

PENYULUHAN PEMANFAATAN KELAPA MENJADI PRODUK KESEHATAN VIRGIN COCONUT OIL DI DESA OUW, KECAMATAN SAPARUA TIMUR KABUPATEN MALUKU TENGAH

Sophia Grace Sipahelut¹, Vita Novalin Lawalata^{1*}

¹Program Studi Teknologi Hasil Pertanian, Fakultas Pertanian Universitas Pattimura - Ambon

*Email : vitalawalata@yahoo.com

Diterima : 14 Oktober 2023

Disetujui : 10 Nopember 2023

Diterbitkan : 11 Nopember 2023

Abstrak

Virgin coconut oil (VCO) dikenal dan dipercaya sebagai minyak tersehat di dunia karena mengandung asam lemak rantai sedang yang memberikan kontribusi terhadap kesehatan, namun proses pembuatan VCO belum familiar di masyarakat, khususnya di Desa Ouw, Kecamatan Saparua Timur, Kabupaten Maluku Tengah. Padahal potensi kelapa di desa ini cukup melimpah. Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat Desa Ouw, Kecamatan Saparua Timur, Kabupaten Maluku Tengah tentang teknologi pengolahan buah kelapa menjadi Virgin Coconut Oil. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diikuti oleh 45 orang ibu rumah tangga dan remaja putri. Kegiatan dilakukan dalam bentuk penyuluhan dan evaluasi. Kegiatan penyuluhan yang dilakukan mendapat respons positif dari peserta. Masyarakat sangat senang memperoleh pengetahuan tentang teknologi pembuatan VCO sebagai produk sehat dan bersemangat untuk membuatnya sendiri dan dikonsumsi oleh keluarga sendiri.

Kata kunci: buah kelapa, virgin coconut oil, penyuluhan, Desa Ouw

Abstract

Virgin coconut oil (VCO) is known and believed to be the healthiest oil in the world because it contains medium chain fatty acids which contribute to health. However, the process of making VCO is not yet familiar to the community, especially in Ouw Village, East Saparua District, Central Maluku Regency. Even though the potential for coconuts in this village is quite abundant. The aim of this service activity is to increase the knowledge of the people of Ouw Village, East Saparua District, Central Maluku Regency regarding the technology for processing coconuts into Virgin Coconut Oil. This community service activity was attended by 45 housewives and young women. Activities are carried out in the form of counseling and evaluation. The outreach activities carried out received a positive response from participants. People are very happy to gain knowledge about the technology for making VCO as a healthy product and are enthusiastic about making it themselves and consuming it by their own families.

Keywords: coconut; virgin coconut oil; counseling, Ouw village

PENDAHULUAN

Latar belakang

Komoditas perkebunan Indonesia merupakan salah satu produk unggulan di pasar internasional, termasuk kelapa. Kelapa dan produk turunannya memberikan kontribusi besar terhadap konsumsi lokal dan menjadi komoditas ekspor unggulan dalam perdagangan internasional (Astuti & Paksi, 2022). Sebagai negara tropis, iklim Indonesia sangat cocok untuk tumbuhnya tanaman kelapa (Oktari *et al.*, 2023). Produksi kelapa terus meningkat dari tahun

ke tahun. Data Direktorat Jenderal perkebunan Kementerian Pertanian Republik Indonesia menunjukkan bahwa produksi kelapa tahun 2018 sebesar 2.840.148 ton, tahun 2019 sebesar 2.839.852 ton, dan tahun 2020 sebesar 2.858.010 ton. Maluku sebagai salah satu daerah penghasil kelapa juga memiliki potensi kelapa dengan luas areal kelapa sebesar 114.849 Ha dan produksi sebesar 104.588 ton pada tahun 2020. Tanaman kelapa menjadi komoditi komersial karena

semua bagian kelapa dapat dimanfaatkan untuk berbagai keperluan (Mesu *et al.*, 2018). Salah satu produk yang terus dikembangkan adalah *Virgin coconut oil*.

Virgin coconut oil (VCO) atau yang dikenal sebagai minyak kelapa murni, minyak perawan merupakan salah satu produk dari kelapa yang sangat bermanfaat bagi kesehatan. Dewasa ini, kesadaran masyarakat untuk kembali mengonsumsi makanan sehat dari alam terus meningkat, sehingga VCO menjadi salah satu kegemaran masyarakat (Harianingsih & Kusumaningsrum, 2018). Manfaat kesehatan dari VCO antara lain meningkatkan imunitas tubuh, menyembuhkan beberapa penyakit yang diakibatkan oleh bakteri, jamur dan virus, minuman suplemen yang memiliki fungsi sebagai anti kanker, anti stress, dan antibakteri, juga mengandung antioksidan, diantaranya vitamin E dan fenol (Hambakodu *et al.*, 2020).

