
EFEKTIFITAS PEMBERIAN MINYAK ZAITUN (*OLIVE OIL*) TERHADAP KERUSAKAN KULIT PASIEN DIABETES MELITUS: *LITERATURE RIVIEW*

Oleh:

Nuri Lestari¹

Nina Pamela Sari²

Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Alamat: JL. Tamansari No.KM 2, RW.5, Mulyasari, Kec. Tamansari, Kab.

Tasikmalaya, Jawa Barat (46196).

Korespondensi Penulis: lestarinuri203@gmail.com, nina.pamelasari@umtas.ac.id.

Abstract. *Hyperglycemia is a medical condition characterized by blood glucose levels that are higher than normal, and is often associated with several diseases, especially diabetes mellitus, as well as various other conditions. Diabetes mellitus (DM) is a group of metabolic diseases characterized by hyperglycemia caused by problems with insulin secretion, insulin function, or both. Diabetes mellitus is also known as diabetes, a condition in which the pancreas cannot process blood sugar, so the body cannot produce the necessary insulin. There are two types of diabetes mellitus, namely type 1 or IDDM (insulin-dependent diabetes mellitus), which occurs due to problems with insulin production. On the other hand, type 2 diabetes mellitus is caused by hormones that do not function properly in the body and cause ulcerative lesions. This study focuses on treatment intervention with olive oil to treat skin damage in patients with diabetes mellitus. The method applied was a literature review of three selected articles taken from Google Scholar in the period 2021-2023. The study design analyzed included a quasi-experimental approach. The results of the olive oil intervention showed a significant impact, namely that olive oil was able to repair skin damage caused by diabetes mellitus.*

Keywords: *Diabetes Mellitus, Olive Oil, Skin Damage.*

EFEKTIFITAS PEMBERIAN MINYAK ZAITUN (*OLIVE OIL*) TERHADAP KERUSAKAN KULIT PASIEN DIABETES MELITUS: LITERATURE RIVIEW

Abstrak. Hiperglikemia merupakan kondisi medis yang ditandai dengan kadar glukosa darah yang lebih tinggi dari batas normal, dan sering dikaitkan dengan beberapa penyakit, terutama diabetes melitus, serta berbagai kondisi lainnya. Diabetes melitus (DM) adalah sekelompok penyakit metabolik yang ditandai oleh hiperglikemia yang disebabkan oleh masalah dalam sekresi insulin, fungsi insulin, atau keduanya. Diabetes Melitus dikenal juga dengan istilah kencing manis, yang merupakan kondisi di mana kadar gula dalam darah tidak dapat diolah oleh pankreas, sehingga tubuh tidak dapat menghasilkan insulin yang diperlukan. Terdapat dua jenis Diabetes Melitus, yaitu tipe satu atau IDDM (Diabetes Melitus Tergantung Insulin) yang terjadi akibat adanya masalah dalam produksi insulin. Di sisi lain, Diabetes Melitus tipe dua disebabkan oleh hormon yang tidak berfungsi dengan baik di dalam tubuh dan menyebabkan timbulnya luka ulkus. Penelitian ini berfokus pada intervensi pengobatan dengan minyak zaitun untuk mengatasi kerusakan kulit pada pasien dengan diabetes melitus. Metode yang diterapkan adalah tinjauan literatur dari tiga artikel terpilih yang diambil dari *google scholar* dalam periode 2021-2023. Desain studi yang dianalisis mencakup pendekatan *quasy-eksperimen*. Hasil dari intervensi pemberian minyak zaitun menunjukkan dampak signifikan, yaitu minyak zaitun mampu memperbaiki kerusakan kulit akibat diabetes melitus.

Kata Kunci: Diabetes Melitus, Minyak Zaitun, Kerusakan Kulit.

LATAR BELAKANG

Hiperglikemia adalah suatu keadaan medis yang ditandai oleh kadar glukosa dalam darah yang lebih tinggi dari batas normal, yang menjadi ciri khas beberapa penyakit terutama diabetes melitus. Diabetes melitus (DM) adalah sekumpulan penyakit metabolik yang dicirikan oleh hiperglikemia yang disebabkan oleh gangguan pada sekresi insulin, fungsi insulin, atau kombinasi dari kedua faktor tersebut¹.

