

Pelatihan Pembuatan Virgin Coconut Oil (VCO) di Desa Bulu Wattang sebagai Tindakan Preventif untuk Menjaga Kesehatan Masyarakat

Training on Making Virgin Coconut Oil (VCO) in Bulu Wattang Village as a Preventive Action to Maintain Public Health

¹Rini Sahni Putri, ²Akhwan Ali

¹Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Muhammadiyah Sidenreng Rappang, Sulawesi Selatan

²Fakultas Ilmu Sosial dan Politik, Universitas Muhammadiyah Sidenreng Rappang, Sulawesi Selatan

Korespondensi: R.S. Putri, rinisahni Putri@gmail.com

Naskah Diterima: 24 Oktober 2019. Disetujui: 25 Juni 2020. Disetujui Publikasi: 1 Januari 2021

Abstract. Coconut tree is a plant that has many benefits, almost all parts can be utilized by humans so it is considered a multifunctional plant. Coconut is one of the strategic commodities that has become a national flagship. Coconut trees are seen as sustainable resources that can influence all aspects of people's lives. One of the processed coconut products which has many benefits is Virgin Coconut Oil (VCO) or known by other names as virgin coconut oil or virgin oil which has many benefits in the health and beauty sector, besides that it can also be marketed to improve the economy. Bulu Wattang village has a large amount of coconut resources that can be used as a preventive measure to maintain health, care for beauty and improve the economy of the community. The training method used in community service is the demonstration method. The training is conducted by giving lectures, demonstrations, and discussions. This method is very effective because it is easier to deliver the material so that participants more easily understand the training material. VCO making training activities carried out smoothly in the village of Bulu Wattang. The VCO making training activity was attended by three Women Farmers Groups, students of the University of Muhammadiyah Sidenreng Rappang KKN and hamlet instruments in the village of Bulu Wattang. The trainees participated in the activity with enthusiasm and wanted the continuity of the training to the education stage of the packaging and marketing of training products. After the training activities were carried out, the results obtained from the Three Farmers' Women's Groups who conducted VCO making training for use in the health and beauty sector, around 90% of the training activities were obtained until completion and obtained the results of VCO products. However, of the three Peasant Women's Groups present, only one Peasant Women's Group succeeded in making and selling their own products in the Villages around Bulu Wattang Village.

Keywords: *Pure coconut oil, virgin oil, virgin coconut oil.*

Abstrak. Pohon kelapa merupakan tumbuhan yang memiliki banyak manfaat, hampir semua bagiannya dapat dimanfaatkan oleh manusia sehingga dianggap sebagai tumbuhan serbaguna. Kelapa merupakan salah satu komoditas strategis yang menjadi unggulan nasional. Pohon kelapa dipandang sebagai sumberdaya berkelanjutan yang dapat memberikan pengaruh terhadap segala aspek kehidupan masyarakat. Salah satu hasil olahan kelapa yang memiliki banyak manfaat yaitu Virgin Coconut Oil (VCO) atau dikenal dengan nama lain minyak kelapa murni atau minyak perawan yang memiliki banyak manfaat dalam bidang kesehatan dan kecantikan, disamping itu dapat juga dipasarkan untuk meningkatkan taraf perekonomian. Desa Bulu Wattang memiliki sumberdaya kelapa cukup besar yang dapat dimanfaatkan sebagai

tindakan preventif untuk menjaga kesehatan, merawat kecantikan dan meningkatkan taraf perekonomian masyarakat. Metode pelatihan yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah dengan memberikan ceramah, demonstrasi, dan diskusi. Metode ini sangat efektif karena lebih mudah untuk menyampaikan materi sehingga peserta lebih mudah memahami materi pelatihan. Kegiatan pelatihan pembuatan VCO dilaksanakan dengan lancar di Desa Bulu Wattang. Kegiatan pelatihan pembuatan VCO dihadiri oleh tiga Kelompok Wanita Tani, mahasiswa KKN Universitas Muhammadiyah Sidenreng Rappang dan perangkat-perangkat dusun di Desa Bulu Wattang. Peserta pelatihan mengikuti kegiatan dengan antusias dan menginginkan adanya keberlanjutannya pelatihan hingga pada tahap edukasi pengemasan dan pemasaran produk hasil pelatihan. Setelah kegiatan pelatihan dilakukan, diperoleh hasil bahwa Dari tiga Kelompok Wanita Tani yang menghadiri pelatihan pembuatan VCO untuk digunakan dalam bidang kesehatan dan kecantikan, sekitar 90% berhasil mengikuti kegiatan pelatihan hingga selesai dan memperoleh hasil sebuah produk VCO. Namun dari tiga Kelompok Wanita Tani yang hadir, hanya satu Kelompok Wanita Tani yang berhasil membuat dan menghasilkan produk sendiri serta memasarkannya di Desa-Desa sekitar Desa Bulu Wattang.

