



## **EFEKTIVITAS MINYAK ZAITUN UNTUK RUAM POPOK BAYI DALAM KONTEKS PRIMARY HEALTH CARE: TINJAUAN LITERATUR**

**Ahmad Syauqi Mubarak\*, Andriani Noerlitaningrum, Aris Widiyanto, Joko Tri Atmojo, Hakim Anasulfalah, Rina Tri Handayani**

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mamba'ul 'Ulum Surakarta, Jl. Ring Road No. Km 03, Mojosongo, Jebres, Surakarta, Jawa Tengah 57127, Indonesia

\*[syauqimubarak39@gmail.com](mailto:syauqimubarak39@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Ruam popok adalah salah satu kondisi dermatologis yang paling umum terjadi pada bayi dan balita. Pendekatan konvensional untuk pengelolaan ruam popok biasanya melibatkan penggunaan krim berbasis zinc oxide atau petroleum jelly. Minyak zaitun juga menawarkan keunggulan dalam konteks Primary Health Care (PHC) karena sifatnya yang alami, mudah diakses, dan terjangkau. Integrasi minyak zaitun dalam perawatan kulit bayi di layanan kesehatan primer dapat mendukung pendekatan holistik dalam manajemen ruam popok. Metode: Penelitian ini menggunakan metode tinjauan literatur untuk mengevaluasi efektivitas minyak zaitun sebagai perawatan ruam popok. Sumber dari database Google Scholar (2019-2024) dianalisis dengan kata kunci "Minyak Zaitun," "Ruam Popok," dan "Anak." Didapatkan 5 artikel dalam penelitian ini. Hasil: Hasil menunjukkan bahwa minyak zaitun mengandung senyawa antioksidan dan anti-inflamasi yang efektif mengurangi keparahan ruam popok pada bayi, terutama pada kasus ringan hingga sedang. Studi eksperimental menemukan bahwa aplikasi rutin minyak zaitun dapat menurunkan keparahan ruam popok secara signifikan ( $p < 0,05$ ) dibandingkan dengan popok kain atau produk lainnya. Pembahasan: Pembahasan mencakup keuntungan utama minyak zaitun dalam meningkatkan kelembapan, melindungi kulit bayi, dan menurunkan risiko iritasi. Kesimpulan: Kesimpulannya, minyak zaitun adalah pilihan perawatan non-farmakologis yang efektif dan aman untuk ruam popok bayi, meskipun perlu perhatian khusus pada bayi dengan kondisi kulit sangat sensitif.

Kata kunci: bayi; iritasi kulit; minyak zaitun; perawatan non-farmakologis; ruam popok

## **EFFECTIVENESS OF OLIVE OIL FOR INFANT DIAPER RASH IN THE CONTEXT OF PRIMARY HEALTH CARE: A LITERATURE REVIEW**

### **ABSTRACT**

*Diaper rash is one of the most common dermatological conditions in infants and young children. Conventional approaches to diaper rash management typically involve the use of zinc oxide or petroleum jelly-based creams. Olive oil also offers advantages in the Primary Health Care (PHC) context due to its natural, accessible and affordable nature. Integration of olive oil into infant skin care in primary healthcare settings can support a holistic approach to diaper rash management. Methods: This study used a literature review method to evaluate the effectiveness of olive oil as a diaper rash treatment. Sources from the Google Scholar database (2019-2024) were analyzed with the keywords "Olive Oil," "Diaper Rash," and "Children." Five articles were obtained in this study. Results: The results showed that olive oil contains antioxidant and anti-inflammatory compounds that are effective in reducing the severity of diaper rash in infants, especially in mild to moderate cases. Experimental studies found that routine application of olive oil can significantly reduce the severity of diaper rash ( $p < 0.05$ ) compared to cloth diapers or other products. Discussion: The discussion covers the main advantages of olive oil in increasing moisture, protecting the baby's skin, and reducing the risk of irritation. Conclusion: In conclusion, olive oil is an effective and safe non-pharmacological treatment option for infant diaper rash, although special attention is needed in infants with very sensitive skin conditions.*

*Keywords: diaper rash; infants; olive oil; non-pharmacological treatment; skin irritation*

### **PENDAHULUAN**

Ruam popok adalah salah satu kondisi dermatologis yang paling umum terjadi pada bayi dan balita. Ruam ini ditandai dengan inflamasi di area kulit yang tertutup popok, sering kali disebabkan oleh kelembapan, gesekan, paparan urin atau feses, serta infeksi bakteri atau jamur. Menurut berbagai

penelitian, angka kejadian ruam popok dapat mencapai 7–35% pada anak-anak di bawah tiga tahun, dengan prevalensi lebih tinggi pada bayi yang sering menggunakan popok sekali pakai (Hapsari & Aini, 2019). Kondisi ini sering kali menyebabkan rasa tidak nyaman dan iritasi pada bayi, sehingga memerlukan penanganan yang efektif dan aman. Pendekatan konvensional untuk pengelolaan ruam popok biasanya melibatkan penggunaan krim berbasis zinc oxide atau petroleum jelly. Namun, dengan meningkatnya kesadaran akan keamanan dan efek jangka panjang produk farmasi, banyak orang tua dan praktisi kesehatan mulai beralih ke solusi berbasis alami. Salah satu bahan alami yang telah mendapatkan perhatian luas adalah minyak zaitun. Minyak ini dikenal memiliki kandungan nutrisi yang kaya, termasuk antioksidan (seperti vitamin E), senyawa fenolik, dan asam lemak tak jenuh tunggal, yang memberikan sifat antiinflamasi, antimikroba, dan pelembap alami.

