

**PERAWATAN KULIT DENGAN MENGGUNAKAN MINYAK KELAPA  
MURNI UNTUK MELEMBABKAN KULIT PADA KLIEN  
DIABETES MELLITUS**

1. Pengertian

Perawatan kulit adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis (Potter dan Perry, 2007).

Perawatan kulit adalah suatu tindakan untuk membersihkan kulit serta menjaga kulit agar tetap lembab.

2. Landasan teori

Kulit adalah organ tubuh yang terletak paling luar dan membatasinya dari lingkungan hidup manusia. Luas kulit orang dewasa sekitar 1.5 m<sup>2</sup> dengan berat kira-kira 15% berat badan (Wasitaatmadja, 2010).

Kulit yang pertama kali menerima rangsangan seperti rangsangan sentuhan, rasa sakit, maupun pengaruh buruk dari luar. Kulit berfungsi untuk melindungi permukaan tubuh, memelihara suhu tubuh dan mengeluarkan kotoran-kotoran tertentu. Kulit juga penting bagi produksi vitamin D oleh tubuh yang berasal dari sinar *ultraviolet*. Mengingat pentingnya kulit sebagai pelindung organ-organ tubuh didalamnya, maka kulit perlu dijaga kesehatannya ( DJuanda, 2008).

Perawatan kulit merupakan prosedur perawatan untuk mempertahankan integritas kulit untuk mencegah kerusakan jaringan pada kulit. Perawatan kulit berfungsi untuk menjaga bagian dalam tubuh dari gangguan fisik, kimiawi, infeksi luar dari bakteri atau jamur.

Minyak kelapa murni adalah minyak yang dihasilkan dari buah kelapa. Minyak kelapa dapat diekstrak dari daging buah kelapa atau diekstrak dari daging kelapa yang sudah dikeringkan. Minyak kelapa memiliki banyak manfaat bagi manusia. Minyak kelapa biasa digunakan untuk berbagai bahan baku industri atau sebagai minyak goreng. Selain itu, minyak kelapa murni dapat dipakai untuk menjaga kesehatan salah satunya menjaga kelembaban kulit serta mengurangi rasa gatal pada kulit. ( Darmoyuwono, 2006 ).

Minyak kelapa murni mengandung sekitar 47% asam laurat. Asam ini meningkatkan metabolisme dan juga diketahui mengandung sifat anti-bakteri dan anti-virus. (Darmoyuwono, 2006). Minyak kelapa murni juga banyak mengandung polifenol. Senyawa organik ini diketahui memiliki manfaat sebagai zat antioksidan, sehingga sangat baik bagi proses regenerasi sel-sel tubuh yang telah rusak. Polifenol dapat mengurangi kandungan kolesterol dalam darah sehingga dapat mencegah terjadinya penyumbatan dalam pembuluh darah. (Wardani, 2007).

Minyak kelapa murni juga memiliki kandungan vitamin E yang tinggi. Jenis vitamin lain yang terkandung dalam minyak kelapa murni adalah vitamin K.

kedua jenis vitamin ini sama-sama memiliki sifat sebagai zat anti oksidan yang sangat baik dalam proses regenerasi sel tubuh, terutama sel-sel kulit. Vitamin E dan K dapat menjaga kelembaban dan kesegaran kulit yang merupakan elemen penting dalam menjaga kulit tetap sehat, minyak kelapa juga bermanfaat mengurangi adanya jaringan parut. Minyak kelapa berfungsi menjaga kulit tetap terhidrasi.

Minyak kelapa murni (Virgin Coconut Oil) dapat diberikan sebagai bahan topical yang berfungsi menjadi pelembab untuk mencegah kulit kering dan sebagai bahan topikal untuk meminimalkan paparan keringat berlebihan. Minyak kelapa murni (Virgin Coconut Oil) juga memberikan nutrisi melalui proses penyerapan oleh kulit dan sebagai pelumas untuk mengurangi efek gesekan. Menurut Price (2007), dalam minyak kelapa murni unsur antioksidan dan vitamin E masih dapat dipertahankan sehingga jika digunakan sebagai pelindung kulit akan mampu melembutkan kulit.

