



PEMANFAATAN MINYAK ZAITUN UNTUK MENGATASI *STRIAE GRAVIDARUM*

¹⁾ Putri Tikania Meisura, ²⁾ Ani Triana

Program Studi DIII Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Hang Tuah Pekanbaru

Jl. Mustafa Sari No. 5 Pekanbaru – Riau - Indonesia

E-mail : ²⁾ anitriana@htp.ac.id

Kata Kunci:

Striae gravidarum, minyak zaitun, hamil

ABSTRAK

Pendahuluan: Striae Gravidarum adalah gurat-gurat putih yang muncul pada permukaan kulit disebabkan oleh banyak hal salah satunya yaitu peregangan kulit yang berlebihan, biasanya terjadi ketika berat badan naik selama masa kehamilan. Striae Gravidarum merupakan salah satu dari sekian banyak masalah yang paling sering timbul selama kehamilan.

Tujuan: Untuk mengatasi ketidaknyamanan pada ibu hamil yang disebabkan oleh munculnya gurat-gurat putih didaerah sekitar perut.

Metode: Metode yang digunakan yaitu dengan studi kasus. Tempat dilaksanakan di PMB Prapti Vidiasningsi, SST kemudian dilanjutkan dengan kunjungan rumah selama 4 kali kunjungan.

Hasil: Didapatkan hasil bahwa ibu dengan Striae Gravidarum menggunakan minyak zaitun dapat teratasi dalam waktu kurang lebih 3 minggu yaitu striae sudah tidak terlihat jelas dan sudah tidak terasa gatal.

Kesimpulan: Diharapkan hasil studi kasus ini dapat dijadikan sebagai informasi atau inovasi yang bisa dipertimbangkan untuk digunakan oleh bidan kepada ibu hamil mengingat minyak zaitun memiliki kandungan yang baik bagi kesehatan kulit maka cara ini bisa diaplikasikan kepada ibu hamil.

Keywords:

Striae gravidarum, olive oil, pregnancy

ABSTRACT (Times New Roman 10, spasi 1, dibuat dalam bahasa inggris tulisan cetak miring / italic)

Introduction: Striae Gravidarum is white streaks that appear on the surface of the skin caused by many things, one of which is excessive stretching of the skin, which usually occurs when you gain weight during pregnancy. Striae Gravidarum is one of the most common problems that arise during pregnancy.

Purpose: To overcome discomfort in pregnant women caused by the appearance of white streaks around the abdomen.

Method: The method used is a case study. The place was held at PMB Prapti Vidiasningsi, SST then followed by home visits for 4 visits.

Results: It was found that mothers with Striae Gravidarum using olive oil can be resolved in about 3 weeks, namely the striae are not clearly visible and they no longer feel itchy.

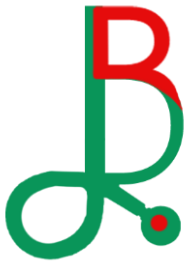
Conclusion: It is hoped that the results of this case study can be used as information or innovation that can be considered for use by midwives for pregnant women, considering that olive oil has good ingredients for skin health, this method can be applied to pregnant women.

Info Artikel

Tanggal dikirim: 23 Des 2022

Tanggal direvisi: 27 Des 2022

Tanggal diterima: 10 Jan 2023



PENDAHULUAN

Antenatal Care adalah perawatan kesehatan ibu hamil dan janin yang ada di dalam kandungan selama masa kehamilan yaitu mulai dari perawatan awal terjadinya konsepsi hingga melahirkan [1]. Tujuan dari pelayanan antenatal care adalah mengantarkan ibu hamil agar dapat bersalin dengan sehat dan memperoleh bayi yang sehat, deteksi danantisipasi dini kelainan kehamilan, serta deteksi danantisipasi dini kelainan janin [2].

Perubahan-perubahan yang terjadi pada wanita selama kehamilan normal adalah bersifat fisiologis, bukan patologis. Oleh karenanya, asuhan yang diberikan pun adalah asuhan yang meminimalkan intervensi. Kehamilan pada trimester kedua adalah waktu kehamilan pada minggu ke 13 sampai dengan 28 atau waktu kehamilan menginjak umur 4 bulan hingga 6 bulan. Pada trimester II kehamilan terjadi perubahan fisik yaitu perubahan kulit, elastisitas kulit akan mengembang hingga batas maksimal, sehingga permukaannya sering tampak pecah dan memunculkan Striae Gravidarum/*Stretch Mark* [3].

