

Upaya Pencegahan Striae Gravidarum Pada Ibu Hamil Dengan Pemberian Aloe Vera Oil

¹Novia Rita Aninora^{1*}, ²Yohana Suganda², ³Dewi Asmawati³, ⁴Welly Handayani

^{1,2,3,4}Profesi Bidan Universitas Sumatera Barat

Email Corresponding: noviarita13@gmail.com*

INFORMASI ARTIKEL

ABSTRAK

Kata Kunci:

Striae Gravidarum _1
Aloe Vera Oil_2
Ibu Hamil_3

Kehamilan merupakan masa indah yang diinginkan bagi setiap wanita, saat kehamilan akan terjadi perubahan disetiap sistem tubuh ibu hamil. Trimester kedua sampai ketiga peningkatan *Melanocyte Stimulating Hormone* akibat perubahan signifikan dari hormon estrogen dan progesteron. Prevalensi *striae gravidarum* pada ibu hamil berkisar 50% sampai 90% sekitar usia 24 minggu kehamilan. Banyak sedikitnya *stretch marks* yang timbul, salah satunya memang dipengaruhi oleh faktor genetis (elastisitas kulit). Pengolesan menggunakan pelembab kulit dan emolien yang mengandung, vitamin C, vitamin E dan kolagen dapat membantu mempertahankan elastisitas kulit dan mengurangi kekakuan dari dinding perut. Komponen tersebut mampu didapatkan dari *Aloe Vera Oil*. *Striae gravidarum* bukanlah penyakit namun menimbulkan dampak ketidaknyamanan dan ketidakstabilan emosi akibat penurunan kepercayaan diri yang secara signifikan berhubungan dengan beban psikologis. Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini adalah mengaplikasikan pemberian aloe vera oil sebagai perawatan kulit untuk mencegah dan mengurangi striae gravidarum pada ibu hamil, memberikan solusi permasalahan kulit ibu hamil dengan striae gravidarum, membentuk desa mitra perguruan tinggi, meningkatkan kemandirian ibu hamil dalam mengaplikasikan komplementer kebidanan.

ABSTRACT

Keywords:

Striae Gravidarum _1
Aloe Vera Oil_2
Pregnant Mother_3

Pregnancy is a beautiful time that every woman wants, during pregnancy there will be changes in every body system of pregnant women. The second to third trimester increases in Melanocyte Stimulating Hormone due to significant changes in the hormones estrogen and progesterone. The prevalence of striae gravidarum in pregnant women ranges from 50% to 90% around 24 weeks of gestation. There are many stretch marks that appear, one of which is indeed influenced by genetic factors (skin elasticity). Applying skin moisturizers and emollients containing vitamin C, vitamin E and collagen can help maintain skin elasticity and reduce the stiffness of the abdominal wall. These components can be obtained from Aloe Vera Oil. Striae gravidarum is not a disease but causes discomfort and emotional instability due to decreased self-confidence which is significantly related to psychological burden. The implementation of this community service is to apply aloe vera oil as skin care to prevent and reduce striae gravidarum in pregnant women, provide solutions to skin problems for pregnant women with striae gravidarum, form university partner villages, increase the independence of pregnant women in applying complementary midwifery.

I. PENDAHULUAN

Kehamilan akan membuat perubahan pada sistem tubuh ibu hamil sebagian besar perubahan pada tubuh ibu-ibu hamil tersebut disebabkan oleh faktor hormonal (*estrogen, progesteron, human chorionic gonadotropin*, dan relaksin) (Pratami E, Permadi W, 2014)

Kerja hormonal selanjutnya berdampak pada uterus, vagina, payudara, *traktus urinarius, traktus alimentarius, traktus respiratorius, skeleton*, dan persendian, metabolisme, kardiovaskuler, serta pada kulit. Perubahan pada kulit adalah salah satu dampak yang cukup sering dikeluhkan oleh ibu hamil karena dapat dilihat secara langsung. Salah satu bentuk perubahan pada kulit yakni peregangan serta peningkatan sekresi hormon pada korteks adrenal akibat kehamilan. (Varney H, 2015)