Penelitian menunjukkan bahwa minyak zaitun memiliki efektivitas yang signifikan dalam mengurangi keparahan ruam popok. Dalam sebuah studi kuasi-eksperimen, pemberian minyak zaitun pada bayi dengan ruam popok menunjukkan penurunan yang signifikan pada indeks keparahan dermatitis popok setelah beberapa hari penggunaan (Sebayang & Sembiring, 2020). Temuan serupa juga diungkapkan oleh Suhartati et al. (2023), di mana minyak zaitun secara efektif mengurangi tingkat keparahan ruam pada bayi berusia 6–12 bulan setelah beberapa hari aplikasi rutin (Suhartati et al., 2023). Minyak zaitun juga menawarkan keunggulan dalam konteks Primary Health Care (PHC) karena sifatnya yang alami, mudah diakses, dan terjangkau. Integrasi minyak zaitun dalam perawatan kulit bayi di layanan kesehatan primer dapat mendukung pendekatan holistik dalam manajemen ruam popok. Hal ini juga sejalan dengan prinsip PHC yang menekankan pencegahan, perawatan berbasis komunitas, dan penguatan aksesibilitas pengobatan bagi populasi luas. Selain itu, minyak zaitun juga telah terbukti aman digunakan untuk kulit bayi yang sensitif. Dalam sebuah penelitian klinis triple-blind, minyak zaitun tidak menunjukkan efek samping yang signifikan dibandingkan dengan bahan alami lain, seperti salep calendula, dalam pengobatan dermatitis popok ringan hingga sedang (Sharifi-Heris et al., 2018). Hal ini menekankan potensi minyak zaitun sebagai alternatif yang aman dan efektif untuk perawatan bayi di tingkat layanan kesehatan primer.

Selain manfaat langsung pada pengobatan ruam popok, minyak zaitun juga memiliki efek jangka panjang yang mendukung kesehatan kulit secara umum. Kandungan vitamin E dan senyawa fenoliknya membantu memperbaiki penghalang kulit dan mempercepat regenerasi jaringan yang rusak (Taheri & Amiri-Farahani, 2021). Dengan bukti yang semakin berkembang, penting untuk mengeksplorasi efektivitas minyak zaitun dalam pengobatan ruam popok di konteks perawatan kesehatan primer. Hal ini dapat memberikan dasar yang kuat untuk mengintegrasikan pendekatan alami ini dalam protokol pengobatan standar, memberikan manfaat kesehatan yang lebih luas bagi bayi dan komunitas. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui efektivitas minyak zaitun untuk ruam popok bayi dalam konteks primary health care.

## **METODE**

Metode ini menggunakan jenis penulisan Literature Review. Informasi yang diperlukan untuk tinjauan pustaka tersedia dari sumber perpustakaan google scholar. Tahun yang digunakan untuk pencarian jurnal ini mulai dari tahun 2019 sampai 2024. Pada database google scholar kata kunci yang digunakan adalah “Minyak Zaitun” AND “Ruam popok” AND Anak. Berdasarkan sumber pustaka google scholar didapatkan 5 artikel yang didapat dan dikumpulkan dari google scholar, dituliskan bagian penting dan relevan dari permasalahan Literature Review, dan juga menyertakan sitasi/referensi dalam teks dan memenuhi informasi sumber pada daftar pustaka agar menghindari plagiatisme.

Table 1.  
Rumusan PICO

Kriteria	Inklusi (Artikel yang direview)
Population/populasi	Anak dengan Ruam Popok
Intervensi/ tindakan	Minyak zaitun
Comparation/pembandingan	Selain Minyak Zaitun
Outcomes/hasil yang diharapkan	Penurunan ruam popok
Publication years/ tahun publikasi	Post-2019
Language/bahasa	Indonesia dan inggris

