

EFEKTIVITAS PEMBERIAN MINYAK ZAITUN TERHADAP KEJADIAN STRIAE GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PALAPA KOTA BANDAR LAMPUNG TAHUN 2018

Dainty Maternity, S.ST.,M.Keb¹ Elya Eva²

ABSTRAK

Wanita selama kehamilannya memerlukan waktu untuk beradaptasi dengan berbagai perubahan. Perubahan pada kulit yaitu tampak permukaan kulit sangat teregang yang mengakibatkan serabut kolagen mengalami ruptur yang disebut striae gravidarum (SG). Perubahan yang terjadi trimester III pada Ibu hamil diantaranya sering buang air kecil 50%, striae gravidarum 50%, hemoroid 60%, sesak nafas 60% dan sakit punggung 70%. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas minyak zaitun terhadap kejadian *striae gravidarum* pada ibu hamil primigravida Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Palapa Kota Bandar Lampung Tahun 2018..

Jenis peneltian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantittatif,Desain penelitian menggunakan metode *eksperimen* pendekatan *quasi eksperimen* dengan rancangan *pretest-posttest with control group*. Populasi dalam penelitian ini seluruh ibu hamil primigravida usia kehamilan trimester III dengan sampel sebanyak 40 sampel (20 Eksperimen dan 20 kontrol) dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Uji statistik menggunakan *uji t-independent*.

Berdasarkan hasil penlitian diketahui nilai rerata score striae gravidarum pretest minyak zaitun kelompok eksperimen 4.50, dan standar deviasinya 1.573, rerata pretest kelompok kontrol 2.54 dan deviasi 0.887. nilai rerata score striae gravidarum posttest minyak zaitun kelompok eksperimen 1.30 dan standar deviasi 0.571, rerata pada kelompok kontrol 2.35 dengan nilai standar deviasi 0.678. Ada pengaruh pemberian minyak zaitun terhadap kejadian *striae gravidarum* pada kelompok eksperimen ($p\text{-value}=0.000$). Tidak ada pengaruh pemberian minyak zaitun terhadap kejadian *striae gravidarum* pada kelompok kontrol($p\text{-value}=0.163$). Diharapkan bagi ibu hamil untuk menggunakan minyak zaitun sejak awal kehamilan untuk mencegah striae gravidarum pada kulit.

Kata kunci : Ibu Hamil, Striae Gravidarum, Minyak Zaitun

ABSTRACT

Women during pregnancy need time to adapt to various changes. Changes in the skin, namely the skin surface is very stretched which causes collagen fibers to rupture called striae gravidarum (SG). Changes that occur in the third trimester of pregnant women include frequent urination 50%, striae gravidarum 50%, hemorrhoids 60%, shortness of breath 60% and back pain 70%. This study aims to determine the effectiveness of olive oil on the incidence of striae gravidarum in primigravida trimester III pregnant in the Palapa Health Center in Bandar Lampung 2018.

The type of research used in this study is quantitative. The research design uses an experimental method of quasi-experimental approach with a pretest-posttest design with control group. The population study is all primigravida pregnant in the third trimester of pregnancy with a sample of 40 samples (20 experiments and 20 controls) with the sampling technique using purposive sampling. Statistical test uses t-independent test

The results of the study, it was found that the mean score of the striae gravidarum pretest of olive oil was experimental group 4.50, and the standard deviation was 1,573, the mean pretest of the control group was 2.54 and the deviation was 0.887. the mean score of the striae gravidarum posttest olive oil experimental group 1.30 and the standard deviation 0.571, the mean in the control group 2.35 with a standard deviation of 0.678. There is an effect of olive oil on the incidence of striae gravidarum in the experimental group ($p\text{-value} = 0.000$). There was no effect of olive oil on

the incidence of striae gravidarum in the control group (p-value = 0.163). It is expected for pregnant to use olive oil since the beginning of pregnancy to prevent striae gravidarum on the skin.

Keywords: Pregnant, Striae Gravidarum, Olive Oil

PENDAHULUAN

Masa kehamilan adalah sebuah impian yang sangat dinanti dan diharapkan oleh pasangan suami dan istri. Pada umumnya kehamilan berkembang dengan normal dan menghasilkan kelahiran bayi sehat cukup bulan melalui jalan lahir. Namun demikian tidak semua hasil kehamilan dan persalinan akan menggembirakan seorang suami, ibu dan bayi lahir sehat, tetapi ibu hamil bisa menghadapi kegawatan dengan derajat ringan sampai berat yang dapat memberikan bahaya terjadinya ketidaknyamanan, ketidakpuasan, kesakitan, kecacatan bahkan kematian bagi ibu hamil, risiko tinggi, maupun rendah yang mengalami komplikasi dalam persalinan.