Kata Kunci: Minyak kelapa murni, minyak perawan, minyak kelapa perawan.

Pendahuluan

Pohon kelapa merupakan tumbuhan yang memiliki banyak manfaat, hampir semua bagiannya dapat dimanfaatkan oleh manusia sehingga dianggap sebagai tumbuhan serbaguna. Pohon kelapa banyak ditemukan tumbuh pada daerah pesisir. Secara alami, kelapa tumbuh di pantai dan pohonnya mencapai ketinggian 30 m. Kelapa memiliki batang berbentuk silinder berwarna abu-abu yang berukuran besar, berdiri tegak, atau seringkali melengkung karena pengaruh angin atau sinar matahari (Van Steenis et al., 2005; Ohler & Magat, 2016). Salah satu produk olahan kelapa yang banyak dibutuhkan masyarakat adalah minyak kelapa, dimana minyak kelapa mensuplai kurang lebih 10% dari total kebutuhan minyak dan lemak yang masuk ke pasar dunia. Kelapa merupakan salah satu komoditas strategis yang menjadi unggulan nasional. Pohon kelapa dipandang sebagai sumberdaya berkelanjutan yang dapat memberikan pengaruh terhadap segala aspek kehidupan masyarakat.

Nilai ekonomi kelapa masih rendah disebabkan karena masih kurangnya olahan lebih lanjut dari komoditas tersebut, terutama di Desa Bulu Wattang. Kelapa yang terdiri dari sabut, tempurung, daging buah dan air kelapa tidak ada yang terbuang. Kelapa juga menghasilkan produk olahan populer yang terus dikembangkan hingga saat ini yaitu Virgin Coconut Oil (VCO) yang bermanfaat bagi manusia (Suhardiyono, 1993). Di beberapa daerah, VCO lebih terkenal dengan nama minyak perawan, minyak sara, atau minyak kelapa murni (Setiaji dan Prayugo, 2006). Salah satu cara yang dapat dilakukan dalam upaya meningkatkan nilai ekonomi kelapa sehingga dapat membantu perekonomian masyarakat yaitu pembuatan minyak kelapa murni tersebut. Seiring perkembangan pengetahuan mengenai makanan sehat, sekarang ini bahan-bahan yang berasal dari alam dan murni lebih banyak diminati untuk diolah menjadi makanan ataupun obat-obatan. VCO merupakan minyak yang berasal dari buah kelapa tua segar yang diolah pada suhu rendah tanpa proses pemutihan dan hidrogenasi (Retno et al., 2016). Menurut Aziz et al. (2017) hasil yang diperoleh setelah melakukan percobaan pembuatan VCO bahwa minyak tersebut berwarna bening, berbau khas minyak kelapa dan tidak memiliki rasa.

Salah satu desa penghasil kelapa potensial di Kabupaten Sidrap adalah Desa Bulu Wattang. Desa Bulu Wattang merupakan desa yang terletak di kecamatan Panca Rijang, Kabupaten Sidenreng Rappang. Desa ini terletak 3 km dari ibu kota kecamatan Panca Rijang dan 12 km dari ibukota kabupaten serta 200 km dari ibukota provinsi Sulawesi Selatan. Desa Bulu Wattang memiliki luas wilayah 650,11 Ha dengan penduduk sebanyak 1.942 jiwa. Desa Bulu Wattang berbatasan dengan Desa Mario di sebelah utara, Desa Bulu Timoreng di sebelah Timur, Desa Timoreng Panua di sebelah selatan serta Desa Lalebata di sebelah Barat. Desa Bulu

Wattang memiliki sumberdaya kelapa yang cukup besar. Luas perkebunan kelapa di Desa Bulu Wattang yaitu ±270 Ha, berarti ±41,5% dari keseluruhan luas wilayah Desa Bulu Wattang. Sumberdaya yang melimpah ini coba diberdayakan sehingga dapat memberikan manfaat bagi masyarakatnya, baik manfaat dalam bidang kesehatan maupun untuk kecantikan dan membantu dalam peningkatan taraf perekonomian. Selama ini sumberdaya kelapa di Desa Bulu Wattang belum optimal, masih sebatas dimanfaatkan untuk olahan makanan saja.

