

PERBANDINGAN EFEKTIVITAS VIRGIN COCONUT OIL DAN MINYAK ZAITUN
DALAM MENGURANGI STRIAE GRAVIDARUM DI PUSKESMAS
PONDOK GEDE JATICEMPAKA KOTA BEKASI

Sofia Nastiti^{1*}, Gusrida Umairo²

¹⁻²STIKes Abdi Nusantara Jakarta

E-mail Korespondensi: Nastitisofia@gmail.com

Disubmit: 23 Juli 2023

Diterima: 20 Maret 2024

Diterbitkan: 01 April 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i4.11159>

ABSTRACT

Around 66% of pregnant women worldwide experience stretch marks, also known as Striae gravidarum. In Indonesia, the incidence of Striae Gravidarum reaches 95% of the total pregnant women. This condition of Striae gravidarum occurrence causes discomfort and lowers self-confidence, which if not handled properly can lead to pregnancy-related anxiety. The use of virgin coconut oil and olive oil can serve as natural non-pharmacological interventions to address Striae gravidarum. This Purpose of Writing is to determine the comparison of the effectiveness between virgin coconut oil (VCO) and olive oil in reducing the incidence of stretch marks in pregnant women in the second trimester. This study is a quasi-experimental research with a control group design using a pretest and posttest design. The respondents consisted of 32 pregnant women in the second trimester with the occurrence of Striae gravidarum, divided into two equally sized groups according to the intervention. The observation scores of Striae gravidarum were conducted before and after the intervention and compared. The results of the independent T-Test to determine the effectiveness comparison between virgin coconut oil (VCO) and olive oil obtained a p-value of $.205 > (\alpha 0.05)$, thus H_0 is accepted, and H_a is rejected. There is no difference in the effectiveness of olive oil and Virgin Coconut Oil (VCO) on the occurrence of Striae gravidarum in pregnant women in the second trimester in the working area of Puskesmas Pondok Gede, Bekasi City, in 2023. It is hoped that other researchers can explore other easily accessible and affordable non-pharmacological alternative materials to reduce the incidence of Striae gravidarum in pregnant women..

Keywords: *Striae Gravidarum, Virgin Coconut Oil (VCO), and Olive Oil*

ABSTRAK

Di dunia, sekitar 66% ibu hamil mengalami *stretch mark* atau *Striae gravidarum*. Di Indonesia, angka kejadian *Striae gravidarum* mencapai 95% dari total ibu hamil. Kondisi kejadian *Striae gravidarum* ini menyebabkan ketidaknyamanan dan menurunkan rasa percaya diri, yang bila tidak ditangani dengan baik dapat berujung pada kecemasan kehamilan. Penggunaan *virgin coconut oil* dan minyak zaitun dapat menjadi intervensi nonfarmakologis yang alami mengatasi *Striae gravidarum*. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui perbandingan efektivitas *virgin coconut oil (VCO)* dengan minyak zaitun dalam mengurangi

kejadian *stretch mark* pada ibu hamil trimester II. Riset ini merupakan penelitian eksperimental semu dengan *control group design with pretest and posttest design*. Responden terdiri dari 32 orang ibu hamil trimester II dengan kejadian *striae gravidarum* yang dibagi menjadi dua kelompok sama besar sesuai intervensi. Skor observasi *striae gravidarum* dilakukan sebelum dan setelah intervensi dan dibandingkan. Hasil uji *independent T-Test* untuk mengetahui perbandingan efektivitas antara intervensi *virgin cocnut oil (VCO)* dengan minyak zaitun didapat nilai *p-value* $.205 > (\alpha 0.05)$ sehingga H_0 diterima, H_a ditolak. Tidak ada perbedaan efektivitas minyak zaitun dan *Virgin Coconut Oil (VCO)* terhadap kejadian *Striae gravidarum* pada ibu hamil trimester II di wilayah kerja Puskesmas Pondok Gede kota Bekasi tahun 2023. Diharapkan peneliti lain dapat mencari bahan-bahan alternatif nonfarmakologis lain yang mudah dan murah dalam mengurangi kejadian *striae gravidarum* pada ibu hamil.

Kata Kunci: *Striae Gravidarum*, *Virgin Coconut Oil (VCO)* dan Minyak Zaitun

PENDAHULUAN

Selama kehamilan, banyak ibu hamil mengalami ketidaknyamanan umum seperti penurunan libido, mual di pagi hari (*morning sickness*), pembesaran payudara, penurunan rasa percaya diri, serta sering buang air kecil (Varney, 2007 dalam Miftahun, 2017). Selain itu, beberapa kondisi seperti gatal-gatal, *Stretch Mark (Striae Gravidarum)*, *cloasma gravidarum*, dan nyeri pada bagian atas perut juga sering dialami oleh ibu hamil (Varney, 2007 dalam Fakhroh, 2017).