Wanita selama kehamilannya memerlukan waktu untuk beradaptasi dengan berbagai perubahan yang terjadi dalam dirinya. Perubahan-perubahan yang terjadi selama kehamilan umumnya menimbulkan ketidaknyamanan dan kekhawatiran bagi sebagian besar ibu hamil. Perubahan pada ukuran tubuh, bentuk payudara, pigmentasi kulit, serta pembesaran abdomen secara keseluruhan membuat tubuh ibu hamil tersebut tampak jelek dan tidak percaya diri.

Kehamilan akan memengaruhi tubuh ibu secara keseluruhan dengan menimbulkan perubahan pada seluruh sistem organ. Sebagian besar perubahan pada tubuh ibu-ibu hamil tersebut disebabkan oleh faktor hormonal (estrogen, progesteron, human chorionic gonadotropin, dan relaksin). Perubahan pada kulit yaitu tampak permukaan kulit sangat teregang yang mengakibatkan serabut

kolagen mengalami ruptur yang disebut striae gravidarum (SG). Pada minggu ke-18 hingga 32 terjadi over distance dinding abdomen dan SG sangat berhubungan dengan hormon relaksin.

Dalam proses adaptasi tidak jarang ibu akan mengalami ketidaknyamanan yang meskipun hal itu adalah fisiologis namun tetap perlu diberikan suatu pencegahan dan perawatan, beberapa ketidaknyamanan trimester III pada Ibu hamil diantaranya sering buang air kecil 50%, keputihan 15 %, konstipasi 40%, perut kembung 30%, bengkak pada kaki 20%, kram pada kaki 10%, sakit kepala 20%, striae gravidarum 50%, hemoroid 60%, sesak nafas 60% dan sakit punggung 70%².

Striae gravidarum atau yang dikenal dengan *stretch mark* adalah perubahan pada kulit, yaitu nampak permukaan kulit yang sangat teregang serta peningkatan sekresi hormon pada korteks adrenal akibat kehamilan mengakibatkan serabut kolagen mengalami ruptur⁹. *Stretch mark* yang timbul karena kehamilan masih banyak terjadi di negara berkembang, salah satunya Indonesia yaitu mencapai angka 95% dengan *gread* atau tingkatan yang bervariasi.

Di Indonesia banyak terjadi hal demikian karena masih minimnya edukasi kesehatan bagi wanita yang sedang hamil sehingga mereka kurang tepat dalam melakukan penanganan pada *stretch mark*.

Stretch mark dalam masyarakat sering disebut dengan istilah garis kehamilan, merupakan salah satu permasalahan yang membuat wanita hamil merasa minder terhadap perubahan fisik pada perut, paha, pantat dan payudara. Pada tempat-

tempat tersebut muncul garis yang tidak beraturan. Garis tersebut ada tiga macam yaitu kategori I berwarna merah muda, kategori II berwarna merah tua, kategori III berwarna ungu dan garis setiap orang itu berbeda-beda. Hal tersebut menimbulkan kurangnya kolagen pada tubuh yang sangat membantu elastisitas kulit terutama lapisan dermis sehingga mengakibatkan renggangnya kulit, berkurangnya vitamin A, C dan E (Varney, 2007).

Wanita hamil yang mengalami *stretch mark* dan tidak diatasi akan merasakan gatal di bagian perut, rasa gatal jika digaruk akan menimbulkan luka, iritasi kulit, regenerasi kulit yang terganggu, kulit kasar dan kering, serta perasaan yang tidak enak meski perubahan yang dialaminya tidak terlihat.

Wanita yang berkulit lebih gelap tidak banyak mengalami *stretch mark*, kemungkinan karena kadar melanin dalam tubuhnya lebih banyak. Sedangkan wanita yang tubuhnya banyak memproduksi hormon *corticosteroid* atau hormon yang menurunkan kadar *collagen* kulit, lebih mudah terkena karena kulitnya kurang elastis. Ibu hamil yang banyak mengasup cairan, nutrisi tinggi, dan diet seimbang pun kulitnya lebih aman dari ancaman *stretch mark*. Dengan cukup cairan, kulit menjadi lebih elastis dan mampu merenggang seiring perkembangan tubuh selama hamil⁴.

