



Efektivitas Minyak Kemenyan dan Minyak Jeruk Orange Sebagai Aromaterapi pada Ibu Hamil Dengan *Stretch mark*

Ida Ratna Safiri, Mulyani

Politeknik Kesehatan Bhakti Pertiwi Husada Kota Cirebon
Email: idaratna@gmail.com, bidanyani73@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Kejadian *stretch mark* pada ibu hamil jika tidak diatasi akan merasakan gatal di bagian perut, rasa gatal jika digaruk akan menimbulkan luka, iritasi kulit, regenerasi kulit yang terganggu, kulit kasar dan kering, serta perasaan yang tidak enak meski perubahan yang dialaminya tidak terlihat. Terapi herbal aromaterapi minyak essential kemenyan dan minyak jeruk orange merupakan salah satu upaya mengatasi *stretch mark* pada ibu hamil, karena efektif dalam mengurangi penampilan bekas luka dan *stretch mark* pada kulit seseorang. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas minyak kemenyan dan minyak jeruk orange sebagai aromaterapi pada ibu hamil dengan *stretch mark*. **Metode:** Penelitian ini adalah *quasi experiment* dengan menggunakan desain *Two Group Pretest Posttest*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret 2022. Populasi studi penelitian ini adalah ibu hamil trimester II. Sampel sebanyak 30 ibu hamil trimester II. Analisis data dengan uji *Wilcoxon signed rank test*. **Hasil:** Berdasarkan hasil penelitian di UPT Puskesmas Sidamulya Brebes diketahui bahwa terdapat perbedaan bermakna tingkat *stretch mark* antara ibu hamil sebelum diberi aromaterapi minyak kemenyan dan sesudah diberi aromaterapi minyak kemenyan ($p = 0,005$). Tidak terdapat perbedaan bermakna tingkat *stretch mark* antara ibu hamil sebelum diberi aromaterapi minyak jeruk orange dan sesudah diberi aromaterapi minyak jeruk orange ($p = 0,083$). Aromaterapi minyak kemenyan lebih efektif dibanding minyak jeruk orange sebagai aromaterapi pada ibu hamil dengan *stretch mark*. **Saran:** Agar bidan dapat membudayakan pemberian aromaterapi minyak kemenyan hitam sebagai upaya mengurangi tingkat *stretch mark* pada ibu hamil trimester II.

Kata Kunci

minyak kemenyan, minyak jeruk orange, stretch mark, ibu hamil.

ABSTRACT

Introduction: *he incidence of stretch marks in pregnant women, if not treated, will feel itching in the abdomen, itching if scratched will cause wounds, skin irritation, impaired skin regeneration, rough and dry skin, and an unpleasant feeling even though the changes they experience are not visible. Aromatherapy herbal therapy of frankincense essential oil and orange orange oil is one of the efforts to overcome stretch marks in pregnant women, because it is effective in reducing the appearance of scars and stretch marks on one's skin.* **Purpose:** *This study aims to determine the effectiveness of frankincense oil and orange orange oil as aromatherapy in pregnant women with stretch marks.* **Methods:** *This research is a quasi-experimental using Two Group Pretest Posttest design. This research was conducted in November 2020. The population of this research study were pregnant women in the second trimester. A sample of 30 pregnant women in the second trimester. Data analysis with Wilcoxon signed rank test.* **Results:** *Based on the results of research at the Public Health Center Sidamulya, Brebes Regency, it was found that there was a significant difference in the level of stretch marks between pregnant women before being given frankincense oil aromatherapy and after being given frankincense oil aromatherapy (p value = 0.005). There was no significant difference in the level of stretch marks between pregnant women before being given orange orange oil aromatherapy and after being given orange orange oil aromatherapy (p value = 0.083). Frankincense oil aromatherapy is more effective than orange orange oil as aromatherapy for pregnant women with stretch marks.* **Suggestion:** *So that midwives can cultivate a culture of giving black incense oil aromatherapy as an effort to reduce the level of stretch marks in pregnant women in the second trimester.*

Keywords

frankincense oil, orange orange oil, stretch marks, pregnant women.

