



Pemanfaatan Gel *Centella Asiatica*/Daun Pegagan untuk Membantu Memudarkan Stretch Mark pada Ibu Nifas

Nina Hidayatunnikh^{1*}; Setiawandari²; Solichatin³; Indria Nuraini⁴; Khoiriyah⁵; Fenita Mei⁶,
Anik Latifah⁷

Published online: 10 Januari 2022

ABSTRACT

Skin changes occur in pregnancy, one of which is stretch marks. Stretch marks are caused by hyperdistention of the skin. Stretching the skin makes the mother's confidence reduced. Gotu kola leaves (*Centella asiatica*) contain triterpenes that are able to increase the metabolism of lysine, proline and amino acids as collagen-forming. The goal is to increase knowledge and community empowerment about the use of *Centella asiatica* / gotu kola leaves as an effort to fade Stretch Mark in Nifas' mother. The service is carried out for 1 month. First the provision of knowledge related to *Centella asiatica*, then the demonstration of *Centella asiatica* extracts with maceration techniques, then the evaluation of the use of the results of *Centella asiatica* gel extracted for 1 month. There was an increase in maternal awareness related to the use of *Centella asiatica*, able to make *Centella asiatica* extract and there was a stretch mark in some mothers who had been monitored. Community service is based on the results of previous research, so it can be applied to help the problem of stretch marks experienced by mothers with the use of herbs in the environment around the community.

Keyword: Stretch Marks; Extract; *Centella Asiatica*; Postpartum

ABSTRACT

Perubahan Kulit terjadi pada kehamilan, salah satunya adalah stretch mark. Stretch mark disebabkan oleh hiperdistensi pada kulit. Peregangan kulit membuat kepercayaan diri ibu berkurang. Daun pegagan (*Centella asiatica*) memiliki kandungan triterpen yang mampu meningkatkan metabolisme lisin, prolin dan asam amino sebagai pembentuk kolagen. Tujuannya adalah Meningkatkan pengetahuan dan pemberdayaan masyarakat tentang pemanfaatan *Centella asiatica*/daun pegagan sebagai upaya memudarkan *Stretch Mark* pada ibu Nifas. Pengabdian dilakukan selama 1 bulan. Pertama pemberian pengetahuan terkait *Centella asiatica*, selanjutnya demonstrasi ekstraks *Centella asiatica* dengan Teknik maserasi, selanjutnya evaluasi pemakaian hasil *ekstraks gel Centella asiatica* yang di aplikasikan selama 1 bulan. Terdapat peningkatan pemahan ibu terkait pemanfaatan *Centella asiatica*, mampu membuat ekstrak *Centella asiatica* dan terdapat pemudaran stretch mark pada beberapa ibu yang telah dipantau. Pengabdian pada masyarakat ini berbasis hasil penelitian sebelumnya, sehingga dapat diaplikasikan untuk membantu permasalahan stretch mark yang dialami oleh ibu dengan pemanfaatan herbal yang ada di lingkungan sekitar masyarakat.

Keyword: Stretch Mark; Ekstrak; *Centella Asiatica*; Nifas

PENDAHULUAN

Perubahan Kulit sering terjadi pada kehamilan, yang diakibatkan oleh ketidakseimbangan hormon selama hamil. 90% wanita mengalami perubahan kulit, seperti timbulnya stretch mark dan hiperpigmentasi pada kulit. Striae atau stretch

¹⁻⁷Prodi Kebidanan, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, Indonesia

*) *corresponding author*

Nina Hidayatunnikh

Email: ninanikhmah@unipasby.ac.id

marck atau sikatrik merupakan garis terang atau gelap kemerahan biasa muncul pada payudara, perut, bokong, paha dan betis (Irianti, 2014)