Minyak zaitun kaya akan vitamin E. 100 g minyak *ekstra virgin* mengandung 14,39 mcg (sekitar 96%) *alpha tocopherol*. Sedangkan pada minyak kelapa (*Virgin Coconut Oil*) dalam 100 g nya hanya mengandung 0,1 mg Vitamin E. Vitamin E merupakan antioksidan larut lemak yang kuat, diperlukan untuk menjaga membran sel, selaput lendir dan kulit

dari radikal bebas berbahaya. Selain itu, minyak zaitun mempunyai kandungan lemak tak jenuh tunggal yang lebih stabil pada suhu tertinggi dibanding minyak lain seperti minyak kelapa yang banyak mengandung lemak jenuh dimana minyak zaitun adalah salah satu minyak paling sehat untuk dikonsumsi¹⁶.

Berdasarkan pra survey yang dilakukan di Di Wilayah Kerja Puskesmas Palapa Kota Bandar Lampung, yang merupakan salah satu. Berdasarkan survei awal yang dilakukan diperoleh data jumlah ibu hamil sampai dengan bulan maret 2018 adalah sebanyak 316 orang ibu hamil. Ibu dengan jumlah multigravida sebanyak 183 orang dan jumlah ibu primigravida sebanyak 133 orang, 73 orang diantaranya menyatakan mengalami tanda-tanda munculnya *striae gravidarum* pada kehamilannya.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ Efektifitas Pemberian Minyak Zaitun Terhadap Kejadian *Striae Gravidarum* Pada Ibu hamil primigravida Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Palapa Kota Bandar Lampung Tahun 2018”.

METODE

Rancangan Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif eksperimental dengan penialian pre dan post eksperimental.

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu hamil primigravida dengan usia kehamilan trimester III yang ada di Wilayah Kerja Puskesmas Palapa Bandar Lampung Tahun 2018 periode Maret sampai April 2018 yaitu sebanyak 133 orang.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan purposive sampling, dimana ada kriteria inklusi yaitu: Ibu primigravida,

Usia 20-30 tahun, Kehamilan usia TM III dan bersedia menjadi objek penelitian. Untuk kriteria ekslusinya adalah Ibu dengan kembar, Polihidramnion, memepunyai penyakit kulit, menggunakan obat2an kortikosteroid, menggunakan obat (vitamin E, anti strechmark). Sampel didapat sebanyak 40 orang, yang dibagi dalam kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Cara kerja Penelitian

Kelompok eksperimen Minyak zaitun di oleskan pada perut ibu sebanyak 1 cc dan diberikan sebanyak 2 kali dalam sehari selama 4 minggu.

Setelah 4 minggu, kemudian peneliti melakukan pengukuran kembali (posttest) tingkat *striae gravidarum* ibu setelah diberikan minyak zaitun dengan cara mengobservasi langsung dan membandingkan dengan *davey score* (Julia, 2016). Pengolesan minyak zaitun dilakukan sehari 2 kali selama 4 minggu pengolesan, kemudian dilakukan kembali pengukuran tingkatan tingkatan *striae gravidarum* (Posttest) pada ibu hamil.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Ibu Hami

Tabel 1.1

Karakteristik	Kelompok Eksperimen	P (%)	Pre	Post	P-Value	Kelompok Kontrol	P (%)	Pre	Post	P-Value
	N		Mean	Mean		N		Mean	Mean	
Umur Ibu	< 25 Tahun	6	30			2	10			
	26-30 Tahun	7	35	29.00	27.57	0.478	15	75	25.50	29.06
	>31 Tahun	7	35			3	15			
	Total	20	100			20	100			
Pendidikan	SMP	1	5			0	0			
	SMA	12	60	2.42	2.71	0.575	13	65	2.50	2.53
	D III	1	5			5	25			
	S I	6	30			2	10			
	Total	20	100			20	100			
Pekerjaan	IRT	12	60	1.50	2.00	0.246	13	65	1.00	1.41
	Wiraswasta	4	20			6	30			
	PNS	4	20			1	5			
	Total	20	100			20	100			
IMT	BB Ideal (18.5-24.9)	15	75	1.17	1.29	0.565	14	70	1.00	1.41
	BB Lebih (25-29.9)	5	25			6	30			
	Total	20	100			20	100			
Riwayat Striae Gravidarum	Ada	10	50	1.33	1.86	0.027	8	40	2.00	1.53
	Tidak	10	50			12	60			
	Total	20	100			20	100			
Riwayat DM	Ada	0	0	2.00	2.00	-	0	0	2.00	2.00
	Tidak	20	100			20	100			
	Total	20	100			20	100			
	1000-1250	9	45	1.92	1.71	0.670	7	35	2.00	2.82
TBJ	1251-1500	8	40			6	30			
	1501-1750	1	5			4	20			
	1751-2000	2	10			3	15			
	2001-2250	0	0			0	0			
	Total	20	100			20	100			

