

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN VIRGIN COCONUT OIL (VCO)  
TERHADAP PENCEGAHAN STRIAE GRAVIDARUM  
PADA KEHAMILAN DI RS PMC**

**Fenny<sup>(1)</sup>, Nia Desriva<sup>(2)</sup>**

<sup>(1)</sup> STIKes Pekanbaru Medical center, 28132, Pekanbaru Riau

Email : [fennyhappy1234@gmail.com](mailto:fennyhappy1234@gmail.com)

<sup>(2)</sup> STIKes Pekanbaru Medical center, 28132, Pekanbaru Riau

Email : [niadesriva.nd@gmail.com](mailto:niadesriva.nd@gmail.com)

**ABSTRAK**

Striae Gravidarum adalah kelainan kulit yang umum muncul saat kehamilan yang banyak ditemui di perut ibu. Prevalensi striae gravidarum pada ibu hamil berkisar 50-90%. Efek striae gravidarum menyebabkan gatal, panas dan kering serta gangguan emosional sehingga menimbulkan masalah kosmetik pada sebagian besar ibu. Virgin Coconut Oil (VCO) memiliki kandungan efektif untuk menjaga elastisitas kulit, banyak mengandung asam lemak jenuh rantai sedang, yang diyakini sebagai obat yang dapat mencegah terjadinya striae. Penelitian ini merupakan penelitian dengan menggunakan metode survey analitik dengan pendekatan pre experimental design dengan rancangan pretest-posttest with control group. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang mengalami striae gravidarum sebanyak 32 orang, sebelumnya ibu hamil dilakukan pre test dengan mengobservasi jumlah striae, kemudian dilakukan intervensi yaitu pengolesan Virgin Coconut Oil (VCO) pada perut ibu hamil, setelah itu dilakukan posttest dengan mengobservasi kembali jumlah striae gravidarum. Penelitian ini menggunakan uji hipotesis Paired Sample T-test untuk mengetahui efektivitas pemberian Virgin Coconut Oil (VCO) terhadap pencegahan striae gravidarum pada kehamilan. Pemberian pengolesan Virgin Coconut Oil (VCO) pada perut ibu hamil dilaksanakan selama 8 minggu dan memperlihatkan penurunan jumlah striae gravidarum pada ibu hamil. Berdasarkan uji pengaruh menggunakan Paired sample T- test pada kelompok pre test menunjukkan hasil  $p = 0,162 < 0,05$  dan pada kelompok post test  $p = 0,000 < 0,05$ . dengan demikian dapat disimpulkan adanya efektivitas pemberian Virgin Coconut Oil (VCO) terhadap striae gravidarum pada ibu hamil.

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

**ABSTRACT**

*Striae Gravidarum is a common skin disorder that occurs during pregnancy which is commonly found in the mother's stomach. The prevalence of striae gravidarum in pregnant women ranges from 50-90%. The effects of striae gravidarum cause itching, heat and dry and emotional disturbances, causing cosmetic problems in most mothers. Virgin Coconut Oil (VCO) has an effective content to maintain skin elasticity, many contain moderate chain saturated fatty acids, which are believed to be drugs that can prevent striae. This research is a research using analytical survey method with pre experimental design approach with pretest-posttest with control group design. The population in this study was 32 pregnant women who had striae gravidarum, before they were pre-tested by observing the amount of striae, then interventions were carried out by applying Virgin Coconut Oil (VCO) to the belly of pregnant women, after*

that a posttest was done by re-observing the amount of striae. striae gravidarum. This study uses the Paired Sample T-test hypothesis test to determine the effectiveness of administration of Virgin Coconut Oil (VCO) to prevent striae gravidarum in pregnancy. The application of applying Virgin Coconut Oil (VCO) on the belly of pregnant women carried out for 8 weeks and showed a decrease in the number of striae gravidarum in pregnant women. Based on the effect test using Paired sample T-test in the pre-test group showed the results of  $p = 0.162 < 0.05$  and in the post-test group  $p = 0.000 < 0.05$ . thus it can be concluded the effectiveness of giving Virgin Coconut Oil (VCO) to striae gravidarum in pregnant women.

