

SOSIALISASI PEMAHAMAN *VIRGIN COCONUT OIL* SEBAGAI MINYAK SEHAT DI DUSUN AIRLOUW, NEGERI URIMESSING, KECAMATAN NUSANIWE, KOTA AMBON

Sophia Grace Sipahelut*

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

*Email : sipahelut.grace@gmail.com

Diterima : 10 April 2025

Disetujui : 27 April 2025

Diterbitkan : 30 April 2025

Abstrak

Virgin coconut oil (VCO) merupakan produk kelapa yang paling terkenal karena memiliki banyak khasiat untuk kesehatan, sehingga dijuluki minyak tersehat di dunia. Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah untuk memberikan edukasi kepada masyarakat Dusun Airlouw, Negeri Urimeessing, Kecamatan Nusaniwe, Kota Ambon tentang VCO dan manfaatnya terhadap kesehatan serta poses pembuatannya. Kegiatan pengabdian ini melibatkan 30 orang kaum perempuan. Metode yang dilakukan pada kegiatan ini meliputi sosialisasi dan evaluasi. Berdasarkan hasil evaluasi bahwa kegiatan sosialisasi yang dilakukan memberikan dampak signifikan terhadap masyarakat, dimana pengetahuan masyarakat tentang VCO sebagai minyak sehat serta proses pembuatannya meningkat di atas 90%. Peserta bersemangat untuk bisa mempraktekkan pembuatan VCO di rumah agar dapat dikonsumsi oleh keluarga.

Kata kunci: buah kelapa, *virgin coconut oil*, sosialisasi, Dusun Airlouw

Abstract

Virgin coconut oil (VCO) is the most famous coconut product because it has many health benefits, so it is dubbed the healthiest oil in the world. The purpose of this community service activity is to provide education to the community of Dusun Airlouw, Negeri Urimeessing, Nusaniwe District, Ambon City about VCO and its health benefits and the process of making it. This community service activity involved 30 women. The methods used in this activity include socialization and evaluation. Based on the evaluation results, the socialization activities carried out had a significant impact on the community, where community knowledge about VCO as a healthy oil and its manufacturing process increased by over 90%. Participants were enthusiastic about being able to practice making VCO at home so that it could be consumed by their families.

Keywords: coconut; *virgin coconut oil*; socialization, Dusun Airlouw

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Minyak kelapa murni atau *Virgin Coconut Oil* merupakan salah satu produk minyak kelapa yang menjadi terkenal karena memiliki manfaat yang sangat banyak dan digunakan berbagai industri sebagai bahan baku (Kusuma & Putri, 2020). Minyak ini semakin banyak digunakan karena masyarakat semakin sadar tentang pentingnya pengobatan berbasis *back to nature* dengan memanfaatkan bahan-bahan yang

terdapat di alam, salah satunya VCO (Pramitha & Wibawa, 2021). Minyak kelapa ini menjadi salah satu minuman kesehatan yang mampu menghambat berbagai macam penyakit karena mengandung asam lemak jenuh rantai sedang yang gampang untuk dicerna dan dioksidasi di dalam tubuh manusia serta memiliki manfaat sebagai antioksidan, antibakteri, antivirus (Sabariyah dkk., 2023). VCO digunakan untuk mengobati osteoporosis, hepatitis, obesitas, penyakit jantung, diabetes, serta berbagai penyakit lainnya yang

diakibatkan oleh mikroba (Rachmawati & Sari, 2023). Begitu banyak manfaat dari VCO bagi kesehatan, namun pengetahuan masyarakat tentang produk ini masih terbatas. Padahal proses pembuatan produk ini sangat mudah, murah serta bisa diaplikasikan menggunakan teknologi yang sederhana (Hakim dkk., 2020).

Dusun Airlouw merupakan bagian dari Negeri Nusaniwe yang terletak di Kecamatan Nusaniwe Kota Ambon. Negeri Nusaniwe sendiri memiliki luas 16 Km², dimana negeri ini memiliki 2 dusun yakni Dusun Airlouw dan Dusun Eri. Secara administratif, luas wilayah Dusun Airlouw sebesar 73,53% (37,632 Km²) dari total keseluruhan wilayah Negeri Nusaaniwe yakni 51,188 Km²). Dusun Airlouw sebelah utara berbatasan dengan Dusun Eri, sebelah selatan berbatasan dengan Laut Banda, sebelah timur berbatasan dengan Desa Seri dan sebelah barat berbatasan dengan Desa Latuhalat dan Desa Seilale. Potensi kelapa di dusun ini cukup melimpah, namun pemanfaatan kelapa menjadi produk olahan masih sangat minim. Penyuluhan tentang teknologi pengolahan kelapa pun belum pernah dilakukan. Berdasarkan analisis situasi di atas, maka permasalahan prioritas yang dihadapi masyarakat yakni masih minimnya pengetahuan tentang teknologi pengolahan kelapa, salah satunya VCO.