Dari tabel diatas karakteristik respondem adalah usia terbanyak pada penelitian ini adalah rentan usia 26-30 yaitu sebesar 57,5%, pendidikan terbanyak pada pendidikan SMA (62,5%), pekerjaan terbanyak adalah IRT (62.5%), responden sebagian besar tidak memiliki riwayat striae gravidarum (55%), seuruh responden (100%) tidak memiliki riwayat Diabetes Militus dan sebagian besar (75%) ibu mempunyai rentang TBJ 1000-1500gr.

Pada penelitian ini tampak bahwa terdapat peningkatan sterie gravidarum jika dilihat pada karakteristik TBJ dan IMT, hal ini menunjukkan bahwa sterie gravidarum meningkat dengan bertambahnya berat badan ibu dan bertambah besarnya perut ibu

Tabel 1.2
Pengaruh Pemberian Minyak Zaitun
Sebelum dan Sesudah Pemberian
Minyak Zaitun Pada Kelompok
Eksperimen dan Kontrol Pada Ibu
Hamil

Variabel	Min	Max	Mean	Standar Deviasi	p-value	
Kelompok Eksperimen	Pretest	1	7	3.20	0.360	0.000
	Posttest	0	2			
Kelompok Kontrol	Pretest	1	4	0.20	0.615	0.163
	Posttest	1	3			

Berdasarkan Tabel 1.2 diketahui bahwa hasil pengujian menggunakan uji T- Test dependent didapatkan nilai rata-rata (mean) score frekuensi striae gravidarum pada kelompok eksperimen adalah 3.20 dan nilai standar deviasi 0.360 dengan hasil uji statistik nilai p-value < 0.05 ($0.000 < 0.05$) maka H_0 ditolak yang berarti ada pengaruh yang signifikan antara pemberian minyak zaitun terhadap kejadian striae gravidarum pada kelompok eksperimen pada ibu hamil primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Palapa Kota Bandar Lampung Tahun 2018. Sedangkan nilai rata-rata (mean) score frekuensi striae gravidarum pada kelompok kontrol adalah 0.20 dan nilai standar deviasi 0.615 dengan hasil uji statistik nilai p-value > 0.05 ($0.163 > 0.05$) maka H_0 diterima yang berarti tidak ada pengaruh yang signifikan antara pemberian minyak zaitun terhadap kejadian striae gravidarum pada kelompok kontrol pada ibu hamil primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Palapa Kota Bandar Lampung Tahun 2018.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa Karakteristik ibu hamil berdasarkan umur lebih tinggi pada kategori umur 26-30 tahun sebesar 23 ibu hamil (57.5%), sedangkan dengan kategori terendah adalah umur ≤ 25 Tahun sebesar 8 ibu hamil (20.0%). Karakteristik ibu berdasarkan usia kehamilan lebih tinggi pada kategori usia kehamilan trimester 3 sebesar 40 ibu hamil (100.0%). Karakteristik ibu berdasarkan pendidikan ibu hamil lebih tinggi pada kategori SMA sebesar 25 ibu hamil (62.5%), sedangkan dengan kategori terendah adalah SMP sebesar 1 ibu hamil (2.5%). Karakteristik ibu berdasarkan pekerjaan ibu hamil lebih tinggi pada kategori IRT sebesar 25 ibu hamil (62.5%), sedangkan dengan kategori terendah adalah PNS sebesar 5 ibu hamil (12.5%). Karakteristik ibu berdasarkan IMT ibu hamil lebih tinggi pada kategori berat badan ideal sebesar 31 ibu hamil (77.5%), sedangkan dengan kategori terendah adalah berat badan lebih sebesar 9 ibu hamil (22.5%). Karakteristik ibu berdasarkan riwayat SG ibu hamil lebih tinggi pada kategori Tidak ada Riwayat striae gravidarum sebesar 22 ibu hamil (55.0%) sedangkan dengan kategori terendah adalah ada riwayat striae gravidarum sebesar 18 ibu hamil (45.0%). Karakteristik ibu berdasarkan riwayat DM pada ibu hamil lebih tinggi pada kategori ada riwayat DM sebesar 40 ibu hamil (100.0%). ibu berdasarkan warna kulit lebih tinggi pada kategori sawo matang sebesar 16 ibu (40.0%) sedangkan dengan kategori terendah adalah warna kulit putih sebesar 14 ibu (35.0%). Karakteristik ibu berdasarkan TBJ lebih tinggi pada kategori 1000 –

