

Bdn. Dianita Wijayanti, M.Tr.Keb.
Dr. Melyana Nurul Widyawati, S.SiT., Bdn., M.Kes.
Dr. Fatimah, S.ST., M.Kes.



Perawatan **Stretch Marks** **Alami Pada Ibu Nifas**

**Inovasi Sheet Mask Nanoemulsi
Kedelai dan Kunyit**

PERAWATAN STRETCH MARKS ALAMI IBU NIFAS:

Inovasi Sheet Mask Nanoemulsi Kedelai dan Kunyit

Bdn. Dianita Wijayanti, M.Tr.Keb.

Dr. Melyana Nurul Widyawati, S.Si.T., Bdn., M.Kes.

Dr. Fatimah, S.ST., M.Kes.



Penerbit KBM Indonesia

Adalah penerbit dengan misi memudahkan proses penerbitan buku-buku penulis di tanah air indonesia, serta menjadi media *sharing* proses penerbitan buku

**Perawatan Stretch Marks Alami Ibu Nifas:
Inovasi Sheet Mask Nanoemulsi Kedelai dan Kunyit**

Copyright @2026 by Bdn. Dianita Wijayanti, MTr.Keb., dkk.

All rights reserved

KARYA BAKTI MAKMUR (KBM) INDONESIA

Anggota IKAPI (Ikatan Penerbit Indonesia)

NO. IKAPI 279/JTI/2021

Depok, Sleman-Jogjakarta (Kantor) **081357517526 (Tlpn/WA)**

Penulis

Bdn. Dianita Wijayanti, M.Tr.Keb.,

Dr. Melyana Nurul Widyawati, S.Si.T., Bdn., M.Kes.,

Dr. Fatimah, S.ST., M.Kes.

Desain Sampul

Aswan Kreatif

Tata Letak

Liana Nur Hafidah

Editor Naskah

Dr. Muhamad Husein Maruahey, Drs., M.Sc

14,8 x 21 cm, iv + 59 halaman

Cetakan ke-1, Februari 2026

ISBN : 978-634-278-176-0

Isi buku diluar tanggungjawab penerbit

Hak cipta merek KBM Indonesia sudah terdaftar di

DJKI-Kemenkumham dan isi buku dilindungi undang-undang

Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau

Memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini

Tanpa seizin penerbit karena beresiko sengketa hukum

Website

<https://penerbitkbm.com>

www.penerbitbukumurah.com

Instagram

@penerbit.kbmindonesia

@penerbitbukujogja

Email

naskah@penerbitkbm.com

Distributor

<https://penerbitkbm.com/toko-buku/>

Youtube

Penerbit KBM Sastrabook

Sanksi Pelanggaran Pasal 113

Undang-Undang No. 28 Tahun 2014 Tentang Hak Cipta

- (i) Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 100.000.000 (seratus juta rupiah).
- (ii) Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).
- (iii) Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).
- (iv) Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah).

SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC002026029872, 20 Februari 2026

Pencipta
Nama : Bdn. Dianita Wijayanti, M.Tr.Keb., Dr. Melyana Nurul Widyawati, S.Si.T., Bdn., M.Kes. dkk
Alamat : Dsn. Krajan 2 RT 05/RW 02, Desa Tegalsari, Tegalsari, Kab. Banyuwangi, Jawa Timur, 68485
Kewarganegaraan : Indonesia

Pemegang Hak Cipta
Nama : Poltekkes Kemenkes Semarang
Alamat : Jl. Tirta Agung, Pedalangan, Banyuwani, Kota Semarang, Jawa Tengah, 50268
Kewarganegaraan : Indonesia
Jenis Ciptaan : Buku
Judul Ciptaan : Perawatan Stretch Marks Alami Ibu Nifas: Inovasi Sheet Mask Nanoemulsi Kedelai dan Kunyit

Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia : 20 Februari 2026, di Kota Adm. Jakarta Pusat

Jangka waktu perlindungan : Berlaku selama 50 (lima puluh) tahun sejak Ciptaan tersebut pertama kali dilakukan Pengumuman.

Nomor Pencatatan : 001149396

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.

Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.



a.n. MENTERI HUKUM
DIREKTUR JENDERAL KEKAYAAN INTELEKTUAL
u.b
Direktur Hak Cipta dan Desain Industri

Agung Damarsasongko.SH.,MH.
NIP. 196912261994031001



Disclaimer:

1. Dalam hal pemohon memberikan keterangan tidak sesuai dengan surat pernyataan, Menteri berwenang untuk mencabut surat pencatatan permohonan.
2. Surat Pencatatan ini telah disegel secara elektronik menggunakan segel elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik, Badan Siber dan Sandi Negara.
3. Surat Pencatatan ini dapat dibuktikan keasliannya dengan memindai kode QR pada dokumen ini dan informasi akan ditampilkan dalam browser.