Stretch mark atau Striae disebabkan oleh hiperdistensi pada jaringan kulit oleh adanya peregangan lapisan kulit karena peningkatan ukuran ibu. Tetapi ada ahli yang mengatakan bahwa Stretch mark atau Striae terjadi akibat pengaruh kombinasi hormone estrogen, adrenocorticoid, dan relaxin mengubah kolagen dan elastisitas jaringan (Varney, 2007). Menurut penelitian Padilla Castillo, striae gravidarum adalah depresi linear pada kulit yang disebabkan oleh disfungsi ledakan fibrosis. Stretch mark dapat muncul pada setiap tahap kehidupan dan dapat terkait dalam beberapa kasus untuk predisposisi genetik. Striae juga sering terjadi selama masa remaja (27%) dan kehamilan (antara 60%-90%), sebagai akibat dari kombinasi faktor mekanis dan hormonal (peningkatan hormon steroid) (García Hernández et al., 2013). Akibat peregangan kulit selain Stretch mark yaitu timbulnya rasa gatal, dan kelembapan kulit berkurang, yang menyebabkan ibu sering menggaruk sehingga menimbulkan bekas luka pada kulit dan membuat kepercayaan diri ibu berkurang akibat bekas dari stretch mark. Perubahan pigmentasi kulit yang diakibatkan oleh kehamilan akan berkurang setelah kehamilan berakhir, terkecuali striae (Irianti, 2014). Pada penelitian terdahulu terdapat praktek atau budaya yang dilakukan pada masa nifas yang bertujuan untuk perawatan yaitu dengan penggunaan bobok/tapel yang bertujuan untuk mengurangi selulit dan hiperpigmentasi pada kulit. Untuk saat ini belum ditemukan pengobatan yang benar-benar efektif untuk menghilangkan striae setelah terbentuk. Kapasitas elastis kulit telah diusulkan sebagai faktor penting yang terkait dengan penampilan, sehingga perawatan terutama pencegahan didasarkan pada mempertahankan dan meningkatkan struktur dermis stimulator fibroblas dan agen penyembuhan yang digunakan untuk meningkatkan produksi serat kolagen dan elastin. Bylka, dkk (2013), daun pegagan memiliki kandungan triterpen yang mampu meningkatkan metabolisme lisin, prolin dan asam amino yang berfungsi sebagai pembentuk kolagen. Senyawa yang terkandung dalam pegagan mampu meningkatkan sintesis tropokolagen dan mukopolisakarida, sehingga pegagan mampu mengembalikan elastisitas dan kekencangan kulit (Indria & Rahayu, 2021)

Dalam kegiatan PPM yang bertema Pemanfaatan gel centella asiatica untuk membantu memudahkan Stretch Mark pada ibu Nifas ini bertujuan untuk Meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang manfaat tanaman herbal Centella Asiatica/daun pegagan sebagai upaya membantu memudahkan Stretch Mark pada ibu Nifas, Pemberdayaan peran keluarga dalam usaha memanfaatkan herbal Centella Asiatica/daun pegagan sebagai upaya membantu memudahkan Stretch Mark pada ibu Nifas dan mengembangkan sisi ekonomi kehidupan masyarakat dengan pemanfaatan ekstrak Centella Asiatica.

METODE

Metode yang digunakan pada Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat di ibu Nifas di Kelurahan Kaputran, Kecamatan Tegalsari, yaitu: (a) Pemberian penyuluhan yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman ibu terkait pemanfaatan tanaman hernal terutama tanaman Centella Asiatica. (b) pelatihan terkait ekstrak centella asiatica dengan melakukan demosntrasi kepada ibu untuk menghasilkan keterampilan pembuatan ekstrak Centella Asiatica oleh ibu dengan teknik maserasi. (c) Memantau hasil penyuluhan dan pelatihan

Adapun konsep yang diterapkan pada kegiatan ini mengatasi permasalahan di atas dengan pendekatan berbasis komunitas dimana strategi pemecahan masalah langsung ke sasaran. ada tahap pertama para ibu kader di

Kelurahan Kaputran, Kecamatan Tegalsari, dikumpulkan. Selanjutnya diberikan penyuluhan tentang manfaat dan pentingnya pemanfaatan tanaman Herbal daun pegagan untuk kesehatan dan

pemulihan kesehatan ibu nifas, dan selanjutnya demosntrasi kepada ibu terkait Teknik ekstraksi centella asiatica untuk Kesehatan ibu terutama terkait dengan pengurangan Stretch Mark yang biasanya memantau dan mengevaluasi hasil pengabdian masyarakat. Kegiatan pengabdian dilakukan selama 1 bulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian pada Masyarakat ini diawali dengan observasi keluhan atau ketidaknyamanan seorang ibu nifas. Setelah dilakukan observasi, tim pengabdian memutuskan isu terkait Stretch Mark yang Sebagian besar ibu hamil akan mendapati perubahan pada struktur jaringan kulit dengan salah satunya adalah terdapatnya stretch mark yang mana akan tetap menetap sampai ibu setelah bersalin. Kegiatan pengabdian dilakukan di kelurahan Keputran Kecamatan Tegalsari Kota Surabaya.

Berdasarkan data survey awal yang dilakukan di dapatkan hasil wawancara yang mengatakan bahwa ibu nifas yang pertama kali melahirkan mengeluh gatal dan muncul guratan pada abdomen dan membuat tidak nyaman terutama di malam hari dan guratan pada abdomen tidak membuat percaya diri sehingga membutuhkan perawatan lebih.