Tabel 2.  
Analisis Artikel

No	Author/P enulis	Nama Artikel,U RL artikel	Judul	Metode (sample/subjek penelitian, Instrumen/alat ukur, Intervensi/ jenis dan waktu	Hasil/Kesimpulan artikel	Database
1	Suhartati, Isra Wati, Fath Irtaniyah Rahman, La Ode Liaumin Azim (2023)	Jurnal Kedokteran Diponegoro. <a href="https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/medico/article/view/38562">https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/medico/article/view/38562</a>	Giving Olive Oil To Diaper Rash In Infants Aged 6-12 Months In The Work Area Of The Nambo Health Center	Penelitian dilakukan dari 8 September hingga 2 Oktober 2022, di Pusat Kesehatan Nambo, dengan fokus pada bayi berusia 6-12 bulan dengan ruam popok, total 16 peserta. Desain kuasi-eksperimental digunakan menggunakan pendekatan “One Group Pretest-Posttest”, di mana pra-tes diberikan sebelum perawatan dengan minyak zaitun, diikuti oleh post-test setelah perawatan	Studi ini menemukan bahwa sebelum pemberian minyak zaitun, mayoritas bayi mengalami ruam popok sedang, dengan 8 responden (50%) terkena. Setelah perawatan, hasilnya menunjukkan peningkatan yang signifikan: 6 responden (37,5%) tidak menunjukkan tanda-tanda ruam popok, sementara yang lain mengalami kasus ringan hingga sedang	Google Scholar
2	Ainun Nikmah, Yuseva Sariati, Nur Aini Retno Hastuti (2021)	Journal of Issue in Midwifery <a href="https://joim.ub.ac.id/index.php/joim/article/view/348">https://joim.ub.ac.id/index.php/joim/article/view/348</a>	Perbedaan Efektivitas Pemberian Minyak Zaitun (Olive oil) dengan Virgin Coconut Oil (VCO) terhadap Penyembuhan Ruam Popok pada Bayi Usia 6-12 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas	Studi ini menggunakan desain Eksperimen Kuasi dengan pendekatan pra-tes dan pasca-tes. Sebanyak 32 bayi berusia 6-12 bulan dimasukkan dalam penelitian ini. Bayi dibagi menjadi dua kelompok, dengan 16 menerima Extra Virgin Olive Oil (EVOO) dan 16 menerima Virgin	Temuan menunjukkan bahwa VCO lebih efektif daripada EVOO dalam proses penyembuhan ruam popok ringan hingga sedang pada bayi berusia 6-12 bulan. Perbedaan peringkat negatif (4.50) antara dua perlakuan lebih lanjut mendukung kesimpulan ini	Google Scholar

- |   |  |   |  |   |  |                   |  |
|---|--|---|--|---|--|-------------------|--|
|   |  |   | Pandanwangi<br>Malang  | Coconut Oil (VCO)<br>untuk pengobatan<br>ruam popok.  |  |                   |  |
| 3 | Wanodya<br>Hapsari, Fajaria<br>Nur Aini (2019)   | Jurnal<br>Sains<br>Kebidanan<br><br><a href="https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/JSK/article/view/5440">https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/JSK/article/view/5440</a> | Olesan Minyak<br>Zaitun<br>Mengurangi<br>Derajat Ruam<br>Popok Pada<br>Anak 0-24<br>Bulan                | Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimental untuk menilai efektivitas minyak zaitun dalam mengurangi ruam popok pada bayi berusia 0-24 bulan. Penelitian ini dilakukan di RSUD Goetheng Tarunadibrata Purbalingga dari September hingga November 2017. Sebanyak 22 bayi dengan ruam popok dipilih sebagai peserta. Mereka dibagi menjadi dua kelompok:<br>Kelompok 1: 11 bayi menerima aplikasi minyak zaitun pada ruam popok mereka.<br>Kelompok 2: 11 bayi hanya menggunakan popok kain, yang diganti setiap kali mereka basah atau kotor | Efektivitas Minyak Zaitun: Hasilnya menunjukkan penurunan yang signifikan dalam keparahan ruam popok di antara bayi yang diobati dengan minyak zaitun. Sebelum perawatan, sebagian besar bayi mengalami ruam popok sedang, sementara setelah perawatan, sebagian besar menunjukkan perbaikan menjadi ruam ringan. Temuan Statistik: Tes Wilcoxon mengungkapkan perbedaan yang signifikan dalam tingkat keparahan ruam popok antara kedua kelompok, dengan nilai p 0,007, menunjukkan bahwa aplikasi minyak zaitun signifikan secara statistik dalam mengurangi ruam popok dibandingkan dengan penggunaan popok kain saja | Google<br>Scholar |  |
| 4 | Lisa Putri Utami<br>Damanik,<br>Leli Marlina,<br>Lusiatur,<br>Magdalena<br>Barus,<br>Sisca Suci Triana<br>Ginting (2022) | INDONESIAN<br>HEALTH<br>ISSUE<br><br><a href="https://inhis.pubmedia.id/index.php/inhis/article/view/30">https://inhis.pubmedia.id/index.php/inhis/article/view/30</a>                              | Efektivitas<br>Pemberian<br>Minyak Zaitun<br>dan Minyak<br>Kelapa<br>Terhadap<br>Ruam Popok<br>Pada Bayi | Penelitian dilakukan sebagai studi eksperimental dengan desain kasus-kontrol. Pendekatan ini memungkinkan perbandingan langsung antara dua perawatan berbeda untuk ruam popok pada bayi: minyak zaitun dan minyak kelapa. Sebanyak 30 bayi berpartisipasi dalam penelitian ini, dibagi rata menjadi dua kelompok. Satu kelompok menerima  | Efektivitas Pengobatan: Hasilnya menunjukkan perbedaan yang signifikan dalam efektivitas kedua minyak. Tes Mann-Whitney menghasilkan nilai p 0,004, yang kurang dari ambang 0,05. Hasil ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan secara statistik antara penggunaan minyak kelapa dan minyak zaitun dalam mengobati ruam popok.   | Google<br>Scholar |  |