Desa Ouw yang terletak di Kecamatan Saparua Timur Kabupaten Maluku Tengah, memiliki sumber daya alam termasuk tanaman kelapa yang cukup melimpah. Namun, desa ini belum memaksimalkan potensi kelapa yang tersedia, dimana masyarakat belum mengolah kelapa menjadi produk pangan fungsional yang memberikan manfaat bagi kesehatan karena pengetahuan masyarakat yang masih terbatas serta belum adanya sosialisasi tentang teknologi pengolahan buah kelapa. Selama ini, masyarakat hanya memanfaatkan buah kelapa dengan menjadikannya sebagai santan yang digunakan dalam membuat masakan. Berdasarkan analisis situasi di atas, maka permasalahan prioritas yang dihadapi masyarakat yakni masih minimnya pengetahuan masyarakat tentang teknologi pengolahan VCO.

Tujuan Kegiatan

Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat Desa Ouw, Kecamatan Saparua Timur, Kabupaten Maluku Tengah tentang

teknologi pengolahan buah kelapa menjadi *Virgin Coconut Oil*.

Kajian Pustaka

Virgin coconut oil merupakan salah satu produk olahan dari daging buah kelapa yang memiliki ciri khas berwarna jernih, tidak berasa, serta berbau khas kelapa (Nuraisyah *et al.*, 2023). VCO tidak mudah tengik karena mengandung asam lemak jenuh yang tinggi, sehingga menghambat terjadinya proses oksidasi (Meyok & Jasman, 2023).

Keunggulan dari VCO antara lain: mempunyai kandungan asam laurat sebesar 53%, yakni Medium Chain Fatty Acid (MCFA) yang mudah mengalami hidrolisis oleh enzim lipase usus, sehingga MCFA dapat dipecah menjadi energi yang lebih sederhana dan lebih cepat bila dibandingkan asam lemak rantai panjang, bersifat antibiotik, antivirus dan antibakteri yang bermanfaat bagi kesehatan. Selain itu, VCO juga mengandung senyawa antioksidan alami seperti tokoferol dan betakaroten (Parwiyanti *et al.*, 2023). Manfaat dari VCO antara lain: menangkal radikal bebas, mengurangi lemak yang ada pada tubuh, menurunkan resiko terjadinya penyakit jantung dan kanker, menurunkan kadar kolesterol, sebagai cadangan antioksidan dalam tubuh, (Harianingsih & Kusumaningsrum, 2018). Di bidang industri, penggunaan VCO sebagai bahan dasar kosmetik, sedangkan di bidang kesehatan sebagai obat-obatan (Pontoh *et al.*, 2008).

Beberapa teknik pembuatan VCO antara lain: dengan penambahan asam (pengasaman), penambahan minyak (pancingan), penambahan garam (penggaraman), penambahan enzim, pengadukan dan lain-lain (Susilowati, 2009). Kriteria standar mutu VCO antara lain: berwarna bening, asam lemak bebas $\leq$

0,5%, dan bilangan peroksida ≤ 3 meq/kg minyak.

METODE PELAKSANAAN

Lokasi dan Peserta

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Ouw, Kecamatan Saparua Timur, Kabupaten Maluku Tengah, Provinsi Maluku. Peserta yang terlibat dalam kegiatan ini berjumlah 45 orang yang terdiri dari ibu-ibu rumah tangga dan remaja putri.

Tahapan Kegiatan

Tahapan kegiatan yang dilakukan antara lain tahapan persiapan, kegiatan penyuluhan termasuk diskusi dan tanya-jawab, serta tahapan evaluasi.

Tahapan persiapan

Kegiatan pengabdian ini dimulai dengan melakukan pendekatan dengan Pemerintah Desa Ouw untuk menyampaikan maksud dan tujuan kegiatan pengabdian. Dalam pertemuan bersama Pemerintah Desa juga dibicarakan terkait mitra yang akan diikutsertakan, juga disepakati waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan.

