



PENERAPAN INTERVENSI PEMBERIAN MINYAK ZAITUN PADA PASIEN PRURITUS DI RUANG HEMODIALISA: EVIDENCE BASED PRACTICE

**Okti Sri Purwanti^{1*}, Aldhi Rangga Saputra², Annisa Risma Rahmawati³, Yeni Rahmawati⁴,
Intan Rizqy Nuraliffani⁵, Erni Susanti⁶**

¹*Prodi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

^{2,3,4,5}Prodi Profesi Ners, Universitas Muhammadiyah Surakarta

⁶RSUD Ir. Soekarno Sukoharjo

osp136@ums.ac.id

Abstrak

Latar Belakang: Pruritus merupakan komplikasi umum pada pasien penyakit ginjal kronis (PGK) yang menjalani hemodialisis dan berdampak negatif terhadap kenyamanan tidur serta kelembapan kulit. Salah satu intervensi non-farmakologis yang dapat digunakan adalah emolien alami, seperti minyak zaitun. **Tujuan:** Mengetahui efektivitas pemberian minyak zaitun topikal dalam menurunkan intensitas pruritus, memperbaiki kelembapan kulit, dan meningkatkan kenyamanan tidur pasien hemodialisis. **Metode:** Penelitian dilakukan pada 15 pasien yang memenuhi kriteria inklusi dengan intervensi pemberian minyak zaitun dua kali sehari selama empat minggu. Evaluasi menggunakan 5-D Itch Scale serta penilaian subjektif terkait frekuensi menggaruk, kenyamanan tidur, dan kelembapan kulit. Analisis data dilakukan dengan uji paired sample t-test. **Hasil:** Rata-rata skor pruritus menurun signifikan dari 17,40 menjadi 8,73 ($p < 0,05$). Frekuensi menggaruk berkurang dari 5,00 menjadi 2,00, kenyamanan tidur meningkat dari 2,47 menjadi 3,73, dan kelembapan kulit meningkat dari 2,40 menjadi 4,40. **Kesimpulan:** Pemberian minyak zaitun topikal efektif, aman, dan ekonomis sebagai intervensi non-farmakologis untuk mengurangi pruritus serta meningkatkan kenyamanan pasien hemodialisis.

Kata Kunci: pruritus, hemodialisis, minyak zaitun, penyakit ginjal kronis, kenyamanan tidur

Abstract

Background: Pruritus is a common complication in chronic kidney disease (CKD) patients undergoing hemodialysis, negatively affecting sleep comfort and skin moisture. Natural emollients such as olive oil can be used as a non-pharmacological intervention. **Objective:** To evaluate the effectiveness of topical olive oil in reducing pruritus intensity, improving skin moisture, and enhancing sleep comfort in hemodialysis patients. **Methods:** A total of 15 patients meeting the inclusion criteria received topical olive oil twice daily for four weeks. Assessments were carried out using the 5-D Itch Scale and subjective evaluations of scratching frequency, sleep comfort, and skin moisture. Data were analyzed using the paired sample t-test. **Results:** Mean pruritus scores significantly decreased from 17.40 to 8.73 ($p < 0.05$). Scratching frequency reduced from 5.00 to 2.00, sleep comfort increased from 2.47 to 3.73, and skin moisture improved from 2.40 to 4.40. **Conclusion:** Topical olive oil is effective, safe, and economical as a non-pharmacological intervention to reduce pruritus and improve comfort in hemodialysis patients

Keywords: pruritus, hemodialysis, olive oil, chronic kidney disease, sleep comfort

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2025

* Corresponding author :

Address : Universitas Muhammadiyah Surakarta

Email : osp136@ums.ac.id

PENDAHULUAN

Penyakit ginjal kronis (PGK) merupakan salah satu masalah kesehatan global dengan prevalensi yang terus meningkat dan menimbulkan beban besar bagi sistem kesehatan. Kondisi ini ditandai oleh penurunan fungsi ginjal yang bersifat progresif dan irreversible, sehingga pasien pada stadium lanjut membutuhkan terapi pengganti ginjal, terutama hemodialisis. Meskipun terapi ini mampu memperpanjang harapan hidup, berbagai komplikasi jangka panjang tetap muncul, salah satunya adalah pruritus uremik.(Rosyada & Mustofa, 2023). Pruritus tercatat sebagai salah satu keluhan paling sering dialami pasien hemodialisis dengan prevalensi 50–90%. Keluhan ini tidak hanya menimbulkan ketidaknyamanan fisik berupa dorongan menggaruk berlebihan yang dapat menyebabkan luka kulit dan infeksi, tetapi juga berdampak pada kualitas tidur, kesehatan psikologis, hingga kualitas hidup secara keseluruhan. Data nasional menunjukkan lebih dari separuh pasien hemodialisis di Indonesia mengalami pruritus kronis, terutama pada malam hari, yang memperparah gangguan tidur dan menurunkan produktivitas harian. (Muliani et al., 2021). Gangguan fungsi ginjal yang berat dapat berujung pada gagal ginjal terminal yang membutuhkan terapi pengganti ginjal, salah satunya adalah terapi hemodialisis sebagai modalitas utama, khususnya di negara berkembang (Kusuma & Eriyanti, 2025). Hemodialisis bertujuan untuk membantu eliminasi produk limbah metabolismik dan kelebihan cairan dari tubuh pasien, serta mempertahankan keseimbangan elektrolit ketika fungsi ginjal telah hilang hampir sepenuhnya (Santos-Alonso et al., 2022).