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

## PENDAHULUAN

Kehamilan mempengaruhi tubuh ibu secara keseluruhan. Sebagian besar perubahan pada tubuh ibu bersifat temporer dan disebabkan oleh kerja hormonal. Kerja hormonal selanjutnya berdampak pada uterus, vagina, payudara, traktus urinarius, traktus alimentarius, traktus respiratorius, skeleton dan persendian, metabolisme, kardiovaskuler, serta pada kulit. Adanya perubahan pada kulit, yaitu nampak permukaan kulit yang sangat teregang serta peningkatan sekresi hormon pada korteks adrenal akibat kehamilan mengakibatkan serabut kolagen mengalami ruptur, ruptur inilah yang kemudian disebut *Striae Gravidarum* (SG) (Lubis, Astri Yulia Sari : Thaufik, Syarif; Widyawati, 2015).

Sepanjang kehamilan, elastisitas kulit akan mengembang sampai level maksimum, sehingga permukaannya sering terlihat “pecah” dan muncul *stretch mark*, yaitu tanda parut berupa garut-garut putih yang muncul di permukaan kulit. SG umumnya melintang di sepanjang dinding perut atau di atas pinggul (Susenia, 2015)

Tidak sedikit ibu yang mengeluh soal SG saat kehamilan. Walaupun tidak dapat hilang, keadaannya dapat diminimalisir dengan perawatan kulit sejak dini. Warna *Striae* dapat berkisar dari merah, merah muda hingga menjadi coklat. SG memberikan efek pada sekitar 50-90% pada wanita kulit putih.

Meskipun tidak berbahaya, namun dapat menyebabkan rasa gatal dan panas sekitar guratan, serta perubahan emosi akibat keadaan yang ditimbulkan (Pratami, Permadi, & Gondodiputro, 2014).

*Striae Gravidarum* (SG) yang timbul karena kehamilan masih banyak terjadi di negara berkembang, salah satunya Indonesia yaitu mencapai 95% dengan tingkat yang bervariasi karena masih minimnya edukasi kesehatan bagi wanita yang sedang hamil sehingga mereka kurang tepat dalam melakukan penanganan SG. Pemerintah sampai sekarang belum ada program untuk mengatasi SG pada wanita hamil (Fakhroh, 2017).

Beberapa penelitian mencoba *cream, lotion, butter* untuk mencegah *striae*, namun hasil yang ditunjukkan belum signifikan. Masyarakat banyak menggunakan *olive oil* untuk mencegah *Striae Gravidarum*, minyak ini merupakan minyak yang diimpor, sehingga harganya mahal dan tidak mudah didapat (Lubis, dkk, 2015).

*Virgin Coconut Oil* (VCO) merupakan minyak yang berasal dari buah kelapa (*Cocos nucifera L.*) tua segar yang diolah dan dimasak pada suhu rendah ( $< 60^{\circ}\text{C}$ ) serta tanpa proses pemutihan dan hidrogenasi sehingga menghasilkan minyak murni. Minyak ini mudah didapat, dapat diolah sendiri serta harganya murah. Proses tersebut

membuat minyak ini dikenal dengan sebutan minyak perawan atau ada juga yang menamainya minyak dara (Armita, 2014)

VCO diyakini baik untuk kesehatan kulit karena mudah diserap kulit dan mengandung vitamin E. Kandungan asam lemak terutama asam laurat dan oleat dalam VCO bersifat melembutkan kulit (Setiani, 2014).

Perawatan kulit dalam upaya pencegahan terjadinya kerusakan dapat dilakukan dengan pemberian minyak kelapa dan minyak zaitun sebagai pelembab yang sangat dibutuhkan oleh kulit terutama pada masa kehamilan, karena kelembapan merupakan kondisi yang baik untuk menjaga sel-sel kulit dan membuatnya tidak cepat tua dan tidak pecah-pecah. Kelembapan dan elastisitas kulit sekaligus memperlancar proses regenerasi kulit, sehingga kulit tidak mudah kering dan berkerut (Andriani, n.d.)