Pendahuluan

Secara umum kehamilan berkembang secara normal dan mengakibatkan lahirnya bayi cukup bulan melalui jalan lahir. Namun tidak semua hasil kehamilan dan persalinan akan membuat suami, ibu dan bayi bahagia karena dilahirkan sehat, namun ibu hamil dapat menghadapi keadaan darurat ringan hingga berat yang dapat menimbulkan bahaya ketidaknyamanan, ketidakpuasan, nyeri, cacat bahkan kematian bagi ibu hamil. Wanita hamil, resiko tinggiserta rendah yang mengalami komplikasi saat melahirkan.¹

Ketidaknyamanan pada trimester kedua antara lain gatal-gatal, *stretch mark*, sembelit, varises, mulas, perut kembung, edema, *chloasma gravidarum* (bintik coklat pada wajah), dan sakit kepala.¹ *Stretch mark* adalah bentangan jaringan kulit yang melebihi batas elastisitasnya, terutama perut, paha, bokong, dan payudara seiring dengan pertumbuhan janin, usia kehamilan, dan pertumbuhan berat badan.²

Menurut Helen (2001), *Striae gravidarum* atau yang dikenal dengan sebutan *stretch mark* merupakan perubahan pada kulit yaitu permukaan kulit yang sangat melar dan peningkatan sekresi hormon pada korteks adrenal akibat kehamilan yang menyebabkan serabut kolagen pecah.³ *Striae gravidarum* merupakan permukaan kulit yang sangat meregang yang menyebabkan serabut kolagen pecah.⁴ *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.²

Secara medis, *stretch mark* disebut '*striae*' dan muncul akibat kulit meregang dalam tempo singkat. *Stretch mark* tak hanya terjadi pada wanita hamil, sebab pada orang yang mengalami kegemukan pun bisa timbul akibat timbunan lemak di dalam tubuh. Saat kehamilan berusia 4-5 bulan di mana perut semakin membesar, masalah umum yang dirasakan oleh mayoritas ibu hamil adalah timbulnya *stretch mark*. Setiap individu memiliki corak *stretch mark* yang beragam, baik dari warna maupun tingkat keparahan.⁵

Sepanjang kehamilan, elastisitas kulit akan mengembang sampai level maksimum, sehingga permukaannya sering terlihat "pecah" dan muncul *stretch mark*, yaitu tanda parut berupa gurat-gurat putih yang muncul di permukaan kulit. *Stretch mark* dapat terjadi pada

tubuh ketika kulit mengalami peregangan. *Stretch mark* umumnya melintang di sepanjang dinding perut atau di atas pinggul. Jika peregangan payudara semasa hamil dan menyusui lumayan besar, umumnya juga akan meninggalkan tanda parut putih saat payudara kembali ke ukuran normal. *Stretch mark* muncul karena pengaruh hormon kehamilan dan akibat melarnya kulit ketika mengakomodasi pertumbuhan janin. Atau dengan kata lain *stretch mark* terbentuk ketika terjadi peregangan kulit secara cepat hingga merusak jaringan yang terdapat di dalamnya karena kulit mengalami peregangan berlebihan alias *over stretched*.⁵

Striae gravidarum biasanya terjadi sekitar 50%-90% pada wanita hamil, hal ini yang menjadikan *Striae gravidarum* sebagai salah satu masalah kulit paling umum selama kehamilan. *Striae gravidarum* biasanya terjadi saat usia kehamilan 24 minggu dan paling sering terjadi pada primigravida.⁶

Striae distensae terjadi pada kehamilan (43% sampai 88%), pubertas (6% sampai 86%) dan obesitas (43%). *Striae atrophicans* mengikuti kondisi medis, terutama sindrom/penyakit Cushing, dan pengobatan, biasanya kortikosteroid topikal atau sistemik eksogen, atau pembedahan. Penyakit terkait lainnya adalah sindrom Marfan, anoreksia nervosa, berbagai penyakit demam, dan penyakit hati kronis. Pengobatan yang terkait dengan *striae* juga termasuk kemoterapi, terapi antibiotik berkepanjangan, kontrasepsi, dan neuroleptik.⁷

Striae lebih sering terjadi pada wanita daripada pria dan mungkin lebih sering terjadi pada ras tertentu. Mereka bisa tampak lebih menonjol pada individu berkulit gelap. Riwayat keluarga yang positif merupakan faktor risiko *striae*. Selama kehamilan, *striae* lebih sering terjadi pada wanita yang lebih muda daripada wanita yang lebih tua. Beberapa penelitian telah mencatat prevalensi lebih besar dengan lingkaran perut besar dan berat badan besar (karena ukuran janin atau *polihidramnion*). Satu studi melaporkan bahwa *striae* lebih umum pada perokok dibandingkan non-perokok.

