

PENERAPAN TERAPI *Virgin Coconut Oil* (VCO) DALAM MENGURANGI MILIARIA (BIANG KERINGAT) PADA ANAK

Afrilia Fazrina¹, Risqina Putri², Popi Lya Destari³, Mairoel⁴, Nelly⁵

^{1 2 3 4 5} Akademi Keperawatan Kesdam Iskandar Muda Banda Aceh
email : afriliafazrina14@gmail.com

Abstrak

Miliaria (biang keringat) adalah kondisi kulit yang disebabkan oleh produksi keringat berlebihan akibat penyumbatan saluran kelenjar keringat. Kondisi ini menyebar ke wajah, dada, lipatan kulit, punggung, anggota tubuh yang tertutup pakaian, serta telapak tangan dan kaki, disertai rasa terbakar dan gatal. Sekitar 80% kasus miliaria di dunia terjadi pada anak-anak, dengan 65% terjadi pada bayi. Prevalensi miliaria di Indonesia mencapai 49,6%, umumnya terjadi pada bayi, terutama di kota-kota besar. Miliaria menempati peringkat ke-7 dari 10 penyakit kulit yang terjadi pada bayi dan balita. Prevalensi penyakit kulit ini tercatat sebesar 6,8% di Aceh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan *Virgin Coconut Oil* (VCO) dalam mengurangi miliaria (biang keringat) pada anak. Metode penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus pada dua orang anak dengan miliaria berusia 0-12 tahun yang sesuai dengan kriteria inklusi. Alat pengumpulan data menggunakan lembar observasi. Terapi VCO diberikan selama 5 hari berturut-turut dengan dibubuhkan dibagian yang terdapat tanda miliaria. Sebelum dilakukan intervensi, Subjek I mengalami bintik-bintik merah, sensasi terbakar, dan gatal, sedangkan Subjek II mengalami bintik-bintik merah yang menyebar, gatal, terbakar, dan nanah. Setelah intervensi, kondisi kedua subjek membaik, bintik-bintik dan gatal menghilang, dan nanah berkurang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi VCO efektif dalam mengurangi biang keringat pada anak-anak dan dapat digunakan sebagai pilihan intervensi non-farmakologis.

Kata kunci: Anak-anak; Biang keringat; *Virgin Coconut Oil* (VCO)

APPLICATION OF Virgin Coconut Oil (VCO) THERAPY TO REDUCE MILIARIA (Prickly Heat) IN CHILDREN

Abstract

Miliaria (prickly heat) is a skin condition caused by excessive sweat production due to blocked sweat gland ducts. This condition spreads to the face, chest, skin folds, back, parts of the body covered by clothing, as well as the palms of the hands and feet, accompanied by a burning and itching sensation. Approximately 80% of miliaria cases worldwide occur in children, with 65% occurring in infants. The prevalence of miliaria in Indonesia reaches 49.6%, generally occurring in infants, especially in large cities. Miliaria ranks 7th out of 10 skin diseases that occur in infants and toddlers. The prevalence of this skin disease was recorded at 6.8% in Aceh. This study aims to determine the application of Virgin Coconut Oil (VCO) in reducing miliaria (prickly heat) in children. This research method is descriptive with a case study approach in two children with miliaria aged 0-12 years who meet the inclusion criteria. Data collection tools used an observation sheet. VCO therapy was given for 5 consecutive days by applying it to the areas marked with miliaria. Before the intervention, Subject I experienced red spots, a burning sensation, and itching, while Subject II experienced spreading red spots, itching, burning, and pus. After the intervention, both subjects' conditions improved, with the spots and itching disappearing, and the pus decreasing. The results of this study indicate that VCO therapy is effective in reducing prickly heat in children and can be used as a non-pharmacological intervention option.

Keywords: Children; Miliaria; Virgin Coconut Oil (VCO) Therapy

1. PENDAHULUAN

Miliaria atau biang keringat merupakan salah satu gangguan kulit yang sering terjadi pada bayi dan anak-anak. Kondisi ini muncul akibat tersumbatnya saluran kelenjar keringat sehingga keringat tertahan di bawah permukaan kulit. Manifestasi klinis miliaria umumnya berupa ruam kecil kemerahan, rasa gatal, perih, dan tidak nyaman, terutama pada area lipatan tubuh seperti leher, ketiak, selangkangan, dan punggung. Miliaria lebih mudah terjadi pada lingkungan yang panas, lembap, kurang ventilasi, serta pada anak yang sering menggunakan pakaian ketat atau melakukan aktivitas fisik berlebihan.