Berdasarkan fakta bahwa tingkat kejadian *striae gravidarum* yang masih tinggi dan tidak adanya data yang jelas tentang perubahan kulit pada kehamilan yang tidak dilaporkan saat antenatal care mendorong peneliti untuk melakukan penelitian untuk melihat sejauh mana efektifitas dari pemberian *Virgin Coconut Oil* (VCO) terhadap Pencegahan *Striae Gravidarum* pada ibu hamil.

Sesuai dengan hubungan yang telah dibatasi maka dibangun rumusan masalah “Apakah pemberian *Virgin Coconut Oil* (VCO) efektif dalam mengurangi *striae gravidarum* pada ibu hamil”.

## METODE PENELITIAN

### Jenis dan Desain Penelitian

Desain penelitian adalah menggunakan metode survey analitik dengan pendekatan *pre experimental design*

dengan rancangan *pretest-posttest with control group* yang dilakukan selama 8 (delapan) minggu penelitian. Rancangan ini dilakukan dengan melakukan intervensi yaitu pengolesan *Virgin Coconut Oil* (VCO) pada perut ibu hamil, setelah itu dilakukan *posttest* (observasi tanda-tanda *striae gravidarum*). Metode untuk menilai *striae gravidarum* menggunakan metode dari Atwal et al (dalam Khrisnamurti, dkk, 2018) yang memberikan sistem numerik dari kemunculan *striae gravidarum*. Untuk jumlah *striae gravidarum* dikelompokkan nilai 0 bila tidak ada *striae gravidarum*, nilai 1 bila ditemui kurang dari 5 garis *striae*, nilai 2 bila ditemui 5 – 10 garis *striae*, nilai 3 bila ditemui lebih dari 10 garis *striae*. Populasi pada penelitian ini adalah ibu hamil yang melakukan kontrol di RS Pekanbaru Medical Center yang kemudian dilanjutkan kontrol pemberian VCO ke rumah ibu hamil selama 8 minggu penelitian. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan *accidental sampling*. Analisis data yang digunakan yaitu analisis bivariat dengan menggunakan uji *paired Sample T-Test* untuk mengetahui Efektifitas Pemberian *Virgin Coconut Oil* (VCO) Terhadap Pencegahan *Striae Gravidarum* Pada Kehamilan.

### Populasi dan sampel

Penelitian ini menggunakan populasi yaitu ibu hamil yang mengalami *striae gravidarum* yang melakukan pemeriksaan di RS Pekanbaru Medical Center dengan menggunakan *accidental sampling* yaitu ibu hamil yang melakukan pemeriksaan pada saat dilakukan penelitian di RS Pekanbaru Medical Center yang berjumlah 32 orang. Kriteria Inklusi adalah Ibu Hamil bersedia menjadi responden dan Ibu hamil yang mengalami *striae*

*gravidarum*. Kriteria Eklusi adalah Ibu hamil tidak mengalami tanda-tanda *striae gravidarum* Usia kehamilan > 24 minggu.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Analisa Univariat

Responden Penelitian ini adalah ibu hamil yang memiliki *Striae gravidarum* di RS.PMC. Penelitian ini dilakukan selama delapan minggu. Penelitian ini dilakukan dengan metode survey analitik dengan pendekatan *pre experimental design*. dengan rancangan *pretest-posttest with control group* yang dilakukan selama 8 (delapan) minggu penelitian Sampel yang diperoleh sebanyak 32 orang ibu hamil dengan *striae gravidarum*. Rancangan ini dilakukan dengan melakukan intervensi yaitu pengolesan *Virgin Coconut Oil* (VCO) pada perut ibu hamil, selama delapan minggu, setelah itu dilakukan *posttest* (observasi tanda-tanda perubahan *striae gravidarum*).

#### 1. Karakteristik Usia Ibu Hamil

Ibu hamil dalam penelitian ini terdiri dari usia <35 tahun dan >35 tahun. Berdasarkan hasil observasi responden pada lembar observasi yang terlampir. Adapun karakteristik ibu hamil berdasarkan usia adalah sebagai berikut :

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Hamil Berdasarkan Usia**

Usia	F	%
< 35	25	78,1 %
>35	7	21,9 %
<b>Total</b>	<b>32</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 1 diatas, sebagian besar ibu hamil yang memiliki *striae gravidarum* berusia <35 tahun.