LAMPIRAN PENCIPTA

No	Nama	Alamat
1	Bdn. Dianita Wijayanti, M.Tr.Keb.	Dsn. Krajan 2 RT 05/RW 02. Desa Tegalsari Tegalsari, Kab. Banyuwangi
2	Dr. Melyana Nurul Widyawati, S.Si.T., Bdn., M.Kes.	Jl. Pondok Bukit Agung U-12 RT 10/ RW 04. Kel. Sumurboto Banyumanik, Kota Semarang
3	Dr. Fatimah, S.ST., M.Kes.	Jl. Bergota Husada 18, RT 07/RW/05. Kel. Randusari Semarang Selatan, Kota Semarang



Disclaimer:

1. Dalam hal pemohon memberikan keterangan tidak sesuai dengan surat pernyataan, Menteri berwenang untuk mencabut surat pencatatan permohonan.
2. Surat Pencatatan ini telah disegel secara elektronik menggunakan segel elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik, Badan Siber dan Sandi Negara.
3. Surat Pencatatan ini dapat dibuktikan keabsahannya dengan memindai kode QR pada dokumen ini dan informasi akan ditampilkan dalam browser.



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas kasih dan penyertaan-Nya sehingga buku berjudul “*Perawatan Stretch Marks Alami Ibu Nifas: Inovasi Sheet Mask Nanoemulsi Kedelai dan Kunyit*” ini dapat terselesaikan dengan baik. Semua proses penyusunan, mulai dari penelitian hingga penulisan, dapat terlaksana semata-mata karena anugerah dan pertolongan-Nya.

Buku ini disusun sebagai sumber informasi baru yang diharapkan dapat menjadi alternatif pendekatan holistik dalam pelayanan kebidanan, khususnya untuk perawatan pascasalin dalam menyamarkan *stretch marks* pada ibu nifas. Melalui karya ini, penulis ingin menegaskan bahwa pelayanan yang dilakukan dengan kasih dan ketulusan merupakan wujud nyata dari iman yang bekerja melalui pelayanan kepada sesama.

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada seluruh dosen pembimbing, keluarga, rekan sejawat, serta semua pihak yang telah memberikan dukungan, doa, dan bantuan dalam proses penyusunan buku ini. Semoga karya sederhana ini dapat menjadi berkat dan inspirasi bagi pengembangan praktik kebidanan yang ilmiah, holistik, dan penuh kasih.

Semarang, Desember 2025

Tim Penyusun







DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	I
DAFTAR ISI	III
BAGIAN I PENDAHULUAN	1
BAGIAN II KONSEP DASAR MASA NIFAS DAN PERUBAHAN KULIT	5
A. Konsep Masa Nifas	5
B. Adaptasi Fisiologis Dan Psikologis Masa Nifas	6
C. Anatomi Dan Fisiologi Kulit	7
D. Perubahan Kulit Pada Ibu Nifas	11
BAGIAN III STRETCH MARKS	13
A. Definisi	13
B. Mekanisme	14
C. Klasifikasi	14
D. Penilaian Klasifikasi Menggunakan Davey Score	16
E. Faktor Pengaruh	17
F. Metode Perawatan	18



BAGIAN IV PERAN BAHAN ALAMI DALAM PERAWATAN STRETCH MARKS	19
A. Peran Bahan Alami Dalam Perawatan Stretch Marks	19
B. Minyak Kacang Kedelai Sebagai Bahan Aktif	20
C. Minyak Kunyit Sebagai Bahan Aktif	21
BAGIAN V NANOEMULSI	23
A. Konsep Dasar	23
B. Jenis Emulsi	24
C. Keuntungan	25
D. Metode Pembuatan Nanoemulsi	26
BAGIAN VI SHEET MASK BERBASIS NANOEMULSI	31
A. Konsep Sheet Mask	31
B. Kombinasi Nanoemulsi Dan Sheet Mask	32
C. SOP Pembuatan Nanoemulsi Minyak Kacang Kedelai Dan Minyak Kunyit	32
D. SOP Penggunaan Sheet Mask	35
E. Evaluasi Efektivitas Sheet Mask Pada Ibu Nifas Dengan Stretch Marks	37
DAFTAR PUSTAKA	39
BIODATA PENULIS 1	51
BIODATA PENULIS 2	52
BIODATA PENULIS 3	53
Lampiran 1 : SOP Perhitungan Score Garis Striae	55
Lampiran 2 : Dokumentasi	58





BAGIAN I

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan proses fisiologis yang disertai berbagai perubahan fisik dan psikologis sebagai respons terhadap pertumbuhan janin. Perubahan ini dipengaruhi oleh fluktuasi hormon kehamilan yang tidak hanya berdampak pada sistem reproduksi, tetapi juga pada kondisi kulit ibu hamil.¹ Peregangan kulit yang berlebihan serta peningkatan hormon dari korteks adrenal dapat menyebabkan kerusakan serabut kolagen, yang dikenal sebagai *striae gravidarum* atau *stretch marks*.²