1250 gr dan 1251 – 1500 gr sebanyak 15 ibu hamil (37.5%) sedangkan pada kategori terendah adalah 2001-2250 gr sebanyak 2 ibu hamil (5.0%).

Striae gravidarum terjadi karena adanya peregangan pada kulit yang berlebihan diakibatkan oleh janin yang semakin membesar, setiap ibu hamil mengalami kondisi seperti ini meskipun demikian stretch mark dapat pula terjadi pada wanita yang mengalami pertambahan usia yang mengakibatkan elastisitas kulit menjadi berkurang.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian bahwa karakteristik ibu berdasarkan usia ibu yang mengalami striae gravidarum terbesar pada usia 26-30 tahun sebesar 57.5 % dan pada usia kehamilan ibu pada trimester 3 sebesar 100 %. Umumnya stretch mark terjadi tergantung pada jenis kulit individu dan elastisitas yang dimilikinya. Jika elastisitasnya baik, kemungkinan stretch mark yang muncul pun tak banyak.

Saat hamil pengaruh dari hormon kehamilan dapat menyimpan lebih banyak lemak yang dapat melindungi janin sehingga terjadilah penumpukan lemak. Perkembangan yang lebih cepat pada stretch mark terutama pada bagian paha, perut dan buah dada. Meskipun tidak menutup kemungkinan stretch mark dapat muncul pada bagian bokong, paha dan bagian lengan atas. Perubahan pada kulit yaitu tampak permukaan kulit sangat teregang yang mengakibatkan serabut kolagen mengalami ruptur yang disebut striae gravidarum. Pada minggu ke-18 hingga 32 terjadi over distance dinding abdomen dan striae gravidarum sangat berhubungan dengan hormon relaksin. Sekresi relaksin tersebut akan ditingkatkan oleh human chorionic gonadotropin.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang didapat bahwa pada usia kehamilan trimester tiga banyak ibu yang mengalami bercak atau stria gravidarum pada kulit nya.

Rerata Score Frekuensi Striae Gravidarum Sebelum Pemberian Minyak Zaitun Pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan nilai rerata score frekuensi striae gravidarum sebelum pemberian minyak zaitun pada kelompok eksperimen pada ibu hamil adalah 4.50 dan nilai standar deviasinya adalah 1.573, sedangkan nilai rerata sebelum pemberian pada kelompok kontrol pada ibu hamil adalah 2.54 dengan nilai standar deviasi 0.887.

Striae gravidarum adalah timbulnya garis-garis yang berwarna merah muda atau kecoklatan pada daerah kulit abdomen, paha, dan payudara. Tanda garis-garis ini bisa menjadi gelap warnanya pada multigravida dengan warna kulit gelap atau hitam. Striae gravidarum ini akan berkurang setelah masa kehamilan dan biasanya Nampak seperti garis-garis yang berwarna keperakan pada wanita kulit putih atau warna gelap/hitam yang mengkilap.

Guratan pada kulit ini biasanya muncul pada usia kehamilan empat atau lima bulan, dimana warnanya berwarna kemerah-merahan dan masih dapat disembuhkan. Namun begitu kehamilan memasuki usia tua, guratan yang timbul berwarna keputihan dan tidak dapat disembuhkan, hanya dapat disamarkan dengan produk perawatan kulit khusus untuk stretch mark.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Julia (2016) berdasarkan hasil penelitian dari 15 responden ibu hamil yang mengalami striae gravidarum yang tidak diberikan

minyak zaitun didapatkan nilai mean sebesar 2.93 dan standar deviasi 1.831. Striae Gravidarum atau Guratan pada kulit ini biasanya muncul pada usia kehamilan empat atau lima bulan, dimana warnanya berwarna kemerah-merahan dan masih dapat disembuhkan

Pada penelitian ini tampak bahwa terdapat peningkatan striae gravidarum jika dilihat pada karakteristik TBJ dan IMT, hal ini menunjukkan bahwa striae gravidarum meningkat dengan bertambahnya berat badan ibu dan bertambah besarnya perut ibu.