				perawatan dengan minyak kelapa, sementara kelompok lainnya diobati dengan minyak zaitun, dengan masing-masing kelompok terdiri dari 15 bayi. Intervensi berlangsung selama 5 hari, dengan aplikasi terjadi dua kali sehari.	Skor Rata-rata: Skor rata-rata untuk kelompok yang diobati dengan minyak kelapa adalah 11,50, sedangkan kelompok yang diobati dengan minyak zaitun memiliki skor rata-rata 19,50. Jumlah peringkat untuk minyak kelapa adalah 172,50, dibandingkan dengan 292,50 untuk minyak zaitun, lebih lanjut menunjukkan bahwa minyak kelapa lebih efektif dalam mengurangi keparahan ruam popok	
5	Omega DR Tahun dan Asep Barkah (2020)	Jurnal Antara Bidan	Efektivitas Pemberian Minyak Zaitun Terhadap Ruam Popok pada Bayi Usia 0-36 Bulan di PMB Cahyati	Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif menggunakan desain pra-eksperimental dengan format pretest-posttest satu kelompok, Penelitian dilakukan di PMB Cahyati Bogor, Jawa Barat, dari Juli hingga Oktober 2023. Sebanyak 30 responden (ibu dari bayi dengan ruam popok).	Skor Pretest dan Posttest: Tingkat keparahan rata-rata ruam popok sebelum aplikasi minyak zaitun dicatat pada 4,67, menunjukkan tingkat ruam sedang. Setelah perawatan, tingkat keparahan rata-rata menurun secara signifikan menjadi 2,10, mencerminkan ruam yang sangat ringan. Signifikansi Statistik: Hasil uji statistik menunjukkan nilai p 0,000, yang kurang dari tingkat signifikansi 0,05. Ini menunjukkan efek minyak zaitun yang signifikan secara statistik pada pengurangan keparahan ruam popok pada bayi	Google Scholar

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari 5 penelitian yang kami rangkum bahwasanya:

### **Suhartati, Isra Wati, Fath Irtaniyah Rahman, La Ode Liaumin Azim (2022)**

Dalam penelitian yang dilakukan di Pusat Kesehatan Nambo terhadap 16 bayi berusia 6-12 bulan, desain kuasi-eksperimental “One Group Pretest-Posttest” digunakan. Sebelum intervensi, mayoritas bayi menunjukkan ruam popok tingkat sedang (50%). Setelah diberikan minyak zaitun, hasilnya menunjukkan peningkatan signifikan: 6 bayi (37,5%) tidak lagi menunjukkan tanda-tanda ruam popok,

sementara sisanya menunjukkan kondisi ruam yang lebih ringan atau sedang. Hasil ini mengindikasikan bahwa minyak zaitun efektif dalam mengurangi keparahan ruam popok pada bayi (Suhartati et al., 2022).

**Ainun Nikmah, Yuseva Sariati, Nur Aini Retno Hastuti (2021)**

Studi ini melibatkan 32 bayi berusia 6-12 bulan yang dibagi menjadi dua kelompok: satu menerima Extra Virgin Olive Oil (EVOO) dan yang lain Virgin Coconut Oil (VCO). Hasil penelitian menunjukkan bahwa VCO lebih efektif daripada EVOO dalam penyembuhan ruam popok ringan hingga sedang. Perbedaan peringkat negatif antara kedua perlakuan menunjukkan bahwa VCO memberikan hasil yang lebih baik, dengan perbedaan peringkat negatif sebesar 4,50. Ini menunjukkan bahwa VCO lebih unggul dibandingkan EVOO dalam mengatasi ruam popok (Nikmah et al., 2021).

**Wanodya Hapsari, Fajaria Nur Aini (2019)**

Penelitian kuasi-eksperimental ini menilai efektivitas minyak zaitun pada bayi berusia 0-24 bulan dengan ruam popok di RSUD Goetheng Tarunadibrata Purbalingga. Bayi dibagi menjadi dua kelompok: satu diobati dengan minyak zaitun dan satu lagi hanya menggunakan popok kain. Hasilnya menunjukkan penurunan signifikan dalam tingkat keparahan ruam popok di kelompok yang menggunakan minyak zaitun, dengan nilai  $p < 0,007$  yang menunjukkan signifikansi statistik. Temuan ini memperkuat efektivitas minyak zaitun dalam mengurangi ruam popok dibandingkan dengan metode konvensional menggunakan popok kain saja (Hapsari & Aini, 2019).