Stretch mark yang timbul karena kehamilan masih banyak terjadi di negara berkembang, salah satunya Indonesia yaitu mencapai angka 95% dengan *gread* atau tingkatan yang bervariasi. Di Indonesia banyak terjadi hal demikian karena masih minimnya edukasi kesehatan bagi wanita yang sedang

hamil sehingga mereka kurang tepat dalam melakukan penanganan pada *stretch mark*. Pemerintah sampai sekarang belum ada program untuk mengatasi *stretch mark* pada wanita hamil, dalam negara berkembang salah satunya Indonesia mencapai 95%, di Jawa Barat mencapai 70%⁸ dan di Kabupaten Majalengka 7 dari 10 ibu hamil mengalami *stretch mark*.⁹

Stretch mark dalam masyarakat sering disebut dengan istilah garis kehamilan, merupakan salah satu permasalahan yang membuat wanita hamil merasa minder terhadap perubahan fisik pada perut, paha, pantat dan payudara. Pada tempat-tempat tersebut muncul garis yang tidak beraturan. Garis tersebut ada tiga macam yaitu kategori I berwarna merah muda, kategori II berwarna merah tua, kategori III berwarna ungu dan garis setiap orang itu berbea-beda. Hal tersebut menimbulkan kurangnya kolagen pada tubuh yang sangat membantu elastisitas kulit terutama lapisan dermis sehingga mengakibatkan renggangnya kulit, berkurangnya vitamin A, C dan E.²

Terjadinya *stretch mark* sangat berpengaruh dengan lapisan dermis, sebab lapisan ini bertugas untuk mendukung kulit dan menjaganya agar tetap mulus. Dermis juga menjadi rumah bagi pembuluh darah yang mengangkut nutrisi untuk sel-sel kulit. Lapisan dermis terbuat dari jaringan elastis yang membuat kulit mampu meregang sesuai kebutuhan tubuh, tapi bila tubuh semakin membesar dalam tempo singkat, seperti saat hamil, serat ini akan melemah dan akhirnya pecah akibat kulit yang menipis. Oleh karena itu, munculnya *stretch mark* ditandai dengan menyebarnya pembuluh darah melalui lapisan dermis ke lapisan kulit epidermis yang menipis.⁵

Wanita hamil yang mengalami *stretch mark* dan tidak diatasi akan merasakan gatal di bagian perut, rasa gatal jika digaruk akan menimbulkan luka, iritasi kulit, regenerasi kulit yang terganggu, kulit kasar dan kering, serta perasaan yang tidak enak meski perubahan yang dialaminya tidak terlihat.² Wanita hamil yang mempermasalahakan kejadian tersebut mencari solusi tanpa berkonsultasi dengan tenaga medis, mereka mengolesi garis kehamilan menggunakan *hand and body lotion*, terapi laser, operasi kecantikan dan minyak zaitun, yang tingkat keberhasilannya kurang memuaskan.¹

Wanita yang berkulit lebih gelap tidak banyak mengalami *stretch mark*, kemungkinan

karena kadar melanin dalam tubuhnya lebih banyak, sedangkan wanita yang tubuhnya banyak memproduksi hormon *corticosteroid* atau hormon yang menurunkan kadar *collagen* kulit, lebih mudah terkena karena kulitnya kurang elastis. Ibu hamil yang banyak mengasup cairan, nutrisi tinggi, dan diet seimbang pun kulitnya lebih aman dari ancaman *stretch mark*. Dengan cukup cairan, kulit menjadi lebih elastis dan mampu merenggang seiring perkembangan tubuh selama hamil.⁵

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. Pencegahan perkembangan *Striae Distance (SD)* atau *Striae Gravidarum (SG)* sama dengan penyembuhan luka dan bekas luka.¹⁰

Dilihat dari kesenjangan dalam praktik akhir-akhir ini, perhatian yang diberikan kepada penggunaan *Complementary and Alternative Medicine (CAM)* sebagai pengobatan tambahan mengalami peningkatan. Aromaterapi adalah salah satu jenis dari CAM yang banyak digunakan dengan tujuan menghirup uap atau penyerapan minyak ke dalam kulit yang berguna mengobati atau mengurangi gejala fisik dan emosional.¹¹