Dalam sebuah penelitian yang diterbitkan dalam *British Journal of Dermatology*, Frank Wang dan rekannya menemukan bahwa jaringan serat elastis pada dermis terganggu pada stretch mark. Kulit terdiri dari tiga lapisan utama- epidermis (lapisan luar), dermis (lapisan tengah) dan hipodermis atau subkutan (lapisan terdalam). (Maryam Hajhashemi, Mahmoud Rafieian, 2018)

Peregangan jaringan ikat di kulit di luar batas elastisitasnya, selama kehamilan, menyebabkan robekan pada dermis, di mana pembuluh darah dan lapisan kulit yang lebih dalam terlihat. Ini memberikan tampilan *striae gravidarum*. Fibril kaya tropoelastin yang baru disintesis muncul tetapi tidak dapat berfungsi sebagai serat elastis normal. Kulit berkontraksi dan mengembang dengan cepat karena perubahan berat. Perbaikan jaringan elastis yang terganggu tampaknya tidak efektif dan dibiarkan dengan kulit kendur dan *striae gravidarum*. (Ordu J, 2018)

Sekitar 40-90% wanita hamil mengalami *striae gravidarum* yang timbul di area umum seperti perut, bokong, paha, pinggul, payudara, dan panggul. *Striae gravidarum* umumnya muncul sejak minggu ke-25 kehamilan. Wanita yang hamil pada usia yang lebih tua, atau memiliki riwayat keluarga dengan *striae gravidarum*, berisiko lebih tinggi terkena stretch mark. Kenaikan dan penurunan berat badan yang cepat; perubahan hormonal, dan kelebihan air ketuban akibat kelahiran kembar juga menjadi faktor risiko *striae gravidarum* kehamilan. (Hasnita, E., Silvia, & Octazuria, 2019)

Aloe vera oil yang mengandung 99% air, glukomannan, sterol, amino acid, lipid dan vitamin. Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa tanaman aloe vera memiliki kandungan antioksidan yang baik. Antioksidan merupakan substansi penting yang menjaga sel dari kerusakan oksidasi. Aloe vera mengandung polisakarida yang bekerja sama dengan asam-asam amino esensial dan enzim pemecah protein sehingga dapat mengganti sel yang rusak dan memperbaiki kondisi kulit. Aloe vera gel memiliki keasaman (pH) yang netral, mirip dengan pH kulit manusia sehingga dapat menghindari terjadinya alergi kulit pada pemakainya. (Moldovan M, Ionut I, 2021)

Striae gravidarum bukanlah penyakit namun menimbulkan dampak ketidaknyamanan dan ketidakstabilan emosi akibat penurunan kepercayaan diri yang secara signifikan berhubungan dengan beban psikologis. *Striae gravidarum* yang permanen tentu akan membuat ibu khawatir, ibu akan merasa beberapa bagian tubuhnya tidak menarik dan terganggu dengan adanya *striae gravidarum*. (Maharani, 2015)

Terapi herbal merupakan salah satu metode pengobatan komplementer dan alternatif, lebih disukai karena komplikasinya lebih sedikit dan biaya lebih murah dibandingkan dengan prosedur invasif seperti terapi laser dan bedah kosmetik. *Striae gravidarum* dapat dicegah atau dikurangi dengan terapi herbal pengolesan beberapa bahan alami seperti aloe vera oil. Minyak ini sangat mudah diserap sehingga akan cepat menembus ke dalam kulit. Hal tersebut bermanfaat untuk mempercepat proses regenerasi sel baru dan meningkatkan sirkulasi dalam kulit. (McAvoy BR, 2013)

II. MASALAH

Striae gravidarum menimbulkan dampak ketidaknyamanan dan ketidakstabilan emosi akibat penurunan kepercayaan diri, belum tersosialisasinya pemberian lotion *aloe vera oil* sebagai perawatan kulit untuk mencegah dan mengurangi *striae gravidarum* pada ibu hamil.