Jumlah pasien yang menjalani hemodialisis cenderung meningkat setiap tahun, mencerminkan tingginya beban penyakit ginjal kronis di masyarakat modern, dan diikuti dengan beragam komplikasi yang kerap mengganggu kualitas hidup penderita (Dinita et.al, 2025).. Hemodialisis, meskipun mampu memperpanjang usia harapan hidup pasien PGK, sering kali menimbulkan komplikasi jangka panjang termasuk anemia, nyeri, gangguan cairan, gangguan tidur, gangguan psikologis, serta masalah dermatologis seperti pruritus uremik (Helnawati et.al, 2022). Sejumlah penelitian terdahulu mengidentifikasi faktor penyebab pruritus, mulai dari akumulasi zat toksik, gangguan keseimbangan mineral, perubahan sistem imun, hingga xerosis dan inflamasi kulit kronis. Terapi farmakologis memang tersedia, namun tidak selalu efektif, berpotensi menimbulkan efek samping, serta tidak dapat digunakan dalam jangka panjang. Karena itu, intervensi non-farmakologis berbasis emolien topikal menjadi alternatif yang semakin direkomendasikan.(Rakhman et al., 2021). Keluhan pruritus yang dialami pasien bersifat subjektif, dapat berlangsung terus-menerus atau

intermiten, dan sangat memengaruhi aspek fisik, psikologis, hingga sosial penderita sehingga menurunkan kualitas hidup secara signifikan (Rosyada & Mustofa, 2023).

Secara fisiopatologi, pruritus uremik pada pasien hemodialisis berkaitan erat dengan akumulasi zat toksik pruritogenik pada darah akibat kegagalan ekskresi oleh ginjal, serta terjadinya perubahan metabolisme lemak, gangguan keseimbangan mineral, perubahan imunitas, kekeringan kulit (xerosis), dan inflamasi kulit kronis yang memperparah kondisi (Muliani et.al, 2021). Studi lain juga menyebutkan keterlibatan neuropati perifer dan perubahan dalam sistem opioid pada kulit yang menjadi salah satu mekanisme terjadinya pruritus berat pada pasien dialisis (Kusuma & Eriyanti, 2025). Selain memicu dorongan untuk menggaruk yang memicu terjadinya luka pada kulit dan meningkatkan risiko infeksi, pruritus menyebabkan gangguan tidur berat, gangguan mood, stres, serta depresi yang dapat mempercepat morbiditas dan mortalitas pasien PGK (Santos-Alonso et.al., 2022). Berdasarkan hasil survei internasional, lebih dari 40% pasien hemodialisis di berbagai belahan dunia menunjukkan keluhan pruritus sedang hingga berat yang berlangsung lebih dari satu tahun, dengan efek yang sangat nyata pada kualitas tidur dan kenyamanan hidup sehari-hari (Dinita et.al, 2025).

Data di Indonesia sejalan dengan laporan global, yaitu mencatat bahwa dari seluruh pasien yang menjalani hemodialisis, lebih dari separuhnya mengalami pruritus kronik, baik dalam bentuk lokal maupun generalisasi, dan keluhan paling sering dilaporkan muncul pada malam hari sehingga memperberat gangguan tidur (Helnawati et al., 2023). Prevalensi tinggi ini juga ditemukan di beberapa pusat layanan hemodialisis di Indonesia dengan rentang usia, jenis kelamin, dan lama menjalani hemodialisis yang beragam, artinya pruritus dapat menyerang hampir semua populasi pasien PGK tanpa memandang karakter demografis tertentu (Agustin et.al, 2021). Sebagian besar pasien dengan pruritus cenderung mengelola keluhan dengan cara yang tidak sehat, seperti menggaruk berlebihan hingga menyebabkan lesi sekunder pada kulit, penggunaan alat bantu garuk, atau mengaplikasikan produk non medis yang kadang justru memperberat iritasi kulit (Rosyada & Mustofa, 2023).

Penanganan pruritus pada pasien hemodialisis terbagi menjadi farmakologis dan non-farmakologis, dengan terapi pelembap topikal atau emolien menjadi tulang punggung intervensi non-farmakologis yang semakin direkomendasikan dewasa ini (Muliani et.al, 2021). Salah satu bahan alami yang banyak digunakan sebagai emolien adalah minyak zaitun (olive oil), yang dikenal mampu meningkatkan kelembapan kulit, memiliki efek antiinflamasi serta antioksidan, dan memperkuat skin barrier sehingga menurunkan

sensasi gatal secara bermakna (Kusuma & Eriyanti, 2025). Studi terbaru menunjukkan bahwa teknik, frekuensi, dan konsistensi pemberian emolien topikal, terutama yang berbahan dasar alami seperti minyak zaitun, berperan besar dalam menurunkan skor pruritus, mencegah komplikasi kulit sekunder, serta meningkatkan kenyamanan dan kualitas tidur pasien (Santos-Alonso et.al., 2022). Selain itu, intervensi komplementer ini relatif aman, mudah dilakukan, murah, dan berisiko efek samping minimal, sehingga sangat relevan diterapkan pada populasi pasien dengan komorbiditas tinggi seperti PGK (Dinita et.al., 2025).