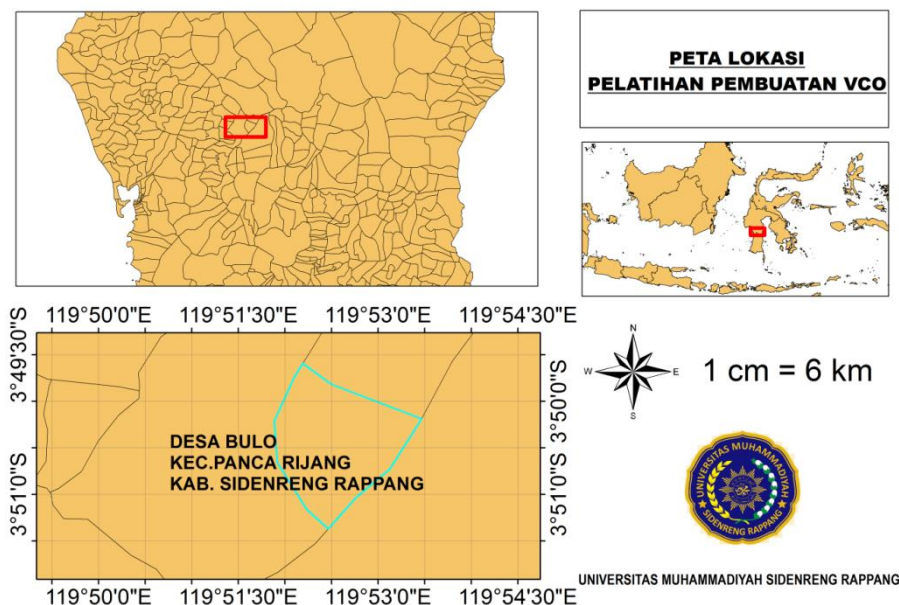
Berdasarkan uraian tersebut, maka pelatihan pembuatan VCO ini dilaksanakan sebagai upaya untuk mengoptimalisasi pemanfaatan sumberdaya kelapa yang melimpah di Desa Bulu Wattang. Berangkat dari besarnya sumber daya kelapa di kawasan desa Bulu Wattang maka perlu sinergi dalam membentuk jaringan kerja sama antara perguruan tinggi dan pemerintah daerah untuk mentransfer teknologi dalam pemberdayaan masyarakat perempuan (Pringgenies, et al., 2017). Perilaku masyarakat yang diharapkan dalam Indonesia Sehat 2025 adalah perilaku yang bersifat proaktif untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan, mencegah risiko terjadinya penyakit, melindungi diri dari ancaman penyakit dan masalah kesehatan lainnya serta mengetahui cara mengolah kelapa untuk meningkatkan taraf ekonomi masyarakat Desa Bulu Wattang melalui undangan kegiatan pelatihan kepada semua Kelompok Wanita Tani di Desa tersebut.

Metode Pelaksanaan

Tempat dan Waktu. Kegiatan pelatihan pembuatan VCO ini dilakukan di Desa Bulu Wattang, Kecamatan Panca Rijang, Kabupaten Sidenreng Rappang, gambaran lokasi pelatihan dapat dilihat pada Gambar 1. Kegiatan ini dilaksanakan pada Juli – September 2019, mulai dari tahap persiapan, tahap pembuatan VCO hingga penyusunan tulisan ini.

Khalayak Sasaran. Kegiatan pelatihan pembuatan VCO dihadiri oleh tiga Kelompok Wanita Tani, mahasiswa KKN Universitas Muhammadiyah Sidenreng Rappang dan aparaturnya di Desa Bulu Wattang.

Metode Pengabdian. Metode pelatihan yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah metode demonstrasi. Pelatihan dilakukan dengan memberikan ceramah, demonstrasi, dan diskusi.