Perubahan kulit terjadi secara bertahap selama kehamilan. Pada trimester pertama, hormon progesteron berperan dalam mempertahankan implantasi janin sekaligus memengaruhi kondisi kulit.³ Memasuki trimester kedua dan ketiga, peningkatan hormon *Melanocyte Stimulating Hormone* (MSH) akibat perubahan kadar estrogen dan progesteron



menyebabkan kulit tampak lebih gelap, kusam, atau kemerahan, terutama di area perut, payudara, dan paha, serta memicu munculnya *stretch marks*.^{4,5}

Stretch marks merupakan kondisi yang sangat umum, dialami oleh sekitar 90% ibu hamil dan ibu postpartum, baik persalinan normal maupun sesar.⁶ Meskipun pada sebagian wanita kondisi ini dapat memudar, pada banyak kasus *stretch marks* menetap dan berdampak pada rasa percaya diri, terutama jika muncul kembali pada kehamilan berikutnya.⁷ Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2018 menunjukkan sekitar 66% ibu hamil mengalami *stretch marks* selama kehamilan.⁵

Secara klinis, *stretch marks* tampak sebagai guratan berwarna merah muda hingga ungu dan sering disertai rasa gatal, dengan lokasi tersering pada perut, payudara, pinggul, paha, dan pantat.⁸ Pada trimester ketiga, lesi paling banyak ditemukan di dinding perut bagian depan, sedangkan setelah persalinan *stretch marks* tampak lebih jelas di perut bagian bawah, pinggul, dan paha bagian dalam seiring penurunan berat badan.^{4,7,9}

Selain perubahan fisik, *stretch marks* juga berkaitan dengan kondisi psikologis ibu. Perubahan bentuk tubuh selama kehamilan dan masa nifas dapat memicu rasa malu, cemas, hingga stres. Di Indonesia, sekitar 28% ibu hamil mengalami kecemasan yang berkaitan dengan perubahan bentuk tubuh, dan kondisi ini dapat berlanjut pada masa nifas akibat ketidakstabilan hormon.^{5,10}

Upaya perawatan *stretch marks* dapat dilakukan melalui pendekatan farmakologis maupun nonfarmakologis. Namun, terapi nonfarmakologis berupa sediaan topikal lebih banyak dipilih karena relatif aman dan mudah diaplikasikan,



terutama pada ibu hamil dan ibu nifas.^{3,4} Pemanfaatan bahan alami menjadi alternatif yang menjanjikan, seperti kacang kedelai yang kaya isoflavon dan asam lemak tak jenuh yang berperan dalam regenerasi kulit dan sintesis kolagen.¹¹⁻¹³ serta kunyit (*Curcuma domestica*) yang mengandung kurkumin, minyak atsiri, dan vitamin C dengan aktivitas antioksidan, antiinflamasi, serta pendukung pembentukan kolagen.^{14,15}







DAFTAR PUSTAKA

1. Hasnita E, Silvia S, Octazuria C. Pemudaran Stretch Mark Dengan Olive Oil Dan Ektra Lidah Buaya(Aloe Vera). *Maternal Child Health Care*. 2022;1(2):87. doi:10.32883/mchc.v1i2.1607
2. Miharti SI, Fitrishia A. Efektifitas Pemberian Minyak Zaitun Dan Ekstrak Kentang Terhadap Pemudaran Stretch Mark Pada Ibu Nifas. *Maternal Child Health Care*. 2020;2(1):245. doi:http://dx.doi.org/10.32883/mchc.v2i1.1038
3. Salahuddin MS, Safitri E, Yunita MN, Susilowati S, Hamid IS, Yudhana A. (Effect Of Soybean Extracts (Glycine Max) On Proliferation Endometrial Layer In Mice (Mus Musculus). *Jurnal Medik Veteriner*. 2019; 2(1):49-54. doi:10.20473/jmv.vol2.iss1.2019.49-54
4. Latifah AG, Tsaqilla S. Asam Hialuronat Untuk Mengurangi Stretch Mark Pada Kehamilan: Literature Review. *Journal of Midwifery Science and Women's Health*. 2024;4(47):47-56. doi:https://doi.org/10.36082/jmswh.v4i2.1609
5. Handayani ST, Rosmiyati R, Octaviani Iqmy L. The Effect Of Olive Oil Application On The Fading Of Stretch Marks In Postpartum Mothers. *JKM (Jurnal Kebidanan*



- Malahayati). 2024;10(5):476-482. doi:<https://doi.org/10.33024/jkm.v10i5.11906>.
6. Hidayatunnikmah N, Setiawandari S, Solichatin S, et al. Pemanfaatan Gel Centella Asiatica/Daun Pegagan untuk Membantu Memudarkan Stretch Mark pada Ibu Nifas. *Indonesia Berdaya*. 2022;3(1):159-164. doi:10.47679/ib.2022194
 7. Syarifah Masthura, Nurdia Wati, Nursa'adah Nursa'adah. Efektivitas Pemberian Minyak Zaitun Dan Lidah Buaya Terhadap Pemudaran Stretch Mark Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Krueng Barona Jaya Aceh Besar. *The Journal General Health and Pharmaceutical Sciences Research*. 2024;2(1):05-14. doi:<https://doi.org/10.57213/tjghpsr.v2i1.67>
 8. Meldawati. Virgin Coconut Oil (Vco) Sebagai Pencegah Stretchmark Ibu Hamil. *Midwifery and Complementary Care*. 2024;2(2):1-12.
 9. Yuspa A, Febrianti R. Pemberian Lidah Buaya Dan Minyak Zaitun Dapat Mengurangi Keluhan Stretch Mark Di Sekitar Perut Selama Kehamilan Di Klinik Pratama Putri Asih Kota Pekanbaru Tahun 2021. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*. 2021;1(2):148-152. doi:<https://doi.org/10.25311/jkt/Vol1.Iss2.700>
 10. Wang Y, Gu J, Gao Y, Lu Y, Zhang F, Xu X. Postpartum stress in the first 6 months after delivery: a longitudinal study in Nantong, China. *BMJ Open*. 2023;13(10):e073796. doi:<https://doi.org/10.1136/bmjopen-2023-073796>