Gap penelitian pada studi ini terletak pada minimnya kajian intervensi keperawatan komplementer yang terstandar dengan penggunaan minyak zaitun pada pasien pruritus di ruang hemodialisis. Penelitian sebelumnya lebih banyak berfokus pada efektivitas farmakoterapi atau emolien sintetis, sementara bukti empiris penggunaan minyak zaitun topikal dengan evaluasi sistematis terhadap intensitas pruritus, kelembapan kulit, dan kenyamanan tidur pasien hemodialisis di Indonesia masih jarang dipublikasikan.(Helnawati et.al., 2022). Intervensi pemberian minyak zaitun juga terbukti memperbaiki kelembapan kulit, menurunkan risiko infeksi, serta meningkatkan aspek psikososial akibat kurangnya rasa tidak nyaman selama dan setelah tindakan dialisis (Agustin et.al, 2021). Temuan ini memperkuat urgensi pengembangan dan penelitian lebih lanjut terkait penerapan intervensi sederhana namun efektif dalam manajemen pruritus pada pasien PGK di ruang hemodialisis. Pengembangan protokol pemberian minyak zaitun sebagai intervensi keperawatan komplementer pun berpotensi menjadi pedoman praktik yang efisien sekaligus meningkatkan kualitas hidup pasien secara berkelanjutan (Rosyada & Mustofa, 2023).

Tingginya prevalensi dan beban masalah pruritus pada pasien hemodialisis, serta dibutuhkannya intervensi yang praktis, aman, dan efektif, maka penelitian tentang penerapan intervensi dengan pemberian minyak zaitun pada pasien pruritus di ruang hemodialisa sangat penting dilakukan (Muliani et.al, 2021) . Aspek kebaruan (**originalitas**) penelitian ini adalah penerapan minyak zaitun sebagai intervensi non-farmakologis yang sederhana, murah, aman, dan dapat diintegrasikan dalam praktik keperawatan sehari-hari berbasis bukti ilmiah. Studi ini diharapkan dapat menjadi rujukan awal dalam pengembangan protokol perawatan pruritus uremik di ruang hemodialisis, sekaligus memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan kualitas hidup pasien PGK.(Kusuma & Eriyanti, 2025). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas pemberian minyak zaitun topikal dalam menurunkan intensitas pruritus pada pasien

hemodialisis, sekaligus mengevaluasi dampaknya terhadap kenyamanan dan kualitas hidup pasien.

METODE

Implementasi intervensi dengan pemberian minyak zaitun dilakukan pada pasien hemodialisa sebagai bagian dari praktik keperawatan harian di ruang dialisis. Prosedur ini mengacu pada model intervensi yang dikembangkan oleh Pramudya & Retnaningsih, (2023) yang terbukti efektif dalam mengurangi intensitas pruritus (gatal kronis) pada pasien CKD yang menjalani hemodialisa secara rutin. Intervensi ini diberikan kepada 15 pasien yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi, yaitu pasien yang menjalani hemodialisa minimal dua kali seminggu, mengalami keluhan gatal sedang hingga berat berdasarkan penilaian awal, tidak memiliki riwayat alergi terhadap minyak zaitun, serta bersedia mengikuti intervensi secara aktif dan konsisten.

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain *evidence-based practice* dengan pendekatan *pre-post test without control group* (satu kelompok intervensi). Desain ini dipilih karena tujuan penelitian bersifat implementatif—menilai efektivitas penerapan protokol pemberian minyak zaitun dalam praktik keperawatan harian pada ruang hemodialisa—serta mempertimbangkan keterbatasan etis dan logistik dalam menambahkan kelompok kontrol pada tahap awal implementasi.

Lokasi dan Waktu

Penelitian dilaksanakan di ruang hemodialisa Rumah Sakit/Unit hemodialisa {sebutkan nama RS} selama 4 minggu intervensi, dengan waktu pengumpulan data meliputi baseline (sebelum intervensi), evaluasi mingguan (minggu 1–3) dan evaluasi akhir (minggu ke-4).

Populasi dan Sampel

Populasi: pasien penyakit ginjal kronis (PGK) yang menjalani hemodialisa di lokasi penelitian. Sampel: 15 pasien yang dipilih dengan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi berikut.

Kriteria inklusi

1. Menjalani hemodialisa minimal dua kali per minggu.
2. Mengeluhkan pruritus sedang hingga berat berdasarkan penilaian awal (5-D Itch Scale).
3. Usia ≥ 18 tahun.
4. Tidak memiliki riwayat alergi terhadap minyak zaitun.
5. Bersedia mengikuti intervensi dan menandatangani informed consent.

Kriteria eksklusi

1. Pasien dengan luka kulit terbuka atau infeksi kulit aktif pada area aplikasi.
2. Menggunakan terapi topikal lain yang dapat memengaruhi hasil (kecuali jika dapat dihentikan sesuai protokol).

3. Kondisi medis yang membuat partisipasi tidak layak menurut penilai klinis (mis. gangguan kesadaran).

Justifikasi ukuran sampel: Sampel 15 pasien ditetapkan berdasarkan keterbatasan populasi pada lokasi penelitian dan karakter pilot/implementasi awal. Peneliti mengakui keterbatasan daya statistik dan merekomendasikan studi lanjutan dengan rancangan komparatif dan ukuran sampel lebih besar.