#### 2. Karakteristik Paritas ibu

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi karakteristik ibu hamil berdasarkan paritas**

Paritas	F	%
Primi Gravida	12	37,5 %
Multi Gravida	20	62,5 %
<b>Total</b>	<b>32</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 5.2 diatas sebagian besar ibu hamil yang memiliki *striae gravidarum* berada pada paritas Multi gravida ( 62,5%).

#### 3. Efektifitas Pemberian Virgin Coconut Oil (VCO) (*Pre Test*)

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi efektifitas pemberian VCO pada ibu hamil (*Pre Test*)**

Efektifitas VCO	f	%
Tidak ada Striae	0	0 %
<5 garis	6	18,8%
5-10 garis	15	46,9 %
>10 garis	11	34,4%
<b>Total</b>	<b>32</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 3 diatas jumlah *striae* ibu hamil sebelum diberikan *Virgin Coconut Oil* VCO adalah mayoritas ibu hamil memiliki *striae* dengan jumlah 5 – 10 garis ( 46,9%)

#### 4. Efektifitas Pemberian Virgin Coconut Oil (VCO) (*Post Test*)

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi efektifitas pemeberian VCO pada ibu hamil (*Post Test*)**

Pemberian VCO	F	%
Tidak ada Striae	12	37,5 %
<5 garis	12	37,5%
5-10 garis	6	18,8 %
>10 garis	2	6,3%
<b>Total</b>	<b>32</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 4 diatas jumlah striae ibu hamil setelah diberikan *Virgin Coconut Oil* (VCO) selama delapan minggu adalah mayoritas ibu hamil memiliki striae dengan jumlah < 5 garis striae (37,5%) dan tidak ada striae ( 37,5%)

##### 5. Efektifitas Pemberian *Virgin Coconut Oil* (VCO) terhadap Pencegahan *Striae Gravidarum* Pada Ibu Hamil

**Tabel 5. Distribusi Frekuensi Efektifitas Pemberian *Virgin Coconut***

Efektifitas VCO	Pre test		Post Test	
	F	%	F	%
Tidak ada Striae	0	0	12	37,5
<5 garis	6	18,8	12	37,5
5-10 garis	15	46,9	6	18,8
>10 garis	11	34,4	2	6,3
<b>Total</b>	<b>32</b>	<b>100</b>	<b>32</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 5.5 Pemberian *Virgin Coconut Oil* (VCO) terlihat memiliki efektifitas yang Baik, sebelum diberikan *Virgin Coconut Oil* (VCO), ibu hamil rata- rata memiliki jumlah striae yang banyak dengan jumlah 5 – 10 garis striae (46,9%), setelah diberikan *Virgin Coconut Oil* (VCO) selama 8 minggu, jumlah striae yang dialami oleh ibu hamil berkurang jumlahnya dengan rata – rata tidak memiliki striae (37,5%) serta jumlah striae yang berkurang menjadi dari 5 garis (37,5%).

##### B. Analisa Bivariat

Penelitian ini dilaksanakan selama 8 minggu dimulai bulan juli sampai dengan agustus 2019 Setelah dilakukan penelitian jumlah sampel yang didapatkan adalah 32 orang ibu hamil yang memiliki *striae gravidarum* di RS.PMC. Rancangan ini dilakukan

dengan melakukan intervensi yaitu pengolesan *Virgin Coconut Oil* (VCO) pada perut ibu hamil, setelah itu dilakukan *posttest* (observasi tanda-tanda *striae gravidarum*). *Striae Gravidarum* adalah kelainan kulit yang umum muncul saat kehamilan yang banyak ditemui di perut ibu. Prevalensi *striae gravidarum* pada ibu hamil berkisar 50-90%. Efek *striae gravidarum* menyebabkan gatal, panas dan kering serta gangguan emosional sehingga menimbulkan masalah kosmetik pada sebagian besar ibu. Saat ini banyak ibu hamil menggunakan *olive oil* untuk mencegah *striae gravidarum*, namun minyak ini relatif sukar didapat dan harganya mahal. Di Indonesia dikenal minyak lain yaitu *Virgin Coconut Oil* (VCO) yang memiliki kandungan efektif untuk menjaga elastisitas kulit, minyak ini mudah didapat dan murah. Kandungan VCO yang paling banyak adalah asam lemak jenuh rantai sedang diantaranya asam laurat, asam kaprilat, asam miristrat, asam palmirat dan lain-lain yang mudah dicerna oleh tubuh menjadi energi yang siap dipakai. VCO juga diyakini sebagai obat yang dapat mencegah terjadinya *striae* pada ibu hamil.