Menurut Price (2007), minyak kelapa membantu kulit lembab, sehat dan bebas dari penyakit. Asam lemak antiseptik pada minyak kelapa membantu mencegah infeksi jamur dan bakteri. Ketika dipakaikan langsung pada kulit, asam lemak yang dikandung minyak kelapa tidak langsung berfungsi sebagai antimikroba namun ia akan bereaksi dengan bakteri-bakteri kulit menjadi bentuk asam lemak bebas seperti yang terkandung dalam sebum (sebum mengandung uric acid dan asam laktat). Memberikan pelembab setelah mandi akan membuat kulit kembali segar. Pelembab seperti minyak kelapa murni

cepat membangun hambatan mikrobial dan asam alami. Dengan demikian memakai minyak kelapa murni setelah mandi akan bermanfaat bagi kesehatan kulit dengan meningkatkan atau mempertahankan toleransi jaringan yang diharapkan.

Penelitian yang dilakukan oleh Ririn Sri Handayani (2010) tentang pemanfaatan minyak kelapa murni untuk digunakan pada kulit klien DM. Minyak kelapa dapat membantu melembabkan kulit pada klien DM. Asam lemak antiseptik pada minyak kelapa membantu mencegah infeksi jamur dan bakteri. Ketika dipakaikan langsung pada kulit, asam lemak yang dikandung minyak kelapa tidak langsung berfungsi sebagai antimikroba namun ia akan bereaksi dengan bakteri-bakteri kulit menjadi bentuk asam lemak bebas seperti yang terkandung dalam sebum (sebum mengandung uric acid dan asam laktat). Ketika mandi, sabun akan menghilangkan keringat, minyak dan zat-zat asam pelindung kulit oleh karena itu sebelum keringat dan minyak dikeluarkan kembali oleh kulit, kulit akan kering dan peka terhadap mikroba-mikroba berbahaya. Pelembab yang terbuat dari minyak kelapa murni cepat membangun hambatan mikrobial dan asam alami. Dengan demikian memakai minyak kelapa murni setelah mandi akan bermanfaat bagi kesehatan kulit DM dengan meningkatkan atau mempertahankan toleransi jaringan yang diharapkan.

### 3. Tujuan

Tujuan perawatan kulit dengan menggunakan minyak kelapa murni adalah untuk menjaga kelembaban kulit dan mencegah terjadinya luka pada kulit.

### 4. Manfaat

Manfaat perawatan kulit dengan minyak kelapa murni adalah:

Minyak kelapa murni efektif dan aman digunakan sebagai moisturizer pada kulit sehingga dapat meningkatkan hidrasi kulit, dan mempercepat penyembuhan pada kulit (Agero and Verallo-Rowell, 2004 Lucida, Salman & Hervian, 2008 ).

### 5. Metodologi

#### a. Persiapan alat :

- 1) Sabun
- 2) Air
- 3) Washlap/handuk
- 4) Minyak kelapa
- 5) Baskom
- 6) Sarung tangan.
- 7) Handuk

#### b. Langkah-langkah perawatan kulit

- 1) Jelaskan prosedur pada klien.
- 2) Cuci tangan dan gunakan sarung tangan.
- 3) Tutup sampiran.

- 4) Kaji kulit dengan memperhatikan: warna, kelembaban, penampilan sekitar kulit.
- 5) Bersihkan seluruh kulit klien dengan menggunakan sabun dan air.
- 6) Keringkan badan dengan handuk.
- 7) Oleskan minyak kelapa ke seluruh bagian tubuh. minyak kelapa untuk melembabkan kulit untuk mencegah kulit kering berlebihan dan mengurangi rasa gatal pada kulit.
- 8) Lakukan pijatan yang lembut pada seluruh kulit klien.
- 9) Rapihkan klien dengan posisi yang nyaman.
- 10) Rapihkan alat
- 11) Cuci tangan setelah prosedur dilakukan.
- 12) Catat hasil

#### 4. Evaluasi

Pre: kaji permukaan kulit sebelum dilakukan perawatan kulit untuk melihat adanya kelembaban dan penampilan kulit.

Post: amati ada tidaknya perubahan pada kulit setelah dilakukan perawatan kulit untuk melihat adanya kelembaban, suhu, dan integritas.

#### 5. Refrensi:

Djuanda. (2008). *Ilmu Penyakit Kulit*. Jakarta : FKUI.

Potter dan Perry. (2007). *Fundamental of Nursing*. Jakarta: EGC.

Soegondo S. (2007). *Penatalaksanaan Diabetes Mellitus Terpadu*, cetakan keenam. Jakarta: FKUI.

Wasitaatmadja, Sjarif M. (2010). *Anatomi Kulit*. Jakarta: FKUI

Wardani. (2007). *Karakterisasi Virgin Coconut Oil (VCO) Rempah*. Chem. Prog. 2: 104.