Variabel Penelitian & Definisi Operasional

- Variabel independen: pemberian minyak zaitun topikal (Extra Virgin Olive Oil), diberikan dua kali sehari selama 4 minggu.
- Variabel dependen:
 1. Intensitas pruritus (diukur menggunakan *5-D Itch Scale*).
 2. Kelembapan kulit (penilaian subyektif pasien pada skala Likert 1–5; 1 = sangat kering, 5 = sangat lembap).
 3. Kenyamanan tidur (penilaian subyektif pasien pada skala Likert 1–5; 1 = sangat terganggu, 5 = sangat nyaman).
- Variabel kontrol/dipotensial konfondier yang dicatat: penggunaan obat antipruritik sistemik/topikal concomitant, durasi dan frekuensi hemodialisa, kondisi komorbid.

Instrumen dan Alasan Pemilihan

1. *5-D Itch Scale* instrumen multidimensi yang menilai Duration, Degree, Direction, Disability, dan Distribution; dipilih karena mampu menangkap aspek kuantitatif dan kualitatif pruritus, mudah diaplikasikan secara klinis, dan telah digunakan pada studi pasien ginjal kronis. Validitas konten instrumen dikukuhkan oleh literatur; reliabilitas direkomendasikan diuji pada populasi lokal melalui uji coba awal.
2. Buku catatan keperawatan harian / lembar observasi yang didesain untuk penelitian merekam frekuensi menggaruk (per hari), catatan reaksi kulit, kepatuhan intervensi, dan penilaian subyektif pasien terkait kelembapan kulit dan kenyamanan tidur (skala Likert 1–5).
3. Formulir kepatuhan (diary pasien) dan pengukuran kepatuhan objektif melalui perhitungan sisa volume botol minyak zaitun (bila tersedia).

Validasi dan Reliabilitas Instrumen

- Sebelum pengumpulan data utama dilakukan, dilakukan *content validity* melalui kaji ahli (minimal 2–3 perawat klinis berpengalaman dan 1 ahli kulit/nefrologi) untuk menilai kecocokan instrumen pada konteks lokal.
- Dilakukan uji coba instrumen pada 3–5 pasien non-sampel untuk menguji

keterbacaan, prosedur pencatatan, dan estimasi waktu pengisian; dari uji coba ini akan dihitung reliabilitas internal (mis. *Cronbach's alpha* untuk item skala yang sesuai) atau test-retest apabila memungkinkan. Hasil uji coba dicatat dan instrumen disesuaikan bila diperlukan.

Prosedur Intervensi (Standar Operasional)

1. Pelatihan: Perawat yang melakukan intervensi mengikuti pelatihan singkat (agenda: tujuan penelitian, standar aplikasi minyak zaitun, teknik pijat ringan, dokumentasi, penanganan reaksi kulit). Pelatihan distandardkan melalui SOP tertulis.
2. Persiapan area kulit: bersihkan area yang gatal/kering menggunakan kain bersih yang dibasahi air hangat; keringkan dengan tisu bersih.
3. Aplikasi minyak zaitun: gunakan Extra Virgin Olive Oil murni; oleskan secukupnya pada area yang gatal ($\pm 2-3$ mL per area yang luas atau sesuai kebutuhan klinis) dan lakukan pijatan ringan selama 3–5 menit.
4. Frekuensi & durasi: dua kali sehari (pagi dan sore), ± 10 menit per sesi, selama 4 minggu. Catat setiap sesi pada lembar observasi.
5. Pemantauan efek samping: perawat memeriksa tanda-tanda iritasi atau reaksi alergi setiap sesi; jika muncul eritema signifikan, bulla, atau keluhan lain yang mengindikasikan reaksi, intervensi dihentikan pada pasien tersebut dan dilaporkan ke penanggung jawab klinis.
6. Kepatuhan: pasien diminta mencatat aplikasi sendiri (jika diberikan untuk diaplikasikan di rumah) dan botol minyak dikembalikan untuk penghitungan sisa sebagai bukti kepatuhan.

Kontrol Kualitas Data dan Prosedur

- SOP tertulis untuk semua langkah (rekrutmen, aplikasi, dokumentasi, pemantauan).
- Pelatihan dan *calibration* antar-perawat untuk memastikan konsistensi teknik aplikasi dan pencatatan.
- Pengawasan mingguan oleh peneliti utama (monitoring adherence, review sampel lembar observasi).
- Data entry dilakukan ganda (double entry) dan diverifikasi untuk meminimalkan kesalahan input.
- Penanganan missing data: catat alasan missing; apabila $<10\%$ missing, analisis per-protocol dan/atau menggunakan metode imputasi sederhana tergantung pola missing.
- Audit log untuk semua perubahan data dan kejadian adverse event.

Prosedur Pengumpulan Data

- Waktu pengukuran: baseline (sebelum intervensi), evaluasi mingguan (optional untuk pemantauan), dan akhir intervensi (minggu ke-4).
- Pengumpul data adalah perawat yang telah dilatih; penilai intensitas pruritus menggunakan 5-D Itch Scale pada baseline dan akhir. Penilaian subjektif (kelembapan kulit, kenyamanan tidur, frekuensi menggaruk) dicatat harian dan dirangkum per minggu.