Hasil penelitian menemukan bahwa kemenyan efektif dalam mengurangi penampilan bekas luka dan *stretch mark* pada kulit seseorang. Ini mungkin memiliki efek yang sama pada kerutan dan garis-garis halus. Selain itu, kemenyan dapat membantu rona kulit dan mempromosikan pertumbuhan sel kulit baru. Minyak kemenyan diekstraksi dari getah atau damar dari pohon kemenyan atau *olibanum*, yang memiliki nama ilmiah *Boswellia carteri*. Komponen utama minyak atsiri ini adalah *alpha pinene*, *actanol*, *bornyl acetate*, *linalool*, *octyl acetate*, *incensole* dan *incensyl acetate*. Minyak *frankincense* telah menjadi bahan populer dalam perawatan kulit selama berabad-abad dan memiliki sifat *emmenagogue* (pelancar menstruasi) yang luar biasa. Sifat terapeutik minyak kemenyan yaitu antiseptik, antidepresan, antiinflamasi, desinfektan, zat gizi, karminatif, cicatrisant, sitofilaktik, melancarkan pencernaan, diuretik, melancarkan haid, ekspektoran, obat penenang, tonik, menjaga kesehatan rahim dan mengobati luka.¹²

Lemon terkenal dengan kandungan vitamin C dan manfaat kesehatan potensial untuk sistem kekebalan tubuh. Namun, minyak lemon juga digunakan dalam berbagai produk perawatan kulit komersial untuk membantu mengurangi tanda-tanda penuaan, seperti keriput. Penelitian lain telah menemukan bahwa minyak lemon dapat membantu mengurangi kerusakan yang disebabkan oleh oksidasi. Minyak lemon juga dapat membantu mencegah kerusakan akibat sinar matahari, yang dapat menyebabkan keriput.¹³

Bidan memiliki peran yang penting dalam mengatasi *stretch mark* 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 garis kehamilan.¹⁴

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan di Puskesmas Sidamulya Brebes dari tanggal 2 - 17 April 2022, didapatkan ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan sebanyak 56 ibu hamil. Sebanyak 15 ibu hamil trimester I (26,79%), 27 ibu hamil trimester II (48,21%), dan 12 ibu hamil trimester III (21,43%). Ibu hamil trimester II yang mengalami *stretch mark* ada 16 orang (59,26%). Presentase ibu hamil trimester II yang mengalami *stretch mark* lebih tinggi daripada ibu hamil trimester II yang tidak mengalami *stretch mark*. Upaya yang telah dilakukan oleh bidan dalam untuk meminimalisir munculnya *stretch marks* pada ibu hamil adalah dengan memberikan komunikasi, informasi dan edukasi tentang penggunaan pelembab kulit yang aman terbuat dari herbal, menganjurkan untuk mengkonsumsi makanan kaya nutrisi, menganjurkan untuk mengendalikan berat badan.

Studi dilakukan di Puskesmas Sidamulya Kabupaten Brebes untuk mengetahui efektivitas minyak kemenyan dan minyak jeruk orange sebagai aromaterapi pada ibu hamil dengan *stretch mark*.

Metode Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yang menggunakan desain *Two Group Pretest Posttest*.¹⁵ Populasi penelitian ini

semua ibu hamil primigravida berusia antara 20 dan 30 tahun dengan umur kehamilan 18 – 20 minggu sebanyak 250 ibu hamil. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *non probability sampling* dengan metode *purposive sampling* dengan jumlah responden 30 orang. Analisis data menggunakan distribusi frekuensi dan presentase dari tiap variabel, sedangkan uji hipotesis menggunakan uji *Wilcoxon signed rank test* dengan menggunakan taraf signifikansi 0.05.

Analisa data akan dilakukan dengan menggunakan perangkat lunak dengan program SPSS versi 16.0.

Hasil Penelitian

Tabel 1
Distribusi Tingkat *Stretch Mark* Pada Ibu Hamil Trimester II Setelah Diberi Minyak Kemenyan di UPT Puskesmas Sidamulya Kabupaten Brebes Tahun 2022

No.	Tingkat <i>Stretch Mark</i>	f	%
1.	Ada <i>Stretch Mark</i>	7	46,7
2.	Tidak Ada <i>Stretch Mark</i>	8	53,3
Jumlah		15	100,0

Berdasarkan tabel 1 diketahui tingkat *stretch mark* pada ibu hamil trimester II setelah dilakukan pengolesan minyak kemenyan menunjukkan ada *stretch mark* sebanyak 7 responden (46,7%) dan tidak ada *stretch mark* sebanyak 8 responden (53,3%).