Striae Gravidarum adalah gurat-gurat putih yang muncul pada permukaan kulit, disebabkan oleh banyak hal, salah satunya yaitu peregangan kulit yang berlebihan, biasanya terjadi ketika berat badan naik selama masa kehamilan. Striae Gravidarum merupakan salah satu dari sekian banyak masalah yang paling sering timbul selama kehamilan [4].

Keberadaan Striae Gravidarum ini tentunya membuat ibu merasa tidak nyaman akan penampilannya. Selain mengganggu penampilan fisik, juga mempengaruhi psikologis ibu karena merasa minder dan malu akibat timbulnya Striae Gravidarum, terkadang juga menimbulkan rasa gatal sehingga sangat

mengganggu. Jika digaruk secara berlebihan akan menyebabkan luka pada kulit [5]. Menurut penelitian *American Academy of Dermatology*, lebih dari 90% wanita memiliki Striae Gravidarum ketika masa kehamilan mereka mencapai usia 6 sampai 7 bulan [6].

Bidan memiliki peran yang penting dalam mengatasi Striae Gravidarum yaitu sebagai pendidik dan pelaksana, diantaranya memberikan pengawasan dan perawatan kesehatan bagi wanita hamil atau janin yang dikandungnya. Bidan berkewajiban memberikan edukasi dan penanganan terhadap wanita hamil yang mengeluhkan atas ketidaknyamanan yang dialaminya ketika sedang hamil yang diakibatkan oleh munculnya Striae Gravidarum [7].

Upaya terbaik yang bisa dilakukan oleh bidan adalah mengatasi masalah Striae Gravidarum. Mulai dengan metode kimiawi seperti krim atau salep, scrub, dan suplemen, hingga menggunakan metode yang lebih aman dengan bahan-bahan yang alami seperti menggunakan minyak zaitun, lemon, serbuk kopi, dan lidah buaya, kentang, dan lemon. Selain itu juga ada cara untuk mencegah yaitu dengan cara minum banyak air putih, makan makanan berserat, berolahraga secara teratur, dan menjaga berat badan tetap ideal [6].

Salah satu cara untuk mengurangi Striae Gravidarum pada saat kehamilan adalah dengan penggunaan minyak zaitun. Minyak zaitun dipilih karena minyak zaitun kaya akan vitamin E. 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. Minyak zaitun adalah salah satu minyak paling sehat untuk dikonsumsi [8].

Dalam studi kasus yang berjudul Penggunaan Minyak Zaitun Untuk



Mengurangi Striae Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester II yang dilakukan oleh Fakhroh (2014), didapatkan hasil Setelah menggunakan minyak zaitun, Striae Gravidarum pada 3 ibu hamil primigravida trimester II mengalami perubahan, yaitu dari *grade II* menjadi *grade I*. Pengolesan minyak zaitun terbukti efektif untuk ibu hamil primigravida dalam mengurangi *Striae Gravidarum* di PMB Endah Minarni. S.ST Kebumen.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang penulis lakukan di PMB Prapti Vidiasningsi, SST di Kota Pekanbaru dari tanggal 01 April-25 April 2019, didapatkan ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan sebanyak 25 ibu hamil. Sebanyak 4 ibu hamil trimester I, 13 ibu hamil trimester II, dan 8 ibu hamil trimester III. Ibu hamil trimester II yang mengalami *Striae Gravidarum* ada 9 orang. Adapun ibu yang mengeluhkan tentang keberadaan strie gravidarum berjumlah 4 orang. Presentase ibu hamil trimester II yang mengalami Striae Gravidarum lebih tinggi daripada ibu hamil trimester II yang tidak mengalami Striae Gravidarum. Keluhan yang dirasakan ibu yaitu gatal-gatal didaerah permukaan kulit yang terkena striae dan muncul rasa ingin menggaruknya, ibu merasa terganggu dan tidak nyaman dengan munculnya striae gravidarum.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk mengangkat kasus dengan judul “Asuhan Kebidanan pada Ibu Hamil Trimester II dengan Pemanfaatan Minyak Zaitun untuk Mengatasi *Striae Gravidarum* di PMB Prapti Vidiasningsi, SST Pekanbaru Tahun 2019”.

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengertian Striae Gravidarum

Menurut Salma [9], Striae Gravidarum atau yang biasa disebut tanda

guratan merupakan masalah yang banyak menimpa kaum wanita terutama dalam masa kehamilan. Striae Gravidarum Adalah peregangan jaringan kulit melebihi batas elastisitasnya terutama bagian perut, paha, pantat, dan payudara seiring dengan pertumbuhan janin, usia kehamilan, dan pertumbuhan berat badan.