Kegiatan Penyuluhan

Kegiatan penyuluhan dilakukan dalam bentuk presentasi materi kepada peserta dengan topik sebagai berikut:

- 1) Kandungan nutrisi dalam VCO
- 2) Manfaat VCO bagi kesehatan
- 3) Teknologi pengolahan daging buah kelapa menjadi VCO

Pada kegiatan penyuluhan ini juga dilakukan diskusi dan tanya-jawab untuk lebih memperjelas materi yang disampaikan kepada peserta.

Tahapan Evaluasi

Tahapan evaluasi dilakukan dengan tujuan untuk menilai tingkat keberhasilan

dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan yang dilakukan bertujuan untuk memberikan informasi sekaligus meningkatkan pengetahuan masyarakat Desa Ouw, Kecamatan Saparua Timur, Kabupaten Maluku Tengah, terutama kaum perempuan untuk dapat memanfaatkan potensi kelapa yang ada di desanya dengan mengolahnya menjadi produk kesehatan, yakni *Virgin Coconut Oil* (Gambar 1). Pada awal kegiatan, tim melakukan wawancara dan diskusi singkat dengan memberikan beberapa pertanyaan terkait pengetahuan peserta tentang VCO. Hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian besar peserta belum mengetahui manfaat dan cara pengolahan VCO.

Pada kegiatan ini, peserta dibekali dengan materi tentang :

- a) Kandungan nutrisi dalam VCO
- b) Manfaat VCO bagi kesehatan
- c) Teknologi Pengolahan VCO

Dalam pemaparan materi, pemateri juga menyampaikan perbedaan VCO dengan minyak kelapa, serta kelebihan VCO dibandingkan minyak kelapa.

Selanjutnya para pemateri juga menyampaikan beberapa metode dalam pembuatan VCO, yakni metode enzimatis, metode pemancingan, metode fermentasi, metode pengasaman, metode pengadukan. Metode pembuatan VCO yang paling sederhana yang dapat diaplikasikan oleh peserta adalah metode pengadukan. Pada pemaparannya dijelaskan bahwa tahapan pembuatan VCO dengan metode pengadukan sebagai berikut: 1) Daging kelapa tua dicuci bersih dan diparut; 2) Hasil parutan ditambahkan air (perbandingan kelapa parut dan air = 1:2) dan diperas selama 15-20 menit hingga menjadi santan; 3) Hasil perasan santan

disaring dan ditempatkan dalam wadah stoples transparan; 4) Didiamkan selama 2 jam dan akan terbentuk dua lapisan, yaitu santan kental atau krim pada bagian atasnya dan air atau skim pada bagian bawah krim. Air atau skim dibuang; 5) Hasil perasan santan disaring dan ditempatkan dalam wadah stoples transparan; 6) Didiamkan selama 2 jam dan akan terbentuk dua lapisan, yaitu santan kental atau krim pada bagian atasnya dan air atau skim pada bagian bawah krim. Air atau skim dibuang; 7) Krim diaduk selama 20 menit; 8) Krim didiamkan selama 48 jam dengan menggunakan wadah tertutup. Akan terbentuk tiga lapisan yaitu minyak, blonde

dan air; 9) Minyak yang terbentuk kemudian diambil dan ditampung dalam wadah bersih dan selanjutnya disaring menggunakan kertas saring/kapas.