Bylka, dkk (2013), daun pegagan memiliki kandungan triterpen yang mampu meningkatkan metabolisme lisin, prolin dan asam amino yang berfungsi sebagai pembentuk kolagen. Senyawa yang terkandung dalam pegagan mampu meningkatkan sintesis tropokolagen dan mukopolisakarida, sehingga pegagan mampu mengembalikan elastisitas dan kekencangan kulit (Indria & Rahayu, 2021)

Sehingga dengan dasar tersebut, tim pengabdian masyarakat menawarkan suatu kegiatan yaitu penyuluhan dan demonstrasi ekstrak Centella Asiatica untuk membantu memudahkan Stretch Mark yang biasanya dialami terbanyak oleh ibu setelah bersalin akibat perubahan sistem integument ketika periode kehamilan. Ekstraksi bahan alam terutama tumbuhan centella asiatica yang mampu memudahkan stretch mark merupakan sebagai salah satu alternatif herbal yang bisa digunakan secara aman oleh ibu.

Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat dilakukan pada tanggal 14 Desember 2021 - 13 Januari 2022 dengan diawali kegiatan penyuluhan. Peserta yang hadir sejumlah 40 orang. Para peserta sangat antusias dengan adanya kegiatan ini dengan bukti sebagian besar sasaran peserta hadir dalam kegiatan ini. Metode yang pertama dalam pelaksanaan kegiatan ini adalah menyampaikan materi kepada para peserta dan mendapat respon yang baik dengan aktifnya para peserta untuk mengajukan beberapa pertanyaan kepada para tim pengabdian secara langsung saat pertengahan acara penyuluhan berlangsung. Selanjutnya tim pengabdian mendemonstrasikan bagaimana cara ekstrak daun Centella Asiatica dengan Teknik maserasi. Selanjutnya diadakan sesi tanya jawab, jika ada yang kurang dipahami oleh peserta. Peserta mampu menjawab seluruh pertanyaan yang diberikan secara langsung oleh tim pengabdian masyarakat. Selanjutnya dilakukan evaluasi selama 1 bulan untuk keterampilan ekstraksi dan pemudaran dari Stretch Mark dengan penggunaan produk yang sudah diberikan kepada mitra.

Gambar 1. Proses Ekstrak Gel *Centella Asiatica*



Gambar 2. Kegiatan Pengabdian Terkait Pemanfaatan Ekstrak *Centella Asiatica*



Gambar 3. Produk Gel Ekstrak *Centella Asiatica*



Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Maquart et al yang menggunakan kultur jaringan fibroblast monolayer kulit terluar manusia menunjukkan bahwa ekstrak daun pegagan (*Centella Asiatica*) yang diaplikasikan secara topikal mampu meningkatkan sintesis kolagen(Maquart et al., 1990). Penelitian selanjutnya dilanjutkan oleh Bonte et al dengan menggunakan kolagen yang lebih spesifik, yaitu kolagen tipe I fobroblas kulit manusia secara invitro dan mendapatkan hasil bahwa asiatikosida mampu meningkatkan sekresi kolagen tipe I(Bonte et al., 1994). Lapisan dermis kulit manusia terdiridari jaringan penunjang yang saling berikatan erat, memiliki kekuatan dan elastisitas yang cukup besar karena mengandung beberapa serat kolagen dan jaringan elastin yang memiliki elastinitas yang baik(Rieger, 2010). Kolagen tipe I merupakan tipe kolagen yang terbanyak didapatkan di lapisan dermis kulit manusia yaitu 80%. Perubahan atau kerusakan yang terjadi pada kolagen tipe I dapat menyebabkan ketidaknormalan jaringan penunjang (Burns T, Breathanch S, Cox, N, & Griffiths, 2010)

Hasil penelitian sebelumnya menunjukan bahwa ekstrak daun pegagan (*Centella Asiatica*) mampu memicu biosintesis kolagen dan meningkatkan metabolisme jaringan penunjan di lapisan dermis manusia. Asiatikosida, komponen triterpan dari daun pegagan yang berfungsi melindungi mikrosirkulasi darah dan limfatik dengan cara menungarangi peningkatan permeabilitas kapiler pembuluh darah yang abnormal(Indena, 2012). Hasil penelitian diatas setara dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Indria dimana penelitian tersebut membuat lotion ekstrak *Centella Asiatica* untuk membantu memudahkan sterch mark pada ibu nifas dan hasil penelitian yang dilakukan dengan metode eksperimen membuktikan bahwa terdapat perbedaan keadaan Stretch Mark sebelum dan sesudah diberikan lotion ekstrak *Centella Asiatica*(Indria & Rahayu, 2021). Daun pegagan mengandung Sodium Lauril Sulfat (SLS), yang berfungsi untuk membersihkan kotoran dan kandungan Gliseril bermanfaat untuk melembabkan(Sari & Diana, 2019). Stretch Mark dapat diatasi dengan meningkatkan jumlah kolagen dan elastin pada kulit, dengan pemberian terapi topikal pada Stretch Mark yang bermanfaat untuk memperbaiki pigmentasi pada kulit serta tekstur dari Stretch Mark(Ud-Din et al., 2016)

Kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat ini mendapatkan respon dan tanggapan yang sangat baik dari para ibu di Kelurahan Keputran. Hal ini ditunjukkan dengan antusiasnya para peserta bertanya pada sesi tanya jawab dan saat diberi kesempatan untuk mempraktikkan membuat ekstrak daun pegagan (*Centella Asiatica*), dan juga terdapat pesan dari para peserta untuk melakukan kegiatan serupa secara berkesinambungan agar pengetahuan dan keterampilan ibu semakin meningkat.

Kendala pada kegiatan penyuluhan ini adalah kondisi Covid-19 sehingga tidak dapat diikuti oleh ibu dengan jumlah yang cukup banyak dikarenakan kegiatan harus tetap mengikuti protocol Kesehatan dan physical distancing. Kekurangan pada saat kegiatan penyuluhan yaitu hanya beberapa peserta yang dapat mencoba mempraktikkan secara langsung karena terbatasnya alat yang disiapkan tim pengabdian dan waktu yang disediakan.

KESIMPULAN

Kesimpulan yang bisa didapatkan dalam kegiatan pengabdian ini yaitu:Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema “Pemanfaatan gel *Centella Asiatica*/daun pegagan untuk membantu memudahkan Stretch Mark pada ibu Nifas” berjalan dengan baik serta sesuai dengan rencana yang sudah disusun. Pelaksanaan kegiatan ini berhasil mencapai target dan luaran yang sudah diharapkan

yaitu peningkatan pemahaman ibu terkait pemanfaatan tanaman herbal terutama daun pegagan serta dapat melakukan ekstrak daun pegagan secara mandiri, dan terdapat pemudaran pada stretch mark yang dimiliki oleh ibu selama 1 bulan. Antusias dari peserta atas kegiatan ini sangatlah tinggi dengan tingginya jumlah kehadiran ibu di kelurahan Keputran. Faktor pendukung pada kegiatan pengabdian ini sehingga kegiatan berjalan dengan lancar, yaitu (1) terbukanya pihak kelurahan untuk menerima dan memfasilitasi pelaksanaan kegiatan pengabdian ini, (2) dukungan dan semangat Ibu dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini

DAFTAR PUSTAKA

- Bonte, F., Dumas, M., Chaudagne, C., & Meybeck, A. (1994). Influence of asiatic acid, madecassic acid, and asiaticoside on human collagen I synthesis. *Planta Medica*, 60(2), 133–135. <https://doi.org/10.1055/s-2006-959434>
- García Hernández, J. Á., Madera González, D., Padilla Castillo, M., & Figueras Falcón, T. (2013). Use of a specific anti-stretch mark cream for preventing or reducing the severity of striae gravidarum. Randomized, double-blind, controlled trial. *International Journal of Cosmetic Science*, 35(3), 233–237. <https://doi.org/10.1111/ics.12029>
- Indena. (2012). Anti-cellulite. www.indena.com
- Indria, I., & Rahayu, A. (2021). Effectiveness of Gotu Kola Extract Lotion (*Centella Asiatica*) in Reducing Stretch Marks. *Journal of Health Sciences*, 14(3), 196–201. <https://doi.org/10.33086/jhs.v14i3.2066>
- Irianti. (2014). *Asuhan Kebidanan Berbasis Bukti* (1st ed.). Sageng Seto.
- Maquart, F. X., Bellon, G., Gillery, P., Wegrowski, Y., & Borel, J. P. (1990). Stimulation of collagen synthesis in fibroblast cultures by a triterpene extracted from *Centella asiatica*. *Connective Tissue Research*, 24(2), 107–120. <https://doi.org/10.3109/03008209009152427>
- Rieger, M. M. (2010). *Harry's Cosmeticology* (8th ed.). Chemical Publishing.
- Sari, B. H., & Diana, V. E. (2019). Formulasi Ekstrak Daun Pegagan (*Centella asiatica*) sebagai Sediaan Sabun Cair. *Jurnal Dunia Farmasi*, 2(1), 40–49. <https://doi.org/10.33085/jdf.v2i1.4395>
- Ud-Din, S., McGeorge, D., & 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: JEADV*, 30(2), 211–222. <https://doi.org/10.1111/jdv.13223>
- Varney. (2007). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. Jakarta: EGC.