¹

Berdasarkan hasil penelitian, ada beberapa hal yang perlu diperhatikan bagi pengguna jilbab, untuk mengurangi risiko kejadian efluvium adalah; memakai bahan jilbab jenis katun, mengikat rambut dengan longgar, menggunakan dalaman jilbab dari bahan yang dapat menyerap keringat serta memiliki sirkulasi udara, dan lamanya waktu penggunaan jilbab tidak lebih dari 8 jam dalam sehari.

Kerontokan Rambut

Berdasarkan hasil penelitian di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang diperoleh 40-100 helai sebanyak 112 responden (67,5%), 100-120 sebanyak 46 responden (27,7%), sedangkan yang >120 helai sebanyak 8 responden (4,8%). Hal ini sejalan dengan penelitian Med Maya (2013) yang mengatakan rambut berjatuhan setiap hari menjadi hal normal, normalnya <100 helai per hari. Kerontokan rambut adalah suatu kelainan, terlepasnya rambut berkisar kurang lebih 120 helai perhari dengan atau tanpa penipisan yang tampak.³

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa responden yang menyisir rambut 3 kali sebanyak 17 responden (10,2%), 2 kali sebanyak 85

responden (51,2%), dan >3 kali sebanyak 64 responden (38,6%). Menyisir rambut adalah kegiatan yang harus dilakukan setiap hari. Orang yang mempunyai rambut panjang disarankan untuk menyisir rambut di malam hari sebelum tidur. Karena menyisir rambut di malam hari, sirkulasi pada kulit kepala dan akar rambut menjadi lebih baik sehingga rambut dapat tumbuh dengan sehat.¹³

Berdasarkan hasil penelitian untuk mengetahui adanya pengaruh psikis terhadap kejadian efluvium, diperoleh responden yang tidak pernah bermasalah terhadap psikis ditunjukkan dengan jawaban tidak pernah berkonsultasi diperoleh 148 responden (89,2%), UBKM sebanyak 6 responden (3,6%), dan pernah konsultasi pada psikiater sebanyak 12 responden (7,2%). Hal ini sesuai dengan pendapat Pinuji (2009) mahasiswi juga harus memperhatikan faktor internal yang ada dalam diri mahasiswi tersebut, seperti kebiasaan hidup yang teratur, menghindari stress yang berlebihan. Rambut rontok disebabkan oleh dua faktor yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Pada faktor eksternal yang menyebabkan terjadinya kerontokan dapat disebabkan oleh gaya rambut, bahan kimia, radikal bebas dan juga

oleh pemakaian jilbab. Sedangkan faktor internal yang mempengaruhi kerontokan rambut bisa diakibatkan oleh keturunan, hormonal stress dan beberapa penyakit.¹²

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pola makan yang sesuai dengan pedoman gizi seimbang diperoleh responden yang menjawab selalu sebanyak 11 responden (6,6%), menjawab kadang-kadang sebanyak 115 responden (115%) dan menjawab sering sebanyak 40 responden (24,1%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Grover dan Kurana kerontokan rambut dapat disebabkan oleh gangguan nutrisi. Malnutrisi berpengaruh pada pertumbuhan rambut seperti kekurangan vitamin B12, asam folat, asam amino, karbohidrat, lemak, protein, mineral dan zat besi. Pada keadaan ini rambut mejadi kering karena kehilangan pigmen setempat sehingga dapat menyebabkan kerontokan rambut.¹⁵

Berdasarkan hasil penelitian, setelah dilakukan penjumlahan *scoring* diperoleh responden dengan hasil rambut tidak rontok sebanyak 117 responden (70,5%) dan responden dengan hasil rambut rontok sebanyak 49 responden (29,5%). Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan Nikmah (2015) sebanyak 60 responden

yang diteliti diperoleh hasil sebanyak 32 responden (53%) mengalami kerontokan rambut. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan pendapat Soepardiman salah satu indikator rambut tidak sehat ialah terjadinya efluvium. Indikasi efluvium terlihat pada saat menyisir rambut, banyak rambut yang lepas dan tertinggal disisir, bangun tidur ada rambut yang menempel pada bantal atau tempat tidur, ketika menggenggam rambut banyak rambut yang tercabut dan rambut terlihat semakin menipis.¹