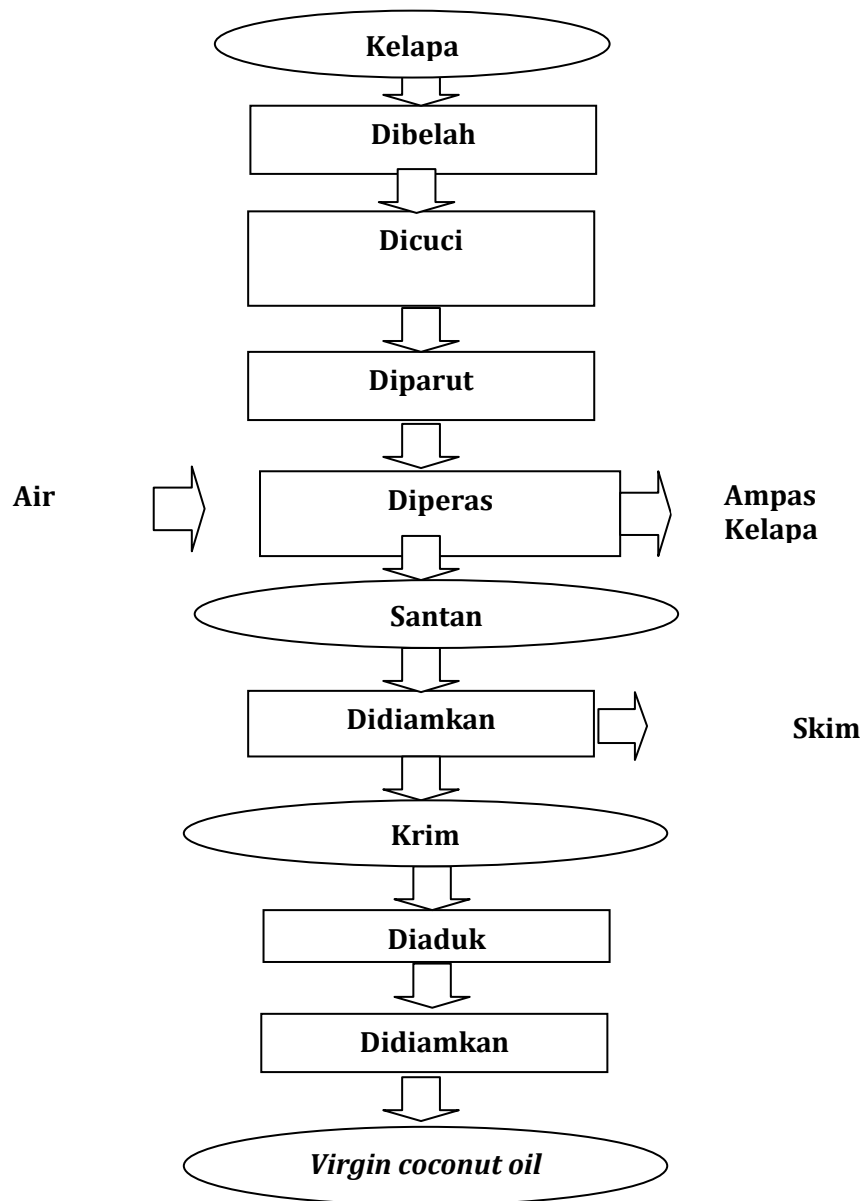
Setelah pemberian materi, tahapan selanjutnya adalah sesi diskusi, dimana kesempatan diberikan kepada peserta untuk menyampaikan pertanyaan-pertanyaan terkait materi yang disampaikan. Antusiasme peserta sangat tinggi, terlihat dari respons peserta dan semangat untuk membuat VCO sendiri di rumah dan dikonsumsi oleh keluarga (Gambar 2). Diagram alir pembuatan VCO disajikan pada Gambar 3.



Gambar 1. Pemberian Materi Penyuluhan



Gambar 2. Peserta yang Mengikuti Kegiatan Penyuluhan



Gambar 3. Diagram alir pembuatan VCO

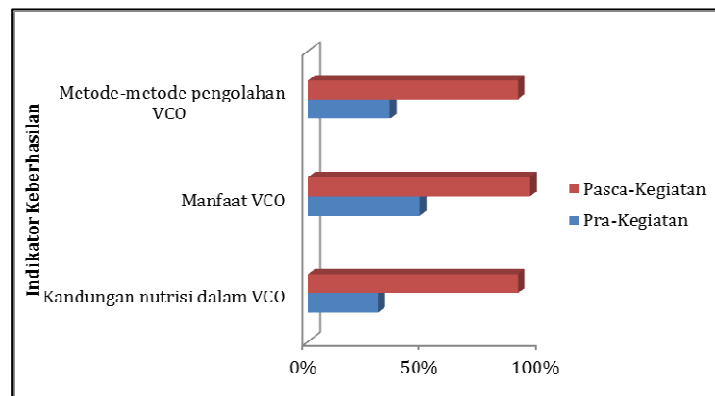
Tahapan Evaluasi

Setelah dilakukan kegiatan penyuluhan, dilanjutkan dengan tahapan evaluasi yang bertujuan untuk menilai keberhasilan dari kegiatan pengabdian yang dilakukan. Tahapan evaluasi dilakukan dengan cara memberikan pertanyaan kepada peserta terkait materi yang disampaikan. Indikator-indikator yang

dipakai antara lain: peningkatan pengetahuan peserta tentang kandungan nutrisi dalam VCO, peningkatan pengetahuan peserta tentang manfaat VCO, dan peningkatan pengetahuan peserta tentang metode pengolahan VCO. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa pengetahuan peserta mengalami peningkatan. Peserta memiliki pengetahuan tentang kandungan nutrisi dalam VCO, manfaat VCO, serta

metode-metode pengolahan VCO (Gambar 4). Kegiatan pengabdian ini dapat berhasil karena adanya dukungan dari Pemerintah

Desa Ouw, Kecamatan Saparua Timur, Kabupaten Maluku Tengah, Provinsi Maluku.