Analisis Data

- Deskripsi data: mean \pm SD (untuk data berdistribusi normal) atau median (IQR) (untuk data tidak normal). Frekuensi dan persentase untuk variabel kategori.
- Uji normalitas: Shapiro-Wilk (sesuai ukuran sampel $n=15$).
- Uji komparatif: apabila data berdistribusi normal \rightarrow paired sample *t-test* untuk membandingkan skor sebelum dan sesudah intervensi; apabila tidak normal \rightarrow uji Wilcoxon signed-rank.
- Besaran efek: laporan *Cohen's d* (paired) atau ukuran efek nonparametrik (η^2) untuk memperkuat interpretasi klinis perubahan.
- Batas signifikansi: $p < 0,05$ (dua arah). Analisis dilakukan menggunakan perangkat lunak statistik (mis. SPSS atau R).
- Analisis tambahan: analisis kepatuhan dan analisis deskriptif kejadian adverse event.

Pertimbangan Etika

- Penelitian dilaksanakan setelah mendapatkan persetujuan komite etik institusi setempat.

Tabel 1. Statistik Deskriptif Skor Pruritus, Frekuensi Menggaruk, Kenyamanan Tidur, dan Kelembapan Kulit Sebelum dan Sesudah Intervensi Minyak Zaitun pada Pasien Hemodialisis

Descriptive Statistics	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Skor 5-D Itch Sebelum	15	14	21	17.40	2.098
Skor 5-D Itch Sesudah	15	6	13	8.73	2.086
Perubahan Skor (Δ)	15	8	10	8.67	.617
Frekuensi Menggaruk Sebelum	15	4	6	5.00	.756
Frekuensi Menggaruk Sesudah	15	1	3	2.00	.756
Kenyamanan Tidur Sebelum	15	2	3	2.47	.516
Kenyamanan Tidur Sesudah	15	3	4	3.73	.458
Kelembapan Kulit Sebelum	15	2	3	2.40	.507
Kelembapan Kulit Sesudah	15	4	5	4.40	.507
Valid N (listwise)	15				

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, terlihat bahwa rata-rata skor pruritus (5-D Itch) sebelum intervensi minyak zaitun adalah 17,40, sedangkan setelah intervensi turun menjadi 8,73. Hal ini menunjukkan adanya penurunan keluhan gatal yang cukup signifikan. Rata-rata frekuensi

- Semua peserta memberi informed consent tertulis setelah memperoleh penjelasan mengenai tujuan, prosedur, manfaat, risiko, dan hak untuk mengundurkan diri kapan saja tanpa konsekuensi pelayanan kesehatan.
- Kerahasiaan data dijaga dengan kode sampel dan akses data dibatasi pada tim peneliti.

Keterbatasan Metode dan Upaya Mitigasi

- Desain tanpa kontrol membatasi inferensi kausal—disebabkan kebijakan implementasi dan sifat pilot. Untuk mitigasi, peneliti merekomendasikan studi lanjutan dengan RCT.
- Ukuran sampel kecil \rightarrow keterbatasan daya statistik; oleh karena itu hasil dilaporkan besaran efek (effect size) untuk membantu interpretasi klinis.
- Penilaian beberapa variabel bersifat subjektif; mitigasi dilakukan melalui standar instrumen (5-D Itch Scale), pelatihan penilai, dan uji coba instrumen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan intervensi pemberian minyak zaitun secara terstruktur selama empat minggu menunjukkan penurunan tingkat pruritus yang signifikan pada pasien hemodialisa, berdasarkan hasil pengukuran menggunakan 5-D Itch Scale. Skor awal pruritus yang berada pada rentang 15–20 poin (kategori sedang hingga berat), menurun menjadi 7–10 poin (kategori ringan) setelah intervensi rutin dilakukan. Penurunan skor ini menunjukkan perbaikan nyata pada berbagai dimensi gatal, mulai dari durasi, intensitas, hingga dampaknya terhadap aktivitas harian pasien.

menggaruk juga menurun dari 5,00 sebelum intervensi menjadi 2,00 setelah intervensi. Sebaliknya, kenyamanan tidur mengalami peningkatan dari rata-rata 2,47 sebelum intervensi menjadi 3,73 setelah intervensi. Selain itu, kelembapan kulit pasien meningkat dari 2,40

sebelum intervensi menjadi 4,40 setelah intervensi. Data ini secara deskriptif menunjukkan bahwa penggunaan minyak zaitun memberikan efek positif terhadap penurunan pruritus, berkurangnya

kebiasaan menggaruk, meningkatnya kualitas tidur, dan perbaikan kelembapan kulit pasien hemodialisis.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas Skor 5-D Itch Sebelum dan Sesudah Intervensi Minyak Zaitun

<i>Tests of Normality</i>					
<i>Kolmogorov-Smirnova</i>			<i>Shapiro-Wilk</i>		
	<i>Statistic</i>	<i>df</i>	<i>Sig.</i>	<i>Statistic</i>	<i>df</i>
Skor 5-D Itch Sebelum	.148	15	.200	.961	15
			*		
Skor 5-D Itch Sesudah	.197	15	.121	.910	15
					.134

Hasil uji normalitas dengan *Kolmogorov-Smirnov* dan *Shapiro-Wilk* menunjukkan nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 baik pada skor 5-D Itch sebelum ($p = 0,710$) maupun sesudah intervensi ($p = 0,134$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal, sehingga uji parametrik seperti Paired Sample t-test dapat digunakan untuk menganalisis perbedaan skor sebelum dan sesudah intervensi.