Tabel 2
Distribusi Tingkat *Stretch Mark* Pada Ibu Hamil Trimester II Sebelum Diberi Aromaterapi Minyak Jeruk Orange di Puskesmas Sidamulya Kabupaten Cirebon Tahun 2022

No.	Tingkat <i>Stretch Mark</i>	F	%
1.	Ada <i>Stretch Mark</i>	15	100
2.	Tidak Ada <i>Stretch Mark</i>	0	0
Jumlah		15	100,0

Berdasarkan tabel 2 diketahui tingkat *stretch mark* pada ibu hamil trimester II sebelum dilakukan pengolesan minyak jeruk orange semuanya menunjukkan ada *stretch mark* yaitu 15 responden (100%).

Tabel 3
Distribusi Tingkat *Stretch Mark* Pada Ibu Hamil Trimester II Setelah Diberi Minyak Kemenyan di Puskesmas Sidamulya Kabupaten Cirebon Tahun 2022

No.	Tingkat <i>Stretch Mark</i>	f	%
1.	Ada <i>Stretch Mark</i>	7	46,7
2.	Tidak Ada <i>Stretch Mark</i>	8	53,3
Jumlah		15	100,0

Berdasarkan tabel 3 diketahui tingkat *stretch mark* pada ibu hamil trimester II setelah dilakukan pengolesan minyak kemenyan menunjukkan ada *stretch mark* sebanyak 7 responden (46,7%) dan tidak ada *stretch mark* sebanyak 8 responden (53,3%).

Tabel 4
Distribusi Tingkat *Stretch Mark* Pada Ibu Hamil Trimester II Setelah Diberi Minyak Jeruk Orange di Puskesmas Sidamulya Kabupaten Cirebon Tahun 2022

No.	Tingkat <i>Stretch Mark</i>	f	%
1.	Ada <i>Stretch Mark</i>	12	80,0
2.	Tidak Ada <i>Stretch Mark</i>	3	20,0
Jumlah		15	100,0

Berdasarkan tabel 4 diketahui tingkat *stretch mark* pada ibu hamil trimester II setelah dilakukan pengolesan aromaterapi minyak jeruk orange menunjukkan ada *stretch mark* sebanyak 12 responden (80,0%) dan tidak ada *stretch mark* sebanyak 3 responden (20,0%).

Tabel 5
Uji Normalitas Data

kelompok	Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.
kemenyan	.940	15	.387
Jeruk orange	.868	15	.082

Berdasarkan tabel 5 tersebut diketahui nilai Sig. untuk minyak kemenyan sebesar 0,387, dengan demikian nilai Sig. tersebut > 0,05 artinya berdistribusi tidak normal. Nilai Sig. minyak jeruk orange sebesar 0,082. Dengan demikian nilai Sig. > 0,05 artinya berdistribusi tidak normal.

Tabel 6
Efektifitas Minyak Kemenyan Sebagai Aromaterapi Pada Ibu Hamil Trimester II Dengan *Stretch mark* di Puskesmas Sidamulya Kabupaten Cirebon Tahun 2022

		N	Mean Rank	Sum of Ranks	Nilai Z	Asymp. Sig. (2-tailed)
posttest1 - pretest1	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00	-2.828	0,005
	Positive Ranks	8 ^b	4.50	36.00		
	Ties	7 ^c				
	Total	15				

Berdasarkan hasil dari perhitungan *Wilcoxon Signed Rank Test*, maka nilai Z yang didapat sebesar -2,828 dengan p value (Asymp. Sig2 tailed) sebesar 0,005 di mana kurang dari batas kritis penelitian 0,05 sehingga keputusan hipotesis adalah menerima H1 atau yang berarti terdapat perbedaan bermakna tingkat *stretch mark* antara ibu hamil sebelum diberi aromaterapi minyak kemenyan dan sesudah diberi aromaterapi minyak kemenyan.