Gambar 4. Hasil Evaluasi kegiatan PkM

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini memberikan manfaat bagi masyarakat Desa Ouw, Kecamatan Saparua Timur, Kabupaten Maluku Tengah, Provinsi Maluku. Melalui kegiatan ini, pengetahuan masyarakat Desa Ouw, Kecamatan Saparua Timur, Kabupaten Maluku Tengah tentang teknologi pengolahan buah kelapa menjadi *Virgin coconut oil* semakin meningkat. Kegiatan penyuluhan yang dilakukan mendapat respons positif dari peserta.

REFERENSI

- Astuti, W & Paksi, A. K. 2022. A Study about Indonesia's Crude Coconut Oil as Export Commodity. *International Journal of Multicultural and Multireligious Understanding* 9(9): 402-411.
- Hambakodu, M., Tarapanjang, A. T., Ranja, E. P., Nara, M. C. 2020. Pelatihan Pengolahan Virgin Coconut Oil (VCO) Sebagai Minuman Suplemen Pada Masa Pandemi Covid 19 Di Desa Wunga. *Selaparang* 4(1): 268-273.

Masyarakat sangat senang memperoleh pengetahuan tentang teknologi pembuatan VCO sebagai produk sehat dan bersemangat untuk membuatnya sendiri dan dikonsumsi oleh keluarga sendiri. Ini sangat baik, dimana peserta menilai kegiatan ini memberikan manfaat kesehatan bagi masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Masyarakat dan Pemerintah Desa Ouw, Kecamatan Saparua Timur, Kabupaten Maluku Tengah, Provinsi Maluku, juga kepada Jurusan/Program Studi Teknologi Hasil Pertanian Fakultas Pertanian, Universitas Pattimura.

- Harianingsih & Kusumaningsrum. 2018. Pelatihan Pembuat Virgin Coconut Oil (VCO) Di Patemon Gunungpati Semarang. *Abdimas Unhawas* 3(1): 36-39.
- Mesu, R. R., Fadil, M., Fangohoi, L. 2018. Pembuatan Virgin Coconut Oil (VCO) Dengan Menggunakan Enzim Papain Di Desa Gerbo Kecamatan Purwodadi Kabupaten Pasuruan Provinsi Jawa Timur. *Jurnal Triton* 9(1): 71-80.

- Meyok, G. Y. & Jasman. 2023. Uji Aktivitas Antijamur Minyak Kelapa Murni (Virgin Coconut Oil) dan Minyak Kelapa Tradisional (Coconut Cooking Oil) Pada *Candida albicans*. *Jurnal Beta Kimia* 3(1): 33-39.
- Nuraisyah, A., Fatimah, T., Mastuti, L., Akhirina, Y. I. 2023. Lama Penyimpanan Buah Kelapa (*Cocos nucifera* L.) Terhadap Rendemen dan Mutu Virgin Coconut Oil . *J. Agroplanta* 12(1): 9-19.
- Oktari, R. D., Siregar, A.P., Meitasari, D. 2023. Analisis Ekspor Kelapa dan Produk Olahan Kelapa Indonesia Di Pasar Uni Eropa: Pendekatan Indeks Spesialisasi Perdagangan. *Jurnal Ilmiah Membangun Desa dan Pertanian* 8(4): 163-168.
- Parwiyanti, Lidiyanti, E., Yudono, B., Wijayanti, T. D. 2023. Karakteristik Fisikokimia Virgin Coconut Oil Dalam Beragam Konsentrasi Asam Asetat dan Waktu Inkubasi. *Jurnal Agroindustri* 13(1): 34-43.
- Pontoh, J., Surbakti, M. Br., Papilaya, M. 2008. Kualitas Virgin Coconut Oil Dari Beberapa Metode Pembuatan. *Chem. Prog.* (1(1): 60-65.
- Susilowati. 2009. Pembuatan Virgin Coconut Oil Dengan Metode penggaraman. *Jurnal Teknik Kimia* 3(2): 246-251.