

**JURNAL STIKES MUHAMMADIYAH CIAMIS : JURNAL KESEHATAN**

Volume 9, Nomor 2, Oktober 2022

ISSN:2089-3906

EISSN:2656-5838

---

***BLESSED OLEA EUROPAEA TREE THAT HAVE VARIOUS SPECIFICATIONS***

Nia Kurniasih<sup>1</sup>, Nurhidayati Harun<sup>2</sup>, Isma Fajriati<sup>3</sup>, DellaNuralpiani<sup>4</sup>, Syifa Fauziah<sup>5</sup>, Permadi Surya Hamdani<sup>6</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6</sup> STIKes Muhammadiyah Ciamis

Email: <sup>3</sup> ismafajriati26@gmail.com

---

**ARTICLE INFO**

---

**ABSTRACT**

---

*Article history:*

*Keywords:*

*Olea europaea., covid-19, immune system, antioxidant.*

*The COVID-19 pandemic that is currently happening in the world is causing anxiety for the world community. Various efforts have been made to prevent the spread of the COVID-19 virus. As the spread of the covid-19 virus spreads so quickly, it is recommended that COVID-19 sufferers to speed up the discovery of traditional medicines as a treatment by using one of the herbal medicines, namely olive. Olives are plants that are blessed by Allah SWT. which has many advantages. There are also many in the Qur'an that explain the benefits of olives for health. So to prevent the Covid-19 virus. The method used is Systematic Literature Review (SLR). The purpose of this study was to determine that olives are antioxidants. The results of the study show that olives contain phenols which are efficacious as antioxidants or free radical scavengers and also to improve the immune system.*

**ZAITUN POHON YANG DIBERKAHI YANG MEMILIKI BERAGAM KEISTIMEWAAN**

**Kata Kunci :**

Zaitun, covid-19, system imun, antioksidan.

Pandemi virus covid-19 yang saat ini terjadi di dunia menyebabkan kecemasan bagi masyarakat dunia. Berbagai upaya dilakukan untuk mencegah penyebaran virus covid-19 terus menyebar. Seiring penyebaran virus covid-19 begitu cepat menyebar, sehingga diajarkan penderita covid-19 untuk karantina, mulailah ditemukan obat-obat tradisional sebagai pengobatanya dengan menggunakan salah satu obat herbal yaitu zaitun. Zaitun merupakan tanaman yang diberkahi oleh Allah SWT. yang memiliki banyak

keistimewaan. Banyak juga dalam Al-Qur'an yang menjelaskan manfaat zaitun bagi Kesehatan. Sehingga untuk mencegah virus covid-19. Metode yang digunakan yaitu Systematic Literatur Riview (SLR). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui bahwa zaitun sebagai antioksidan. Hasil dari penelitian bahwa zaitun memiliki kandungan fenol yang berkhasiat sebagai antioksidan atau penangkal radikal bebas dan juga untuk meningkatkan sistem imun.

---

## PENDAHULUAN

Banyak buah-buahan yang diciptakan oleh Allah SWT salah satunya adalah Zaitun. Zaitun memiliki nama ilmiah *Olea europaea*.

Menurut para dokter daun zaitun memiliki banyak manfaat seperti mengurangi tekanan darah tinggi, melancarkan buang air kecil yaitu dengan cara direbus dengan air lalu diminum. Daun zaitun juga digunakan sebagai pembasuh luka oleh masyarakat yunani kuno. Riset menunjukkan bahwa daun zaitun dapat digunakan untuk menurunkan kadar gula darah, dau zaitun juga mengandung zat anti mikroba dan efektif dalam menangani virus, bakteri, dan jamur. Sedangkan biji zaitun setelah diperas memiliki kandungan minyak yang dapat digunakan untuk pupuk tanaman (Nisak, 2018).

Dalam dunia ilmiah, buah zaitun memiliki nama ilmiah *Olea europaea* yang masih tergolong dalam famili *Oleaceae*. Pohon Zaitun merupakan pohon yang berumur panjang untuk masa yang lebih dari seratus tahun bahkan ribuan tahun. Ia menghasilkan buah secara terus-menerus tanpa harus menguras tenaga manusia, sebagaimana ia akan selalu nampak indah bila dipandang.

Kandungan senyawa yang terdapat dalam zaitun seperti fenol, tokoferol, sterol, pigan dan squalene memiliki peran penting dalam kesehatan dan dapat menyembuhkan beberapa penyakit. Senyawa fenol berfungsi sebagai anti oksidan yang sangat kuat. Semua senyawa diatas yang bermanfaat terdapat di dalam minyak zaitun. Kandungan senyawa metabolit sekunder minyak zaitun adalah alkaloid, saponin dan tannin, flavonoid, apigenin, luteolin, chryseriol dan derivatnya. Zaitun juga

mengandung omega 9 dan omega 3 yang dapat berfungsi sebagai antioksidan.