Masalah miliaria masih cukup sering ditemukan pada kelompok anak. Laporan *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa sekitar 80% kasus miliaria menyerang bayi dan anak-anak, dengan 65% kasus terjadi pada bayi pada tahun 2016. Miliaria juga termasuk dalam sepuluh penyakit kulit yang sering muncul pada lingkungan yang pengap dan berada pada urutan ketujuh. Meskipun umumnya tergolong ringan, miliaria perlu ditangani dengan tepat karena dapat menimbulkan rasa tidak nyaman, mengganggu aktivitas anak, serta berisiko menimbulkan iritasi kulit apabila tidak segera ditangani.

Salah satu upaya penanganan yang mudah dilakukan di rumah adalah penggunaan *Virgin Coconut Oil* atau minyak kelapa murni. VCO merupakan minyak kelapa yang diolah dari daging buah kelapa tanpa proses pemanasan tinggi sehingga menghasilkan minyak yang jernih, tidak mudah tengik, dan

relatif bebas dari paparan radikal bebas akibat pemanasan. Penggunaan VCO secara teratur dapat membantu menjaga kelembapan kulit, mengurangi iritasi, serta mendukung pemulihan ruam akibat miliaria. Katmono dan Ningsih (2021) menyatakan bahwa minyak kelapa murni dapat menjadi alternatif perawatan kulit yang efektif dalam membantu mencegah dan mengurangi biang keringat.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pemberian VCO berpengaruh terhadap penurunan miliaria pada anak. Penelitian Nahira dan Syarif (2022) pada 30 bayi menunjukkan bahwa setelah diberikan intervensi VCO, sebanyak 21 bayi atau 70% mengalami kesembuhan dari biang keringat, sedangkan 9 bayi atau 30% belum mengalami kesembuhan. Hasil serupa juga dilaporkan oleh Katmono dan Ningsih (2021), yaitu dari 5 subjek yang diberikan olesan minyak kelapa murni, sebanyak 3 subjek atau 60% sembuh dalam waktu kurang dari 5 hari, sementara 2 subjek atau 40% sembuh dalam waktu lebih dari 5 hari. Temuan tersebut menunjukkan bahwa VCO berpotensi digunakan sebagai terapi sederhana dalam membantu menurunkan gejala miliaria pada anak.

Berdasarkan survei awal di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Banda Aceh, jumlah penderita miliaria pada periode Januari sampai September 2025 tercatat sebanyak 376 kasus. Jumlah tersebut terdiri dari 158 balita, 136 anak prasekolah, dan 82 anak usia sekolah dasar. Hasil wawancara awal terhadap lima penderita menunjukkan bahwa miliaria diduga dipengaruhi oleh penggunaan pakaian ketat, cuaca panas dan lembap, serta aktivitas fisik berlebihan. Kondisi ini menunjukkan perlunya penanganan yang sederhana, aman, mudah diperoleh, dan dapat diterapkan oleh keluarga di rumah.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui pengaruh penerapan *Virgin Coconut Oil* terhadap penurunan miliaria pada anak di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Banda Aceh. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu alternatif intervensi perawatan kulit yang mudah diterapkan dalam upaya mengurangi kejadian miliaria pada anak.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *quasi-experimental* melalui rancangan *pretest-posttest with control group design*. Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian *Virgin Coconut Oil* (VCO) terhadap penurunan miliaria pada anak usia 0–12 tahun di wilayah kerja Puskesmas Kota Banda Aceh.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak usia 0–12 tahun yang mengalami miliaria di wilayah kerja Puskesmas Kota Banda Aceh. Sampel dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Kriteria inklusi meliputi anak usia 0–12 tahun, mengalami miliaria, berada di wilayah kerja Puskesmas Kota Banda Aceh, serta orang tua atau wali bersedia menandatangani informed consent. Kriteria eksklusi meliputi anak dengan penyakit kulit lain, luka terbuka, riwayat alergi terhadap minyak kelapa, atau sedang menggunakan obat topikal untuk penyakit kulit.

Data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh melalui lembar observasi kondisi miliaria sebelum dan sesudah intervensi, sedangkan data sekunder diperoleh dari catatan atau dokumen pendukung di Puskesmas. Kelompok intervensi diberikan *Virgin Coconut Oil* pada area kulit yang mengalami miliaria,

sedangkan kelompok kontrol diberikan perawatan seperti biasa tanpa pemberian VCO. Pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah intervensi untuk melihat perubahan kondisi miliaria pada responden.