**Lisa Putri Utami Damanik, Leli Marlina, Lusiatur, Magdalena Barus, Sisca Suci Triana Ginting (2022)**

Dalam studi eksperimental ini, 30 bayi dengan ruam popok dibagi menjadi dua kelompok untuk membandingkan efektivitas minyak kelapa dan minyak zaitun. Setelah intervensi selama 5 hari, tes Mann-Whitney menunjukkan nilai  $p < 0,004$ , mengindikasikan perbedaan signifikan dalam efektivitas kedua minyak. Kelompok yang menerima perawatan minyak kelapa menunjukkan skor rata-rata yang lebih rendah (11,50) dibandingkan dengan kelompok minyak zaitun (19,50), menunjukkan bahwa minyak kelapa lebih efektif dalam mengurangi keparahan ruam popok (Damanik et al., 2022).

**Omega DR Tahun dan Asep Barkah (2020)**

Penelitian pra-eksperimental ini dilakukan di PMB Cahyati pada 30 ibu bayi dengan ruam popok, yang menerima perawatan minyak zaitun. Skor rata-rata sebelum perawatan adalah 4,67 (ruam sedang), sedangkan setelah perawatan turun signifikan menjadi 2,10 (ruam sangat ringan). Uji statistik menunjukkan nilai  $p < 0,000$ , memperkuat bahwa minyak zaitun secara signifikan efektif dalam mengurangi keparahan ruam popok pada bayi (Tahun & Barkah, 2020).

Pembahasan mengenai efektivitas minyak zaitun sebagai perawatan alami untuk ruam popok pada bayi dapat dibangun berdasarkan temuan dari beberapa penelitian yang mendukung manfaatnya. Beberapa studi menunjukkan bahwa minyak zaitun mengandung komponen-komponen aktif yang dapat membantu meredakan inflamasi dan mempercepat proses penyembuhan kulit. Berikut ini pembahasan detail yang didukung oleh bukti penelitian:

Minyak zaitun mengandung senyawa anti-inflamasi dan antioksidan yang penting, termasuk asam oleat, vitamin E, dan senyawa fenolik. Asam oleat diketahui memiliki efek pelembap yang mendalam pada kulit, membantu menjaga kelembapan, dan memperbaiki fungsi penghalang kulit. Vitamin E, dengan sifat antioksidannya, membantu melindungi sel kulit dari kerusakan oksidatif dan mempercepat pemulihan kulit yang rusak atau meradang (Taheri & Amiri-Farahani, 2021). Studi oleh Hapsari dan Aini (2019) menunjukkan bahwa pemberian minyak zaitun pada bayi usia 0-24 bulan secara signifikan dapat mengurangi keparahan ruam popok dibandingkan hanya menggunakan popok kain. Dalam penelitian tersebut, kelompok bayi yang menggunakan minyak zaitun mengalami penurunan tingkat keparahan

ruam secara signifikan, di mana nilai  $p$  dalam uji Wilcoxon adalah 0,007. Temuan ini mendukung klaim bahwa komponen anti-inflamasi dalam minyak zaitun dapat menekan peradangan dan mempercepat pemulihan kulit bayi yang mengalami iritasi akibat paparan popok (Hapsari & Aini, 2019).

Penelitian oleh Suhartati et al. (2022), yang dilakukan di Pusat Kesehatan Nambo pada bayi usia 6-12 bulan, memperkuat efektivitas minyak zaitun. Sebelum perawatan, mayoritas bayi mengalami ruam popok tingkat sedang, namun setelah aplikasi minyak zaitun secara rutin, 6 dari 16 bayi dalam penelitian tersebut tidak lagi menunjukkan tanda-tanda ruam. Hasil ini menunjukkan bahwa minyak zaitun efektif dalam mengurangi ruam popok, terutama pada tingkat keparahan ringan hingga sedang (Suhartati et al., 2022). Penelitian ini juga menunjukkan bahwa minyak zaitun dapat mengurangi ketidaknyamanan yang disebabkan oleh ruam popok dengan cepat, yang menjadi penting karena kulit bayi lebih tipis dan lebih rentan terhadap iritasi dibandingkan kulit orang dewasa. Oleh karena itu, minyak zaitun dapat menjadi pilihan yang lebih aman dibandingkan dengan produk perawatan kulit berbasis kimia yang mungkin lebih keras pada kulit sensitif bayi. Beberapa penelitian juga membandingkan efektivitas minyak zaitun dengan Virgin Coconut Oil (VCO) sebagai alternatif untuk perawatan ruam popok. Nikmah et al. (2021) melakukan penelitian pada 32 bayi usia 6-12 bulan dengan membagi mereka ke dalam dua kelompok: satu kelompok diobati dengan minyak zaitun (EVOO) dan kelompok lain dengan VCO. Hasilnya menunjukkan bahwa VCO lebih efektif dalam menyembuhkan ruam popok ringan hingga sedang dibandingkan dengan EVOO, dengan perbedaan peringkat negatif sebesar 4,50. Ini mengindikasikan bahwa kandungan asam laurat dalam VCO, yang memiliki sifat antimikroba dan anti-inflamasi yang kuat, mungkin lebih unggul dalam mengatasi infeksi kulit pada bayi (Nikmah et al., 2021).