Data WHO Tahun 2018, di dunia sekitar 66% dari ibu hamil mengalami *Stretch Mark* atau *Striae Gravidarum* selama masa kehamilan (WHO, 2019). Di Indonesia, angka kejadian *Striae Gravidarum* mencapai 95% dari total ibu hamil (Kemenkes, 2015). Meskipun *Striae Gravidarum* tidak membahayakan nyawa ibu hamil, kondisi ini dapat menyebabkan ketidaknyamanan dan menurunkan rasa percaya diri. pengobatan non-farmasi, produk topikal yang mengandung hidrokortison, C, vitamin E, dan minyak termasuk minyak zaitun dapat dijadikan alternatif untuk mengurangi masalah *Stretch Mark* (Amelia, 2016 dalam Widia, 2020). Asam lemak yang terkandung dalam VCO, khususnya

asam laurat dan asam oleat, diyakini memiliki kemampuan melembutkan kulit. Selain itu, VCO juga mengandung vitamin A, C, dan E yang berperan sebagai agen pelembab kulit, meningkatkan hidrasi kulit, dan mempercepat proses penyembuhan luka. Kandungan alami tersebut memiliki korelasi positif terhadap elastisitas kulit (Fenny dan Nia, 2020).

Selain *Virgin Coconut Oil (VCO)*, minyak zaitun juga bisa menjadi pilihan dalam mengatasi *Striae Gravidarum*. Minyak zaitun memiliki kandungan yang sangat baik bagi tubuh dan dapat digunakan baik sebagai suplemen maupun sebagai bahan pengobatan topikal. Minyak zaitun mengandung asam lemak, protein, karbohidrat, air, minyak protein, dan lemak serta beberapa kandungan vitamin seperti Vit. A, Vit. B1, Vit. B2, Vit. C, Vit. D, Vit. E, dan vitamin K serta mineral (Khadijah, 2013 dalam Sari, 2015).

Dalam riset yang dilakukan oleh Bielfeldt et al. (2017) terkait efektivitas minyak zaitun yang diberikan selama 2 kali sehari dalam rentang waktu 8 minggu untuk mengurangi tampilan guratan yang diperoleh dari kejadian *Striae Gravidarum*. Diperoleh hasil

signifikan dengan nilai $p < 0,005$, menunjukkan bahwa minyak zaitun memiliki pengaruh dalam mengurangi tampilan guratan akibat Striae Gravidarum. Penelitian lain yang dilakukan oleh Lidia, dkk (2020) dengan judul "Pengaruh Pemberian Minyak Zaitun (Olive oil) terhadap Stretch Mark pada Ibu Hamil Trimester III" juga mendapatkan hasil signifikan dengan nilai $p = 0,003$, menunjukkan efektivitas minyak zaitun terhadap kejadian Striae Gravidarum pada ibu hamil.

TINJAUAN PUSTAKA

Striae adalah lesi seperti parut garis, cekung, atropik, berwarna merah muda atau ungu, kemudian menjadi putih yang terdapat di abdomen, payudara, pantat dan paha (Nupur Nandi dan Arun Paul Choudhury, 2018). Striae disebabkan oleh multifaktor termasuk faktor fisik yaitu meregangnya kulit akibat jaringan elastis karena penambahan berat badan yang signifikan dan faktor hormon yaitu efek dari hormone adrenocortical steroids (ACTH), esterogen, relaksin di jaringan kulit serta riwayat di keluarga juga mempunyai resiko munculnya Striae Gravidarum (Syauqi, 2023).

Gejala dan Tanda Striae Gravidarum Striae Gravidarum adalah lesi garis yang paling sering ditemukan pada payudara, perut, pinggul dan paha. Lokasi tergantung pada daerah yang mengalami peregangan misalnya lesi di aksila pada lengan atlet angkat besi. Striae diawali sebagai lesi ungu kemerahan, semakin lama akan semakin kehilangan pigmentasi dan atrofi akhirnya muncul sebagai lesi scarlike berwarna putih yang berkerut halus (Manullang, 2017).

Virgin Coconut Oil (VCO) adalah minyak kelapa yang dihasilkan dari pengolahan daging buah kelapa tanpa

melakukan pemanasan atau dengan pemanasan suhu rendah sehingga menghasilkan minyak dengan warna yang jernih, tidak tengik dan terbebas dari radikal bebas akibat dari pemanasan.

Kandungan Virgin Coconut Oil (VCO) Minyak kelapa mengandung vitamin-vitamin yang larut dalam lemak, yaitu vitamin A, D, E, K serta pro-vitamin A (Karoten). Oleh sebab itu, minyak ini sangat penting bagi metabolisme tubuh. Selain itu, minyak kelapa mengandung sejumlah asam lemak jenuh dan asam lemak tak jenuh. Menurut Balai Penelitian Tanaman Kelapa dan Palma lain atau Balitka (2007), telah menghasilkan 4 varietas kelapa dalam unggul, yaitu Tengah, Palu, Bali, Mapanget. Penelitian tersebut menganalisis tentang kopra. Kopra adalah bahan baku bagi pembuatan minyak goreng dan turunannya. Komposisi asam-asam lemak yang di analisis dari kopra keempat varietas tersebut tertinggi yaitu asam laurat 36,12% - 38,28%, asam miristat 13,42% - 15,90%, asam kaprilat 8,78% - 11,10%, asam kaprat 6,38% - 8,08%, asam palmitat 6,48% - 7,95%, asam oleat 4,27% - 5,26%, asam stearate 1,76% - 2,54%, dan asam linoleat 1,44% - 1,66%. Dengan demikian, hasil analisis minyak murni dari keempat vaerietas tersebut di peroleh rata-rata asam lemak rantai sedang 56% - 57% dengan kadar asam laurat 43%. Asam lemak rantai sedang lainnya yang mempunyai khasiat untuk kesehatan adalah asam kaprat, asam oleat (Omega-9), dan asam linoleat (Omega-6) (Putri, 2019).