Menurut Naviri [10], Pada umumnya Striae Gravidarum muncul dibagian dinding perut atau diatas pinggul. Selain itu, apabila peregangan payudara selama hamil dan menyusui lumayan besar, maka biasanya juga akan meninggalkan tanda parut putih ketika payudara kembali ke ukuran normal. Munculnya Striae Gravidarum biasanya diawali dengan garis kemerahan atau keunguan dan lama kelamaan warna tersebut mejadi garisgaris putih.

Striae Gravidarum muncul karena pengaruh hormon kehamilan, juga karena melarnya kulit pada waktu mengakomodasi pertumbuhan janin. Dengan kata lain, Striae Gravidarum terbentuk ketika terjadi peregangan kulit secara cepat, sehingga merusak jaringan yang terdapat didalamnya karena kulit mengalami peregangan berlebihan.

Menurut Salma [9], Hampir semua wanita yang mengalami Striae Gravidarum merasa terganggu, selain tidak sedap di pandang mata, Striae Gravidarum memang terkadang juga menyeramkan. Warnanya ada yang putih, cokelat, ada juga yang berwarna merah sehingga tampak seperti darah. Pada awal kemunculan, biasanya Striae Gravidarum disertai dengan gatal-gatal. Ibu hamil dilarang untuk menggaruknya. Bagi beberapa orang Striae Gravidarum memang tidak mungkin dihindari, namun gejala ini tentu saja dapat diperingan, bahkan di atasi.



B. Penyebab Timbulnya Striae Gravidarum

Kehamilan merupakan salah satu penyebab utama timbulnya Striae Gravidarum akibat peregangan kulit secara maksimal di daerah perut. Penggunaan obat-obatan yang mengandung steroid menyebabkan rusaknya kolagen sehingga memicu munculnya Striae Gravidarum. Selain itu, penyebab lainnya yaitu kekurangan vitamin A, C, dan E serta obesitas atau kenaikan berat badan secara berlebihan dalam waktu singkat Salman & Polim [11].

Striae Gravidarum terjadi ketika lapisan dermis teregang melebihi daya fleksibilitasnya dalam waktu singkat. Akibatnya dermis pecah sehingga membentuk Striae Gravidarum. Jadi yang terpengaruh hanya lapisan dermisnya saja, sedangkan lapisan epidermis di atasnya tetap utuh. Striae Gravidarum yang paling lazim adalah terjadi di tempat-tempat dimana lemak tersimpan atau di bagian kulit yang sering teregang. Tempat yang paling umum adalah perut tepatnya di dekat pusar, payudara, lengan atas, punggung, paha, pinggul, dan pantat Walyani [12].

C. Klasifikasi Striae Gravidarum

Menurut Salma [9] bahwa Striae Gravidarum dibedakan menjadi dua macam, yaitu Striae Gravidarum alba dan rubra :

- a. Striae Gravidarum Alba
Striae Gravidarum alba biasanya ditandai dengan timbulnya guratan yang berwarna putih pada kulit
- b. Striae Gravidarum Rubra
Striae Gravidarum rubra biasanya ditandai dengan timbulnya guratan yang berwarna merah.

D. Cara Mengatasi Striae Gravidarum

a. Pengobatan Striae Gravidarum dengan Metode Alami

Menurut Rohmanah [13] bahwa selain pengobatan secara kimiawi, untuk mengurangi guratan pada kulit akibat Striae Gravidarum bisa juga menggunakan metode yang alami dan lebih aman, diantaranya adalah :

1) Pijat

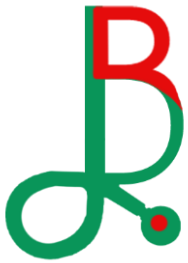
Pijat secara teratur akan membantu proses penyembuhan kulit, menghilangkan racun, mengurangi munculnya Striae Gravidarum. Pijat ini dapat menggunakan minyak almond yang kaya akan vitamin E, dan aman digunakan.

2) Pelembab Kulit Alami

Menjaga kelembaban kulit adalah kegiatan penting untuk mengurangi munculnya Striae Gravidarum. Minyak zaitun sangat baik untuk mengatasi Striae Gravidarum pada kulit, karena kandungan vitamin E pada minyak zaitun. Caranya yaitu siapkan 1 sendok teh minyak zaitun. Lalu oleskan dan pijat secara memutar pada area kulit yang terkena Striae Gravidarum dengan sedikit tekanan. Metode ini baik dilakukan pada pagi hari dan menjelang tidur. Untuk mendapatkan hasil yang maksimal harus dilakukan secara rutin.