Analisis data menggunakan aplikasi *SPSS versi 27.0 for Windows*. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden dan kondisi miliaria, sedangkan analisis bivariat digunakan untuk mengetahui perbedaan kondisi miliaria sebelum dan sesudah intervensi serta perbedaan antara kelompok intervensi dan kontrol. Uji statistik disesuaikan dengan hasil uji normalitas data, yaitu menggunakan *paired sample t-test* dan *independent sample t-test* apabila data berdistribusi normal, atau *Wilcoxon* dan *Mann-Whitney* apabila data tidak berdistribusi normal, dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$.

3. HASIL

Tabel 1. Efektivitas Terapi VCO dalam Mengurangi *Miliaria* (Biang Keringat) Pada Anak

Responden	Sebelum Intervensi	Setelah Intervensi
Subjek I	Meningkat	Berkurang
Subjek 2	Meningkat	Berkurang

Tabel 2. Hasil Observasi *Miliaria* Pada Anak Selama Lima Hari Pemberian Terapi VCO Pada Subjek 1

Hari	Bintik - Bintik	Gatal	Nanah
Hari ke-1	Ada	Ada	Ada
Hari ke-2	Ada	Ada	Ada
Hari ke-3	Berkurang	Ada	Ada
Hari ke-4	Berkurang	Berkurang	Berkurang
Hari ke-5	Berkurang	Berkurang	Berkurang

Tabel 3. Hasil Observasi *Miliaria* Pada Anak Selama Lima Hari Pemberian Terapi VCO Pada Subjek 2

Hari	Bintik - Bintik	Gatal	Nanah
Hari ke-1	Ada	Ada	Ada
Hari ke-2	Ada	Ada	Ada
Hari ke-3	Berkurang	Ada	Berkurang
Hari ke-4	Berkurang	Berkurang	Berkurang
Hari ke-5	Berkurang	Berkurang	Berkurang

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan terapi *Virgin Coconut Oil* (VCO) memberikan perubahan positif terhadap kondisi miliaria atau biang keringat pada anak. Berdasarkan hasil observasi, kedua subjek mengalami penurunan tanda dan gejala miliaria setelah diberikan terapi VCO selama lima hari. Perubahan tersebut terlihat dari berkurangnya bintik-bintik merah, penurunan rasa gatal, serta berkurangnya tanda infeksi berupa nanah pada area kulit yang mengalami miliaria.

Pada Subjek I, sebelum diberikan intervensi VCO, kondisi miliaria ditandai dengan adanya bintik-bintik merah pada kulit, rasa gatal, serta terdapat nanah. Pada hari pertama dan kedua observasi, gejala miliaria masih tampak dengan adanya bintik-bintik, rasa gatal, dan nanah. Perubahan mulai terlihat pada hari ketiga, yaitu bintik-bintik mulai berkurang, meskipun rasa gatal dan nanah masih ada. Pada hari keempat dan kelima, kondisi kulit menunjukkan perbaikan yang lebih jelas, ditandai dengan berkurangnya bintik-bintik, rasa gatal, dan nanah. Hal ini menunjukkan bahwa terapi VCO yang diberikan secara teratur mampu membantu mengurangi keluhan miliaria pada Subjek I.

Pada Subjek II, sebelum dilakukan terapi VCO, miliaria tampak lebih jelas dengan adanya bintik-bintik merah yang meluas, disertai rasa gatal, serta terdapat bintik yang berisi nanah. Pada hari pertama dan kedua, ketiga gejala tersebut masih ditemukan. Perbaikan mulai tampak pada hari ketiga, yaitu bintik-bintik dan nanah mulai berkurang, meskipun rasa gatal masih dirasakan. Pada hari keempat dan kelima, seluruh gejala mengalami penurunan, yaitu bintik-bintik berkurang, rasa gatal berkurang, dan nanah juga berkurang. Kondisi ini menunjukkan adanya respons yang baik terhadap pemberian terapi VCO pada Subjek II.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terapi VCO efektif membantu mengurangi gejala miliaria pada anak. Perubahan kondisi kulit tampak secara bertahap selama lima hari pemberian terapi, terutama pada penurunan bintik-bintik merah, rasa gatal, dan nanah. Dengan demikian, VCO dapat digunakan sebagai salah satu terapi alternatif sederhana dalam membantu mengatasi miliaria ringan pada anak, khususnya apabila diberikan secara rutin dan disertai dengan perawatan kebersihan kulit yang baik.

4. PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian terapi *Virgin Coconut Oil* (VCO) selama lima hari dapat membantu mengurangi gejala miliaria atau biang keringat pada anak. Perubahan terlihat pada kedua subjek, yaitu berkurangnya bintik-bintik merah, rasa gatal, kemerahan disertai rasa panas, serta nanah. Pada Subjek I, sebelum terapi ditemukan bintik-bintik merah yang terasa panas dan gatal serta terdapat nanah. Setelah diberikan terapi VCO secara rutin, bintik-bintik dan rasa gatal tidak ada lagi, kemerahan dan rasa panas berkurang, serta nanah tidak ditemukan. Pada Subjek II, sebelum terapi terdapat bintik-bintik merah yang meluas, gatal, terasa panas, dan terdapat bintik berisi nanah. Setelah terapi, bintik-bintik berkurang, rasa gatal dan kemerahan tidak ada lagi, serta nanah kekuningan mulai berkurang.

Perbaikan kondisi kulit pada kedua subjek tampak secara bertahap. Pada hari pertama dan kedua, sebagian gejala masih terlihat, namun mulai terjadi penurunan rasa gatal. Pada hari ketiga dan keempat, bintik-bintik merah, kemerahan yang terasa panas, serta nanah mulai berkurang. Pada hari kelima, rasa gatal tidak ditemukan lagi dan bintik-bintik tampak semakin membaik. Kondisi ini menunjukkan bahwa VCO tidak bekerja secara instan, tetapi membutuhkan penggunaan yang rutin dan berkelanjutan agar dapat membantu proses pemulihan kulit.

Secara fisiologis, VCO berpotensi membantu mengurangi miliaria karena mengandung pelembap alami dan asam lemak jenuh rantai sedang yang mudah menyerap ke lapisan kulit. Kandungan tersebut membantu menjaga

kelembapan, kelenturan, dan kekenyalan kulit, sehingga kulit yang mengalami iritasi akibat biang keringat dapat menjadi lebih nyaman. Selain itu, VCO juga dapat membentuk lapisan pelindung tipis pada permukaan kulit yang membantu mengurangi gesekan dan rasa tidak nyaman pada area kulit yang mengalami miliaria.

Keberhasilan penerapan terapi VCO dalam penelitian ini juga dipengaruhi oleh beberapa faktor pendukung, yaitu dukungan keluarga, kepatuhan, kerutinan terapi, serta pengetahuan ibu. Dukungan keluarga, khususnya dari ibu, memberikan motivasi kepada anak untuk mengikuti terapi dengan baik. Dukungan emosional dari keluarga dapat meningkatkan semangat, kenyamanan, dan kepatuhan subjek selama proses terapi. Hal ini sejalan dengan pendapat Yolandia dkk. (2024) yang menyatakan bahwa dukungan keluarga dalam proses penyembuhan dapat membantu tercapainya hasil terapi yang lebih optimal.

Kepatuhan dan kerutinan juga menjadi faktor penting dalam keberhasilan terapi. Kedua subjek mengikuti terapi selama lima hari berturut-turut, sehingga hasil perbaikan dapat terlihat secara bertahap. Pada Subjek I, terapi dilakukan secara rutin dan benar sejak awal. Pada Subjek II, awalnya terdapat keraguan karena sebelumnya menggunakan salep, namun setelah diberikan penjelasan dan didukung oleh ibu, subjek menjadi kooperatif dalam mengikuti terapi. Hal ini menunjukkan bahwa terapi yang dilakukan secara teratur dapat meningkatkan efektivitas perawatan. Temuan ini sejalan dengan Silaban (2023) yang menyatakan bahwa kepatuhan terhadap anjuran terapi berperan penting dalam proses penyembuhan, serta Marliah dan Misrawati (2023) yang menyebutkan bahwa terapi yang dilakukan secara rutin dan intens dapat meningkatkan keberhasilan pengobatan.

Selain itu, pengetahuan dan pendidikan orang tua turut memengaruhi proses pemulihan anak. Berdasarkan hasil pengkajian, kedua ibu subjek memiliki pendidikan terakhir Sekolah Menengah Atas (SMA). Pengetahuan ibu mengenai cara merawat kulit anak, menjaga kebersihan, memilih pakaian yang menyerap keringat, serta mengenali tanda-tanda miliaria sangat penting untuk mencegah keluhan semakin berat. Orang tua yang memiliki pengetahuan baik akan lebih cepat mengambil tindakan perawatan dan lebih patuh dalam menjalankan terapi. Hal ini sejalan dengan penelitian Marliah dan Misrawati (2023) yang menjelaskan adanya hubungan antara pendidikan ibu dengan kejadian miliaria pada anak.