Rerata Score Frekuensi Striae Gravidarum Sesudah Pemberian Minyak Zaitun Pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan nilai score frekuensi striae gravidarum rerata sesudah pemberian minyak zaitun pada kelompok eksperimen pada ibu hamil adalah 1.30 dengan nilai standar deviasinya adalah 0.571, sedangkan nilai rerata sesudah pemberian pada kelompok kontrol pada ibu hamil adalah 2.35 dengan nilai standar deviasi 0.678.

Rata-rata score Frekuensi pada ibu hamil yang diberikan minyak zaitun lebih tinggi dari pada ibu hamil yang tidak diberikan minyak zaitun, artinya kejadian striae gravidarum pada ibu hamil yang diberikan minyak zaitun menurun dibandingkan pada ibu hamil yang tidak diberikan minyak zaitun.

Meningkatnya kejadian striae gravidarum karena terjadinya peregangan pada saat hamil dan kenaikan berat badan selama kehamilan. Sekitar 90% wanita memiliki striae gravidarum terutama di trimester terakhir kehamilan. Beberapa striae gravidarum menghilang dengan berjalannya waktu, sementara yang lain striae gravidarum tetap sebagai permanen. Adanya striae gravidarum

yang permanen tentu akan membuat ibu khawatir, ibu akan merasa diberbagai bagian tubuhnya tidak menarik dan terganggu dengan adanya striae gravidarum yang masih akan membekas bahkan pada kehamilan selanjutnya.

Ada beberapa cara yang dapat dilakukan untuk mencegah dan meminimalkan timbulnya stretch mark, yakni dengan meningkatkan elastisitas kulit dari dalam tubuh. Caranya adalah dengan tetap mempertahankan kulit dalam keadaan lembab atau dengan mengoleskan minyak zaitun pada kulit. Hal ini disebabkan karena Minyak zaitun (Olive Oil) adalah minyak hasil perasan dari buah zaitun.

Biasanya Ibu dapat memperoleh garis-garis tipis tetapi dalam pada permukaan kulit perut dan/ atau pantat, paha, pinggul dan payudara. Sekalipun lebih banyak terjadi di perut pada akhir masa kehamilan., ketika perut membesar dengan cepat, gurat-gurat ini juga terlihat pada orang-orang yang bertambah berat badan dan yang kehilangan lemak tubuh ataupun masa otot dengan cepat.

Rata-rata score Frekuensi pada ibu hamil yang diberikan minyak zaitun lebih tinggi dari pada ibu hamil yang tidak diberikan minyak zaitun, artinya kejadian striae gravidarum pada ibu hamil yang diberikan minyak zaitun menurun dibandingkan pada ibu hamil yang tidak diberikan minyak zaitun.

Komponen minor di dalam olive oil adalah hidrokarbon, seperti squalene (komponen utama zat pelicin dan penghalus) dan β karoten. Olive oil juga mengandung α tokoferol sebesar 10,6% yang bermanfaat menjaga elastisitas kulit, fatty alcohol, waxes, pigmen (klorofil dan karotenoid), dan sterol yang berfungsi menjaga kelenturan kolagen

Pengaruh Pemberian Minyak Zaitun Sebelum dan Sesudah Pemberian Minyak Zaitun Pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol Pada Ibu Hamil

Berdasarkan hasil pengujian menggunakan uji T- Test dependent didapatkan rata-rata (mean) score frekuensi striae gravidarum pada kelompok eksperimen adalah 3.20 dan nilai standar deviasi 0.360 dengan hasil uji statistik nilai p-value < 0.05 ($0.000 < 0.05$) maka H_0 ditolak yang berarti ada pengaruh yang signifikan antara pemberian minyak zaitun terhadap kejadian striae gravidarum pada kelompok eksperimen pada ibu hamil primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Palapa Kota Bandar Lampung Tahun 2018. Sedangkan nilai rata-rata (mean) score frekuensi striae gravidarum pada kelompok kontrol adalah 0.20 dan nilai standar deviasi 0.615 dengan hasil uji statistik nilai p-value > 0.05 ($0.163 > 0.05$) maka H_0 diterima yang berarti tidak ada pengaruh yang signifikan antara pemberian minyak zaitun terhadap kejadian striae gravidarum pada kelompok kontrol pada ibu hamil primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Palapa Kota Bandar Lampung Tahun 2018.