Tujuan Kegiatan

Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah memberikan edukasi kepada masyarakat Dusun Airlouw, Negeri Urimesing, Kecamatan Nusaniwe, Kota Ambon tentang VCO dan manfaatnya bagi kesehatan serta cara pembuatan.

Kajian Pustaka

Kelapa merupakan salah satu tanaman yang mempunyai nilai penting dalam kehidupan masyarakat Indonesia, dimana sekitar 98% luas area perkebunan kelapa dikuasai oleh rakyat. Mulai dari akar, batang, daun dan buah kelapa dapat dimanfaatkan untuk memenuhi kebutuhan ekonomi, sosial dan budaya masyarakat (Rindawati dkk., 2020). Salah satu produk olahan kelapa adalah Virgin Coconut Oil atau minyak kelapa murni. Ditinjau dari sisi ekonomi, harga jual VCO lebih tinggi dibandingkan minyak kelapa biasa yang diolah secara tradisional (Zulfadli, 2018). VCO ini mengandung asam lemak jenuh antara lain *Medium Chain Fatty Acid* (MCFA) dan *Medium Chain Trygliserida* (MCT). MCFA yang berupa asam laurat memiliki sifat antibakteri, antivirus, antipprotozoa (Maromon dkk., 2020). MCFA memiliki sifat unik dalam metabolisme tubuh, di mana senyawa ini dapat langsung diserap oleh usus dan diangkut ke hati untuk diubah menjadi energi dengan cepat (Sankararaman & Sferra, 2018). Asam laurat, yang merupakan komponen utama VCO (sekitar 50%), juga telah terbukti memiliki sifat antimikroba yang dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh (Widianingrum dkk., 2019). Komponen alami dari kelapa ini juga berfungsi sebagai anti inflamasi, analgesic, dan antipiretik, karena kemampuannya mengurangi pembentukan transudate, pembentukan granuloma, dan aktivitas serum alkali fosfatase (Novilla dkk., 2017).

Ada berbagai metode pembuatan VCO yang telah dikembangkan, diantaranya metode fermentasi, enzimatik, pemancingan, sentrifugasi,

pengasaman, pegadukan. Pengadukan menjadi pilihan yang paling sesuai diantara metode-metode tersebut untuk produksi skala rumah tangga karena proses pembuatannya lebih sederhana serta biaya yang dibutuhkan relatif murah.

METODE PELAKSANAAN

Lokasi dan Peserta

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Dusun Airlouw, Negeri Urimesing, Kecamatan Nusaniwe, Kota Ambon. Peserta yang terlibat dalam kegiatan ini berjumlah 30 orang.

Tahapan Kegiatan

Tahapan kegiatan yang dilaksanakan meliputi persiapan kegiatan, sosialisasi yang didalamnya mencakup diskusi dan tanya-jawab, serta tahap evaluasi.

Persiapan Kegiatan

Pada tahap ini, tim pengabdian turun ke lokasi pengabdian untuk melakukan koordinasi dengan Ketua Majelis Jemaat Airlouw dan Ketua Wadah Pelayanan Perempuan Jemaat GPM Airlouw untuk menyampaikan maksud serta tujuan dilakukannya kegiatan PkM ini. Selain itu, dalam tahap ini juga disepakati waktu dan tempat berlangsungnya kegiatan ini.

Tahap Sosialisasi

Sosialisasi dilakukan dengan cara memberikan ceramah sekaligus membagikan materi tentang pentingnya VCO sebagai minyak sehat serta cara pembuatannya. Pada tahapan ini juga dilakukan diskusi serta peserta diberikan kesempatan untuk bertanya terkait bagian materi yang belum dipahami.