METODE PENELITIAN

Riset ini merupakan penelitian eksperimental semu dengan *control group design with pretest and posttest design*. Responden terdiri dari 32 orang ibu hamil trimester II dengan kejadian *striae gravidarum*

yang dibagi menjadi dua kelompok sama besar sesuai intervensi. Skor observasi *striae gravidarum* dilakukan sebelum dan setelah intervensi dan dibandingkan. Data primer dikumpulkan melalui observasi, dengan variabel dependen yaitu *Striae gravidarum* dan variabel

independen yaitu intervensi oles *Virgin Coconut Oil (VCO)* dan oles minyak zaitun. Karena data terdistribusi normal, analisis statistik menggunakan uji *Independent T-Test* dilakukan secara univariat dan bivariat dengan menggunakan perangkat lunak SPSS 21.0.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Karakteristik Ibu Hamil Trimester II dengan Kejadian *Striae Gravidarum* berdasarkan Umur, Pendidikan Terakhir Ibu, Pekerjaan Ibu, Paritas dan Usia Kehamilan

Karakteristik	Intervensi <i>Olive oil</i>		Intervensi <i>VCO</i>	
	F	%	F	%
Umur				
< 20 tahun	1	6,3	1	6,3
20 - 30 tahun	14	87,4	13	81,2
> 30 tahun	1	6,3	2	12,4
Total	16	100,0	16	100,0
Pendidikan Terakhir				
SMP	1	6,3	2	12,5
SMA / SMK	13	81,2	10	62,5
Perguruan Tinggi	2	12,4	4	25,0
Total	16	100,0	16	100,0
Pekerjaan				
Ibu Rumah Tangga	7	43,8	9	56,2
Wiraswasta	7	43,8	3	18,8
Pegawai	0	0	2	12,5
Swasta	2	12,4	2	12,5
PNS				
Total	16	100,0	16	100,0
Paritas				
Primipara	7	43,8	9	56,3
Multivara	6	37,5	5	31,2
Grande	3	18,7	2	12,5
Total	16	100,0	16	100,0
Usia Kehamilan				
4 bulan	6	37,5	7	43,8

5 bulan	2	12,5	5	31,2
6 bulan	8	50,0	4	25,0
Total	16	100,0	16	100,0

Sumber : Data primer yang diolah, 2023

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa jumlah responden ibu hamil Trimester II dengan kejadian *Striae Gravidarum* pada kelompok intervensi minyak zaitun, sebagian besar berumur antara 20 - 30 tahun berjumlah 14 orang dengan persentase 87,5%. Sedangkan berdasarkan pendidikan terakhir responden sebagian besar (81,3%) yaitu dengan pendidikan SMA / SMK berjumlah 13 orang. Kemudian, berdasarkan riwayat pekerjaan, sebagian besar (43,8%) sebagai Ibu Rumah Tangga dan wiraswasta dengan jumlah masing-masing 7 orang. Kemudian karakteristik berdasarkan paritas, Sebagian besar berstatus Primipara sebanyak 7 orang (43,8%). Dan karakteristik terakhir adalah data usia kehamilan trimester II responden terbanyak berada pada usia kandungan 6 bulan sebanyak 8 orang atau 50,0%.

Sedangkan jumlah responden ibu hamil Trimester II

dengan kejadian *Sriae gravidarum* pada kelompok intervensi *Virgin Coconut Oil (VCO)*, sebagian besar berumur antara 20 - 30 tahun berjumlah 13 orang dengan persentase 81,3%. Sedangkan berdasarkan pendidikan terakhir responden sebagian besar (62,5%) yaitu dengan pendidikan SMA / SMK berjumlah 10 orang. Kemudian, berdasarkan riwayat pekerjaan, Sebagian besar (56,3%) sebagai Ibu Rumah Tangga dan wiraswasta dengan jumlah masing-masing 9 orang. Kemudian karakteristik berdasarkan paritas, Sebagian besar berstatus Primipara sebanyak 9 orang (56,3%). Dan karakteristik terakhir adalah data usia kehamilan trimester II responden terbanyak berada pada usia kandungan 4 bulan sebanyak 7 orang atau 43,8%.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Skor Kejadian *Striae Gravidarum* sebelum (*Pretest*) Diberikan Intervensi pada Kelompok Minyak Zaitun dan Kelompok *Virgin Coconut Oil (VCO)*