Tabel 3. Hasil Uji Paired Samples Test Skor 5-D Itch dan Kenyamanan Tidur Sebelum dan Sesudah Intervensi Minyak Zaitun pada Pasien Hemodialisis

<i>Paired Differences</i>					
<i>95% Confidence Interval of the Difference</i>					
	<i>Paired Sampel Test</i>	<i>Upper</i>	<i>t</i>	<i>df</i>	<i>Sig. (2-tailed)</i>
Pair 1	Skor 5-D Itch Sebelum - Skor 5-D Itch Sesudah	9.008	54.383	14	.000
Pair 3	Kenyamanan Tidur Sebelum - Kenyamanan Tidur Sesudah	-1.013	-10.717	14	.000

Hasil uji *Paired Sample t-test* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pruritus (5-D Itch) sebelum dan sesudah intervensi minyak zaitun dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Demikian pula, terdapat perbedaan yang signifikan pada kenyamanan tidur sebelum dan sesudah intervensi ($p = 0,000$). Hal ini mengindikasikan bahwa penggunaan minyak zaitun secara konsisten memberikan dampak positif dalam menurunkan keluhan pruritus serta meningkatkan kenyamanan tidur pada pasien hemodialisis.

Hasil implementasi pemberian minyak zaitun yang dilakukan selama empat minggu hasil yang didapatkan positif ditunjukkan dengan penurunan intensitas pruritus serta data subjektif yang didapatkan dari pernyataan pasien yang menyatakan tidurnya lebih nyaman dan kulitnya menjadi lembab. Hasil ini menunjukkan bahwa minyak zaitun mempunyai potensi besar untuk diintegrasikan di ruang hemodialisa.

Pembahasan

Pruritus uremik merupakan salah satu masalah klinis yang paling sering dialami pasien penyakit ginjal kronis (PGK) yang menjalani terapi hemodialisis. Lebih dari separuh pasien hemodialisis dilaporkan mengalami pruritus dengan tingkat keparahan bervariasi, mulai dari

ringan hingga berat, dan kondisi ini dapat berlangsung kronis (Verduzco & Shirazian, 2020).

Pruritus bukan hanya gejala kulit biasa, tetapi suatu komplikasi yang memengaruhi banyak aspek kehidupan pasien. Gangguan ini sering kali menurunkan kualitas tidur, menimbulkan kelelahan kronis, memperburuk kondisi psikologis, hingga meningkatkan risiko morbiditas akibat luka garukan dan infeksi kulit. Hal tersebut sejalan dengan temuan (Verduzco & Shirazian, 2020) yang menyatakan bahwa pasien hemodialisis sering mengalami gangguan tidur berupa insomnia akibat ketidaknyamanan selama perawatan, termasuk karena rasa gatal yang menetap. Dengan demikian, manajemen pruritus menjadi salah satu intervensi penting dalam meningkatkan kualitas hidup pasien hemodialisis.

Secara kuantitatif, skor pruritus menurun dari rata-rata 17,40 (kategori sedang–berat) menjadi 8,73 (kategori ringan) setelah empat minggu intervensi. Frekuensi menggaruk juga berkurang dari 5 kali menjadi 2 kali, sedangkan kelembapan kulit meningkat dari 2,40 menjadi 4,40. Peningkatan skor kenyamanan tidur dari 2,47 menjadi 3,73 menunjukkan adanya perbaikan kualitas tidur. Uji normalitas membuktikan data berdistribusi normal, sehingga penggunaan paired sample t-test valid, dengan hasil $p < 0,05$ yang menegaskan adanya perbedaan signifikan sebelum dan sesudah intervensi.

Dalam penelitian ini, intervensi dengan minyak zaitun terbukti memberikan hasil yang signifikan terhadap perbaikan pruritus pada pasien hemodialisis. Hasil uji deskriptif menunjukkan bahwa rata-rata skor pruritus awal adalah 17,40 (kategori sedang–berat), kemudian menurun menjadi 8,73 (kategori ringan) setelah intervensi. Penurunan rata-rata skor sebesar $\Delta = 8,67$ menunjukkan adanya perubahan yang bermakna dalam intensitas gatal. Frekuensi menggaruk juga mengalami penurunan signifikan, dari rata-rata 5,00 kali menjadi 2,00 kali. Perbaikan juga tampak pada kualitas tidur, dengan skor kenyamanan tidur meningkat dari 2,47 menjadi 3,73, serta kelembapan kulit yang naik dari 2,40 menjadi 4,40. Hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk menunjukkan data berdistribusi normal ($p > 0,05$), sehingga uji parametrik dapat digunakan. Selanjutnya, uji paired sample t-test membuktikan adanya perbedaan signifikan sebelum dan sesudah intervensi baik pada skor pruritus ($p = 0,000 < 0,05$) maupun pada skor kenyamanan tidur ($p = 0,000 < 0,05$). Hal ini menegaskan bahwa pemberian minyak zaitun efektif menurunkan intensitas pruritus sekaligus meningkatkan kualitas tidur pasien hemodialisis.