11. Rizzo J, Min M, Adnan S, et al. Soy Protein Containing Isoflavones Improves Facial Signs of Photoaging and Skin Hydration in Postmenopausal Women: Results of a Prospective Randomized Double-Blind Controlled Trial. *Nutrients*. 2023;15(19):4113. doi:<https://doi.org/10.3390/nu15194113>
12. Nastiti S, Umairo G. Perbandingan Efektivitas Virgin Coconut Oil dan Minyak Zaitun Dalam Mengurangi Striae Gravidarum di Puskesmas Pondok Gede Jaticempaka Kota Bekasi. *Malahayati Nursing Journal*. 2024;6(4):1676-1687. doi:<https://doi.org/10.33024/mnj.v6i4.11159>
13. Dewi RHTM, Sholihah N, Nofitasari R, Adhityasmara D, Shabrina A. The Potential of Avocado Oil for Topical Use: A Narrative Review. *Jurnal Ilmu Farmasi dan Farmasi Klinik*. 2024;21(1):106. doi:10.31942/jiffk.v21i1.11218
14. Suprihatin T, Rahayu S, Rifa'i M, Widyarti S. Senyawa pada Serbuk Rimpang Kunyit (*Curcuma longa* L.) yang Berpotensi sebagai Antioksidan. *Buletin Anatomi dan Fisiologi*. 2020;5(1):35-42. doi:<https://doi.org/10.14710/baf.5.1.2020.35-42>
15. Nengsih N, Rahayu Khairiah. Pengaruh Pemberian Salep Kunyit Untuk Mengurangi Striae Gravidarum Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Banjarsari Kabupaten Lebak. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*. 2023;9(3):93-98. doi:<https://doi.org/10.33023/jikep.v9i3.1594>
16. Yanti MD, Fatmasari DB. Buku Psikologi Kehamilan, Persalinan, Dan Nifas. 1st ed. Nuansa Fajar Cemerlang;



2024. https://www.google.co.id/books/edition/Buku_Psikologi_Kehamilan_Persalinan_dan/Hq61EAAAQBAJ?hl=id&gbpv=0

17. Ainur S, Herawati L, Widyawati MN. The Benefits of Holistic Therapy for Psychological Disorders in Postpartum Mother: A Systematic Review. STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan. 2020;9(2):1708-1717. doi:10.30994/sjik.v9i2.524
18. Istighosah N, Rohmah M, Mufida RT, et al. Program Kelas Ibu Bahagia: Menuju Masa Nifas Sehat dan Berdaya di Desa Blabak Kecamatan Kandat Kabupaten Kediri. JGEN : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat. 2025;3(6):862-868. doi:10.60126/jgen.v3i6.1310
19. Kumalasari AY, Rahayu MNM. Self Esteem dan Citra Tubuh Pada Wanita Dewasa Pasca Melahirkan. Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi. 2022;10(4):653. doi:10.30872/psikoborneo.v10i4.9099
20. Harissya Z, dr. Anggi Setiorini, M.Sc. AK, Muji Rahayu, S.Si., M.Sc. Apt, et al. Ilmu Biomedik Untuk Perawat. Vol 7. 2020.
21. Meldawati. Virgin Coconut Oil (Vco) Sebagai Pencegah Stretchmark Ibu Hamil. Midwifery and Complementary Care. 2024;2(2):1-12.
22. Nastiti S, Umairo G. Perbandingan Efektivitas Virgin Coconut Oil dan Minyak Zaitun Dalam Mengurangi Striae Gravidarum di Puskesmas Pondok Gede Jaticepaka Kota Bekasi. Malahayati Nursing Journal. 2024;6(4):1676-1687. doi:10.33024/mnj.v6i4.11159