Kejadian <i>Striae</i> <i>Gravidarum</i>	Intervensi <i>Olive oil</i>		Intervensi <i>VCO</i>	
	F	%	F	%
Tidak Ada <i>Striae</i>	0	0,0	0	0,0
<i>Striae</i> Ringan	14	87,5	13	81,2
<i>Striae</i> Sedang	2	12,5	3	18,8
<i>Striae</i> Berat				
Total	16	100,0	16	100,0

Sumber : Data primer yang diolah, 2023

Dari Tabel 2 diketahui perolehan skor kejadian *striae*

kelompok sebelum diberikan minyak zaitun, Sebagian besar

(87,5%) berada di kategori striae sedang dan terdapat 12,5% mengalami striae berat. Sedangkan skor kejadian striae pada kelompok

sebelum diberikan VCO, Sebagian besar (82,1) juga berada di kategori striae sedang dan terdapat 18,8% mengalami striae berat.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Skor Kejadian *Striae Gravidarum* setelah (*Posttest*) Diberikan Intervensi pada Kelompok Minyak Zaitun dan Kelompok *Virgin Coconut Oil (VCO)*

Kejadian <i>Striae Gravidarum</i>	Intervensi <i>Olive oil</i>		Intervensi <i>VCO</i>	
	F	%	F	%
Tidak Ada <i>Striae</i>	0	0	0	0
<i>Striae</i> Ringan	14	87,5	13	81,2
<i>Striae</i> Sedang	2	12,5	3	18,8
<i>Striae</i> Berat	0	0	0	0
Total	16	100,0	16	100,0

Sumber : Data primer yang diolah, 2023

Berdasarkan Tabel 3 di atas dapat diketahui bahwa skor kejadian striae pada kelompok setelah diberikan intervensi minyak zaitun, sebagian besar (87,5%) berada pada kategori striae Ringan dan terdapat 12,5% mengalami striae Sedang.

Kemudian, untuk skor striae pada kelompok setelah diberikan intervensi *Virgin Coconut Oil (VCO)* sebagian besar (81,2%) juga berada pada kategori striae Ringan, dan terdapat 18,8% mengalami striae Sedang.

Tabel 4. Uji Normalitas

		<i>Shapiro Wilk</i>		Keterangan
Indikator	N	Sig.		
Pre test Minyak Zaitun	16	.210		Normal
Post test Minyak Zaitun	16	.355		Normal
Pre test <i>Virgin Coconut Oil (VCO)</i>	16	.157		Normal
Post test <i>Virgin Coconut Oil (VCO)</i>	16	.250		Normal

Sumber : Data primer yang diolah, 2023

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui nilai uji *Saphiro Wilk* memiliki dasar pengambilan keputusan jika nilai signifikansi $> 0,05$, data penelitian terdistribusi normal. Variabel nilai skor *Striae gravidarum* sebelum diberikan intervensi minyak zaitun yaitu $p\text{-value } 0.210 > (\alpha 0.05)$ didapat hasil

data terdistribusi normal. Tidak jauh berbeda, nilai skor *Striae gravidarum* setelah diberikan intervensi minyak zaitun yaitu $p\text{-value } 0.355 > (\alpha 0.05)$ didapat hasil data juga terdistribusi normal, sehingga dapat dilanjutkan analisis bivariat kelompok minyak zaitun menggunakan uji *Paired Sample T-Test*.

Tabel 5. Pengaruh Pemberian Minyak Zaitun terhadap Pengurangan *Striae Gravidarum* pada Ibu Hamil di wilayah kerja Puskesmas Pondok Gede Jati Cempaka kota Bekasi tahun 2023

Skor	N	Mean	Std. Deviasi	Min.	Max	P - value
Pretest	16	13.81	1.559	11	16	0.000
Post test	16	7.00	1.789	4	11	
Selisih	16	6.81	0.655	5	8	

Sumber : Data primer yang diolah, 2023

Berdasarkan analisis dari tabel 5 diketahui dari 16 responden menunjukkan skor *Striae gravidarum* ibu hamil trimester II sebelum intervensi menggunakan minyak zaitun menunjukkan nilai rata-rata 13.81, nilai standar deviasi 1.559 skor terendah 11 serta skor tertinggi 16. Setelah intervensi minyak zaitun

didapat hasil nilai rata-rata 7.00, dengan nilai standar deviasi 1.789, skor terendah 4 serta skor tertinggi 11. Hasil uji statistik didapat nilai *p-value* 0.000 > 0.05. Sehingga ditarik kesimpulan bahwa ada pengaruh aplikasi pemberian minyak zaitun terhadap pengurangan *Striae gravidarum*.