3) Serbuk Kopi

Kandungan kafein yang terdapat dalam kopi dapat membantu merangsang aliran darah dan memperlancar penampilan kulit. Caranya yaitu dengan menyeduh sendok serbuk kopi dengan air panas, kemudian aduk hingga rata dan biarkan meresap. Setelah itu,



gosokkan bubuk kopi tadi ke bagian kulit yang terkena Striae Gravidarum dengan gerakan melingkar dan sedikit tekanan. Lakukan 2 kali sehari secara rutin sampai guratan putih pada kulit ini mulai memudar.

4) Lemon

Kandungan hydroxide acid yang terdapat dalam buah lemon bermanfaat untuk mengatasi stretchmark, selain itu buah ini juga bermanfaat untuk membantu mempercepat proses regenerasi sel-sel kulit baru dan mengangkat sel kulit mati dalam tubuh. Caranya yaitu dengan memotong-motong buah lemon kemudian tempelkan ke bagian kulit yang terkena Striae Gravidarum dan gosokkan secara perlahan dan membiarkannya beberapa menit sebelum membasuhnya dengan air hangat.

5) Lidah Buaya

Tumbuhan lidah buaya ini memang sangat berkhasiat untuk perawatan kulit, dan salah satu manfaatnya yaitu untuk mengatasi Striae Gravidarum di kulit. Lidah buaya memiliki berbagai nutrisi penting dan senyawa aktif yang dapat digunakan dalam luka ringan. Caranya yaitu mengoleskan gel yang terdapat pada daging lidah buaya dan diberi sedikit tekanan selama beberapa menit kemudian bilas dengan air yang sedikit hangat. Cara ini aman sehingga bias dilakukan hingga 3 kali sehari secara rutin.

6) Kentang

Kentang mengandung vitamin dan mineral yang mempercepat

pertumbuhan dan pemulihan sel kulit. Caranya yaitu memotong kentang menjadi irisan-irisan tebal kemudian menggosokkan ke bagian kulit yang terkena Striae Gravidarum dan cairan kentang harus menutupi daerah yang terkena stretchmark.

7) Gula

Gula putih alami adalah salah satu solusi alami terbaik untuk menghilangkan Striae Gravidarum. Gula juga dapat digunakan untuk mengelupaskan kulit.

Cara mengolahnya yaitu:

a) Campur satu sendok makan gula pasir dengan beberapa tetes minyak almond dan beberapa tetes jus lemon. Campur dengan baik dan oleskan pada Striae Gravidarum dan area kulit lainnya.

b) Gosok perlahan campuran itu pada kulit selama kurang lebih 10 menit setiap hari sebelum mandi.

c) Lakukan hal ini selama sekitar satu bulan dan perhatikan Striae Gravidarum mulai memudar.

b. Pencegahan Striae Gravidarum Menurut Salman & Polim [11], cara terbaik yang bisa ibu hamil lakukan adalah dengan mencegah atau meminimalisir Striae Gravidarum dengan kebiasaan sehari-hari, seperti:

1) Cukupi kebutuhan ibu hamil akan konsumsi air putih. Ibu hamil harus dibiasakan mengkonsumsi air putih minimal 8 gelas sehari, hal ini dapat membantu elastisitas kulit sehingga diharapkan dapat



meminimalisir terjadinya Striae Gravidarum [11].

- 2) Jaga kenaikan berat badan ibu hamil selama kehamilan jangan sampai mengalami kenaikan yang terlalu drastis. Selama kehamilan kenaikan normal berat badan ibu hamil antara 12 – 15 kg. Jika kenaikan berat badan terlalu drastis, selain kurang baik bagi kehamilan, juga tentunya kulit akan terlalu banyak mengalami peregangan yang menyebabkan munculnya Striae Gravidarum [11].
- 3) Olahraga teratur selama kehamilan sesuai saran dokter. Olahraga akan melancarkan sirkulasi darah dan oksigen dalam tubuh dan membantu meminimalisir terjadinya Striae Gravidarum [14].
- 4) Konsumsi makanan yang sehat juga makanan yang berserat seperti sayuran dan buah-buahan yang dapat membantu mencegah terjadinya Striae Gravidarum. Selain itu konsumsi makanan yang banyak mengandung vitamin A, E dan C seperti wortel, susu atau telur [11].
- 5) Jangan menggaruk kulit yang gatal pada bagian yang sering timbul striae gravidarum. Karena garukan akan menarik dan meregangkan kulit lapisan luar dan tengah sehingga akan lebih membantu terjadinya Striae [11].