Gambar 1. Lokasi Kegiatan

1. **Tahap persiapan.** Pada tahap ini dilakukan pembuatan VCO dilakukan survei langsung di Desa Bulu Wattang. Ide pelatihan pembuatan VCO diawali dari perbincangan dengan Kepala Desa Bulu Wattang yang menjelaskan besarnya potensi sumberdaya kelapa di desa tersebut. Adanya kawasan perkebunan luas yang berada di Desa Bulu Wattang memberi kesempatan pemberdayaan masyarakat dengan pemanfaatan sumberdaya kelapa. Selama ini, hasil panen kelapa dimanfaatkan masyarakat Desa Bulu Wattang masih sebatas pada penggunaannya sebagai bahan rumah tangga. Pemberdayaan Kelompok Wanita Tani (KWT) untuk mengolah sumberdaya kelapa menjadi VCO menjadi salah satu langkah efektif dalam mengembangkan keterampilan sehingga KWT tersebut dapat lebih produktif. Pada tahap persiapan pembuatan VCO dilakukan survei langsung di Desa Bulu Wattang. Survei yang dilakukan memberikan gambaran potensi sumberdaya alam yang terdapat di Desa, Desa Bulu Wattang merupakan salah satu desa yang memiliki potensi sumberdaya kelapa yang besar serta memiliki Kelompok Wanita Tani yang masih aktif dalam pengelolaan berbagai hasil pertanian di desanya. Gambaran perkebunan kelapa di Desa Bulu Wattang dapat dilihat pada Gambar 3. Berbagai informasi diperoleh seperti ketersediaan bahan baku utama dalam pembuatan VCO yang melimpah. Setelah melakukan survei lokasi maka diputuskan untuk melakukan pelatihan pembuatan VCO karena respon Kelompok Wanita Tani Desa Bulu Wattang yang sangat baik agar dilakukannya kegiatan pelatihan tersebut.
2. **Tahap Pembuatan.** Pada tahap ini dilakukan pembuatan VCO yang didemonstrasikan dalam pelatihan tersebut. Adapun alat dan bahan pembuatan VCO sebagai berikut :
 - Bahan Baku
 1. Daging kelapa tua
 2. Air hangat secukupnya
 3. Tissue tanpa parfum/kain saringan
 - Peralatan
 1. Blender/Parutan
 2. Wadah (Baskom)
 3. Wadah plastik tertutup
 4. Kantong plastik
 5. Karet
 6. Saringan
 7. Corong
 8. Botol kaca

Tahapan pembuatan VCO sebagai berikut:

1. Kelapa dikupas dan dicuci bersih
2. Kelapa dipotong kecil-kecil
3. Blender kelapa dengan air hangat hingga halus dan bersantan atau parut kelapa tersebut kemudian dicampur dengan air, kemudian diperas hingga keluar santannya (Gambar 2).
4. Saring hasil blender/parutan kelapa hingga terpisah dengan santannya
5. Masukkan santan pada kantong plastik. Ikat kanton plastik dengan karet. Diamkan 1-2 jam.
6. Setelah didiamkan, akan terbentuk dua lapisan. Lapisan atas adalah santan kental dan lapisan bawah adalah air (Gambar 3).
7. Angkat plastik dan lubang sedikit salad satu sudut pada bagian bawahnya, biarkan air terbuang dan segera tutup lubangnya ketika bagian air telah habis.
8. Tuang santan kental ke dalam wadah plastik bersih tertutup. Diamkan kurang lebih 24 jam.

9. Setelah didiamkan, akan muncul gelembung pada permukaan santan, kemudian minyak kelapa mulai terpisah.
10. Terbentuk 3 lapisan, lapisan atas adalah minyak, lapisan tengah adalah ampas santan dan lapisan bawah adalah air. VCO berwarna bening jernih seperti air. Berbeda dengan minyak kelapa yang dimasak, warnanya lebih keruh (Gambar 4).
11. Saring kembali hasil pemisahan minyak tersebut perlahan-lahan ke dalam wadah botol yang telah disiapkan (Gambar 5).
12. VCO siap untuk digunakan (Gambar 6).



Gambar 2. Memeras kelapa dan penyaring santan



Gambar 3. Tempatkan Santan pada Wadah Plastik



Gambar 4. Santan Terpisah Menjadi Tiga Lapisan



Gambar 5. Penyaringan VCO



Gambar 6. *Virgin Coconut Oil* (VCO)

Indikator Keberhasilan. Tingkat keberhasilan dari kegiatan ini dapat dilihat dari indikator capaian pelatihan pembuatan VCO di Desa Bulu Wattang, Kecamatan Panca Rijang sebagai berikut:

1. Sebanyak 90% peserta penyuluhan memiliki pengetahuan yang baik mengenai pembuatan VCO.
2. Kelompok Wanita Tani dapat mengoptimalkan pemanfaatan buah kelapa dengan memahami serta mempraktekkan cara pembuatan VCO untuk kesehatan dan kecantikan.
3. Kelompok Wanita Tani memiliki kemampuan untuk memasarkan produk VCO yang dapat menjadi pendapatan masyarakat.