Tabel 6. Pengaruh Pemberian *Virgin Coconut Oil (VCO)* terhadap Pengurangan *Striae Gravidarum* pada Ibu Hamil di wilayah kerja Puskesmas Pondok Gede Jati Cempaka kota Bekasi tahun 2023

Skor	N	Mean	Std. Deviasi	Min.	Max	P - value
Pretest	16	14.19	1.471	11	16	0.000
Post test	16	7.81	1.759	4	11	
Selisih	16	6.37	0.719	5	7	

Sumber : Data primer yang diolah, 2023

Dari analisis tabel 6 diketahui bahwa dari 16 responden menunjukkan skor *Striae gravidarum* pada ibu hamil trimester II sebelum intervensi *Virgin Coconut Oil (VCO)* didapat nilai rata-rata 14.19, kemudian nilai standar deviasi 1.471, skor terendah 11 serta nilai skor tertinggi 16. Kemudian dilakukan intervensi *Virgin Coconut Oil (VCO)*,

di dapat hasil *mean* rerata 7.81, skor standar deviasi sebesar 1.759, serta nilai terendah 4 dan nilai tertinggi 11. Hasil analisis uji statistik didapat nilai *p-value* 0.000 > 0.05. Sehingga dapat disimpulkan adanya pengaruh pemberian *Virgin Coconut Oil (VCO)* terhadap pengurangan *Striae gravidarum*.

Tabel 7. Perbandingan Efektivitas Minyak Zaitun dan *Virgin Coconut Oil (VCO)* dalam mengurangi *Striae Gravidarum* pada Ibu Hamil Trimester II

Selisih Skor Pre - Post <i>Striae Gravidarum</i>	N	Mean	Asymp.Sig.(2-tailed)
Minyak Zaitun	16	7.00	.205
<i>Virgin Coconut Oil</i>	16	7.81	

Sumber : Data primer yang diolah, 2023

Berdasarkan tabel 7 didapat nilai p -value $.205 > (\alpha 0.05)$ sehingga H_0 diterima, H_a ditolak yang berarti tidak ada perbedaan efektivitas minyak zaitun dan *Virgin Coconut Oil*

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diketahui dari 16 responden menunjukkan skor *Striae gravidarum* pada ibu hamil trimester II sebelum intervensi minyak zaitun menunjukkan nilai rata-rata 13.81, skor standar deviasi 1.559 serta nilai terendah 11 dan nilai tertinggi 16. Setelah intervensi minyak zaitun menunjukkan nilai rata-rata 7.00, skor standar deviasi 1.789 serta nilai terendah 4 dan nilai tertinggi 11. Hasil analisis uji statistik didapat nilai p -value $0.000 > 0.05$. Sehingga dapat disimpulkan adanya pengaruh aplikasi pemberian minyak zaitun terhadap pengurangan *Striae gravidarum*.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Susilawati dan Julia (2017) yang membuktikan adanya pengaruh pemberian minyak zaitun terhadap kejadian *Striae Gravidarum* pada ibu hamil. Hasil uji statistik dengan uji *independent sample t-test* diperoleh p -value = 0.007 (p -value $< \alpha = 0,05$) Susilawati dan Julia, 2018). Pengaruh ini terjadi karena kandungan vitamin E serta adanya unsur alpha tocopherol dapat menjaga kelembapan kulit pada ibu hamil. Hasil uji statistik didapat nilai p -value 0,000 ($<0,05$) yang artinya terdapat pengaruh minyak zaitun untuk mengurangi *Striae Gravidarum* pada ibu hamil trimester II dan III, (Candrawati, P., et al, 2021).

Minyak zaitun mengandung sekitar 70-80% asam oleat dari total asam lemak yang ada. Pada tingkat histologi, *Striae Gravidarum* menyebabkan kerusakan pada

(VCO) terhadap kejadian *Striae Gravidarum* pada ibu hamil trimester II di wilayah kerja Puskesmas Pondok Gede Jati Cempaka kota Bekasi tahun 2023.

jaringan kolagen. Dengan kandungan asam oleat, minyak zaitun diharapkan dapat mencegah timbulnya *Striae Gravidarum*. Asam oleat berfungsi sebagai pelembab yang membuat lapisan terluar kulit (stratum korneum) menjadi lebih lembut dan elastis, sehingga meningkatkan hidrasi kulit.

Selain itu, minyak zaitun juga mengandung antioksidan utama seperti karotenoid dan senyawa fenolik, yang keduanya larut dalam lemak dan tidak larut dalam air. Vitamin E (tokoferol) dalam minyak zaitun larut dalam lemak, sementara flavonoid, fenolat, asam, dan secoiridoid larut dalam air. Kehadiran flavonoid dalam minyak zaitun berperan dalam melindungi struktur sel dan meningkatkan penyerapan vitamin C (Evi Pratami, et al., 2015).

Teori lain juga mendukung fakta bahwa minyak zaitun (Olive oil) mengandung sekitar 70-80% asam oleat dari total asam lemak yang ada, sehingga memiliki kemampuan melembapkan kulit. Selain itu, terdapat komponen mayor lainnya seperti fenolat dan sterol. Fenolat berfungsi sebagai antioksidan yang membantu dalam proses regenerasi kulit. Sterol juga memiliki efek melembapkan dan berperan sebagai emolien, yang membantu menjaga kelenturan kolagen dalam kulit.