Tahap Evaluasi

Tahap ini penting dilakukan agar tim pengabdian dapat mengetahui sejauh mana pemahaman peserta terhadap materi sosialisasi VCO yang telah dilakukan. Tahap ini dilakukan pada pra-sosialisasi dan pasca sosialisasi dalam bentuk tanya-jawab.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi pemahaman VCO sebagai salah satu minyak tersehat di dunia ini berlangsung di Dusun Airlouw, Negeri Urimesing, Kecamatan Nusaniwe, Kota Ambon dengan melibatkan perempuan-perempuan gereja Jemaat GPM Airlouw (Gambar 1). Jumlah peserta yang terlibat sebanyak 30 orang. Kegiatan sosialisasi ini bertujuan untuk menyampaikan informasi serta memberikan pemahaman kepada masyarakat Dusun Airlouw tentang khasiat dari VCO bagi tubuh serta teknologi sederhana pembuatan VCO (Gambar 2). Melalui sosialisasi ini, masyarakat menjadi tahu tentang khasiat dari VCO terhadap tubuh antara lain: peningkatan daya tahan tubuh manusia terhadap penyakit serta mempercepat proses penyembuhan (Antu dkk., 2020), mampu memperbaiki sistem pencernaan (Miladiarsi dkk., 2022), antifungi, antibakteri, antiviral, dan antipprotozoal (Pramitha dkk., 2022), membantu mencegah penyakit jantung, kanker, diabetes, memperbaiki pencernaan, meningkatkan sistem kekebalan tubuh, mencegah infeksi virus HIV, dan SARS. (Aprilasani & Adiwarna, 2014). Banyaknya khasiat dari VCO menarik minat peserta untuk membuat sendiri minyak ini untuk dikonsumsi oleh keluarga mereka.



Gambar 1. Penyampaian Materi Penyuluhan

Pada kegiatan sosialisasi disampaikan beberapa metode yang dapat digunakan untuk membuat VCO antara lain: metode enzimatis, metode pancingan, metode fermentasi, metode penggaraman, metode pendinginan, metode pengadukan. Dari beberapa metode ini, dipilih metode yang paling sederhana yaitu pengadukan karena dianggap lebih mudah dan lebih murah. Adapun tahapan pembuatan VCO dengan cara pengadukan antara lain: Dipilih kelapa tua karena kandungan santannya lebih banyak dibandingkan kelapa muda; Dipisahkan daging buah kelapa dari sabut dan tempurung; Daging kelapa tua dicuci menggunakan air mengalir agar bersih,

dan selanjutnya diparut. bersih dan diparut; Hasil parutan daging kelapa itu ditambahkan dengan air lalu diperas dan disaring untuk menghasilkan santan; Santan yang dihasilkan ditampung dalam suatu toples transparan dan didiamkan sekitar 2 jam, sampai terbentuk 2 lapisan, yakni krim dan skim. Bagian krim selanjutnya diambil dan diaduk menggunakan mixer selama kurang lebih 20 menit. Selanjutnya krim santan didiamkan selama 48 jam dan akan terbentuk 3 lapisan, yakni VCO, blonde dan air. VCO diambil dan ditampung dalam wadah yang telah dibersihkan terlebih dahulu, kemudian dilakukan penyaringan menggunakan kapas atau kertas saring.

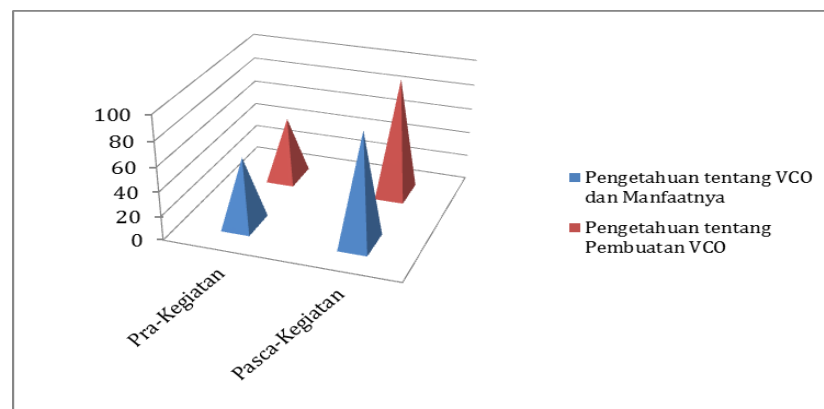


Gambar 2. Peserta Sosialisasi Mengikuti Pemaparan Materi

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 terhadap materi yang diberikan melalui beberapa pertanyaan yang disampaikan peserta.

Tahapan Evaluasi

Pada akhir kegiatan sosialisasi ini, tim pengabdian melakukan evaluasi yang bertujuan untuk menilai keberhasilan dari kegiatan ini, apakah ada dampaknya terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat terkait VCO dan proses pembuatannya. Dari hasil tabulasi data, diperoleh bahwa terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat tentang VCO dan prosedur pembuatannya (Gambar 3).