Pembahasan Bivariat

Berdasarkan analisis data terdapat hubungan bermakna antara variabel penggunaan jilbab dengan kerontokan rambut (effluvium) diperoleh nilai kemaknaan *P-Value* (0,012), hal yang sama dilaporkan oleh Nikmah (2015) pada mahasiswi di Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya Tahun 2015 berdasarkan uji statistik terdapat hubungan yang bermakna antara perilaku pemakaian jilbab dengan kerontokan rambut pada mahasiswi di Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang menjadi responden diperoleh *P-Value* (0.0001) $<\alpha$ (0,05).⁸

Berjilbab bukan penyebab kerontokan rambut. Kerontokan rambut

terjadi karena perilaku orang yang memakai jilbab tersebut tidak mengikuti tatacara atau ketentuan memakai jilbab secara benar. Misalnya dalam pemilihan bahan jilbab, sering memakai jilbab kurang memperhatikan unsur bahan. Bahan jilbab yang baik adalah bahan yang mampu menyerap keringat, contohnya katun. Penggunaan bahan yang licin seperti sifon akan mempercepat kerusakan rambut. Bahan sifon merupakan bahan yang tergolong panas karena konstruksinya yang rapat. Penggunaan jilbab berbahan sifon menyebabkan lingkungan disekitar kulit kepala menjadi panas. Lingkungan yang panas dapat mengakibatkan sekresi keringat berlebih dan maserasi. Terjadinya maserasi (penumpukan kotoran kulit kepala) menyebabkan kelembapan kulit kepala meningkat. Kelembapan kulit kepala yang tinggi menciptakan kondisi yang baik untuk kolonisasi dan perkembangbiakan mikroorganisme.¹⁶ Hal dapat memperbesar kemungkinan kerontokan rambut. Sesuai pendapat yang dikemukakan oleh Sireger jika terlalu sering ditutup, rambut akan lembab dan kepanasan sehingga bisa menimbulkan *problem* atau masalah pada rambut. Begitu juga pemilihan dalaman jilbab, sebaiknya dari bahan yang menyerap

keringat dan memiliki sirkulasi udara yang baik. Menghindari terjadinya efluvium pada pengguna jilbab perlu memperhatikan hal-hal sebagai berikut, menyisir rambut setiap hari, mencuci rambut sebanyak 3 kali dalam seminggu, mengkonsumsi makanan sesuai dengan pedoman gizi seimbang, menghindari adanya tekanan psikis.^{10,21}

Berjilbab merupakan kewajiban setiap muslimah. Berjilbab tidak akan menyebabkan kerusakan atau kerontokan rambut jika digunakan secara benar, bahkan dengan berjilbab akan melindungi dari hal-hal buruk serta menambah kecantikan.

Simpulan dan Saran

Angka kejadian Efluvium pada mahasiswi di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang Tahun 2019 adalah 19,7%. Faktor-faktor penyebab efluvium pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang adalah; lama waktu pemakaian jilbab >8jam sehari, trauma mekanis seperti mengikat rambut dengan kencang, dan kurang mengkonsumsi makanan sesuai pedoman gizi seimbang dan terdapat hubungan yang bermakna antara kejadian efluvium dengan pengguna jilbab secara salah.

Beberapa hal disarankan untuk penelitian selanjutnya perlu mempertimbangkan untuk menyertakan metode lain. Untuk masyarakat sebaiknya perlu memperhatikan beberapa hal sebagai berikut; memakai bahan jilbab jenis katun, mengikat rambut dengan longgar, menggunakan dalaman jilbab dari bahan yang dapat menyerap keringat serta memiliki sirkulasi udara, dan lamanya waktu penggunaan jilbab tidak lebih dari 8 jam dalam sehari. Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan, motivasi atau sandaran. Berjilbab merupakan perilaku yang benar, baik ditinjau dari agama maupun kesehatan. Sedangkan untuk instansi, penelitian ini juga dapat menjadi masukan bagi pihak fakultas untuk lebih memperhatikan dan memberi edukasi kepada para mahasiswi mengenai pentingnya penggunaan jilbab secara benar.