23. Hasnita E, Silvia S, Octazuria C. Pemudaran Stretch Mark Dengan Olive Oil Dan Ektra Lidah Buaya(Aloe Vera). *Maternal Child Health Care*. 2022;1(2):87. doi:10.32883/mchc.v1i2.1607
24. Lubis AYS, Thaufik S, Suhartono, Widyawati MN. The Effectiveness of Olive Oil and Virgin Coconut Oil (VCO) Topical to Prevent of Striae Gravidarum in The Second Trimester of Pregnancy. *Jurnal Riset Kesehatan*. 2015;4(2):773-778. doi:10.31983/jrk.v4i2.359
25. Miharti SI, Fitrishia A. Efektifitas Pemberian Minyak Zaitun Dan Ekstrak Kentang Terhadap Pemudaran Stretch Mark Pada Ibu Nifas. *Maternal Child Health Care Journal*. 2020;2(1):1. doi:10.32883/MCHC.V2I1.1038
26. Lu H, Guo J, Hong X, Chen A, Zhang X, Shen S. Comparative effectiveness of different therapies for treating striae distensae. *Medicine*. 2020;99(39):e22256. doi:10.1097/md.00000000000022256
27. Boira C, Meunier M, Bracq M, Scandolera A, Reynaud R. The Natural Centella asiatica Extract Acts as a Stretch Mark Eraser: A Biological Evaluation. *Cosmetics*. 2024;11(1). doi:10.3390/cosmetics11010015
28. Farahnik B, Park K, Kroumpouzos G, Murase J. Striae gravidarum: Risk factors, prevention, and management. *Int J Womens Dermatol*. 2017;3(2):77-85. doi:10.1016/j.ijwd.2016.11.001



29. Davey CMH. Factors Associated With the Occurrence of Striae Gravidarum. BJOG. 1972;79(12):1113-1114. doi:10.1111/j.1471-0528.1972.tb11896.x
30. Yamaguchi K, Suganuma N, Ohashi K. Quality of life evaluation in Japanese pregnant women with striae gravidarum: A cross-sectional study. BMC Res Notes. 2012;5(450). doi:10.1186/1756-0500-5-450
31. Ud-Din S, McGeorge D, Bayat A. Topical management of striae distensae (stretch marks): Prevention and therapy of striae rubrae and albae. Journal of the European Academy of Dermatology and Venereology. 2016;30(2):211-222. doi:10.1111/jdv.13223
32. Latifah AG, Tsaqilla S. Asam Hialuronat Untuk Mengurangi Stretch Mark Pada Kehamilan: Literature Review. Journal of Midwifery Science and Women's Health. 2024;4(47):47-56. doi:10.36082/jmswh.
33. Safitri I. Efektivitas Minyak Zaitun Terhadap Tampilan Stretch Mark Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Puskesmas Purwakarta. UNISSULA; 2021.
34. Lee JJ, Ng SC, Ni YT, et al. Protective effects of galangin against H2O2/UVB-induced dermal fibroblast collagen degradation via hsa-microRNA-4535-mediated TGFp/Smad signaling. Aging. 2021;13(23):25342-25364. doi: 10.18632/aging.203750
35. Leite BA, Bezerra PHA, Stocco B, et al. Biotransformed soybean cream as a new nutraceutical for skin care: collagen stimulation in vitro and ex vivo. Brazilian Journal of Medical and Biological Research. 2023;56:1-12. doi:10.1590/1414-431X2023e12781



36. Salahuddin MS, Safitri E, Yunita MN, Susilowati S, Hamid IS, Yudhana A. (Effect Of Soybean Extracts (Glycine Max) On Proliferation Endometrial Layer In Mice (Mus Musculus). *Jurnal Medik Veteriner*. 2019;2(1):49-54. doi:10.20473/jmv.vol2.iss1.2019.49-54
37. Dewi RHTM, Sholihah N, Nofitasari R, Adhityasmara D, Shabrina A. The Potential of Avocado Oil for Topical Use: A Narrative Review. *Jurnal Ilmu Farmasi dan Farmasi Klinik*. 2024;21(1):106. doi:10.31942/jifk.v21i1.11218
38. Masthura S, Wati N, Nursa'adah N. Efektivitas Pemberian Minyak Zaitun Dan Lidah Buaya Terhadap Pemudaran Stretch Mark Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Krueng Barona Jaya Aceh Besar. *The Journal General Health and Pharmaceutical Sciences Research*. 2024;2(1):05-14. doi:10.57213/tjghpsr.v2i1.67
39. OKTAVIA EZ. Pengaruh Pemakaian Gel Kombinasi Kunyit Dan Daun Centella Asiatica Terhadap Pemudaran Striae Gravidarum Pada Ibu Hamil Primigravida. *Artikel Dosen. Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang*; 2023. https://repository.poltek-kes-smg.ac.id/?p=show_detail&id=39669
40. Iweala EJ, Uche ME, Dike ED, et al. Curcuma longa (Turmeric): Ethnomedicinal uses, phytochemistry, pharmacological activities and toxicity profiles—A review. *Pharmacological Research - Modern Chinese Medicine*. 2023;6(December 2022):100222. doi:10.1016/j.prmcm.2023.100222