Diabetes Melitus dikenal juga dengan istilah kencing manis, yang merupakan kondisi di mana kadar gula dalam darah tidak dapat diolah oleh pankreas, sehingga tubuh tidak dapat menghasilkan insulin yang diperlukan. Terdapat dua jenis Diabetes Mellitus,

¹ Soebagijo Adi Soelistijo, S., Suastika, K., Lindarto, D., Decroli, E., Permana, H., Sucipto, K. W., Kusnadi, Y., Budiman, Robikhul Ikhsan, M., Sasiarini, L., Sanusi, H., Nugroho HS, K. H., & Susanto, H. (2021). Pedoman pengelolaan dan pencegahan diabetes melitus tipe 2 dewasa di Indonesia (Revisi ke-7). Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PERKENI)

yaitu tipe satu atau IDDM (Diabetes Mellitus Tergantung Insulin) yang terjadi akibat adanya masalah dalam produksi insulin².

Diabetes melitus merupakan kondisi yang memengaruhi metabolisme tubuh akibat masalah dalam produksi insulin, baik secara absolut maupun relatif. Lonjakan jumlah kasus diabetes tercatat di berbagai negara. Hal ini berkaitan dengan peningkatan taraf hidup, bertambahnya pendapatan, serta gaya hidup yang mengabaikan kesehatan, yang berpotensi menimbulkan berbagai masalah kesehatan. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan adanya lonjakan yang signifikan dalam jumlah penderita diabetes mellitus tipe 2 di tahun-tahun mendatang. WHO meramalkan bahwa jumlah pasien DM tipe 2 di Indonesia akan bertambah dari 8,4 juta pada tahun 2000 menjadi sekitar 21,3 juta pada tahun 2030. Prediksi dari International Diabetes Federation (IDF) juga menunjukkan bahwa antara tahun 2019 hingga 2030, jumlah penderita diabetes diperkirakan naik dari 10,7 juta menjadi 13,7 juta pada tahun 2030. Menurut data dari Badan Pusat Statistik Indonesia pada tahun 2003, jumlah penduduk Indonesia yang berusia di atas 20 tahun diperkirakan mencapai 133 juta jiwa, dengan prevalensi diabetes sebesar 14,7% di kawasan perkotaan dan 7,2% di kawasan pedesaan, yang berarti terdapat sekitar 8,2 juta pasien DM di daerah pedesaan pada tahun 2003. Merujuk pada pola pertumbuhan populasi, diperkirakan di tahun 2030 populasi yang berusia di atas 20 tahun akan mencapai 194 juta jiwa, dan dengan asumsi prevalensi diabetes di daerah perkotaan (14,7%) dan pedesaan (7,2%), maka akan ada sekitar 28 juta penderita diabetes di perkotaan dan 13,9 juta di pedesaan. Laporan dari Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) yang dirilis oleh Departemen Kesehatan pada tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi diabetes meningkat menjadi 8,5%.

Salah satu gejala yang menyertai Diabetes Melitus adalah kerusakan pada kulit. Banyak pasien yang mengeluhkan masalah-masalah seperti rasa gatal, kulit yang banyak tergores, sensitivitas yang tinggi, bahkan dapat mengalami depresi akibat rasa gatal yang sangat mengganggu, yang bisa berujung pada tindakan bunuh diri. Pada penderita Diabetes Melitus, gangguan dalam sirkulasi darah mengakibatkan terhambatnya aliran darah ke jaringan dan kekurangan oksigen, yang akhirnya menyebabkan kematian jaringan tersebut. Aktivitas menggaruk bisa semakin parah, seperti perkembangan luka

² Azizah, L. S., Handayani, E., & Wahyuningtyas, E. S. (2021). Aplikasi perawatan luka dengan menggunakan minyak zaitun pada ulkus Diabetes Mellitus. *Borobudur Nursing Review*, 1(2), 10-26

EFEKTIFITAS PEMBERIAN MINYAK ZAITUN (*OLIVE OIL*) TERHADAP KERUSAKAN KULIT PASIEN DIABETES MELITUS: LITERATURE RIVIEW

yang tidak kunjung sembuh. Perawatan kulit yang menjaga kelembapan di area luka dapat membantu mempercepat proses penyembuhan masalah pada integritas kulit (Tohiroh, S, 2017).

Kerusakan pada integritas kulit yang ditandai dengan rasa gatal atau pruritus disebabkan oleh kulit yang kering, yang merupakan masalah dalam pengaturan tubuh. Hal ini membuat kulit rentan terhadap luka dan rasa gatal. Iritasi pada kulit muncul akibat cairan tubuh yang kental dan sirkulasi yang terhambat, yang mengakibatkan peningkatan energi panas (Mahendra, et. al, 2016).