Minyak zaitun juga mengandung beberapa komponen minor, seperti hidrokarbon, termasuk squalena yang berfungsi sebagai komponen utama untuk melembutkan dan meratakan kulit. Selain itu, terdapat β -karoten dan α -tokoferol yang berperan

sebagai bagian dari vitamin E. Kandungan vitamin E sebesar 10,6% dari berat minyak zaitun, yang memiliki manfaat penting dalam menjaga elastisitas kulit (Miharti, S.I, dan Fitriahia, A, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat 16 responden yang menunjukkan skor Striae Gravidarum pada ibu hamil trimester II sebelum intervensi Virgin Coconut Oil (VCO) dengan nilai rata-rata 14.19 dan standar deviasi 1.471. Skor terendah adalah 11 dan skor tertinggi adalah 16. Setelah diberikan intervensi Virgin Coconut Oil (VCO), skor Striae Gravidarum menunjukkan nilai rata-rata 7.81 dengan standar deviasi 1.759. Skor terendah adalah 4 dan skor tertinggi adalah 11. Hasil analisis menunjukkan nilai p-value sebesar 0.000, yang menunjukkan bahwa nilai tersebut lebih kecil dari level signifikansi 0.05. Dari hasil ini, dapat disimpulkan bahwa pemberian Virgin Coconut Oil (VCO) memiliki pengaruh signifikan dalam mengurangi Striae Gravidarum.

Temuan ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Fenny dan Nia Desriva (2020), yang juga menunjukkan efektivitas pemberian Virgin Coconut Oil (VCO) dalam mencegah Striae Gravidarum. Analisis menggunakan Paired sample T-test menunjukkan hasil $p = 0.162$ pada kelompok pre-test dan $p = 0.000$ pada kelompok post-test, dengan kedua nilai p tersebut lebih kecil dari level signifikansi 0.05. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa pemberian Virgin Coconut Oil (VCO) secara efektif berpengaruh terhadap penurunan Striae Gravidarum pada ibu hamil (Fenny dan Nia, 2020).

Dalam penelitian lain yang meneliti pengaruh minyak kelapa murni terhadap stretchmark pada ibu hamil, Janatinaim dan Wiwik Rafika (2021) mendapatkan hasil Uji Independent Test dengan analisis p

value ($0.042 < \alpha (0.050)$). Dari hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa pemberian minyak kelapa murni secara signifikan berpengaruh terhadap Striae Gravidarum selama 61 hari berturut-turut pada ibu hamil (Janatinaim dan Wiwik Rafika, 2021).

Virgin Coconut Oil (VCO) mengandung zat-zat yang efektif dalam menjaga elastisitas kulit. Kandungan utama dalam VCO adalah asam lemak jenuh rantai sedang, seperti asam laurat, asam kaprilat, asam miristat, asam palmirat, dan lain-lain. Kandungan ini mudah dicerna oleh tubuh dan menjadi sumber energi yang dapat digunakan. Selain itu, VCO juga diyakini memiliki sifat pencegahan terhadap striae pada ibu hamil.

Penelitian ini memberikan tambahan dukungan atas manfaat VCO dalam mengurangi dan mencegah terjadinya Striae Gravidarum pada ibu hamil. Kandungan-kandungan yang ada dalam VCO berperan penting dalam menjaga kesehatan dan elastisitas kulit selama masa kehamilan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berguna dalam perawatan kulit dan kesehatan selama masa kehamilan serta dapat menjadi referensi untuk penelitian lebih lanjut mengenai manfaat VCO dalam konteks perawatan kulit.

Hasil penelitian menunjukkan perbandingan dua bahan alami, yaitu minyak zaitun dan Virgin Coconut Oil (VCO), yang dipercaya dapat membantu mengatasi Striae Gravidarum pada ibu hamil trimester II di wilayah kerja Puskesmas Pondok Gede Jati Cempaka Kota Bekasi tahun 2023. Hasil output dari uji statistik Independent T-Test menunjukkan p-value sebesar 0.205, yang lebih besar dari $\alpha (0.05)$. Sehingga, H_0 diterima dan H_a ditolak, yang berarti tidak ada perbedaan efektivitas antara Minyak Zaitun dan Virgin Coconut Oil (VCO)

terhadap kejadian Striae Gravidarum.

Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa tidak ada perbedaan efektivitas antara intervensi minyak zaitun dan Virgin Coconut Oil (VCO) dalam mengurangi Striae Gravidarum pada ibu hamil trimester II di wilayah kerja Puskesmas Pondok Gede Jati Cempaka Kota Bekasi tahun 2023.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Astri, YSL., et al (2015) juga membuktikan efektivitas pemberian olive oil dan VCO secara topikal dalam mencegah Striae Gravidarum pada kehamilan trimester II. Dalam penelitian ini, terdapat kesamaan kandungan antara olive oil dan VCO, seperti asam oleat, fenolik, squalene, tokoferol, vitamin A, vitamin C, omega-3, dan moisturizer. Namun, olive oil memiliki sifat hidrofobik dan hidrofilik, sementara VCO hanya memiliki sifat hidrofobik.