41. Nengsih N, Rahayu Khairiah. Pengaruh Pemberian Salep Kunyit Untuk Mengurangi Striae Gravidarum Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Banjarsari Kabupaten Lebak. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*. 2023;9(3):93-98. doi:10.33023/jikep.v9i3.1594
42. Suprihatin T, Rahayu S, Rifa'i M, Widyarti S. Senyawa pada Serbuk Rimpang Kunyit (*Curcuma longa* L.) yang Berpotensi sebagai Antioksidan. *Buletin Anatomi dan Fisiologi*. 2020;5(1):35-42. doi:10.14710/baf.5.1.2020.35-42
43. Harwansh RK, Deshmukh R, Rahman A. Nanoemulsion: Promising nanocarrier system for delivery of herbal bioactives. *J Drug Deliv Sci Technol*. 2019;51:224–233. doi:<https://doi.org/10.1016/j.jddst.2019.03.006>
44. Tungadi R. *Teknologi Nano Sediaan Liquida Dan Semisolida*. 2020.
45. Michael E. Aulton KMGT. *Aulton-Pharmaceutics-The-Design-and-Manufacture-of-Medicines-5th-Edition*. Vol 5. 2018.
46. Ermawati DE, Rohmani S, Beandrade MU. *Sistem Nanoemulsi Untuk Sediaan Kosmetik*. 1st ed. PT. Pena Persada Kerta Utama; 2023.
47. Javed A, B S, Alka. *Emulsion*. 2008. Accessed May 6, 2025. <http://JavedAli.Tripod.Com>.
48. Harwansh RK, Deshmukh R, Rahman A. Nanoemulsion: Promising nanocarrier system for delivery of herbal bioactives. *J Drug Deliv Sci Technol*. 2019;51:224–233. doi:<https://doi.org/10.1016/j.jddst.2019.03.006>



49. Marzuki NHC, Wahab RA, Hamid MA. An overview of nanoemulsion: Concepts of development and cosmeceutical applications. *Biotechnology and Biotechnological Equipment*. 2019;33(1):779-797. doi: 10.1080/13102818.2019.1620124
50. Komaiko J, McClements DJ. Low-energy formation of edible nanoemulsions by spontaneous emulsification: Factors influencing particle size. *J Food Eng*. 2015;146:122-128. doi:10.1016/j.jfoodeng.2014.09.003
51. Guttoff M, Saberi AH, McClements DJ. Formation of vitamin D nanoemulsion-based delivery systems by spontaneous emulsification: Factors affecting particle size and stability. *Food Chem*. 2015;171:117-122. doi:10.1016/j.foodchem.2014.08.087
52. Gadhave AD. Nanoemulsions: Formation, Stability and Applications. *International Journal for Research in Science & Advanced Technologies*. 2014;2(3):038-043.
53. Hou X, Sheng JJ. Properties, preparation, stability of nanoemulsions, their improving oil recovery mechanisms, and challenges for oil field applications—A critical review. *Geoenergy Science and Engineering*. 2023;221(211360). doi:https://doi.org/10.1016/j.geoen.2022.211360
54. Espitia PJP, Fuenmayor CA, Otoni CG. Nanoemulsions: Synthesis, Characterization, and Application in Bio-Based Active Food Packaging. *Compr Rev Food Sci Food Saf*. 2019;18(1):264-285. doi:10.1111/1541-4337.12405



55. Chuesiang P, Siripatrawan U, Romanee, McLandsborough L, McClements DJ. Optimization of cinnamon oil nanoemulsions using phase inversion temperature method: Impact of oil phase composition and surfactant concentration. *Colloid Interface Sci Journal*. 2018;15(514):208-216. doi:10.1016/j.jcis.2017.11.084
56. Aswathanarayan JB, Vittal RR. Nanoemulsions and Their Potential Applications in Food Industry. *Front Sustain Food Syst*. 2019;3(November):1-21. doi:10.3389/fsufs.2019.00095
57. Mayer S, Weiss J, McClements DJ. Vitamin E-enriched nanoemulsions formed by emulsion phase inversion: factors influencing droplet size and stability. *Colloid Interface Sci Journal*. 2013;15(402):122-130. doi:10.1016/j.jcis.2013.04.016
58. Qian, Cheng&McClements DJ. Formation of nanoemulsions stabilized by model food-grade emulsifiers using high-pressure homogenization: Factors affecting particle size. *Food Hydrocoll*. 2011;25(5):1000-1008. doi:https://doi.org/10.1016/j.foodhyd.2010.09.017
59. Fatimah F, Susilaningih N, Sukmaningtyas H, Subagio A. Synthesis of manganese nanoparticles of Oolong tea extract by sonication method for a natural oral contrast media on magnetic resonance cholangiopancreatography. *Gac Med Caracas*. 2022;130(Supl 5):S936-S943. doi:10.47307/GMC.2022.130.s5.11