Wilayah Korong Kampung Ladang masih merupakan wilayah perdesaan dengan tingkat kehamilan yang masih tinggi serta ibu hamil masih banyak yang memiliki tingkat pendidikan menengah kebawah dengan bekerja ke membuat batu bata dan ibu rumah tangga, sehingga belum terpapar manfaat dari aloe vera oil untuk mencegah dan sebagai perawatan kulit dimasa kehamilan.



Gambar

Lokasi Tempat Pengabdian Masyarakat

III. METODE

. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan ini dilaksanakan dengan mendatangi subjek yang telah kontrak waktu dengan peneliti, Pelaksanaan kegiatan pada 16 sampai 25 Mei 2023, dengan tahapan sebagai berikut :

1. Survei Kegiatan ini dilakukan untuk mengidentifikasi jumlah ibu hamil yang mengalami strie gravidarum , dimana hasil survei menunjukkan bahwa kegiatan ini sangat perlu dilakukan.
2. Pendekatan dengan Pihak Puskesmas dan kader kesehatan
3. Pendekatan dilakukan guna koordinasi Tim pelaksana dengan Kepala Puskesmas, Bidan Koordinator wilayah, kader kesehatan, dalam hal ini sebagai mitra pengabdian berkontribusi dalam beberapa hal antara lain:
 - a. Penentuan waktu pelaksanaan kegiatan
 - b. Pengurusan administrasi kegiatan seperti surat-menyurat dan pemberitahuan bagi pihak-pihak terkait,
 - c. Pengumpulan peserta kegiatan ibu hamil yang berada diwilayah kerja puskesmas sicincin
 - d. Koordinator pada saat pelaksanaan. Tim pelaksana pengabdian dan mitra akan berkoordinasi sebelum, saat, dan setelah pelaksanaan kegiatan pengabdian.

4. Sosialisai Kegiatan

Sosialisai kegiatan kepada ibu hamil agar dapat mengikuti kegiatan yang direncanakan berjumlah 23 orang dengan aplikasi Aloe Vera Oil. Ibu hamil dianjurkan untuk melakukan pengolesan minyak 2 kali sehari setelah mandi pagi dan mau tidur malam.

5. Paparan Materi tentang perawatan kulit selama hamil dan simulasi aplikasi pada 23 orang aplikasi Aloe Vera Oil

6. Evaluasi pelaksanaan pengabdian akan dilakukan dengan tiga tahap yaitu:

- a. Melaksanakan observasi dan penilaian strie gravidarum pada ibu hamil satu persatu oleh TIM pelaksana sebelum aplikasi dilaksanakan
- b. Setelah kegiatan pengabdian, tim akan memberikan angket kepada seluruh peserta yang direncanakan berjumlah 23 peserta. Melalui angket yang terkumpul, akan diperoleh data terkait respon, kekurangan, dan kelebihan kegiatan pengabdian yang akan dilaksanakan sehingga ada perbaikan untuk kegiatan pengabdian selajutnya.
- c. Monitoring keberhasilan pelatihan aplikasi Aloe Vera Oil. Setiap 1 minggu akan dilakukan observasi dan penilaian strie sampai 4 minggu sehingga terlihat perubahan pada jumlah strie ibu hamil.
- d. Koordinasi antara tim pelaksana dan peserta secara langsung terkait tindak lanjut yang dilakukan peserta setelah adanya pengabdian



Gambar 2
Ibu hamil

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 16 sampai 25 Mei 2023 di posyandu di Korong Kampung Ladang Sei Abang Lubuk Alung. Pelaksanaan kegiatan ditujukan pada 23 ibu hamil yang memiliki keluhan striae gravidarum yang kurang pengetahuan tentang perawatan kulit selama hamil. Metode yang digunakan adalah melakukan pengolesan Aloe Vera Oil 2 kali sehari setelah mandi pagi dan mau tidur malam pada ibu hamil trimester III yang.