Gambar 3. Hasil Evaluasi Kegiatan PkM

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berlokasi di Dusun Airlouw, Negeri Urimesing, Kecamatan Nusaniwe, Kota Ambon mendapat respons positif dari masyarakat. Potensi kelapa yang cukup melimpah serta pemaparan materi terkait VCO sebagai salah satu minyak tersehat di dunia membuat masyarakat sangat bersemangat dalam mengikuti kegiatan ini dari awal sampai akhir. Kegiatan ini dinyatakan berhasil, terlihat dari adanya

peningkatan pengetahuan masyarakat tentang VCO dan manfaatnya serta proses pembuatan VCO.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Jemaat dan Pimpinan Jemaat GPM Airlouw di Negeri Urimesing, Kecamatan Nusaniwe, Kota Ambon, juga kepada Jurusan/Program Studi Teknologi Hasil Pertanian Fakultas Pertanian, Universitas Pattimura.

REFERENSI

- Antu,M.Y., Maskromo,I., Rindengan,B. (2020). Potensi Daging Kelapa Kopyor sebagai Bahan Pangan Sehat. *Perspektif Review Penelitian Tanaman Industri* 19(2): 95-104.
- Aprilasani, Z & Adiwarna. (2014). Pengaruh Lama Waktu Pengadukan Dengan Variasi Penambahan Asam Asetat dalam Pembuatan Virgin Coconut Oil (VCO) dari Buah Kelapa. *KONVERSI* 3(1): 1-11.
- Hakim, M.Z.F., Handayani, W.A.F.,Fauziah, S.N., Haryanto, H. (2020). Kajian: Karakter, Proses dan Potensi Virgin Coconut Oil (VCO) Sebagai Pangan Fungsional. *Journal of Science, Technology, and Entrepreneurship* 2(2): 33-39.
- Kusuma, M. A. & Putri,N. A. (2020). Review: Asam Lemak Virgin Coconut Oil (VCO) dan Manfaatnya untuk Kesehatan. *Jural Agrinika* 4(1): 93-107.
- Maromon, Y., Pakan, P. D., Agnes, M.E.D. (2020). Uji Aktivitas Anti Bakteri Minyak Kelapa Murni (Virgin Coconut Oil) Terhadap Pertumbuhan Bakteri *Staphylococcus aureus* secara in vitro. *Cendana Medical Journal* 20(2): 250-255.
- Miladiarsi,M., Wahdaniar, W., Irma, A., Aswad, H., Binti Lukman,J.,Fatany, A. I.,Nurfadillah, A., Ayu Adri. T. (2022). Pembuatan da Penyuluhan Manfaat Virgin Coconut Oil Dalam Bidang Kesehatan Sebagai Alternatif Pengobatan Herbal Pada Kelurahan Kalegowa Kabupaten Gowa. *Dharma JNANA* 2(2).
- Pramitha, D. A. I & Wibawa, A. A. C. (2021). Pemanfaatan Virgin Coconut Oil (VCO) dalam Kehidupan Sehari-hari di Desa Cemagi Badung Bali. *Jurnal Pengabdian UNDIKMA* 2(1): 24-29.
- Pramitha, D.A.I.,Suantari, P.A., Gmelina, P.D., Suradnyana, I.G.M, Yuda, P.E.S.K. (2022). Kualitas Minyak Oles yang Diproduksi dari Virgin Coconut Oil (VCO) dan Bunga Cengkeh dengan Variasi Suhu Pemanasan. *Jurnal Kimia* 16(2): 149-161.
- Rachmawati, N.P & Sari, M. W. (2023). Pembuatan Minyak Kelapa Murni (Virgin Coconut Oil/VCO) Dengan Menggunakan Metode Pemanasan. *TEDC* 17(3):174-181.
- Rindawati, Perasulmi, Kurniawan, E. W. (2020). Studi Perbandingan Pembuatan VCO (Virgin Coconut Oil) Sistem Enzimatis dan Pancingan Terhadap Karakteristik Minyak Kelapa Murni yang Dihasilkan. *Indonesian Journal of Laboratory* 2(2): 25-32.
- Sabariyah,S., Spetriani, Fathurahmi, S. (2023). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Pelatihan Pembuatan Virgin Coconut Oil bagi Anggota Kowunat Palu. *Lamahu* 2(1): 30-36.
- Sankararaman, S., Sferra,T. J. (2018). Are We Going Nuts on Coconut Oil ? *Current Nutrition Reports*, 7(3): 107-115
- Widianingrum, D. C., Noviandi, C. T., Salasia, S.I.O. (2019). Antibacterial and Immunomodulator Activities of Virgin Coconut Oil (VCO) Against *Staphylococcus aureus*. *Heliyon*, 5(10).
- Zulfadli, T. (2018). Kaian Sistem Pengolahan Minyak Kelapa Murni (Virgin Coconut Oil)dengan Metode Pemanasan. *International Journal of Natural Sciences and Engineering* 2(1): 34-41.