Minyak zaitun berguna sebagai pelembab alami kulit. Zaitun dapat membantu meregenerasi serta meningkatkan elastisitas kulit. Hal ini selain mencegah timbulnya stretch mark juga membantu menghilangkan stretch mark secara perlahan.

Menggunakan minyak tertentu pada area yang terkena stretch mark saat hamil juga bisa membantu menghilangkan atau mengurangi stretch mark yang terlalu parah. Salah satunya adalah dengan menggunakan

minyak zaitun yang mengandung vitamin E dan zat antioksidan.

Berdasarkan hasil penelitian perbedaan efek yang ditimbulkan pada kelompok eksperimen dan pada kelompok kontrol, dikarenakan pada kelompok eksperimen perut ibu yang mengalami striae gravidarum diberikan minyak zaitun selama 4 minggu, hal ini diakibatkan efek sifat minyak yang ada pada minyak zaitun, yaitu selain bersifat hidrofobik juga bersifat hidrofilik, sehingga penetrasi zat yang lebih cepat, absorpsi melalui kulit terjadi dengan menembus daerah anatomi dengan rute langsung menembus epidermis secara utuh, menembus diantara sel stratum korneum, dan menembus tambahan kulit seperti kelenjar keringat, lemak dan gelembung rambut. Menurut Mali, jalan masuk obat atau preparat lain secara topikal lebih banyak melalui epidermis dari pada melalui kelenjar lemak atau keringat karena luas permukaan epidermis 100 atau 1000 kali lebih besar daripada keduanya⁹.

Hal ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Julia (2016) berdasarkan hasil penelitian didapatkan nilai p-value ($0.755 > 0,05$) bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan antara pemberian minyak zaitun terhadap striae gravidarum pada ibu hamil di BPS Desy Andriani, Str. Keb Bumi Waras Bandar Lampung Tahun 2016.

Peneliti berpendapat, hasil penelitian dipengaruhi banyak berbagai hal selain dari pemberian minyak zaitun pada ibu hamil yang mengalami striae, lamanya peminjatan, jenis minyak zaitun dan kualitas minyak zaitun, waktu pemberian minyak zaitun yang sangat singkat sangat mempengaruhi hasil, sehingga dalam penelitian ini masih ada yang

masih terlihat striae gravidarum pada perut ibu hamil.

Efek sifat minyak yang ada pada minyak zaitun, yaitu selain bersifat hidrofobik juga bersifat hidrofilik, sehingga penetrasi zat yang lebih cepat, absorpsi melalui kulit terjadi dengan menembus daerah anatomi dengan rute langsung menembus epidermis secara utuh, menembus diantara sel stratum korneum, dan menembus tambahan kulit seperti kelenjar keringat, lemak dan gelembung rambut. Menurut Mali, jalan masuk obat atau preparat lain secara topikal lebih banyak melalui epidermis dari pada melalui kelenjar lemak atau keringat karena luas permukaan epidermis 100 atau 1000 kali lebih besar daripada keduanya

Peneliti mengharapkan agar penggunaan minyak zaitun lebih efektif untuk mengurangi striae gravidarum sebaiknya digunakan sejak awal kehamilan dan digunakan dalam waktu yang lama sampai striae gravidarum pada ibu hamil berkurang.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisa data di Wilayah Kerja Puskesmas Palapa Kota Bandar Lampung Tahun 2018 didapatkan kesimpulan sebagai berikut :

1. Diketahui nilai rerata score frekuensi striae gravidarum sebelum pemberian minyak zaitun pada kelompok eksperimen dan kontrol Kelompok Eksperimen : Rerata davey Score 4.50 Kelompok Kontrol: Rerata davey Score: 2.54
2. Diketahui nilai rerata score frekuensi striae gravidarum Sesudah pemberian minyak zaitun pada kelompok eksperimen dan kontrol Kelompok Eksperimen: Rerata davey Score 1.30 Kontrol : Rerata davey Score : 2.35
3. Ada pengaruh yang signifikan antara pemberian minyak zaitun terhadap

kejadian striae gravidarum pada kelompok eksperimen dengan nilai P value $0,000 < 0,05$

Berdasarkan kesimpulan yang diperoleh maka dapat penulis sarankan sebagai berikut :