Penelitian lainnya (Evi Pratami., et al, 2015) juga menunjukkan efek olive oil dan VCO terhadap Striae Gravidarum. Kandungan dalam kedua minyak tersebut memiliki fungsi serupa, namun terdapat perbedaan antara keduanya. VCO mengandung vitamin C yang tidak terdapat dalam olive oil, sedangkan olive oil memiliki kadar air yang lebih rendah. Vitamin C dalam VCO berperan dalam sintesis dan kekuatan kolagen, sementara vitamin A dalam olive oil menjaga struktur epidermis.

Penelitian-penelitian ini memberikan informasi penting mengenai kandungan dan peran minyak zaitun dan VCO dalam perawatan Striae Gravidarum pada ibu hamil. Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan dalam pengobatan dan perawatan kulit selama masa kehamilan untuk mengurangi dampak Striae Gravidarum.

KESIMPULAN

Sebagai kesimpulan, berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada ibu hamil trimester II di wilayah kerja Puskesmas Pondok Gede Jati Cempaka kota Bekasi, dengan menggunakan uji *Independent T-Test*. Didapatkan *p-value* $.205 > (\alpha 0.05)$ sehingga H_0 diterima dan H_a ditolak. Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak ada perbedaan efektivitas signifikan antara intervensi minyak zaitun dengan intervensi *Virgin Coconut Oil (VCO)* terhadap kejadian *Striae Gravidarum* pada ibu hamil trimester II di wilayah kerja Puskesmas Pondok Gede Jati Cempaka kota Bekasi tahun 2023.

DAFTAR PUSTAKA

- Bielfeldt, S. Et Al. (2018) 'Observer-Blind Randomized Controlled Study Of A Cosmetic Blend Of Safflower, Olive And Other Plant Oils In The Improvement Of Scar And Striae Appearance', *International Journal Of Cosmetic Science*, 40(1), Pp. 81-86. Doi: 10.1111/ics.12438.
- Candrawati, Putu., Dainty Maternity, Vida Wira Utami dan Ratna Dewi Putri. (2021). Minyak Zaitun (*oliveoil*) untuk Mengurangi *Striae Gravidarum* pada Ibu Hamil Trimester II dan III. (JKM) *Jurnal kebidanan Malahayati*, Vol. 7 No. 2, April 2021.
- Departemen Farmakologi Dan Terapeutik (2014) *Farmakologi Dan Terapi*. 6th Edn. Jakarta: Gaya Baru
- Ellysa, T. O. (2021) 'Analisis Faktor Risiko Terjadinya *Stretch Mark*'. <http://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/30872>
- Fakhroh, D. (2017) 'Penggunaan Minyak Zaitun Untuk Mengurangi *Striae Gravidarum* Pada Ibu Hamil Trimester Ii Di Bpm

- Endah Minarni S.St Kebumen Tahun 2017', *BmcPublic Health*, 5(1), Pp. 1-8. Available At: Fakultas Kedokteran UI (2021) Ilmu Penyakit Kulit Dan Kelamin. 7th Edn. Edited By P. D. Dr. A. Djuanda . Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Farahnik B, Park K, Kroumpouzou G, Murase J. (2017). *Striae Gravidarum*: Risk factors, prevention, and management. *Journal Women's Dermatology*, 3(2):77-85.
- Fenny dan Nia Desriva. (2020). Efektivitas Pemberian *Virgin Coconut Oil (VCO)* terhadap Pencegahan *Striae Gravidarum* pada Kehamilan di RS PMC. *Jurnal Ilmu Kebidanan Al Insyirah*, Volume 9, No. 1, tahun 2020
- Haas, M.D, E. M. (2008) *Khasiat Minyak Zaitun*. Bandung: PT Mizan Publika.
- Hani U. (2010). *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan Fisiologis*. Jakarta: Salemba Medika
- Hari, S. N. (2015) 'Pengaruh Penggunaan Lulur Zaitun Terhadap Perawatan Kulit Tubuh', 151(1), Pp. 10-17.
- Hetharia R. (2009). *Asuhan Keperawatan Gangguan Sistem Integumen*. Jakarta: CV. Trans Info Media
- Hidayat, A. Azis Alimul. (2020). *Metode Penelitian Keperawatan dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika
<https://ejournal.poltektegal.ac.id/index.php/siklus/article/view/2980ahtt>
- Khadijah And Zaza (2013) *Khasiat Minyak Zaitun*. Yogyakarta: CV. Solusi Distribusi.
- Khrisnamurti S, Nurdianti DS, Setiyarini WI. (2018). Memeriksa *Striae Gravidarum* untuk Memeriksa Laserasi Perineum. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 5(2):96.
- Lubis, Astri Y.S., Syarief Thaufik, Melyana N.W., dan Suhartono. (2015). Efektivitas Pemberian *Olive Oil* dan *Virgin Coconut Oil (VCO) Topikal* untuk Mencegah *Striae Gravidarum* pada Kehamilan Trimester II. *Jurnal Riset Kesehatan* Vol. 4 No. 2, Mei 2015. 773-778
- Manuaba (2012) 'Asuhan Kebidanan Pada Ibu "Ek" Umur 24 Tahun Primigravida Dengan Anemia Ringan Dari Kehamilan Trimester Iii Sampai 42 Hari Masa Nifas', (1), Pp. 6-61.
- Maternity, Dainty dan Elya Eva. (2018). Efektivitas Pemberian Minyak Zaitun terhadap Kejadian *Striae Gravidarum* pada Ibu Hamil Primigravida Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Palapa Kota Bandar Lampung Tahun 2018.
- Manullang, W. S. (2017). gambaran perubahan-perubahan kulit pada ibu hamil trimester tiga di Puskesmas Hamparan Perak Kabupaten Deli Serdang tahun 2016.
- McGeorge, D. And Bayat, A. (2016) 'Penatalaksanaan Topikal *Striae Distensae (Stretch Mark)*: Pencegahan Dan Terapi *Striae Rubrae Dan Albae*', Pp. 211-222.
- Meilina (2017) 'Extra Virgin Olive Oil Menurunkan Kadar Mda (Malondialdehyde) Pada Tikus (*Rattus Norvegicus*) Jantan Galur Wistar Yang Dipapar Asap Rokok', Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Denpasar, Pp. 1-2.
- Miftahun (2017) 'Anemia Pada Kehamilan', *Journal Of Chemical Information And Modeling*, 53(9), Pp. 1689-1699.
- Miharti, S.I., dan Adelia F. (2020). Efektivitas Pemberian Minyak Zaitun dan Ekstrak Kentang terhadap Pemudaran *Stretch Mark* Pada Ibu Nifas. *Maternal Child Health Care Journal*, Volume 2. No. 1 (Maret, 2020)