Tabel 7
Efektifitas Minyak Jeruk Orange Sebagai Aromaterapi Pada Ibu Hamil Trimester II Dengan *Stretch mark* di Puskesmas Sidamulya Kabupaten Cirebon Tahun 2022

		N	Mean Rank	Sum of Ranks	Nilai Z	Asymp. Sig. (2-tailed)
posttest1 - pretest1	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00	-1.732	0,083
	Positive Ranks	3 ^b	2.00	6.00		
	Ties	12 ^c				
	Total	15				

Berdasarkan hasil dari perhitungan *Wilcoxon Signed Rank Test*, maka nilai Z yang didapat sebesar -1,732 dengan p value (Asymp. Sig2 tailed) sebesar 0,083 di mana lebih dari batas kritis penelitian 0,05 sehingga keputusan hipotesis adalah menolak H1 atau yang berarti tidak terdapat perbedaan bermakna tingkat *stretch mark* antara ibu hamil sebelum diberi

aromaterapi minyak jeruk orange dan sesudah diberi aromaterapi minyak jeruk orange.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan bermakna tingkat *stretch mark* antara ibu hamil sebelum diberi aromaterapi minyak kemeyan dan sesudah diberi aromaterapi minyak kemeyan.

Hasil penelitian ini mendukung penelitian yang dilakukan oleh Botros R. Mikhaeil, Galal T. Maatooq, Farid A. Badria, and Mohamed M. A. Amer (2003) bahwa kemeyan efektif dalam mengurangi penampilan bekas luka dan *stretch mark* pada kulit seseorang. Ini mungkin memiliki efek yang sama pada kerutan dan garis-garis halus. Selain itu, kemeyan dapat membantu rona kulit dan mempromosikan pertumbuhan sel kulit baru. Minyak kemeyan diekstraksi dari getah atau damar dari pohon kemeyan atau *olibanum*, yang memiliki nama ilmiah *Boswellia carteri*. Komponen utama minyak atsiri ini adalah *alpha pinene*, *actanol*, *bornyl acetate*, *linalool*, *octyl acetate*, *incensole* dan *incensyl acetate*. Minyak *frankincense* telah menjadi bahan populer dalam perawatan kulit selama berabad-abad dan memiliki sifat *emmenagogue* (pelancar menstruasi) yang luar biasa. Sifat terapeutik minyak kemeyan yaitu antiseptik, antidepresan, antiinflamasi, desinfektan, zat gizi, karminatif, cicatrisant, sitofilaktik, melancarkan pencernaan, diuretik, melancarkan haid, ekspektoran, obat penenang, tonik, menjaga kesehatan rahim dan mengobati luka. Pada penelitian ini, tingkat *stretch mark* pada ibu hamil yang diberi aromaterapi minyak jeruk orange sebelum dan sesudah menunjukkan tidak terdapat perbedaan bermakna.¹²

Hasil penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian Friatna, E.R., Achmad Rizqi, dan Tanti Hidayah (2011) diperoleh nilai aktivitas antioksidan ekstrak kulit jeruk berkisar antara 66,84-68,91%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa didalam kulit jeruk banyak terkandung antioksidan (asam askorbat), sehingga kulit jeruk manis (ponkan) dapat dijadikan sebagai bahan dasar alternatif pembuatan masker wajah. Antioksidan mempunyai fungsi untuk memperlambat penuaan dini dan mencerahkan kulit, yaitu dengan adanya elektron hidrogen yang dapat menangkap radikal bebas (elektron tak berpasangan) dari sinar ultraviolet, metabolisme tubuh, dan faktor eksternal lainnya yang dapat merusak kulit.¹⁶

Lemon terkenal dengan kandungan vitamin C dan manfaat kesehatan potensial untuk sistem kekebalan tubuh. Namun, minyak lemon juga digunakan dalam berbagai produk perawatan kulit komersial untuk membantu mengurangi tanda-tanda penuaan, seperti keriput. Penelitian lain telah menemukan bahwa minyak lemon dapat membantu mengurangi kerusakan yang disebabkan oleh oksidasi. Minyak lemon juga dapat membantu mencegah kerusakan akibat sinar matahari, yang dapat menyebabkan keriput.¹³

Kesimpulan

Tingkat *stretch mark* pada ibu hamil trimester II sebelum dilakukan pengolesan minyak kemeyan dan minyak jeruk orange semuanya menunjukkan ada *stretch mark* yaitu 15 responden (100%).