Pelaksanaan pemberian VCO terhadap ibu hamil diberikan selama 8 minggu. Berdasarkan uji pengaruh menggunakan Paired sample T- test pada kelompok pre test menunjukkan hasil  $p = 0,162 < 0,05$  dan pada kelompok post test  $p = 0,000 < 0,05$ . Hal ini menunjukkan adanya efektivitas pemberian VCO terhadap *striae gravidarum* pada ibu hamil.

##### SIMPULAN

Berdasarkan Landasan teori dan didukung oleh analisa dan hasil uji, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat efektivitas pemberian *Virgin Coconut*



Oil (VCO) terhadap ibu hamil untuk mengurangi *striae gravidarum* dengan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ).

#### DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, A.; F. (n.d.). *Efektivitas Pemberian Minyak Zaitun Dan Minyak Kelapa Murni ( VCO ) Dalam Upaya Pencegahan Kerusakan Kulit Pada Pasien Penderita Kusta Di Puskesmas Buaran Kabupaten Pekalongan*.
- Armita, D. (2014). *Uji Daya Hambat VCO Yang Disuplementasi Metabolit BAL Terhadap Bakteri Patogen*.
- Dewi, Sri Sinto; Aryadi, T. (2010). Efektifitas Virgin Coconut Oil (VCO) terhadap Kandidiasis Secara Invitro. In *Prosiding Seminar Nasional Unimus* (pp. 39–41).
- Fakhiroh, D. (2017). *Penggunaan Minyak Zaitun Untuk Mengurangi Striae Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester II Di BPM Endah Minarni SST Kebumen Tahun 2017*.
- Fatonah, S. (2014). Efektifitas Penggunaan Virgin Coconut Oil (VCO) Secara Topikal Untuk Mengatasi Luka Tekan (Dekubitus) Grade I dan II.
- Hariyani, S. (2006). *Pengaruh Waktu Pengadukan Terhadap Kualitas Virgin Coconut Oil (VCO)*.
- Khrisnamurti,dkk (2018) Memeriksa Striae Gravidarum Untuk Memperkirakan Laserasi Perinium. *Jurnal Kesehatan reproduksi Vol 5 No 2*: UGM
- Lubis, Astri Yulia Sari: Thaufik, Syarief; Widyawati, M. N. S. (2015). Efektivitas Pemberian Olive Oil dan Virgin Coconut Oil ( VCO ) Topikal untuk Mencegah Striae Gravidarum pada Kehamilan Trimester II. *Jurnal Riset Kesehatan*, 4(2), 773–778.
- Sumiasih, N.N., Somoyani, N.K., Armini, N.W. (2016). *Virgin Coconut Oil Mempercepat Penyembuhan Luka Perineum Di Puskesmas Rawat Inap Kota Denpasar*
- Nurahman, A., & Kusuma, H. (2016). Efektivitas VCO ( Virgin Coconut Oil ) Dengan Teknik Massage Dalam Penyembuhan Luka Combustio Derajat II Pada Lansia. *Jurnal KesMaDaSka*, (3), 118–123..
- Susenia, V. W. (2015). *Insiden Dermatitis Saat Kehamilan Pada Ibu Hamil Di Rumah Sakit Gotong Royong Surabaya*
- Setiani, D. (2014). Efektifitas massage dengan virgin coconut oil terhadap pencegahan luka tekan di intensive care unit. *Jurnal Husada Mahakam*, III(8), 395–406. Retrieved from <https://husadamahakam.files.wordpress.com/2015/12/2-jurnal-diah.pdf>
- Pratami, E., Permadi, W., & Gondodiputro, S. (2014). Efek Olive Oil dan Virgin Coconut Oil terhadap Striae Gravidarum Effects of Olive Oil and Virgin Coconut Oil against Striae Gravidarum. *MKB*, 46(1), 1-5