World Health Organization (WHO) menetapkan tentang virus corona atau yang biasa disebut dengan COVID 19 yang menjadi pandemi karena virus ini telah menyebar ke berbagai negara bahkan sudah mendunia. WHO mengartikan pandemi sebagai suatu kondisi populasi pada dunia dan berpotensi menjadikan jatuh dan sakit.

Pandemi sendiri adalah wabah yang berjangkit secara bersamaan dimana-mana yang menyebar luas. Pandemi COVID 19 ini juga berdampak dari berbagai sektor kehidupan seperti ekonomi, sosial dan juga pendidikan. Organisasi Pendidikan, Keilmuan, dan Kebudayaan Perserikatan Bangsa-Bangsa atau United Educational, Scientific, and Cultural Organization (UNESCO) pada hari kamis 5 maret 2020 menyatakan bahwa wabah COVID 19 ini telah berdampak pada dunia pendidikan (Hendra Irawan, 2020).

Pandemi virus corona yang saat ini terjadi di dunia menyebabkan kecemasan bagi masyarakat dunia. Berbagai upaya dilakukan untuk mencegah penyebaran virus corona terus menyebar. Dimulai dari rajin mencuci tangan, physical distancing, pembatasan aktivitas, pemakaian masker, perilaku hidup bersih dan sehat serta menjaga kesehatan agar sistem imun meningkat.

Sistem imun atau daya tahan tubuh dapat ditingkatkan dengan mengonsumsi herbal yang mengandung antioksidan. Secara khusus, di dalam Al-Quran telah disebutkan beberapa herbal yang mengandung antioksidan, salah satunya adalah zaitun, sehingga zaitun dapat

digunakan untuk meningkatkan sistem imun tubuh.

## METODE

Metode yang digunakan adalah Systematic Literature Riview (SLR) yang diambil dari beberapa jurnal Nasional maupun Internasioanal dari artikel ahli yang diakses online. Metode ini berupaya meringkas pemahaman kondisi terkini mengenai suatu topik. Systematic Literatur Riview ini menyajikan materi yang telah di terbitkan lima tahun sebelumnya dan menganalisis suatu fakta baru, referensi didapatkan dari jurnal yang di publikasikan secara global melalui database Internsional Library of Medicine (pubmed) dan google scholer. Sumber pustaka yang terdiri dari 3 Jurnal Nasional dan 2 Jurnal Internasional. Penelitian Sumber ini dilakukan dengan peninjauan pada abstark, metode penelitian, hasil penelitian, serta kesimpulan, pada zaitun yang berkhasiat untuk menyembuhkan berbagai penyakit khususnya dalam pengobatan herbal dalam menangani masalah covid pada saat ini. Metode yang diggunakannya juga menggunakan analisis deskriptif yang bersumber dari Jurnal dari para ahli yang terdiri dari jurnal Nasional rahmat Faisal Syamsu Universitas Muslim Indonesia, Ida Khoirunisa dan Risti Yudianingsih Fakultas Sain dan Teknologi UIN Sunan Kalijaga, Tyas Rini Sarawati Fakultas Sains dan Matematika Universitas Ponogoro dengan rata-rata metode yang digunakan yaitu Penentuan Aktivitas antioksidan dengan metode DPPH diawali dengan pengambilan sampel, Penelitian eksperimen laboratorium dengan kontrol pre dan post test dan mengumpulkan data dari berbagai jurnal terkait.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Buah zaitun memiliki kandungan fenol yang tinggi dan juga senyawa khas yang hanya dimiliki oleh family oleaceae, yaitu sekoiridoid. Buah zaitun tua biasanya diekstraksi dengan diperas sehingga dihasilkan minyak zaitun. Minyak zaitun mengandung asam lemak tak jenuh yang dibutuhkan oleh tubuh.

Di dalam ilmu kesehatan zaitun memiliki peran penting dalam mengobati berbagai penyakit, terutama minyaknya. Para ilmuan islam meneliti zaitun dan berpacu pada QS. An- Nahl ayat 11

يُنْبِتُ لَكُمْ بِهِ الزَّرْعَ وَالزَّيْتُونَ وَالنَّخِيلَ وَالْأَعْنَابَ وَمِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ

Artinya : Dengan (air hujan) itu Dia menumbuhkan untuk kamu tanam- tanaman, zaitun, kurma, anggur dan segalamacam buah-buahan. Sungguh, pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda (kebesaran Allah) bagi orang yang berpikir. (QS. An-Nahl : 11)

Dan dalam Surat At-Tiin ayat 1

وَالنِّينَ وَالزَّيْتُونَ

Artinya : Demi (buah) Tin dan (buah)Zaitun.