Perawatan kulit sangat penting untuk mencegah serta memperbaiki proses peremajaan kulit, terdapat berbagai metode untuk memperbaiki kerusakan kulit dan melakukan perawatan (Ginting, M. U, 2019). Minyak zaitun juga disarankan untuk mendukung proses peremajaan kulit. Minyak zaitun memiliki manfaat tambahan, yaitu dapat mengurangi radang, serta mempercepat pertumbuhan jaringan granulasi. Selain itu, minyak zaitun dapat digunakan sebagai pelembap, serta menghambat pertumbuhan mikroba yang dapat memperburuk keadaan luka. Di samping itu, minyak zaitun memiliki kemampuan untuk meningkatkan sirkulasi darah yang membantu menciptakan kondisi permukaan kulit yang normal untuk perawatan kulit, sehingga proses regenerasi kulit menjadi lebih cepat (Chaerunisa, 2017).

Minyak zaitun mengandung berbagai zat bioaktif, termasuk asam oleat, vitamin E, senyawa fenolik, dan klorofil yang memiliki peran sebagai antioksidan, antiinflamasi, dan pelembap alami. Zat-zat ini berperan penting dalam mempertahankan kelembapan kulit, meningkatkan elastisitasnya, serta mempercepat proses perbaikan jaringan kulit yang mengalami kerusakan. Berbagai riset klinis dan studi kasus telah menunjukkan bahwa minyak zaitun efektif dalam mengobati luka dekubitus³.

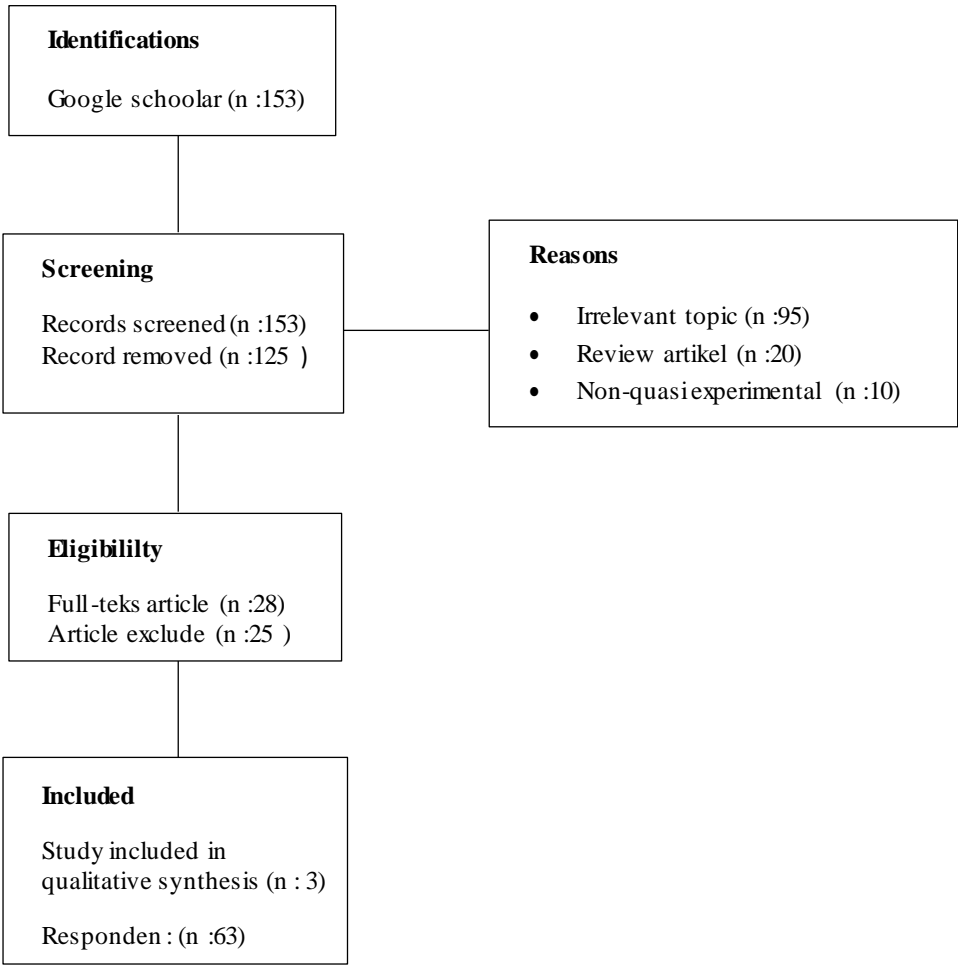
Berkaitan dengan berbagai permasalahan yang terjadi pada kulit orang yang menderita Diabetes Melitus serta keuntungan penggunaan minyak zaitun untuk membantu penyembuhan dan mengurangi kerusakan kulit, artikel tinjauan pustaka ini disusun untuk menilai sejauh mana efektivitas penggunaan minyak zaitun (*olive oil*) dalam mengatasi kerusakan kulit pada pasien diabetes melitus.