60. Páez-Hernández G, Mondragón-Cortez P, Espinosa-Andrews H. Developing curcumin nanoemulsions by high-intensity methods: Impact of ultrasonication and microfluidization parameters. *Compr Rev Food Sci Food Saf.* 2019;111:291-300. doi:<https://doi.org/10.1016/j.lwt.2019.05.012>
61. Fatimah. Pengaruh Nanopartikel Mangan Ekstraksi Teh Oolong Sebagai Alternatif Media Kontras Negatif Oral Pemeriksaan MRCP Terhadap Kualitas Citra Dan Efek Neurotoksik Pada Sukarelawan Sehat: Kajian Pada SNR Dan CNR Lambung, Duodenum, Sistem Pancreaticobiliary Tree. Universitas Diponegoro Semarang; 2022.
62. Pavoni L, Perinelli DR, Bonacucina G, Cespi M, Palmieri GF. An overview of micro-and nanoemulsions as vehicles for essential oils: Formulation, preparation and stability. *Nanomaterials.* 2020;10(1). doi:10.3390/nano10010135
63. Salvia-Trujillo L, Rojas-Graü MA, Soliva-Fortuny R, Martín-Belloso O. Effect of processing parameters on physicochemical characteristics of microfluidized lemongrass essential oil-alginate nanoemulsions. *Food Hydrocoll.* 2013;30(1):401-407. doi:<https://doi.org/10.1016/j.foodhyd.2012.07.004>
64. Hanifah G, Okzelia SD, Widayanti A. Formulasi Sheet Mask Ekstrak Kulit Putih Semangka (*Citrullus lanatus* [Thunb.] Matsum. & Nakai) Sebagai Antioksidan. *Bioedutech: Jurnal Biologi, Pendidikan Biologi, dan Teknologi Kesehatan.* 2023;2(1):110-120. doi:<https://doi.org/10.572349/biedutech.v2i1.1349>



65. Kumar A, Ahlawat S, Kumari S, Bhatia L. Formulation And Evaluation Of Turmeric Herbal Face Pack. World J Pharm Res. 2022;11(9):1299-1317. doi:10.20959/wjpr20229-24754





BIODATA PENULIS I



Bdn. Dianita Wijayanti, M.Tr. Keb.,

Lahir di Banyuwangi, 22 Februari 1999. Ia merupakan anak kedua dari tiga bersaudara dan merupakan lulusan baru Program Magister Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Semarang tahun akademik 2024–2026. Sebelumnya, telah menyelesaikan D-IV Kebidanan di Poltekkes Kemenkes Malang, kemudian melanjutkan Pendidikan profesi kebidanan di Poltekkes Kemenkes Malang.





BIODATA PENULIS 2



**Dr. Melyana Nurul Widyawati,
S.SiT., Bdn., M.Kes.,**

Lahir di Semarang. Penulis menempuh pendidikan D-III di Akbid Depkes Semarang, kemudian melanjutkan studi D-4 Kebidanan di Universitas Gadjah Mada. Pada tahun 2009, penulis meraih gelar Magister Promosi Kesehatan dari Universitas Diponegoro dan pada tahun 2016 me-nyelesaikan pendidikan doktoral di bidang Ilmu Kedokteran Kesehatan di universitas yang sama. Penulis bekerja di Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang. Selain itu, penulis merupakan *founder, trainer*, dan bendahara *Indonesian Holistic Care Association (IHCA)*, serta sejak 2014 aktif sebagai konsultan di *Elthy Mom and Baby Care Clinic*. Penulis juga terlibat dalam kegiatan penelitian, pengabdian masyarakat, publikasi ilmiah, serta menjadi pemateri pada berbagai seminar ilmiah (*oral presentation*). Karya ilmiah penulis telah dipublikasikan dalam jurnal terindeks Google Scholar dan Scopus, serta penulis aktif menulis buku dan modul kebidanan. Atas dedikasi tersebut, penulis menerima penghargaan sebagai Dosen Berprestasi Poltekkes Kemenkes RI Tingkat Nasional tahun 2021.





BIODATA PENULIS 3



Dr. Fatimah, SST., M.Kes.,

Lahir di Kudus pada tahun 1975. Riwayat pendidikan tinggi penulis dimulai dari Akademi Teknik Radiodiagnostik Depkes Semarang yang diselesaikan pada tahun 1996, kemudian melanjutkan pendidikan Diploma-4 Teknik Radiologi di Poltekkes Semarang dan lulus pada tahun 2008. Pada tahun 2014, penulis meraih gelar Magister Sains Terapan dari Universitas Diponegoro, dan pada tahun 2023 memperoleh gelar doktor dalam bidang Ilmu Kedokteran Kesehatan dari universitas yang sama. Pengalaman kerja penulis mencakup pengabdian sebagai radiografer di RSUP Dr. Kariadi Semarang dari tahun 1998 hingga 2011. Sejak tahun 2012, penulis berkarier sebagai dosen di Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang dan saat ini menjabat sebagai Ketua Jurusan Teknik Radiodiagnostik dan Radioterapi. Penulis juga aktif dalam publikasi ilmiah yang terindeks di Google Scholar maupun Scopus, serta produktif menulis buku dan modul di bidang radiologi. Atas inovasi dan kontribusinya, penulis meraih penghargaan Juara Produk Unggulan kategori Sediaan Farmasi Poltekkes Kemenkes RI Tingkat Nasional tahun 2025.