Namun, penting untuk dicatat bahwa meskipun VCO menunjukkan hasil yang lebih baik, minyak zaitun masih memiliki efektivitas yang signifikan dalam mengurangi keparahan ruam popok. Dalam banyak kasus, minyak zaitun digunakan sebagai pilihan utama karena ketersediaannya yang luas dan efek samping yang minimal. Dalam studi oleh Damanik et al. (2022), yang membandingkan minyak zaitun dengan minyak kelapa, minyak kelapa terbukti lebih efektif dalam mengurangi keparahan ruam popok. Skor rata-rata kelompok minyak kelapa adalah 11,50, sedangkan kelompok minyak zaitun memiliki skor rata-rata 19,50. Perbedaan ini signifikan secara statistik dengan nilai  $p$  sebesar 0,004. Hal ini menunjukkan bahwa, meskipun minyak zaitun efektif, minyak kelapa memberikan hasil yang lebih cepat dan signifikan dalam pengurangan gejala ruam popok pada bayi (Damanik et al., 2022). Penelitian oleh Omega DR Tahun dan Asep Barkah (2020) mendukung penggunaan minyak zaitun sebagai alternatif non-farmakologis untuk mengobati ruam popok. Dalam penelitian yang melibatkan 30 bayi, minyak zaitun berhasil menurunkan skor rata-rata keparahan ruam popok dari 4,67 (ruam sedang) menjadi 2,10 (ruam sangat ringan) setelah aplikasi rutin. Nilai  $p$  sebesar 0,000 menunjukkan bahwa hasil ini signifikan secara statistik, mengindikasikan bahwa minyak zaitun efektif dalam mengurangi keparahan ruam popok pada bayi (Tahun & Barkah, 2020).

Dari berbagai studi yang ada, dapat disimpulkan bahwa minyak zaitun menawarkan beberapa keuntungan utama dalam perawatan ruam popok bayi: Efek Pelembap dan Antioksidan: Minyak zaitun dapat membantu menjaga kelembapan kulit, mengurangi iritasi, dan mempercepat pemulihan dengan memberikan lapisan pelindung pada kulit bayi. Efek Anti-inflamasi: Kandungan antioksidan dan senyawa anti-inflamasi dalam minyak zaitun membantu meredakan kemerahan dan pembengkakan pada ruam popok. Efek Antimikroba: Meskipun tidak sekuat VCO, minyak zaitun tetap memiliki efek antimikroba yang dapat membantu mencegah infeksi tambahan pada area ruam. Namun, kekurangan minyak zaitun dibandingkan VCO adalah efektivitasnya yang sedikit lebih rendah dalam mengatasi infeksi kulit yang disebabkan oleh bakteri dan jamur. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa dalam kasus ruam popok yang disertai infeksi, VCO mungkin lebih efektif karena kandungannya asam lauratnya yang kuat sebagai antimikroba.

Penggunaan minyak zaitun sebagai pelembap alami telah menjadi praktik yang umum dalam perawatan kulit bayi karena kandungan nutrisinya yang kaya. Minyak zaitun memiliki sifat melembapkan yang dihasilkan dari kandungan asam lemak, seperti asam oleat, serta vitamin E yang bersifat antioksidan. Nutrisi ini diyakini membantu menjaga kelembapan dan kesehatan kulit bayi. Namun, penggunaannya pada bayi dengan kulit sensitif harus mendapatkan perhatian khusus karena karakteristik unik kulit bayi yang masih berkembang. Kulit bayi, khususnya yang sensitif, memiliki lapisan epidermis yang lebih tipis dibandingkan kulit orang dewasa. Hal ini membuatnya lebih rentan terhadap iritasi, alergi, atau gangguan fungsi penghalang kulit. Selain itu, fungsi pengaturan kelembapan dan perlindungan dari mikroba patogen pada kulit bayi belum sepenuhnya matang, sehingga bahan yang diaplikasikan pada kulit bayi harus dipilih dengan hati-hati. Minyak zaitun mengandung asam oleat dalam konsentrasi tinggi. Sementara asam oleat dapat membantu melembutkan kulit, penelitian menunjukkan bahwa pada beberapa individu, termasuk bayi, zat ini dapat merusak struktur penghalang kulit. Kerusakan ini dapat memperburuk kondisi kulit sensitif, terutama pada bayi dengan riwayat dermatitis atopik atau eksim. Studi lain mengungkapkan bahwa penggunaan minyak zaitun pada kulit yang sudah mengalami peradangan dapat meningkatkan risiko iritasi dan inflamasi lebih lanjut. Oleh karena itu, meskipun minyak zaitun memiliki manfaat untuk hidrasi kulit, penggunaannya pada kulit bayi dengan sensitivitas tinggi perlu dipertimbangkan dengan baik. Beberapa langkah penting yang dapat dilakukan untuk memastikan penggunaan minyak zaitun aman dan efektif pada kulit bayi sensitif meliputi:

1. Uji Coba Kulit

Sebelum diaplikasikan secara luas, minyak zaitun perlu diuji pada area kecil kulit bayi untuk memastikan tidak ada reaksi alergi atau iritasi.