Metode Evaluasi. Setelah kegiatan selesai, maka dilakukan evaluasi pelatihan pembuatan VCO oleh tim kegiatan baik pembuatan produk VCO maupun penjualan produk tersebut dengan menggunakan kuesioner dengan beberapa daftar pertanyaan pengetahuan dan praktek pembuatan VCO.

Hasil dan Pembahasan

A. Tahap Persiapan

Tim yang tergabung dalam kegiatan pelatihan pembuatan VCO melakukan survei ke Desa Bulu Wattang. Pada saat survei awal juga dilakukan pertemuan dengan Kepala Desa Bulu Wattang untuk meminta izin pelaksanaan pelatihan (Gambar 7). Sebelum melakukan survei, dari beberapa masyarakat diperoleh informasi besarnya sumberdaya kelapa di Desa Bulu Wattang yang kemudian melahirkan ide pelatihan pembuatan VCO tersebut. Ketika pertemuan dengan Kepala Desa, beliau mengungkapkan masih kurangnya pengetahuan dan kreativitas masyarakat dalam mengeksplorasi sumber daya kelapa.



Gambar 7. Survei awal untuk kegiatan penyuluhan

B. Tahap Pelatihan

VCO atau minyak kelapa murni merupakan minyak kelapa yang memiliki banyak manfaat, baik bagi kesehatan, kecantikan, dan lain-lain. VCO diperoleh langsung dari santan kelapa segar tanpa melalui proses pemanasan, penyulingan, pemutihan, dan pengharuman sehingga tidak mengubah sifat alami minyak. VCO tidak menyebabkan kegemukan atau obesitas. Enig, 2000 and Fife *et al.*, 2002 mengatakan bahwa konsumsi minyak kelapa tidak akan menyebabkan kegemukan atau obesitas. Oleh karena itu, seharusnya bangsa Indonesia sebagai penghasil kelapa sudah sepatutnya merasakan besarnya manfaat VCO dalam berbagai kebutuhan.

Darmoyuwono (2006) mengungkapkan beberapa sifat fisika-kimia yang dimiliki oleh VCO, antara lain :

- Penampakan : Tidak berwarna, kristal seperti jarum
- Aroma : Ada sedikit berbau asam ditambah bau karamel
- Kelarutan : Tidak larut dalam air, tetapi larut dalam alcohol (1:1)
- Berat Jenis : 0,883 pada suhu 20°C
- pH : Tidak terukur, karena tidak larut dalam air. Namun karena termasuk dalam senyawa asam maka dipastikan memiliki pH di bawah 7
- Persentase penguapan : Tidak menguap pada suhu 21⁰C (0%)
- Titik cair : 20-25°C
- Titik didih : 225°C
- Kerapatan udara : 6,91
- Tekanan uap (mmHg) : 1 pada suhu 12°C

Menurut Bruce (2004) and Darmoyuwono (2006) manfaat VCO bagi manusia dapat digolongkan dalam 5 kategori yaitu :

- Sebagai sumber energi tubuh,
- Sebagai penyembuh penyakit akibat virus, mikroba, protozoa, jamur dan cacing
- Dapat mengatasi berbagai penyakit akibat gangguan metabolisme dan degeneratif, seperti memperbaiki pencernaan dan penyerapan vitamin-vitamin dan asam amino yang larut dalam lemak, dan lain-lain
- Sebagai sex oil, dapat mengatasi penyakit kelamin seperti gonore dan keputihan, selain itu mengonsumsi VCO akan membuat lebih energik.

Pelaksanaan kegiatan program pelatihan dimaksudkan sebagai tindakan preventif untuk menjaga kesehatan dalam mendukung visi Indonesia sehat 2025 di Desa Bulu Wattang, selain itu pelatihan ini diharapkan mampu memberikan motivasi kepada KWT untuk terus produktif dalam pengembangan keterampilan dengan pemanfaatan sumberdaya yang tersedia. Kegiatan pelatihan pembuatan VCO dilaksanakan di Aula kantor Desa Bulu Wattang (Gambar 8). Kegiatan

pelatihan dilakukan secara bertahap sehingga dapat diterima dengan baik oleh para wanita tani yang hadir.