Ucapan Terima Kasih

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya saya dapat menyelesaikan penelitian ini. Tak lupa rasa terima kasih saya haturkan kepada seluruh pihak yang terlibat dan turut membantu dalam penelitian. Semoga jurnal

penelitian ini dapat membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Daftar Pustaka

1. Soepardiman, Lily. Kelainan Rambut. Dalam: Djuanda, Adhi, dkk. Ilmu Penyakit Kulit dan Kelamin. Jakarta: Badan Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. 2010.
2. Wosicka.H,Cal.K. *Targeting to the Hair Follicles: Current Status and Potential. J. Dermatol. Sci*, Vol. 57. 2010.
3. Paus, T., Keshavan, M., & Giedd, J. N. *Why do Many Psychiatric Disorders Emerge During Adolescence? Nature Reviews Neuroscience*. Vol. 9, No. 12. 2008.
4. Swce,W., Klontz, K. C., & Lambert, L. A. *A Nationwide Outbreak of Alopecia Associated With the Use of a Hair-Relaxing Formulation. Archives of Dermatology*, Vol.136, No. 9. 2000.
5. Yun, S. J., & Kim, S.-J. *Hair Loss Pattern due to Chemotherapy-Induced Anagen Effluvium: A Cross-Sectional Observation. Dermatology*, Vol. 215, No. 1. 2007.
6. Legiawati, L., Yusharyahya, S. N., Sularsito, S. A., & Setyorini, N. D. Insidens Penyakit Kulit Di Divisi Dermatologi Geriatri Poliklinik Kulit Dan Kelamin Rumah Sakit Dr. Cipto Mangunkusumo Tahun 2008-2013. *PERDOSKI*. 2017.
7. Maya Suryadjaja Dr. Med. DCS, MS, SpGK. 2013. Mengenal Kerontokan Rambut, Sehatku: Sehat Indonesiaku.
8. Nikmah A. Pengaruh Perilaku Pemakaian Jilbab Terhadap Kerontokan Rambut Pada Mahasiswi Di Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. Skripsi. Surabaya : Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. 2015.
9. Abdurrozak, M. Kesadaran Memakai Jilbab dengan Perilaku Sosial. Semarang : UIN Walisongo
10. Siregar, Hanun. 2010. *Makin Sehat dengan Berjilbab*. Jogjakarta: Pro-U Media. 2014 : 66-69.
11. Mustafa, Nasib. *Wanita dan hijab*. Jakarta: PT. LENTERA BASRITAMA. 2009.
12. Pinuji, Sukmo. 2009. Dari Alam Untuk Kecantikan Sempurna. Yogyakarta: Oryza. p. 129.
13. Irawati, Linda. *Beauty Clopedia*. Jakarta : PT Grasindo. 2019.
14. Shashikant, N.M. *Anagen Effluvium-A Review. International Journal of Current Research and Review*, Vol. 6, No. 22. 2014.
15. Grover,C.,&Khurana, A. *Telogen effluvium. Indian Journal of Dermatology, Venereology and Leprology*, Vol. 79, No. 5. 2013.
16. Yazdabadi, A., Green, J., & Sinclair, R. *Successful Treatment of Female Pattern Hair Loss with Spironolactone in a 9-year-old Girl. Australasian Journal of Dermatology*, Vol. 50, No. 2. 2009.
17. Horev L. *Environmental and cosmetic factors in hair loss and destruction. Curr Probl Dermatol* 2007; 35: 103–17.
18. Etnawati, Kristiana, et al. "The role of *Malassezia sp*, sebum level and Trans Epidermal Water Loss (TEWL) toward the dandruff severity between hijab and non hijab wearing subjects." *Journal of the Medical Sciences (Berkala ilmu Kedokteran)* 50.3 (2018).
19. Surtiretna, Nina. *Jilbab Itu Indah*. Bandung: PT Kiblat Buku Utama 2010.
20. Schmitt, Juliano Vilaverde, et al. "Hair loss perception and

- symptoms of depression in female outpatients attending a general dermatology clinic." Anais brasileiros de dermatologia 87.3 (2012): 412-417.*
21. Hadshiew, Ina M., et al. "*Burden of hair loss: stress and the underestimated psychosocial impact of telogen effluvium and androgenetic alopecia.*" *Journal of investigative dermatology.* 123.3 (2004): 455-457.