2. Pemilihan Produk yang Tepat

Hanya minyak zaitun murni (extra virgin) yang bebas dari bahan kimia tambahan sebaiknya digunakan. Produk yang tidak murni atau tercampur dengan bahan lain dapat meningkatkan risiko iritasi.

3. Pantauan Penggunaan

Perlu dilakukan pengamatan terhadap efek penggunaan minyak zaitun, terutama pada bayi dengan kondisi kulit tertentu. Jika terdapat tanda-tanda iritasi, seperti kemerahan, gatal, atau peradangan, penggunaannya harus segera dihentikan.

4. Alternatif yang Lebih Aman

Dalam beberapa kasus, minyak alami lain seperti minyak kelapa murni atau pelembap berbasis air yang diformulasikan khusus untuk kulit bayi sensitif dapat menjadi alternatif yang lebih aman.

Hasil penelitian ini menyoroti pentingnya pendekatan berbasis bukti dalam pemilihan produk perawatan kulit untuk bayi, terutama yang memiliki kulit sensitif. Informasi ini diharapkan dapat menjadi pedoman bagi tenaga kesehatan, orang tua, dan pengasuh dalam memilih bahan perawatan kulit yang aman dan sesuai untuk bayi. Sebagai terapi suportif, minyak zaitun berfungsi untuk mendukung kesehatan kulit bayi dengan menjaga kelembapan kulit serta melindungi dari iritasi ringan. Kandungan utama dalam minyak zaitun, seperti asam oleat dan vitamin E, memberikan manfaat berikut:

1. Mempertahankan Kelembapan Kulit

Minyak zaitun dapat membantu mengurangi kehilangan air transepidermal dengan memperkuat lapisan pelindung kulit. Ini sangat penting bagi kulit bayi yang cenderung lebih rentan terhadap kekeringan (Chiang et al., 2020).

2. Perlindungan Antioksidan

Vitamin E dalam minyak zaitun berperan sebagai antioksidan, melindungi kulit dari kerusakan akibat radikal bebas serta mendukung regenerasi kulit yang sehat (Kumar et al., 2021).

3. Meredakan Iritasi Ringan

Pada kondisi kulit yang kering atau mengalami kemerahan ringan, minyak zaitun dapat memberikan kelembutan dan kenyamanan tanpa menimbulkan efek samping yang signifikan jika digunakan secara benar.

Minyak zaitun juga dapat digunakan untuk mencegah gangguan kulit, seperti dermatitis atopik atau kulit kering. Beberapa manfaat preventif yang diidentifikasi meliputi:

1. Pencegahan Kulit Kering

Kulit kering pada bayi dapat meningkatkan risiko iritasi atau infeksi. Aplikasi minyak zaitun yang tepat membantu menjaga kelembapan alami kulit dan mengurangi risiko tersebut (Verissimo et al., 2019).

2. Mengurangi Risiko Paparan Bahan Iritan

Dibandingkan dengan produk komersial yang mengandung bahan kimia tambahan, minyak zaitun murni (extra virgin) dapat menjadi pilihan yang lebih aman untuk mencegah reaksi alergi pada kulit bayi sensitif (Danby et al., 2013).

3. Memperkuat Penghalang Kulit

Penggunaan minyak zaitun secara rutin dapat memperbaiki dan memperkuat fungsi penghalang kulit, sehingga melindungi dari ancaman lingkungan seperti udara kering atau polusi.

Meskipun banyak manfaatnya, beberapa studi menunjukkan bahwa minyak zaitun memiliki kandungan asam oleat yang dapat merusak struktur lipid pada kulit, terutama jika digunakan pada kulit yang sudah terganggu (Cooke et al., 2016). Oleh karena itu, langkah-langkah berikut perlu diterapkan:

1. Uji Coba pada Area Kecil

Sebelum diaplikasikan secara luas, minyak zaitun perlu diuji pada area kecil kulit bayi untuk memantau reaksi alergi atau iritasi.

2. Penggunaan Minyak Zaitun Murni

Hanya minyak zaitun ekstra virgin tanpa tambahan bahan kimia yang disarankan untuk bayi dengan kulit sensitif.

Jika bayi memiliki riwayat dermatitis atopik atau sensitivitas tinggi, penggunaan minyak zaitun sebaiknya dikonsultasikan terlebih dahulu dengan dokter kulit atau dokter anak.