- Muttaqin A. (2011). *Asuhan Keperawatan Gangguan Sistem Integumen*. Jakarta: Salemba Medika.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nugraheni, K. (2012) 'Pengaruh Pemberian Minyak Zaitun Ekstra Virgin Terhadap Profil Lipid Serum Tikus Putih (*Rattus Norvegicus*) Strain Sprague Dawley Hiperkolesterolemia', *Jurnal Ilmu Gizi*, Pp. 1-27.
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. : Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pratami E. (2018). *Evidence Based Dalam Kebidanan*. Jakarta: EGC
- Pratami, Evi., Wiryawan P., dan Sharon G., (2014). Efek *Olive Oil* dan *Virgin Coconut Oil* terhadap *Striae Gravidarum*. *Majalah Kedokteran Bandung (MKB)*, Volume 46 No. 1, Maret 2014.
- Prawirohardjo, S. (2016). *Ilmu Kebidanan*. Empat. Edited By A. B. Saifuddin. Jakarta: Bina Pustaka.
- Putri, T. (2019). *Keampuhan Air dan Minyak Kelapa bagi Kesehatan*. Laksana.
- Rahariyani LD. (2009). *Asuhan Keperawatan Klien Gangguan Sistem Integumen*. Jakarta: EGC
- Saras, T. (2021) *Ragam Manfaat Khasiat Zaitun Untuk Kesehatan*. Edited By W. Anita. Semarang, Jawa Tengah: Tiramedia.
- Sari M. (2015). *Bagian bagian Kulit Manusia dan Fungsinya*. 2015. <https://dosenbiologi.com/manusia/bagian-bagian-kulit-manusia-dan-fungsinya> (21 Februari 2023)
- Susilawati dan Julia. (2016). *Pengaruh Pemberian Minyak Zaitun terhadap Kejadian Striae Gravidarum pada Ibu Hamil di BPS DA., str. Keb Bumi Waras Bandar Lampung*.
- Syauqi, W., Firdaus, L. A., Zahra, F., & Anggraini, D. (2023, October). *Perawatan Kulit Non-Farmakologi Untuk Mencegah Striae Gravidarum Pada Ibu Hamil Di Kelurahan Sumur Batu*. In *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ* (Vol. 1, No. 1).
- Trubus Infokit (2010) *Herbal Indonesia Berkhasiat*. Bogor: Pt Trubus Swadaya.
- Ud-Din, S., McGeorge, D. And Bayat, A. (2016) 'Topical Management Of Striae Distensae (*Stretch Marks*): Prevention And Therapy Of Striae Rubrae And Albae', *Journal Of The European Academy Of Dermatology And Venereology*, 30(2), Pp. 211-222. Doi: 10.1111/Jdv.13223.
- Wang, K. K. F. And Wang, F. (2015) '*Stretch Mark* Selama Kehamilan : Tinjauan Pencegahan Topikal *', Pp. 606-615.
- Widia, L. (2020) 'Pengaruh Pemberian Minyak Zaitun (Olive Oil) Terhadap Stretch Mark Pada Ibu Hamil Trimester III', *Jurnal Medika: Karya Ilmiah Kesehatan*, 5(1). Doi: 10.35728/Jmkik.V5i1.121.
- Wong RC, Ellis CN. (1984). *Physiologic skin changes in pregnancy*. *Journal Am Acad Dermatol*, 10(6):929-40