³ Brahmantia, B., Rosidawati, I., Agustiani, D., & Sabara, H. (2025). Efektivitas Minyak Zaitun Terhadap Perawatan Luka Dekubitus: Literatur Review. *Public Health and Complementary Journal*, 1(3), 85-91.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan Adalah *literatur riview* terhadap tiga artikel terpilih yang bersumber dari *google scholar* dalam rentang waktu 2021-2023. Desain studi yang dianalisis meliputi *quasy-eksperiment*.

Tabel Prisma



EFEKTIFITAS PEMBERIAN MINYAK ZAITUN (*OLIVE OIL*) TERHADAP KERUSAKAN KULIT PASIEN DIABETES MELITUS: LITERATURE RIVIEW

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Judul	Penulis	Desain penelitian	Tujuan	sampel	Intervensi	Temuan penting
Pengabdian Masyarakat Perawatan Kerusakan Integritas Kulit Menggunakan Minyak Zaitun (<i>Olive Oil</i>) Pada Masyarakat Dengan Diabetes Tipe II Di Desa Pagar Merbau. (2021)	Kardina Hayati ¹ ", Pratiwi Christa Simarmata ² , Sari Desi Esta Ulina Sitepu ³ , Raynald Ignasius Ginting, Widya ²	<i>Quasy eksperimen</i>	Untuk mengetahui perawatan kerusakan integritas kulit dengan menggunakan Minyak Zaitun (<i>Olive Oil</i>) pada pasien DM tipe 2 di Kecamatan Pagar Merbau.	22	Penggunaan minyak zaitun pada penderita diabetes tipe 2	Penggunaan minyak zaitun pada penderita diabetes tipe 2 dengan gangguan integritas kulit terbukti dapat memperbaiki kelembaban kulit dan mencegah kerusakan pada kulit.

Edukasi pengobatan teraoi alternatif non-farmakologi menggunakan minyak zaitun untuk luka diabetes di RS mekar sari (2023)	Firsa lilingoly, abdul hamid	<i>Quasy eksperimen</i>	Untuk mengetahui pembeian edukasi pengobatan alternatif non-farmakologi menggunakan minyak zaitun unuk luka dekubitus	21	Edukasi pengobata n terapi alternaif non-farmakologi (minyak zaitun)	Edukasi tersebut signifikan meningkatkan pengetahuan dan efektifitas minyak zaitun dalam penyembuhan luka dekubitus ($p=<0,05$)
Minyak zaaitun dapat menurunkan pruritus pada pasien diabetes melitus (2021)	Isnaini, agus purnama rindu	<i>Quasy eksperiment</i>	Untuk mengetahui pengaruh pemberian minyak zaitun terhadap penurunan pruritus pada penderita DM	20	Pemberian minyak zzaitun	Terdapat hassil signifikan setelah dilakukan intervesi dengan hasil statistik menunjukan ($p=<0,05$)

EFEKTIFITAS PEMBERIAN MINYAK ZAITUN (*OLIVE OIL*) TERHADAP KERUSAKAN KULIT PASIEN DIABETES MELITUS: LITERATURE RIVIEW

Pembahasan

Dermatitis adalah sebuah kondisi yang menyebabkan iritasi pada kulit. Penyakit ini dimulai dengan reaksi kulit yang sensitif terhadap rangsangan dari luar maupun dalam tubuh, yang kemudian menghasilkan gejala klinis seperti kemerahan, bengkak, benjolan, kantung berisi cairan, serta rasa gatal. (Yarnita, 2022)⁴.