Hasan Syamsi Basya, dalam bukunya Zaitūn bayna Ath-Thibbi wal-Qur’āni (Pohon Zaitun dalam Perspektif Medis dan Al-Qur’an) menjelaskan keistimewaan pohon yang diberkahi ini. Beliau mengatakan, “Pohon ini memiliki keunikan karena umurnya yang panjang”. Bahkan, andaikata akar tunggangnya mati, dahan- dahannya bisa tumbuh di sekitar akarnya untuk membentuk sebuah pohon baru (Badwilan, 2010).

Dalam Jurnal Keistimewaan Zaitun dalam Perspektif Islam dan Sains diperoleh hasil :

Menurut Astawan (2015), buah zaitun muda berwarna hijau kekuningan biasanyadigunakan sebagai penambah rasa, sedangkan buah zaitun yang matang berwarna hitam biasanya diperas untuk diambil minyaknya. Setiap buah zaitun yang matang mengandung 80% air, 15% minyak, 1% protein, 1% karbohidrat, dan 1% serat.

Daun zaitun sudah lama dimanfaatkan masyarakat kuno Yunani sebagai pembasuh luka. Daun zaitun juga digunakan sebagai obat kandung kemih,riset menunjukkan daun zaitun memiliki kemampuan membantu penurunan kadar gula dalam darah sebagaimana juga

bermanfaat menurunkan tekanan darah tinggi. Daun tersebut juga mengandung zat anti mikroba dan sangat efektif membasmi sejumlah jamur, virus, dan bakteri (Khasanah, 2011)

Dalam jurnal ktivitas Antioksidan Berbagai Minyak Edible Menggunakan Metode DPPH diperoleh hasil :

Proses oksidasi didalam tubuh akan menghasilkan radikal bebas, yang dapat memicu reaksi berantai sehingga merusak sel, dan antioksidan akan menghambat reaksi berantai tersebut. Antioksidan merupakan suatu inhibitor proses oksidasi, dalam konsentrasi yang relatif kecil mampu menghasilkan peran fisiologis yang beragam didalam tubuh. Bahan yang terkandung dalam antioksidan akan berperan sebagai radical scavengers yang mengubah radikal bebas menjadi less reactive spesies. Antioksidan alami terdapat pada semua bagian tanaman, meliputi carotenoid, vitamin, phenol, flavonoid dan endogenous metabolites ( Mandal et al., 2009).

Proses oksidasi didalam tubuh akan menghasilkan radikal bebas, yang dapat memicu reaksi berantai sehingga merusak sel, dan antioksidan akan menghambat reaksi berantai tersebut. Antioksidan merupakan suatu inhibitor proses oksidasi, dalam konsentrasi yang relatif kecil mampu menghasilkan peran fisiologis yang beragam didalam tubuh. Bahan yang terkandung dalam antioksidan akan berperan sebagai radical scavengers yang mengubah radikal bebas menjadi less reactive spesies. Antioksidan alami terdapat pada semua bagian tanaman, meliputi carotenoid, vitamin, phenol, flavonoid dan endogenous metabolites ( Mandal et al., 2009).

Data yang didapat dari hasil penelitian ini, setelah dianalisis dengan ANOVA dan uji lanjut dengan BNT pada taraf signifikansi 5% menunjukkan bahwa terdapat beda nyata kandungan fenol olive oil, Senyawa phenol yang mampu mempengaruhi aktivitas

antioksidan bukan hanya jumlah tetapi juga struktur dan posisi gugus hidroksilnya (Balasundram et al., 2006).

Dalam jurnal Aktivitas Antioksidan Ekstrak Metanol Pada Ekstrak Virgin Minyak Zaitun Kemasan diperoleh hasil :

Kemampuan sampel ekstrak virgin minyak zaitun dalam menangkap radikal bebas dalam hal ini DPPH merupakan suatu indikasi bahwa sampel tersebut beraktivitas antioksidan. Proses penangkapan radikal ini melalui mekanisme pengambilan atom hidrogen dari senyawa antioksidan oleh radikal bebas sehingga radikal bebas menangkap satu elektron dari senyawa antioksidan [10]. IC50 pada pengulangan ke 1 ini dihasilkan dari regresi linier sebesar 587,16 ppm.

Hasil dari jurnal pertama yaitu berdasarkan hasil penelitian ANOVA dan uji lanjut BNT pada tahap kepercayaan 95% maka didapatkan bahwa olive oil merupakan antioksidan yang paling kuat. Jurnal yang kedua menjelaskan bahwa Dari penelitian ini mampu menurunkan profil lipid ,dan menjaga dari pencegahan kolestrol akibat mekonsumsi zaitun pada penelitian dalam darah tikus. Jurnal ke tiga bahwa obatherabal dapat membantu dalam pengobatan virus corona, zaitun ini sudah terpercaya untuk dijadikan obat dalam berbagai penyakit yang dianjurkan oleh Rosullulah dan benar atas keberkahan dan keistimewaan zaitun didalam Al- Quran. hasil dari jurnal ke empat yaitu menjelaskan bahwa kuantifikasi antioksidan dalam proses ekstraksi minyak zaitun dalam pabrik membuktikan bahwa minyak zaitun memiliki jumlah antioksidan yang menarik.