Upaya pemberdayaan ditempuh dilatarbelakangi oleh ketersediaan sumberdaya yang melimpah dan terus-menerus sehingga memunculkan ide pemanfaatan buah kelapa untuk pembuatan VCO. Pembuatan VCO diharapkan dapat memberikan manfaat dalam bidang kesehatan, disamping itu dapat pula dimanfaatkan untuk kecantikan dan peningkatan perekonomian KWT di Desa Bulu Wattang dan sekitarnya.



Gambar 8. Kegiatan Pelatihan Pembuatan VCO

C. Keberhasilan Kegiatan

Dari tiga Kelompok Wanita Tani yang menghadiri pelatihan pembuatan VCO untuk digunakan dalam bidang kesehatan dan kecantikan, sekitar 90% berhasil mengikuti kegiatan pelatihan hingga selesai dan memperoleh hasil sebuah produk VCO. Namun dari tiga Kelompok Wanita Tani yang hadir, hanya satu Kelompok Wanita Tani yang berhasil membuat dan menghasilkan produk sendiri serta memasarkannya di Desa-Desa sekitar Desa Bulu Wattang.

Kesimpulan

Terdapat tiga Kelompok Wanita Tani yang menghadiri kegiatan pelatihan pembuatan VCO, namun hanya satu Kelompok Wanita Tani yang berhasil membuat dan memasarkan produk VCO secara mandiri.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih disampaikan kepada pihak pemerintah kelurahan, masyarakat Desa Bulu Wattang, Kecamatan Panca Rijang, dan mahasiswa KKN Universitas Muhammadiyah Sidenreng Rappang atas dukungan dan partisipasi sehingga terlaksananya kegiatan ini.

Referensi

Aziz, T., Alga, Y. & Sari, A.P. (2017). Pembuatan Virgin Coconut Oil (Vco) dengan Metode Penggaraman. *Jurnal Teknik Kimia*, 2(23).

Jurnal Panrita Abdi, Januari 2021, Volume 5, Issue 1.
<http://journal.unhas.ac.id/index.php/panritaabdi>

- Bruce, F., C.N.N.D. (2004). *The Coconut Oil Miracle*. Penguin Group (USA) Inc. 375 Hudson Street. New York, NY 10014. 239p.
- Darmoyuwono, W. (2006). *Gaya hidup sehat dengan Virgin Coconut Oil*. PT. Indeks Kelompok Gramedia. 108 Hal.
- Enig, M.E., (2000). *Know Your Fat: Complete Primer for Understanding the Nutrition of Fat, Oils and Cholesterol*, Bethesda Press.
- Fife, B.N.D., Feat, E., & Thin, T. (2002). *A safe and natural Way to Loose Weight Permanently*, Health Wise Publication.
- Pringgenies, D., Ervia, Y., Ria, A.T.N., & Endang, S.S. (2017). Pemberdayaan Kelompok Wanita Nelayan Pesisir Pantai dengan Aplikasi Teknologi Pewarna Alam Limbah Mangrove Jadi Batik di Mangkang Kecamatan Tugu Semarang. *Jurnal Panrita Abdi*, 1(2).
- Retno, R.S., Pujiati & Utami, S. (2016). Pelatihan Pembuatan Virgin Coconut Oil (VCO) Secara Fermentasi di Desa Belotan, Bendo, Magetan. *Jurnal Terapan Abdimas*. 1(1).
- Setiaji, B & Prayugo, S. (2006). *Membuat VCO Berkualitas Tinggi*. Jakarta: Penebar Swadaya.
- Suhardiyono, L. (1993). *Tanaman Kelapa Budidaya dan Pemanfaatannya*. Kanisius, Yogyakarta.
- Van S., C.G.G.J. Den Hoed/S Bloembergen, G & Eyma, P.J., (2005). *Flora*. Jakarta. PT Pradnya Paramita.

Penulis:

Rini Sahni Putri, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Muhammadiyah Sidenreng Rappang, Sulawesi Selatan. E-mail: rinisahniputri@gmail.com

Akhwan Ali, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sidenreng Rappang, Sulawesi Selatan. E-mail: alitribun@gmail.com

Bagaimana men-sitasi artikel ini:

Putri, R.S. & Ali, A. (2021). Pelatihan Pembuatan Virgin Coconut Oil (VCO) di Desa Bulu Wattang sebagai Tindakan Preventif untuk Menjaga Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Panrita Abdi*, 5(1), 8-16.
DOI: <https://doi.org/10.20956/jpa.v5i1.8000>.