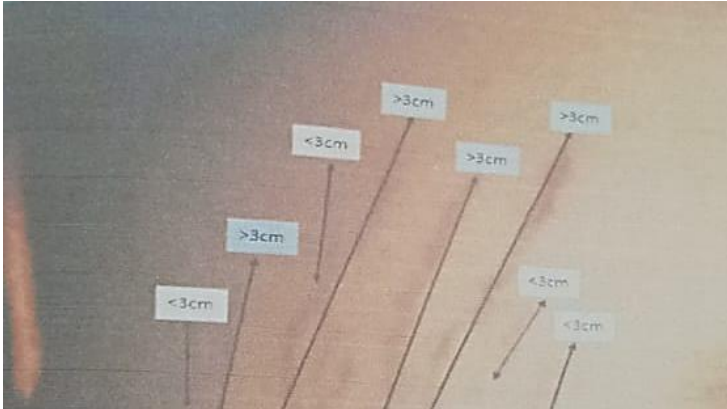
Lampiran 1 : SOP Perhitungan Score Garis Striae

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR PERHITUNGAN SCORE GARIS STRIAE GRAVIDARUM

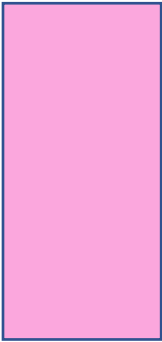
Contoh penilaian garis *striae gravidarum*/stretch marks



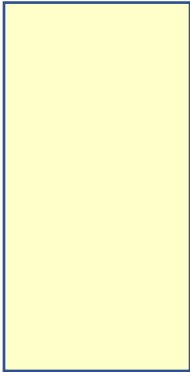
**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR PERHITUNGAN
SCORE GARIS STRIAE GRAVIDARUM**



Berdasarkan hasil pengukuran striae gravidarum mempunyai Panjang > 3 cm, maka dari itu peneliti memberi nilai 1 karena jumlah garis kurang dari dari 5.

	
Warna Merah muda score 1	

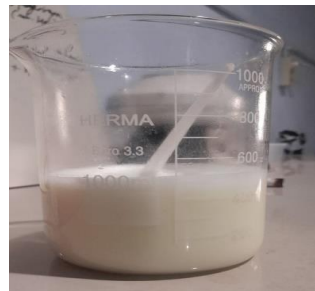
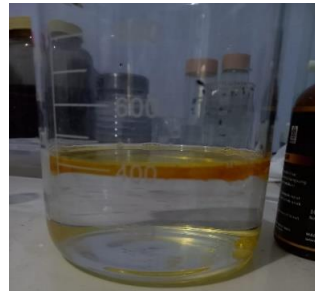
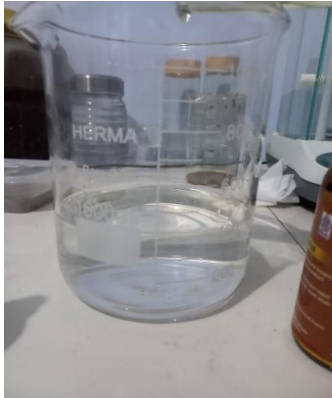


	
Warna coklat muda score 1	
	
Warna merah gelap score 2	
	
Warna coklat gelap score 3	



Lampiran 2 : Dokumentasi

LAMPIRAN DOKUMENTASI PEMBUATAN NANOEMULSI



LAMPIRAN DOKUMENTASI PENGGUNAAN SHEET MASK

	Setelah dibersihkan menggunakan sabun dan air
	Menempelkan sheet mask selama 15 menit
	Setelah penggunaan



Perawatan Stretch Marks Alami Pada Ibu Nifas

Buku ***"Sheet Mask Nanoemulsi Berbasis Minyak Kacang Kedelai dan Minyak Kunyit untuk Menyamarkan Stretch Marks pada Ibu Nifas"*** menyajikan kajian ilmiah mengenai pemanfaatan bahan alami melalui teknologi nanoemulsi sebagai inovasi perawatan kulit pascasalin. Pembahasan meliputi perubahan fisiologis masa nifas, mekanisme terbentuknya stretch marks, karakteristik kulit, serta potensi bioaktif kacang kedelai dan kunyit dalam memperbaiki jaringan kulit. Buku ini memaparkan proses formulasi nanoemulsi, uji stabilitas, serta hasil penelitian yang menilai efektivitas sheet mask berbahan dasar minyak kacang kedelai dan kunyit dibandingkan VCO. Temuan penelitian menunjukkan bahwa nanoemulsi mampu meningkatkan penetrasi bahan aktif dan memberikan perbaikan klinis yang lebih baik dalam penyamaran stretch marks. Sebagai karya ilmiah terapan, buku ini ditujukan bagi mahasiswa, praktisi kebidanan, dan peneliti yang membutuhkan referensi mengenai inovasi terapi nonfarmakologis yang aman, efektif, dan berbasis bukti untuk perawatan kulit ibu nifas.



PENERBIT KBM INDONESIA
Anggota IKAPI
0813 5751 7526 / 0353 3234 874
Kantor : Maguwoharjo, Depok, Sleman-Yogyakarta
@penerbitbukujogja
@penerbit.kbm

ISBN 978-634-278-176-0