Penderita diabetes melitus sering kali mengalami masalah dengan sirkulasi darah akibat peningkatan kadar glukosa darah yang dapat menyebabkan penumpukan *Non-Enzymatic Glycation* (NEG) dan berkurangnya enzim dalam kolagen kulit. Kondisi ini mengakibatkan pasien mengalami kulit yang kering dan gatal. Kegiatan menggaruk yang dilakukan oleh penderita diabetes melitus disebabkan oleh adanya peradangan sel dan pelepasan histamin oleh ujung saraf, yang dapat memperparah rasa gatal dan menciptakan sensasi tidak nyaman yang mendorong keinginan untuk menggaruk. Untuk mengatasi masalah ini, perawatan kulit yang bertujuan menjaga kelembapan dan kesehatan kulit sangat diperlukan agar tidak terjadi kerusakan yang lebih parah pada integritas kulit penderita diabetes melitus. Oleh karena itu, peneliti menggunakan bahan alami seperti minyak zaitun (*Olive Oil*) yang dioleskan pada sore hari, karena proses pelepasan hormon melatonin terjadi di malam hari, di mana hormon melatonin berperan dalam pembentukan sel kulit (Alivn Rinaldo, dkk, 2019)⁵

Tindakan penggunaan minyak zaitun untuk mengatasi masalah integritas kulit menunjukkan rata-rata skor penderita sebelum pengaplikasian minyak zaitun (*Olive Oil*) adalah 2,5455, sedangkan setelah pengaplikasian skornya menjadi 1,1818. Sebagian besar penderita sebelum mengoleskan minyak zaitun (*Olive Oil*) menunjukkan kondisi kulit dengan sisik kasar yang terdistribusi secara merata, di mana sebanyak 7 orang (31,8%) terlihat memiliki kulit kasar. Setelah pengaplikasian minyak zaitun (*Olive Oil*), sebagian besar penderita tidak mengalami kekeringan pada kulit, dimana terdata 8 orang (36,4%). Penggunaan minyak zaitun pada penderita diabetes tipe 2 yang mengalami masalah integritas kulit terbukti mampu meningkatkan kelembapan kulit dan mencegah

⁴ Irma Indarwati, I. (2024). IMPLEMENTASI PEMBERIAN MINYAK ZAITUN UNTUK MELEMBAPKAN KULIT PADA Ny W DENGAN DERMATITIS DI BANGSAL CEMPAKA RUMPELSOS PUCANG GADING SEMARANG (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang).

⁵ Hayati, K., Simarmata, P. C., Sitepu, S. D. E. U., Ginting, R. I., Siahaan, T., & Siahaan, r. t. pengabdian masyarakat perawatan kerusakan integritas kulit menggunakan minyak zaitun (olive oil) pada masyarakat dengan diabetes tipe II di desa pagar merbau.

kerusakan lebih lanjut pada kulit (Hayati K, et al.). Hasil setelah edukasi tentang terapi non-obat dengan minyak zaitun untuk mengatasi luka decubitus menunjukkan bahwa para responden menjadi lebih paham mengenai khasiat minyak zaitun untuk mengobati luka decubitus yang mereka alami (Lilingoli F, et al.)⁶

Hasil dari studi yang dilakukan adalah untuk mengamati dampak minyak zaitun dalam mengurangi rasa gatal pada pasien diabetes melitus yang melibatkan 20 partisipan. Dari temuan penelitian, dapat diketahui bahwa keluhan gatal sebelum penggunaan minyak zaitun sebagian besar berada dalam kategori sedang, sedangkan setelah penggunaan minyak zaitun, mayoritas berada dalam kategori ringan. Oleh karena itu, bisa disimpulkan bahwa minyak zaitun berpotensi menurunkan rasa gatal pada pasien diabetes melitus (Purnama A, et al.)⁷

Pemberian minyak zaitun kepada pasien yang mengalami masalah dengan integritas kulit, terutama pada individu yang menderita diabetes tipe 2, menunjukkan hasil yang positif dalam perbaikan keadaan kulit. Minyak zaitun mampu meningkatkan kelembapan kulit, mengurangi kekeringan serta kulit bersisik, dan juga mencegah kerusakan pada lapisan kulit. Selain itu, minyak zaitun efektif dalam meredakan gatal yang dirasakan oleh pasien diabetes melitus. Edukasi mengenai penggunaan terapi non-farmakologis dengan minyak zaitun juga membantu pasien memahami manfaatnya dalam merawat luka decubitus. Oleh karena itu, minyak zaitun bisa dimanfaatkan sebagai terapi tambahan dalam perawatan kulit bagi penderita diabetes untuk meningkatkan integritas kulit dan mengurangi gejala yang mengganggu, seperti rasa gatal dan luka.