Dari kegiatan ini didapatkan hasil yaitu Setelah intervensi pengolesan Aloe Vera Oil terjadi penurunan jumlah striae gravidarum pada responden jika dibandingkan sebelum intervensi, dimana dari 12 responden terdapat 6 responden yang mengalami perubahan signifikan yaitu penurunan 2 tingkat dari kondisi awal, sedangkan 6 responden lainnya mengalami penurunan 1 tingkat dari kondisi awal. Hal ini bisa jadi disebabkan karena jumlah garis striae gravidarum yang berbeda, dan tingkat striae gravidarum yang berbeda. Dari 2 responden yang tergolong tingkat parah mengalami penurunan menjadi tingkat ringan setelah intervensi, sedangkan 4 responden mengalami penurunan sedang menjadi tingkat tidak ada striae gravidarum. Selama trimester kedua sampai ketiga, terjadi peningkatan *Melanocyte Stimulating Hormone* (MSH) akibat perubahan signifikan dari hormon estrogen dan progesteron. *Stretch mark* terjadi pada 90% ibu hamil dimulai sekitar usia 24 minggu kehamilan. Kombinasi peregangan mekanik dan hormon mempengaruhi perubahan kolagen dikulit selama kehamilan. Pada awalnya tampak merah dan menonjol lalu memudar membentuk garis atrofi berwarna perak.

V. KESIMPULAN

Setelah intervensi pengolesan Aloe Vera Oil terjadi penurunan luasnya striae gravidarum pada responden jika dibandingkan sebelum intervensi, dimana dari 12 responden mengalami perubahan signifikan yaitu penurunan 2 tingkat dari kondisi awal. Hal ini bisa jadi disebabkan karena jumlah garis striae gravidarum yang berbeda serta penilaian striae gravidarum hanya terbanyak berada pada kelompok ringan dan sedang. kandungan lidah buaya yang banyak mengandung air lebih banyak zat yang mampu menjaga elastisitas

kulit sehingga mampu mengatasi elastisitas kulit responden yang terbanyak berada dalam kategori kering.

DAFTAR PUSTAKA

- Hasnita, E., Silvia, & Octazuria, C. (2019). Pemudaran Stretch Mark Dengan Olive Oil dan Extra Lidah Buaya (Aloe Vera). *Maternal Child Health Care*, 2(2).
- Maharani, A. (2015). *Penyakit Kulit Perawatan, Pencegahan & Pengobatan* (Pustaka Baru Press (ed.); Pertama). Pustaka Baru Press.
- Maryam Hajhashemi, Mahmoud Rafieian, et. a. (2018). No Title. *The Journal of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine*, 31(13), 1703–1708. <https://doi.org/10.1080/14767058.2017.1325865>
- McAvoy BR. (2013). No evidence for topical preparations in preventing stretch marks in pregnancy. *Br J Gen Pract*, Apr;63(609). <https://doi.org/10.3399/bjgp13X665431>
- Moldovan M, Ionut I, B. C. (2021). Cosmetic Products Containing Natural Based Emollients For Restoring Impaired Skin Barrier: Formulation and In Vivo Evaluation. *Farmacia. Farmacia*, 69(1), 129–134.
- Ordu J, J. G. (2018). Evaluation of Pulp Oil from Persea Americana (Avocado Fruit) in Pharmaceutical Cream Formulation. *International Journal Advances in Scientific Research Engineering*, 4(5), 16.
- Pratami E, Permadi W, G. S. (2014). Efek Olive Oil dan Virgin Coconut Oil terhadap Striae Gravidarum. *Fakultas Kedokteran Universitas Padjadjaran/Rumah Sakit Dr. Hasan Sadikin Bandung*.
- Varney H. (2015). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan* (4th ed.). EGC.