Hasil dari jurnal ke lima yaitu adanya potensi kesehatan zaitun dan polifenol didalam tubuh.

Hampir semua orang membicarakan bagaimana menjaga imunitas tubuh agar terhindar dari berbagai virus Corona (covid-19). Selain mengatur pola makan dan nutrisi serta menjaga kebersihan dan istirahat yang

cukup, perlu menambahkan menu antioksidan dalam keseharian. Antioksidan di dalam zaitun tentunya bukan hanya untuk wajah saja tetapi antioksidan berperan melindungi organ tubuh dari serangan radikal bebas yang bisa membantu meningkatkan imunitas tubuh. Menurut Medical Marketing Manager kalbe, Nutrilions dokter Adeline Devita, sebenarnya tubuh kita memiliki kemampuan untuk menghasilkan antioksidan sendiri yang dihasilkan oleh tubuh diantaranya adalah glutathione. Glutathione ini dapat menetralkan radikal bebas menjadi bentuk tidak berbahaya bagi tubuh, sebelum akhirnya radikal bebas itu dikeluarkan oleh tubuh. Dr. Adeline menambahkan, antioksidan bekerja dengan menambahkan elektron ke radikal bebas sehingga elektron menstabilkannya. Dua antioksidan yang paling terkenal pada zaitun yaitu, vitamin C dan vitamin E yang berfungsi memperlambat atau menghentikan proses kerusakan sel-sel di dalam tubuh.

Minyak zaitun mengandung senyawa fenol yang mempunyai sifat sebagai antimikroba antiinflamasi dan pencegahan kanker. Dan juga minyak zaitun mempunyai senyawa polifenol yang diyakini dapat mengurangi morbiditas dan atau mengurangi penyebaran penyakit kardiovaskular dan neurodegeneratif serta kanker. Aktivitas biologis polifenol sangat terkait dengan sifat antioksidannya.

Minyak zaitun yang kaya akan antioksidan didapatkan per 1 sendok makan (15ml) minyak zaitun mengandung 12,9% DV untuk vitamin E, nutrisi penting dan antioksidan. Diantaranya ayat Al-Quran yang menjelaskan mengenai zaitun adalah surat Al-Tin ayat 1-2 zaitun merupakan bahan makanan yang mengandung kadar protein cukup. Menurut kitab tafsir Al-Muntakabah yang dikutip oleh kitab tafsir Al-Mishbah bahwasanya pohon zaitun tergolong salah satu karunia Allah yang sangat luar biasa karena ia merupakan jenis pohon kayu yang berumur ratusan tahun.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan : Zaitun memiliki banyak keistimewaan salah satunya adalah sebagai antioksidan. Zaitun memiliki kandungan fenol yang berkhasiat sebagai antioksidan dan untuk meningkatkan imun di era pandemic saat ini.

Saran : Kiranya hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan bacaan, informasi, dan sebagai bahan referensi bagi mahasiswa Jurusan Farmasi dalam melakukan penelitian lebih lanjut mengenai Pengobatan Islami yang terdapat pada suatu tanaman.

Diharapkan kita dapat memanfaatkan tanaman zaitun dengan sebaik-baiknya karena zaitun ini mengandung banyak manfaat bagi kesehatan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Nisak, Khilyatun. 2018. Keistimewaan Zaitun dalam Perspektif Al-Qur'an dan Sains (Analisis Penafsiran Surat al Mukminun ayat 20). Surabaya: UIN Sunan Ampel.
- Badwilan, Ahmad Salim. 2010. Manfaat dan Khasiat Minyak Zaitun, Surakarta: Thibbia.
- Astawan, Made. 2015. et al., Fakta dan Manfaat Minyak Zaitun, Jakarta: PT Kompas Media Nusantara.
- Khasanah, Nur, Kandungan Buah-buahan dalam Alquran. "Fakultas tarbiyah IAIN Walisongo Semarang", Semarang: Jurnal Penomenom, Vol.1, No.3, 2011.
- Al-Shwyeh, Hussah A. 2019. Date Palm (Phoenix dactylifera L.) Fruit as Potential Antioxidant and Antimicrobial Agents. Journal of Pharmacy and BioAllied Sciences. 11(1): 1-11
- Ahmad Zaki. 2008. Buah-Buahan Yang Disebut Dalam Al-Qur'an. <http://ahmadzaki.wordpress.com/2008/09/01/buah-buahan-yang-disebut-dalam-al-quran>.