Secara fisiologis, keberhasilan intervensi ini dapat dijelaskan melalui kandungan bioaktif pada minyak zaitun. Asam lemak esensial, khususnya asam oleat, berfungsi memperbaiki skin barrier sehingga mencegah kehilangan cairan transepidermal (TEWL) yang sering menyebabkan xerosis cutis pada pasien PGK. Vitamin E berperan sebagai antioksidan yang melindungi kulit dari stres oksidatif akibat akumulasi toksin uremik, sedangkan polifenol memiliki efek antiinflamasi dengan menekan mediator proinflamasi seperti histamin dan sitokin. Kombinasi ini tidak hanya mengurangi rasa gatal, tetapi juga meningkatkan kelembapan kulit serta mengurangi keinginan menggaruk (Ariyani et al., 2020). Selain itu, pijatan ringan saat aplikasi minyak dapat memperlancar sirkulasi darah lokal dan memberikan efek relaksasi yang mendukung peningkatan kualitas tidur, sebagaimana dibuktikan juga pada penelitian non-farmakologis lain seperti relaksasi benson (Anisah & Maliya, 2021) dan terapi *virtual reality* (Purwanti et al., 2025).

Hasil penelitian ini sejalan dengan berbagai studi sebelumnya yang mendukung penggunaan emolien alami dalam mengatasi pruritus uremik. Muliani et al. (2021) melaporkan bahwa minyak zaitun maupun kombinasi dengan VCO efektif menurunkan skor pruritus pada pasien hemodialisis. Dinita et al. (2025) juga menegaskan bahwa minyak alami seperti VCO dan zaitun dapat dijadikan terapi komplementer yang efektif, aman, dan mudah diterapkan. Sementara itu, Saodah et al. (2020) membuktikan bahwa penggunaan VCO dapat meningkatkan kelembapan kulit pasien

uremik yang menjalani hemodialisis, hasil yang konsisten dengan temuan dalam penelitian ini. Menariknya, penelitian Meliza et al. (2020) juga menunjukkan manfaat minyak zaitun pada pasien stroke dalam mencegah luka dekubitus, sehingga memperkuat peran minyak ini dalam menjaga kesehatan kulit secara umum.

Selain memberikan manfaat fisik, perbaikan kualitas tidur dan penurunan pruritus juga berdampak positif pada aspek psikologis pasien. Aini & Maliya (2020) menekankan pentingnya manajemen insomnia pada pasien hemodialisis karena gangguan tidur dapat memperburuk kondisi kesehatan secara keseluruhan. Dengan berkurangnya rasa gatal, pasien dapat tidur lebih nyaman, yang pada gilirannya mengurangi kecemasan dan meningkatkan kondisi psikososial mereka. Hal ini sejalan dengan penelitian Anisah & Maliya (2021) yang menunjukkan efektivitas intervensi relaksasi terhadap penurunan kecemasan pasien hemodialisis.

Secara praktis, intervensi berbasis minyak zaitun memiliki sejumlah keunggulan. Pertama, minyak zaitun aman digunakan tanpa efek samping serius, bahkan untuk penggunaan jangka panjang. Kedua, biayanya relatif murah sehingga dapat dijangkau oleh semua kalangan pasien. Ketiga, intervensi ini mudah dilakukan, baik oleh tenaga kesehatan di ruang hemodialisis maupun secara mandiri oleh pasien di rumah dengan bimbingan. Keunggulan tersebut mendukung implementasi minyak zaitun sebagai intervensi keperawatan komplementer yang relevan dalam praktik klinis sehari-hari (Dinita et al., 2025).

Dengan hasil ini, dapat ditegaskan bahwa minyak zaitun merupakan salah satu terapi non-farmakologis yang efektif, aman, praktis, dan ekonomis untuk mengurangi pruritus uremik pada pasien hemodialisis. Intervensi ini tidak hanya berfokus pada aspek fisik berupa penurunan gatal dan peningkatan kelembapan kulit, tetapi juga memberikan manfaat psikologis berupa peningkatan kualitas tidur dan kenyamanan hidup. Namun demikian, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, jumlah sampel relatif kecil (15 pasien) sehingga generalisasi hasil masih terbatas. Kedua, desain pre–post test tanpa kelompok kontrol menyulitkan peneliti untuk sepenuhnya menyingkirkan faktor luar yang mungkin memengaruhi hasil. Ketiga, pengukuran kelembapan kulit dan kenyamanan tidur masih bergantung pada penilaian subjektif pasien, sehingga rentan bias persepsi.

Untuk penelitian selanjutnya, disarankan menggunakan desain eksperimental dengan kelompok kontrol agar hasil lebih kuat secara ilmiah. Penggunaan instrumen objektif seperti skin analyzer untuk kelembapan kulit atau polysomnography untuk kualitas tidur juga direkomendasikan guna memperkaya data. Selain itu, penelitian dengan jumlah sampel lebih besar

serta periode intervensi lebih panjang dapat memberikan bukti yang lebih komprehensif mengenai efektivitas minyak zaitun.

Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi penting bahwa minyak zaitun layak dipertimbangkan sebagai intervensi non-farmakologis yang efektif, aman, praktis, dan ekonomis dalam penatalaksanaan pruritus uremik, sekaligus mendukung peningkatan kualitas hidup pasien hemodialisis.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian minyak zaitun terbukti efektif dalam menurunkan intensitas pruritus pada pasien hemodialisa. Intervensi ini termasuk pendekatan non-farmakologis yang aman, mudah diaplikasikan, serta dapat menjadi bagian dari standar asuhan keperawatan. Selain berperan sebagai pelembap untuk mengatasi kulit kering yang umum dialami pasien, minyak zaitun juga memberikan manfaat antiinflamasi yang membantu memperbaiki kondisi kulit secara alami. Dengan demikian, penerapan minyak zaitun dapat mendukung peningkatan kenyamanan dan kualitas hidup pasien penyakit ginjal kronik (CKD).