E. Pengertian Minyak Zaitun

Minyak zaitun adalah salah satu minyak tumbuhan yang pertama dibuat orang, yang diperas dari buah pohon zaitun (*Olea europae L*) yang aslinya dikembangkan di Cekungan Laut

Tengah. Sejak zaman para nabi, tumbuhan ini sudah didayagunakan untuk memasak, bahan pengobatan, kosmetik, sabun, bahkan sebagai minyak lampu [15].

Minyak zaitun merupakan minyak yang berasal dari perasan buah zaitun, sedangkan minyak zaitun extra virgin adalah hasil olahan pertama, tanpa campuran ekstrak lainnya. Manfaat minyak zaitun sering disandingkan dengan madu karena kandungannya yang sangat baik untuk kesehatan manusia [16].

F. Klasifikasi Minyak Zaitun

Menurut Astawan et al. [15], Kualitas dari minyak zaitun dapat diklasifikasikan menjadi 5 golongan yaitu:

- a. *Extra virgin*: Jenis minyak zaitun yang dihasilkan dari zaitun berkualitas wahid. Hanya boleh memiliki keasaman alami kurang dari 1%. Dan dipenelitian ini menggunakan minyak zaitun extra virgin karena kualitas dan kemurniannya yang terjamin.
- b. *Virgin*: Jenis minyak zaitun yang diproses secara mekanik (dengan perasan) tanpa panas, yang mengubah tingkat keasaman menjadi antara 1-5%.
- c. *Pure*: Campuran dari minyak zaitun sulingan (diolah dengan uap dan bahan kimia) dengan yang virgin. Tingkat keasaman berkisar 3-4% dan memiliki harga yang lebih murah.
- d. *Extracted and refined*: Dibuat dari sisa perasan pertama dengan menggunakan pelarut kimia, ditambahkan minyak virgin sebagai penguat rasa.
- e. *Pomace*: Dibuat dengan ekstraksi kimia dari residu yang tersisa setelah perasan dan pemrosesan kedua. Mengandung keasaman 5-10% dan ditambahkan minyak virgin sebagai penguat rasa.



G. Unsur Gizi dalam Minyak Zaitun Extra Virgin

Menurut Astawan et al. [15], Para peneliti kesehatan dunia menemukan unsur gizi penunjang kesehatan dalam zaitun dan minyaknya sebagai berikut :

1. Vitamin E : vitamin antioksidan yang dapat membantu memperkuat daya tahan tubuh, mengurangi risiko penyakit jantung, dan beberapa bentuk kanker.
2. Asam Lemak Esensial : omega-3 dan omega-6 yang dapat menangkalkan penyakit jantung, obesitas dan diabetes.
3. Klorofil : memiliki sifat antioksidan.
4. Senyawa fenol : juga bertindak sebagai antioksidan.
5. Fitoestrogen : yang dapat membantu mencegah keropos tulang.
6. Sterol : yang menangkalkan penyerapan kolesterol dalam makanan oleh usus.

H. Manfaat dan Kegunaan Minyak Zaitun

Menurut Arianto [16], Kandungan nutrisi minyak zaitun yang sangat istimewa membuat besarnya manfaat minyak zaitun untuk menjaga kesehatan. Adapun manfaat dan kegunaan minyak zaitun adalah sebagai berikut :

- a. Striae Gravidarum /gurat-gurat kulit
Pada umumnya Striae Gravidarum lebih banyak terjadi diperut pada akhir masa kehamilan. Laki-laki dan perempuan juga dapat memperoleh garis-garis tipis pada permukaan kulit perut atau pantat, paha, pinggul dan payudara, ketika perut membesar dengan cepat, gurat-gurat ini juga terlihat pada orang-orang yang bertambah berat badan dan kehilangan lemak tubuh atau massa otot dengan cepat [15].

- b. Mengontrol kadar kolesterol dan risiko penyakit jantung
Kandungan minyak zaitun juga berkhasiat dalam mengontrol kadar kolesterol darah dan menangkalkan dampak negatif lemak makanan terhadap pembekuan darah, mencegah penebalan pembuluh nadi jantung, mengurangi terjadinya penyumbatan (trombosis), serta menekan penebalan pembuluh darah penyebab penyakit jantung.
- c. Menangkalkan dan mengatasi kanker
Mengonsumsi minyak zaitun secara rutin ternyata mampu menekan sekaligus mengobati sebagai jenis penyakit kanker yang mematikan, seperti kanker rahim, kanker kolon, kanker ovarium, maupun kanker lambung. Bahkan sebuah riset tentang penggunaan minyak zaitun sebagai krim kulit untuk berjemur atau setelah berenang mampu menangkalkan terjadinya penyakit kanker kulit.
- d. Mengatasi radang sendi
Sebuah riset di Yunani juga memberikan bukti tentang manfaat minyak zaitun yang mampu menangkalkan dan mengatasi penyakit arthritis dan radang persendian.
- e. Sebagai pelembab untuk kulit kering
Minyak zaitun mengandung vitamin E yang berguna untuk melembabkan kulit sehingga menjadi lembut dan bercahaya. Selain itu, kandungan antioksidannya pun dapat melindungi kulit dari efek polusi, asap rokok, alkohol, dan paparan sinar matahari [15].
- f. Dapat membantu mengurangi kelebihan minyak pada kulit wajah
Minyak zaitun dapat membantu mengatasi masalah-masalah yang