Tingkat *stretch mark* pada ibu hamil trimester II setelah dilakukan pengolesan minyak kemeyan menunjukkan ada *stretch mark* sebanyak 7 responden (46,7%) dan tidak ada *stretch mark* sebanyak 8 responden (53,3%). Tingkat *stretch mark* pada ibu hamil trimester II setelah dilakukan pengolesan aromaterapi minyak jeruk orange menunjukkan ada *stretch mark* sebanyak 12 responden (80,0%) dan tidak ada *stretch mark* sebanyak 3 responden (20,0%).

Terdapat perbedaan bermakna tingkat *stretch mark* antara ibu hamil sebelum diberi aromaterapi minyak kemeyan dan sesudah diberi aromaterapi minyak kemeyan (p value = 0,005).

Tidak terdapat perbedaan bermakna tingkat *stretch mark* antara ibu hamil sebelum diberi aromaterapi minyak jeruk orange dan sesudah diberi aromaterapi minyak jeruk orange (p value = 0,083).

Daftar Pustaka

1. Saifuddin, A. Buku Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono. Prawiharohardjo; 2014.
2. Varney, Helen. Buku Ajar Asuhan Kebidanan. Edisi 4, Vol 2. Jakarta: EGC; 2010.
3. Lubis, Thaufik, Widyawati, dan Suhartono. The Effectiveness of Olive Oil and Virgin Coconut Oil (VCO) Topical tp Prevent of Striae Gravidarum in The Second Trimester of

- Pregnancy. *Jurnal Riset Kesehatan*. Vol. 4 No. 2, Mei 2015.
4. Pratami, E., Wiryawan Permadi, Sharon Gondodiputro. Efek Olive Oil dan Virgin Coconut Oil terhadap Striae Gravidarum. *Majalah Kedokteran Bandung*. Vol 46, No 1; 2014.
 5. Elvariny A. Seluk Beluk Stretch Mark, Pencegahan dan Penanganannya. <http://tanyashop.multiply.com>. Diakses tanggal 18 April 2021.
 6. Liu, L. et al. Risk factors of striae gravidarum in Chinese primiparous women', *PLoS ONE*, 13(6), pp. 1–8. doi: 10.1371/journal.pone.0198720; 2018..
 7. Amanda M. Oakley; Bhupendra C. Patel. *Stretch Mark*. StatPearls Publishing LLC. Tersedia di <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK436005/>. Diakses 3 Mei 2021.
 8. Fakhroh, D. Penggunaan Minyak Zaitun Untuk Mengurangi Striae Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester II Di BPM Endah Minarni SST Kebumen Tahun 2017.
 9. Dinas Kesehatan Kabupaten Majalengka. Profil Kesehatan Ibu dan Anak Kabupaten Majalengka Tahun 2016.
 10. Mohamed EL. Leslie SB, Lotfy TE. Striae Distance (Stretch Mark) and Different Modalities of Therapy : An Update. *Dermatology Surgery*. 2009;35(4):563-73.
 11. Price, S.A., Wilson, L.M. Patofisiologi Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit. Edisi VI. Jakarta: EGC; 2013.
 12. Botros R. Mikhaeil, Galal T. Maatooq, Farid A. Badria, and Mohamed M. A. Amer. Chemistry and immunomodulatory activity of frankincense oil. *Z Naturforsch C J Biosci*. Mar-Apr 2003;58(3-4):230-8. doi: 10.1515/znc-2003-3-416.
 13. Calabrese V, Scapagnini G, Randazzo SD, Randazzo G, Catalano C, Geraci G, Morganti P. Oxidative stress and antioxidants at skin biosurface: a novel antioxidant from lemon oil capable of inhibiting oxidative damage to the skin. *Drugs Exp Clin Res*. 25(6):281-7; 1999.
 14. Kusmiyati, Yuni. Perawatan ibu hamil : Asuhan ibu hamil. Yogyakarta : Fitramaya; 2008.
 15. Sugiyono. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung : Alfabeta; 2017.
 16. Friatna, E.R., Achmad Rizqi, dan Tanti Hidayah (2011). Uji Aktivitas Antioksidan pada Kulit Jeruk Manis (*Citrus sinensis*) Sebagai Alternatif Bahan Pembuatan Masker Wajah. Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta. Diakses dari <https://media.neliti.com/media/publications/192611-ID-uji-aktivitas-antioksidan-pada-kulit-jer.pdf> pada tanggal 19 April 2021.