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, N. N., & Maliya, A. (2020). Manajemen insomnia pada pasien hemodialisa: Kajian literatur. *Berita Ilmu Keperawatan*, 13(2), 93–99.
- Agustin, E., & Hudiyawati, D. (2021). Studi literatur: Efektivitas aromaterapi terhadap penurunan kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa. *Journal of Nursing Science*, 9(2). <https://doi.org/10.21776/ub.jik.2021.009.02.4>
- Anisah, I. N., & Maliya, A. (2021). Efektivitas relaksasi Benson terhadap kecemasan pasien yang menjalani hemodialisa. *Berita Ilmu Keperawatan*, 14(1), 57–64.
- Ariyani, H., Hilmawan, R. G., & Baharudin, L. S. (2020, June). Effectiveness of *Allium sativum* and olive oil in overcoming pruritus in kidney failure patients at Hemodialysis Unit of Dr. Soekardjo Hospital, Tasikmalaya City. In *2nd Bakti Tunas Husada-Health Science International Conference (BTH-HSIC 2019)* (pp. 146–148). Atlantis Press. <https://doi.org/10.2991/ahsr.k.200523.036>
- Dinita, F. A., Qotrunnada, H. F., Purwanti, O. S., & Kurniasari, D. (2025). Penerapan virgin coconut oil untuk mengurangi pruritus pada pasien hemodialisis: Literature review. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 6862–6871. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v9i2.46971>
- Helnawati, H., Maryuni, S., & Antoro, B. (2022). Pengaruh pemberian massage virgin coconut oil terhadap pruritus pada pasien hemodialisis. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 3(2), 2745–8555.
- Kusuma, S. F., & Eriyanti, E. (2025). Pengaruh pijat minyak zaitun terhadap pruritus pada pasien gagal ginjal kronik di ruang hemodialisis RSU Diponegoro Dua Satu Klaten. *Medic Nutricia*, 20(1). <https://doi.org/10.5455/mnj.v1i2.644>
- Meliza, S. C., Ritarwa, K., & Sitohang, N. A. (2020). The prevention of ulcers decubitus with mobilization and the usage of olive oil on stroke patients. *Elkawnie*, 6(2), 189. <https://doi.org/10.22373/ekw.v6i2.6925>
- Muliani, R., Lestari, S. A., & HHK, N. (2021). Pemberian emolien minyak zaitun dalam menurunkan skala pruritus pada pasien hemodialisis. *Jurnal Keperawatan Aisyiyah*, 1(8), 39–47. <http://journal.unisabandung.ac.id/index.php/jka/article/download/240/141>
- Muliani, R., Vitniawati, V., & Rakhman, D. A. (2021). Effectiveness of olive oil with virgin coconut oil on pruritus grade scores among hemodialysis patients. *International Journal of Advancement in Life Sciences Research*, 4(4), 25–33. <https://doi.org/10.31632/ijalsr.2021.v04i04.004>
- Pramudya, P. M. T., & Retnaningsih, D. (2023). Penerapan pemberian minyak zaitun pada gangguan integritas kulit pasien gagal ginjal kronik pasca hemodialisa. *Prosiding Seminar Nasional Hasil-Hasil Penelitian dan Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 90–97. <https://prosiding.d3per.uwhs.ac.id/index.php/eproc/article/view/61>
- Purwanti, O. S., Isnaeni, A. N., Puspitasari, A. F., & Kristini, P. (2025). Peran virtual reality (VR) dalam mengurangi kecemasan pada pasien hemodialisis. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 7(2). <https://doi.org/10.31539/jotting.v7i2.14841>
- Rosyada, A. N., & Mustofa, A. (2023). Pemberian minyak zaitun untuk menurunkan skala pruritus pada pasien yang menjalani hemodialisis: Studi kasus. *Ners Muda*, 4(2), 203. <https://doi.org/10.26714/nm.v4i2.10558>
- Saodah, S., Budi Putra, I., & Trisa S, C. (2020). The effect of virgin coconut oil (VCO) with lotion on the skin moisture among uremic patients undergoing hemodialysis in Hospital Binjai City, Indonesia. *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)*, 3(5), 560–568. <https://doi.org/10.35654/ijnhs.v3i5.319>

- Santos-Alonso, C., Maldonado Martín, M., Sánchez Villanueva, R., Álvarez García, L., Vaca Gallardo, M. A., Bajo Rubio, M. A., del Peso Gilsanz, G., Ossorio González, M., & Selgas Gutiérrez, R. (2022). Pruritus in dialysis patients: Review and new perspectives. *Nefrología (English Edition)*, 42(1), 15–21.
<https://doi.org/10.1016/j.nefroe.2022.02.00>
- Verduzco, H. A., & Shirazian, S. (2020). CKD-associated pruritus: New insights into diagnosis, pathogenesis, and management. *Kidney International Reports*, 5(9), 1387–1402.
<https://doi.org/10.1016/j.ekir.2020.04.027>