sering terdapat pada kulit berminyak, seperti kelebihan minyak, komedo, dan jerawat.

- g. Sebagai pelembab bibir
Bibir yang kering dan pecah-pecah dapat diatasi dengan mengoleskan minyak zaitun, memberikan efek kelembaban dan kesehatan pada bibir.
- h. Mencegah kanker kulit
Minyak zaitun yang memiliki polifenol dan antioksidan alami lainnya bisa mencegah terjadinya jenis kerusakan yang mengarah pada terjadinya kanker kulit.

METODE

Jenis penelitian ini adalah laporan studi kasus dengan metode studi observasional [17]. Studi kasus dilaksanakan di BPM Prapti Vidiasningsi, SST Pekanbaru. Studi kasus dilakukan pada tanggal 12 Juni-06 Juli 2019.

Cara pengambilan kasus pada awalnya menyediakan lembar persetujuan (*Informed consent*) dan diisi oleh pasien/klien. Melakukan wawancara dan observasi terhadap beberapa gejala klinis yang berhubungan dengan perubahan-perubahan kulit atau Striae Gravidarum selama kehamilan trimester dua. Rencana terapi berupa pemberian minyak zaitun kepada ibu hamil trimester II, selama 30 menit setiap pagi hari dan menjelang tidur selama 2 minggu.

Pada kunjungan antenatal pertama melakukan anamnesa dan pemeriksaan umum meliputi pemeriksaan fisik dan pemeriksaan khusus kebidanan. Kunjungan kedua dan ketiga melakukan penilaian dengan membandingkan kembali perubahan permukaan kulit ibu yang terkena Striae setelah pemberian minyak zaitun. Asuhan akan dihentikan setelah striae pada permukaan kulit ibu mengalami perubahan untuk menilai

keberhasilan asuhan tersebut. Data yang telah didapat dicatat dan didokumentasikan.

Instrumen yang digunakan dalam pengambilan data adalah Format asuhan kebidanan pada ibu hamil. Alat dan bahan dalam melakukan pemeriksaan fisik dan observasi yaitu stetoskop, thermometer, minyak zaitun, tissue, handsoap, camera. Alat dan bahan yang digunakan dalam dokumentasi yaitu buku kesehatan ibu dan anak untuk mengetahui riwayat kehamilan. Media yang digunakan yaitu leaflet.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Kajian I

Kunjungan pertama dilakukan pada tanggal 12 Juni 2019 di BPM Prapti Vidiasningsi.

1. Pengkajian Data Subjektif

Ny. S mengatakan berusia 33 Tahun, HPHT 30-12-2018, hamil anak ke empat, tidak mempunyai riwayat penyakit dan penyakit keluarga, dan dalam kehamilan ke empat ini mengalami munculnya gurat-gurat putih didaerah sekitar perut. Guratan munculnya pada kulit saat usia kehamilan menginjak 4 bulan. Membuat ibu merasa tidak nyaman akan penampilannya, disertai dengan rasa gatal.

2. Pengkajian Data Objektif

Keadaan umum ibu baik dan kesadaran compos mentis, TTV dalam batas normal, BB sebelum hamil : 58 kg, BB sekarang : 71 kg, TB : 160 cm, (mata : tidak ikterik, konjungtiva merah muda), (leher : tidak ada pembengkakan tiroid), (mammariae : simteris), (abdomen : tidak ada luka bekas operasi, tampak striae gravidarum dipermukaan kulit, TFU 23 cm.), (palpasi: fundus teraba bokong,



puki, preskep, kepala belum masuk PAP), DJJ 138x/menit)

3. Assasment

G₄P₃A₀H₃ usia kehamilan 26-27 minggu dengan keluhan striae dan terasa gatal, janin hidup, tunggal, intrauterine, preskep, DJJ dalam batas normal.