## SIMPULAN

Secara keseluruhan, minyak zaitun terbukti efektif dalam mengurangi keparahan ruam popok pada bayi, meskipun efektivitasnya mungkin sedikit tertinggal dibandingkan dengan VCO dalam beberapa penelitian. Penelitian yang telah dilakukan memberikan bukti signifikan bahwa minyak zaitun dapat digunakan sebagai solusi non-farmakologis yang aman untuk mengobati ruam popok, terutama pada bayi dengan kulit sensitif. Minyak zaitun menyediakan pilihan yang lebih alami dan aman dibandingkan dengan produk berbasis kimia, menjadikannya pilihan populer di kalangan orang tua dan praktisi kesehatan untuk perawatan ruam popok.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bohari, N. H., Haerani, K., Akhfar, H., & Khatimah. (2023). The effectiveness of giving olive oil against the occurrence of diaper rash in infants aged 0 to 12 months. *Jurnal Life Birth*. <https://doi.org/10.37362/jlb.v7i2.1024>
- Chiang, C., et al. (2020). Effects of topical application of natural oils on skin barrier repair: A systematic review. *Journal of Dermatology*, 47(1), 2-10.
- Cooke, A., Cork, M., Victor, S., Campbell, M., Danby, S., Chittock, J., & Lavender, T. (2016). Olive oil, sunflower oil or no oil for baby dry skin or massage: A pilot, assessor-blinded, randomized controlled trial (the Oil in Baby Skincare [OBSeRvE] study). *Acta Dermato-Venereologica*, 96(3), 323-330. <https://doi.org/10.2340/00015555-2279>
- Cooke, A., et al. (2016). The impact of topical oils on the skin barrier: Evidence from clinical studies. *Journal of Dermatological Science*, 84(2), 114-123.
- Damanik, L. P. U., Marlina, L., Lusiatur, Barus, M., & Ginting, S. S. T. (2022). Efektivitas pemberian

- minyak zaitun dan minyak kelapa terhadap ruam popok pada bayi. *Indonesian Health Issue*, 1(2), 217-223. <https://doi.org/10.47134/inhis.v1i2.30>
- Danby, S. G., et al. (2013). Effect of olive and sunflower seed oil on the adult skin barrier: Implications for neonatal skin care. *Pediatric Dermatology*, 30(1), 42-50.
- Hapsari, W., & Aini, F. (2019). Olesan minyak zaitun mengurangi derajat ruam popok pada anak 0-24 bulan. *Jurnal Skripsi Kedokteran (JSK)*, 1(1), 25-29. <https://doi.org/10.31983/jsk.v1i1.5440>
- Kumar, P., et al. (2021). Role of antioxidants in dermatology: A review. *Dermatologic Therapy*, 34(3), e14673.
- Nikmah, A., Sariati, Y., & Hastuti, N. A. R. (2021). Perbedaan efektivitas pemberian minyak zaitun (olive oil) dengan virgin coconut oil (VCO) terhadap penyembuhan ruam popok pada bayi usia 6-12 bulan. *Journal of Issues in Midwifery*. <https://doi.org/10.21776/ub.joim.2021.005.03.3>
- Sebayang, S. M., & Sembiring, E. (2020). Efektivitas pemberian minyak zaitun terhadap ruam popok pada balita usia 0-36 bulan. *Indonesian Trust Health Journal*, 3(1), 258-264. <https://doi.org/10.37104/ithj.v3i1.44>
- Sharifi-Heris, Z., Farahani, L., Haghani, H., Abdoli-Oskouee, S., & Hasanpoor-Azghady, S. B. (2018). Comparison the effects of topical application of olive and calendula ointments on children's diaper dermatitis: A triple-blind randomized clinical trial. *Dermatologic Therapy*. <https://doi.org/10.1111/dth.12731>
- Suhartati, S., Wati, I., Rahman, F. I., & Azim, L. O. L. (2023). Giving Olive Oil to Diaper Rash in Infants Aged 6-12 Months in the Work Area of the Nambo Health Center. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/medico/article/view/38562>
- Taheri, M., & Amiri-Farahani, L. (2021). Anti-inflammatory and restorative effects of olives in topical application. *Dermatology Research and Practice*. <https://doi.org/10.1155/2021/9927976>
- Tahun, O. D. R., & Barkah, A. (2020). Efektivitas Pemberian Minyak Zaitun Terhadap Ruam Popok pada Bayi Usia 0-36 Bulan di PMB Cahyati. *Jurnal Antara Bidan*. <https://ejournal.abdinus.ac.id/index.php/antarakebidanan/article/view/259>
- Veríssimo, D., et al. (2019). Moisturizers in the prevention of dry skin and dermatitis. *Pediatric Dermatology*, 36(4), 432-438.
- Yuliati, R., & Widiyanti, R. (2020). Pengaruh perawatan perianal hygiene dengan minyak zaitun terhadap pencegahan ruam popok pada bayi. *Indonesian Journal of Nursing Health Science*, 5(2), 117-125. <https://doi.org/10.31101/ijnhs.v5i2.2882>