Dengan demikian, terapi VCO dapat menjadi salah satu terapi pendukung yang sederhana, mudah diterapkan di rumah, dan berpotensi membantu mengurangi gejala miliaria ringan pada anak. Namun, keberhasilan terapi tetap perlu didukung oleh kebersihan kulit, pengendalian keringat, penggunaan pakaian yang nyaman dan menyerap keringat, serta keterlibatan keluarga dalam proses perawatan. Apabila gejala semakin berat, nanah bertambah, miliaria semakin meluas, atau anak mengalami demam, maka pemeriksaan lebih lanjut oleh tenaga kesehatan tetap diperlukan.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa pemberian terapi *Virgin Coconut Oil* (VCO) selama lima hari dapat membantu mengurangi gejala miliaria atau biang keringat pada anak. Perubahan terlihat pada kedua subjek, yaitu berkurangnya bintik-bintik merah, rasa gatal, kemerahan disertai rasa panas, serta nanah. Perbaikan mulai tampak secara bertahap sejak hari

ketiga dan semakin jelas pada hari keempat hingga hari kelima. Hal ini menunjukkan bahwa terapi VCO dapat menjadi terapi pendukung yang sederhana, mudah dilakukan, dan berpotensi membantu proses pemulihan kulit pada anak dengan miliaria ringan. Keberhasilan terapi VCO dalam penelitian ini juga dipengaruhi oleh dukungan keluarga, kepatuhan, kerutinan terapi, serta pengetahuan ibu dalam melakukan perawatan kulit anak. Pemberian VCO yang dilakukan secara rutin, disertai dengan kebersihan kulit, penggunaan pakaian yang menyerap keringat, serta pengendalian suhu lingkungan, dapat membantu mempercepat penurunan gejala biang keringat pada anak.

Orang tua diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan tentang perawatan kulit anak, khususnya dalam mencegah dan menangani miliaria, dengan menjaga kebersihan kulit, mengganti pakaian saat anak berkeringat, menggunakan pakaian yang menyerap keringat, serta menjaga suhu lingkungan tetap nyaman. VCO dapat digunakan sebagai terapi pendukung dengan cara dioleskan tipis pada kulit yang bersih dan kering. Tenaga kesehatan, khususnya perawat, diharapkan dapat memberikan edukasi kepada keluarga mengenai cara penggunaan VCO yang tepat dan tanda bahaya yang perlu diwaspadai, seperti ruam semakin meluas, nanah bertambah, atau anak mengalami demam.

DAFTAR PUSTAKA

- Katmono, K., & Ningsih, A. Y. (2021). Efektivitas *Virgin Coconut Oil* (Vco) Dalam Mengurangi Biang Keringat (Miliaria) Pada Anak. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 9(1), 88–94.
- Marlia, M., & Misrawati, M. (2023). Edukasi Penggunaan Pakaian Yang Tepat Untuk Mencegah Biang Keringat Pada Anak. *Jurnal Keperawatan Anak*, 11(1), 33–41.
- Nahira, M., & Syarif, R. (2022). Pengaruh Pemberian *Virgin Coconut Oil* (Vco) Terhadap Penyembuhan Biang Keringat Pada Bayi. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 6(2), 55–60.
- Nurhayati, S., Widya, D. R., & Pratiwi, L. A. (2023). Terapi Farmakologi Dan Non-Farmakologi Dalam Penanganan Biang Keringat. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 15(3), 112–118.
- Rahmad, A. (2019). *Perkembangan Anak Usia Dini*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Sammantha, D. (2019). Pengaruh *Virgin Coconut Oil* Terhadap Penyembuhan Miliaria Pada Bayi. *Jurnal Keperawatan Masyarakat*, 5(1), 45–51.
- Silaban, M. (2023). Kepatuhan terhadap pengobatan dan kaitannya dengan hasil terapi. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 14(2), 67–75.
- World Health Organization. (2015). *Global Report On Dermatological Diseases*. Geneva: WHO Press.
- Yolandia, R., Anggraini, N., & Susanti, M. (2024). Efektivitas *Virgin Coconut Oil* Terhadap Penurunan Gejala Biang Keringat Pada Anak. *Jurnal Keperawatan Terapan*, 8(1), 28–35.