4. Plan

- Memberitahu hasil pemeriksaan, keadaan ibu baik, TTV dalam batas normal.
- Menjelaskan kepada ibu tentang striae gravidarum dan penanganannya
- Memberikan KIE tentang nutrisi pada ibu hamil yang dapat membantu mencegah terjadinya Striae Gravidarum.
- Memberikan informasi tentang minyak zaitun. Mengajarkan ibu cara pemijatan dengan menggunakan minyak zaitun
- Menganjurkan ibu untuk melakukan pemijatan minyak zaitun secara rutin.

B. Kajian IV

Pada kunjungan ini merupakan kunjungan ke empat yang dilakukan pada tanggal 06-07-2019 di rumah pasien.

1. Pengkajian Data Subjektif

Ny. S mengatakan gurat-gurat putih didaerah sekitar perut sudah tidak terlihat jelas dan tidak terasa gatal lagi.

2. Pengkajian Data Objektif

Keadaan ibu baik, TTV dalam batas normal, Pemeriksaan fisik : tampak tanda parut berupa guratan-guratan putih yang memanjang dengan pola yang tidak beraturan pada permukaan kulit sudah tidak terlihat jelas.

3. Assasment

G₄P₃A₀H₃ usia kehamilan 29-30

minggu dengan striae tidak terlihat jelas dan tidak terasa gatal lagi, janin hidup, tunggal, intrauterine, preskep, DJJ dalam batas normal.

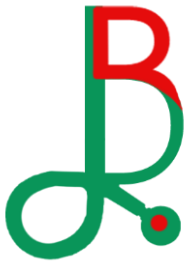
4. Plan

- Memberitahu hasil pemeriksaan, keadaan ibu baik, TTV dalam batas normal.
- Memberikan KIE tentang nutrisi pada ibu hamil yang dapat membantu mencegah terjadinya Striae Gravidarum.
- Memberikan informasi tentang minyak zaitun. Mengajarkan ibu cara pemijatan dengan menggunakan minyak zaitun
- Menganjurkan ibu untuk tetap melakukan pijat minyak zaitun sampai proses persalinan sehingga mendapatkan hasil yang maksimal pada striae yang dialami.

Pada pembahasan ini penulis akan membahas antara teori dan praktek dilapangan pada ibu hamil Ny. S atas indikasi Striae Gravidarum dengan menggunakan 7 langkah varney dan didokumentasikan dalam bentuk SOAP :

Hasil dari kajian I ditemukan ibu mengeluh munculnya gurat-gurat putih didaerah sekitar perut membuat ibu merasa tidak nyaman akan penampilannya, disertai dengan rasa gatal. Guratan munculnya pada kulit saat usia kehamilan menginjak 4 bulan.

Menurut [5], Striae Gravidarum atau yang biasa disebut tanda guratan merupakan masalah yang banyak menimpa kaum wanita terutama dalam masa kehamilan. Striae Gravidarum Adalah peregangan jaringan kulit melebihi batas elastisitasnya. Keberadaan Striae Gravidarum ini tentunya membuat ibu merasa tidak nyaman akan penampilannya. Selain mengganggu penampilan fisik, juga mempengaruhi psikologis ibu karena merasa



minder dan malu akibat timbulnya Striae Gravidarum, terkadang juga menimbulkan rasa gatal sehingga sangat mengganggu. Jika digaruk secara berlebihan akan menyebabkan luka pada kulit.

Berdasarkan hasil dari pemeriksaan fisik pada abdomen ibu tampak tanda parut berupa guratan-guratan putih yang memanjang dengan pola yang tidak beraturan pada permukaan kulit. Pada kasus ini penatalaksanaan tindakan yaitu, memberitahu ibu mengenai hasil pemeriksaan bahwa ibu mengalami Striae Gravidarum, memberi informasi tentang menjaga kelembaban kulit dengan menggunakan minyak zaitun. Mengonsumsi air putih minimal 8 gelas sehari. menjaga kenaikan berat badan ibu hamil selama kehamilan. Olahraga teratur selama kehamilan sesuai saran bidan/dokter. Konsumsi makanan yang berserat seperti sayuran dan buah-buahan. Jangan menggaruk kulit yang gatal pada bagian yang sering timbul striae gravidarum.