KESIMPULAN DAN SARAN

Diabetes Melitus merupakan suatu kondisi yang mempengaruhi metabolisme tubuh akibat masalah pada produksi insulin baik secara absolut maupun relatif. Salah satu gejala yang terlihat pada DM adalah kerusakan pada kulit. Kerusakan pada integritas kulit yang menyebabkan rasa gatal atau pruritus terjadi karena kulit menjadi kering yang menjadikan kulit lebih rentan terhadap luka dan rasa gatal. Perawatan terhadap integritas

⁶ Lilingoli, F., & Khamid, A. (2023). Edukasi Pengobatan Terapi Alternatif Non Farmakologi Menggunakan Minyak Zaitun untuk Luka Dekubitus di Rumah Sakit Mekar Sari. MAHESA: Malahayati Health Student Journal, 3(7), 2086- 2097.

⁷ Purnama, A. (2021). Minyak Zaitun dapat Menurunkan Pruritus pada Pasien Diabetes Melitus. Open Access Jakarta Journal of Health Sciences, 1(01), 25-33.

EFEKTIFITAS PEMBERIAN MINYAK ZAITUN (*OLIVE OIL*) TERHADAP KERUSAKAN KULIT PASIEN DIABETES MELITUS: LITERATURE RIVIEW

kulit sangat diperlukan, salah satu saran yang diberikan adalah dengan menggunakan Minyak Zaitun, karena minyak ini dapat meningkatkan sirkulasi darah yang membantu menciptakan keadaan normal pada permukaan kulit untuk perawatan, sehingga proses regenerasi kulit dapat berlangsung lebih cepat.

Berdasarkan sejumlah studi tentang dampak minyak zaitun terhadap luka diabetes, ditemukan hasil yang sangat penting, yaitu minyak zaitun dapat mengurangi rasa gatal dan meningkatkan perbaikan kerusakan kulit yang dialami oleh pasien Diabetes Melitus.

DAFTAR REFERENSI

- Azizah, L. S., Handayani, E., & Wahyuningtyas, E. S. (2021). Aplikasi perawatan luka dengan menggunakan minyak zaitun pada ulkus Diabetes Mellitus. *Borobudur Nursing Review*, 1(2), 10-26
- Brahmantia, B., Rosidawati, I., Agustiani, D., & Sabara, H. (2025). Efektivitas Minyak Zaitun Terhadap Perawatan Luka Dekubitus: Literatur Review. *Public Health and Complementary Journal*, 1(3), 85-91.
- Hayati, K., Simarmata, P. C., Sitepu, S. D. E. U., Ginting, R. I., Siahaan, T., & Siahaan, r. t. pengabdian masyarakat perawatan kerusakan integritas kulit menggunakan minyak zaitun (olive oil) pada masyarakat dengan diabetes tipe II di desa pagar merbau.
- Irma Indarwati, I. (2024). IMPLEMENTASI PEMBERIAN MINYAK ZAITUN UNTUK MELEMBAPKAN KULIT PADA Ny W DENGAN DERMATITIS DI BANGSAL CEMPAKA RUMPELSOS PUCANG GADING SEMARANG (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang).
- Liligoly, F., & Khamid, A. (2023). Edukasi Pengobatan Terapi Alternatif Non Farmakologi Menggunakan Minyak Zaitun untuk Luka Dekubitus di Rumah Sakit Mekar Sari. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 3(7), 2086- 2097.
- Purnama, A. (2021). Minyak Zaitun dapat Menurunkan Pruritus pada Pasien Diabetes Melitus. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, 1(01), 25-33.
- Soebagijo Adi Soelistijo, S., Suastika, K., Lindarto, D., Decroli, E., Permana, H., Sucipto, K. W., Kusnadi, Y., Budiman, Robikhul Ikhsan, M., Sasiarini, L., Sanusi, H., Nugroho HS, K. H., & Susanto, H. (2021). Pedoman pengelolaan dan pencegahan

diabetes melitus tipe 2 dewasa di Indonesia (Revisi ke-7). Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PERKENI)