1. Bagi Peneliti Selanjutnya
Disarankan untuk peneliti selanjutnya pada karakteristik ibu hamil sebaiknya masukan paritas ibu dan gunakan alat penglihatan untuk pengujian yang lebih benar dan akurat untuk melihat adanya striae gravidarum.
2. Bagi Petugas Kesehatan
Mensosialisasikan kepada ibu hamil untuk menggunakan minyak zaitun yang dapat mengurangi kejadian striae gravidarum
3. Bagi Institusi Pendidikan
Disarankan agar penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi untuk pengembangan ilmu pengetahuan terutama dalam manfaat minyak zaitun pada ibu hamil. Diharapkan mahasiswa akademi kebidanan lainnya dapat melanjutkan dan mengembangkan penelitian ini selanjutnya.
4. Bagi Ibu Hamil
Diharapkan bagi ibu hamil untuk menggunakan minyak zaitun sejak awal kehamilan untuk mencegah striae gravidarum pada kulit. Karena kita ketahui minyak zaitun sangat berpengaruh untuk mengurangi peregangan pada kulit saat proses kehamilan.

DAFTAR PUSTAKA

Akademi Kebidanan Audi Husada Medan. Diakses pada tanggal 03 Maret 2018 dan <http://audihusadamedan.ac.id/files/pdf/171012084828>

- Astuti, Hutari Puji. 2012. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Ibu I (Kehamilan)*. Rohima Press : Yogyakarta.
- Dianatul Fakhroh. 2017. *Penggunaan Minyak Zaitun Untuk Mengurangi Striae Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester II Di BPM Endah Minarni S.St Kebumen Tahun 2017*. STIKES Muhammadiyah Gombong
- Evariny. 2011. *Seluk Beluk Stretch Mark, Pencegahan dan Penanganannya*. Diakses pada tanggal 3 Maret 2017 dan <http://www.hypno-birthing.web.id/?p=422>.
- GenioFam. 2010. *Mempersiapkan dan Menjaga Kehamilan*. Yogyakarta : Leutika.
- <https://bidanku.com/tips-mencegah-stretch-mark-saat-hamil> diakses pada tanggal 05 Maret 2018
- Jannah, Nurul. 2012. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan : Kehamilan*. Yogyakarta: Cv Andi Of Set
- Khadizah, Zaza. 2014. *Khasiat Dahsyat Minyak Zaitun*. Yogyakarta : Gapura Publishing
- Lubis Astri Yulia ., Syarief Thaufik., Melyana Nurul Widyawati ., Suhartono. 2015. *Efektivitas Pemberian Olive Oil dan Virgin Coconut Oil (VCO) Topikal untuk Mencegah Striae Gravidarum pada Kehamilan Trimester II*. Jurnal Riset Kesehatan. Universitas Diponegoro Semarang.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2014. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta: Jakarta.
- Oley, Cal. 2008. *Khasiat Minyak Zaitun Resep Umumur Panjang ala Mediterania*. Hikmah : Jakarta.
- Pratami, Pratami., Wiryawan Permadi., Sharon Gondodiputri. 2015 *Efek Olive Oil dan Virgin Coconut Oil terhadap Striae Gravidarum*. Jurnal Kebidanan Volume 46 No. 1, Maret 2014.
- Rahmawati, Nur Aini., Titin Rosyidah, Andrya Marharani. 2016. *Hubungan Pelaksanaan Senam Hamil Dengan Ketidaknyamanan Ibu Hamil Trimester Iii Di Bidan Praktek Mandiri Supadmi, Kunden Bulu, Sukoharjo*. Jurnal Kebidanan Vol. 7, No. 12, Juni 2016
- Ronald, H.S. 2010. *Pedoman dan Perawatan Kehamilan Yang Sehat dan Menyenangkan*. Bandung : Nuansa Aulia.
- Shaleh, Abdul Qadir. 2017. *Buah Hati antara Perhiasan dan Keimanan*. Diandra Kreatif : Yogyakarta
- Susilawati dan Julia. 2016. *Pengaruh Pemberian Minyak Zaitun Terhadap Kejadianstriae Gravidarum Pada Ibu Hamil Di BPS DA., Str. Keb Bumi Waras Bandar Lampung*. Jurnal : Univ Malahayati Bandar Lampung
- Tri Astuti, ST. *10 Cara Menghilangkan Stretch Mark Saat Hamil Secara Alami*. Diakses pada tanggal 05 Maret 2018 dan <https://hamil.co.id/kehamilan/kesehatan-bumil/cara-menghilangkan-strecth-mark-saat-hamil>