Menurut [6], Rencana asuhan pada ibu hamil dengan Striae Gravidarum antara lain cukupi kebutuhan ibu hamil akan konsumsi air putih. Jaga kenaikan berat badan ibu hamil selama kehamilan jangan sampai mengalami kenaikan yang terlalu drastis. Olahraga teratur selama kehamilan sesuai saran dokter. Konsumsi makanan yang sehat juga makanan yang berserat seperti sayuran dan buah-buahan yang dapat membantu mencegah terjadinya Striae Gravidarum. Jangan menggaruk kulit yang gatal pada bagian yang sering timbul striae gravidarum. Karena garukan akan menarik dan meregangkan kulit lapisan luar dan tengah sehingga akan lebih membantu terjadinya Striae Gravidarum.

Setelah dilakukan pengawasan dan pelaksanaan rencana tindakan pada ibu hamil atas indikasi Striae Gravidarum dengan tindakan yang telah dilakukan oleh bidan,

pasien maupun tenaga medis, tidak terjadi hal-hal yang menjadi komplikasi dari tindakan yang dilakukan selama ibu mendapatkan asuhan.

Evaluasi asuhan kebidanan yang diberikan pada Ny. S umur 33 Tahun dengan Striae Gravidarum dapat teratasi dalam waktu kurang lebih 3 minggu yaitu Striae mulai bekurang setelah penerapan asuhan minggu ke-2, kemudian pada penerapan asuhan minggu ke – 4 striae sudah tidak terlihat jelas dan sudah tidak terasa gatal. Pada kasus ini tidak terjadi kesenjangan antara teori dan praktek karena asuhan yang diharapkan telah tercapai.

KESIMPULAN

Dalam pemantauan selama kurang lebih 3 minggu telah diberikan informasi dan asuhan yang menyeluruh kepada ibu. Evaluasi asuhan kebidanan yang diberikan pada Ny. S umur 33 Tahun dengan *Striae Gravidarum* dapat teratasi dalam waktu kurang lebih 3 minggu yaitu striae sudah tidak terlihat jelas dan sudah tidak terasa gatal.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Deswani, Desmarnita U, Mulyanti Y. Asuhan Keperawatan Prenatal dengan Pendekatan Neurosains. Malang: Wineka Media; 2019.
- [2] Maternity D, Putri RD, Aulia DLN. Asuhan Kebidanan Komunitas [Internet]. Yogyakarta: ANDI; 2017. Available from: https://www.google.co.id/books/edition/Asuhan_Kebidanan_Komunitas/xVJLDwAAQBAJ?hl=id&gbpv=0
- [3] Walyani ES. Asuhan Kebidanan pada Kehamilan. Yogyakarta: Pustaka Baru Press; 2014.
- [4] Naviri T. Buku Pintar Ibu Hamil. Jakarta: PT Elex Media Komputindo; 2011.



- [5] Salma N. Beautiful Pregnancy. Cibubur Bekasi: Gerremedia; 2013.
- [6] Salman, Polim. 30 Perubahan Tubuh Selama Hamil. Jakarta: Pustaka Kemang; 2016.
- [7] Riyanti. Etikolegal dalam Praktik Kebidanan. Malang: Wineka Media; 2018.
- [8] Astawan M, Wresdiyati T, Nasution NA. Fakta dan Manfaat Minyak Zaitun. Jakarta: Kompas; 2015.
- [9] Salma N. Beautiful Pregnancy. Cibubur Bekasi: Gerremedia; 2013.
- [10] Naviri T. Buku Pintar Ibu Hamil. Jakarta: PT Elex Media Komputindo; 2011.
- [11] Salman RB, Polim AA. 30 Perubahan Tubuh Selama Hamil . Depok Timur: Pustaka Keman. Depok Timur: Pustaka Kemang; 2016.
- [12] Walyani ES. Asuhan Kebidanan pada Kehamilan. Yogyakarta: Pustaka Baru Press; 2014.
- [13] Rohmanah C. Cara Menghilangkan Stretchmark secara Alami [Internet]. 2013 [cited 2022 Dec 23]. Available from: <http://blogging.co.id/cara-menghilangkan-stretchmark-secara-alami>
- [14] Parent TA. Enam Langkah untuk Mengatasi Stretchmark. Retrieved from [Internet]. 2018 [cited 2022 Dec 23]. Available from: <http://id.theasianparent.com/genam-langkah-untukmenghilangkanstretchmark/>
- [15] Astawan M, Wresdiyati T, Nasution NA. Fakta dan Manfaat Minyak Zaitun. Jakarta: Kompas; 2015.
- [16] Arianto Y. 56 Makanan Ajaib Dan Manfaatnya Untuk Kesehatan Dan Kecantikan. Yogyakarta: Venom Publisher; 2018.
- [17] Lapau B, Birwin A. Prinsip & Metode Epidemiologi. Suwito, editor. Depok: Kencana; 2017.