



## Pelatihan Pembuatan Virgin Coconut Oil (VCO) bagi Masyarakat Serpong Tangerang Selatan

Rizky Arcinthy R<sup>1</sup>, Fitri Yuniarti<sup>1</sup>, Fitriani<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA Jl. Tanah Merdeka, Jakarta Timur, Indonesia  
Email: rizky.arcinthy@uhamka.ac.id

### Abstrak

Pengabdian masyarakat yang dilaksanakan berjudul “Pelatihan Pembuatan VCO Bagi masyarakat Aisyiah Cabang Serpong”. Mitra yang dipilih menjadi lokasi pengabdian masyarakat didasarkan pada pertimbangan dan skala prioritas untuk dijadikan sasaran kegiatan. Hal ini berdasarkan kepatutan sumber data dan informasi yang dikumpulkan melalui kunjungan atau observasi, diskusi dan tanya jawab kepada Pengurus PCA Cabang Serpong Tangsel. Tujuan dilaksanakan pengabdian masyarakat yaitu agar adanya aktifitas yang produktif dari PCA Cabang Serpong Tangsel serta dapat juga bermanfaat untuk pengembangan cabang Aisyiah Serpong. Selain itu pelatihan ini juga bertujuan menumbuhkan jiwa wirausaha untuk peserta yang nantinya akan bermanfaat juga sebagai tambahan dana untuk pembangunan PCA Cabang Serpong. Program Kegiatan yang ditawarkan berupa Sosialisasi atau pengenalan VCO yang dihasilkan, baik dari khasiat maupun Kelebihan yang dimiliki VCO itu sendiri. Dan juga ada demonstrasi dalam pembuatan VCO yang baik dan benar dengan metoda enzimatik. Target yang ingin dicapai dari pelatihan ini berupa jasa yang ditawarkan kepada masyarakat Aisyiah Cabang Serpong Tangsel berupa keterampilan untuk membuat VCO secara enzimatik, cara pemasaran VCO yang tepat dan benar, selain itu peserta juga dapat mengetahui tentang VCO serta manfaat dan kelebihan yang dimilikinya untuk kesehatan. Dengan adanya pelatihan ini diharapkan masyarakat dapat mengaplikasikan ilmu yang diperoleh untuk pembuatan VCO dalam kegiatan sehari-hari dan membantu perekonomian untuk meningkatkan pendapatan PCA dan keluarga, serta dapat meningkatkan derajat kehidupan warga agar lebih sehat.

**Kata Kunci:** demonstrasi, VCO, PCA, kesehatan, ekonomi.

### Abstract

The community service entitled "Virgin Coconut Oil (VCO) training development for Aisyiah Serpong Branch". The location of the community service and the participants was chosen based on priority target. The data collected through observation and group discussion of Aisyiah Serpong, South Tangerang branch. The community service was done in order to increase the productivity of Aisyiah Serpong branch and also for Aisyiah Serpong development. The training also aimed to raise more fundings Serpong branch and to foster an entrepreneurial spirit to the participants. Program activities that are offered in the form of socialization, introduced the benefit of virgin coconut oil including for health. There was also a demonstration of VCO manufacture by enzymatic method as the right method. The trainer also explained about how to deal with the marketing of VCO. It was expected, by following this training, the participants would have knowledge and skills about VCO manufacture and how to handle the marketing. In the future, the participants could have an alternative income from VCO production and could have a better livelihood degree by consuming it.

**Keywords:** Virgin Coconut Oil, health, economic

---

**Format Sitasi:** Arcinthy, R. R., Yuniarti, F. & Fitriani. (2017). Pelatihan Pembuatan Virgin Coconut Oil (Vco) Bagi Masyarakat Serpong Tangerang Selatan. *Jurnal SOLMA*, 07(1), 27-33.

---

*Revisi: 23-01-2018; Diterima: 15-02-2018; Diterbitkan: 07-04-2018.*

---

## PENDAHULUAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di daerah Serpong Tangsel di bawah Pimpinan Cabang Aisyiah (PCA) Cabang Serpong. PCA merupakan organisasi perempuan

Muhammadiyah, yaitu sebuah organisasi perempuan yang berkemajuan yang berperan dalam memajukan perempuan Indonesia dalam berbagai kehidupan di bidang pendidikan, kesehatan, ekonomi, hukum, dan pemberdayaan perempuan.

Program kerja PCA Cabang Serpong di bidang Kesehatan antara lain melakukan upaya-upaya untuk meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan masyarakat berupa kegiatan peningkatan pelayanan dan pengembangan pusat layanan yang dikelola oleh Aisyiah, seperti edukasi terhadap masyarakat tentang bahaya dan penanggulangan TBC terhadap keluarga dan lingkungan. Meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang kesehatan reproduksi, keluarga berencana sebagai upaya penurunan angka kematian ibu melahirkan dan pemberdayaan masyarakat dalam perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan keluarga dengan pendekatan hak-hak perempuan berbasis nilai-nilai Islam.

Virgin Coconut Oil (VCO) merupakan salah satu jenis minyak esensial yang banyak digunakan untuk kepentingan kesehatan manusia, yang terbuat dari kelapa segar. Virgin coconut oil mempunyai banyak sekali manfaat bagi kesehatan kita antara lain bersifat sebagai antibiotik, meningkatkan sistem kekebalan tubuh, meningkatkan metabolisme tubuh, meningkatkan stamina dan masih banyak lagi manfaat lain.

Mengingat Manfaat dari VCO, masyarakat perlu mengetahui pengetahuan tentang VCO itu sendiri mulai dari cara pembuatannya dan penggunaan yang tepat bagi kesehatan. Untuk itu perlu penyampaian yang baik melalui sebuah pelatihan terhadap masyarakat. Pelatihan terlaksana melalui Program Pemberdayaan Pengabdian Masyarakat yang dilakukan Prodi Farmasi UHAMKA. Kegiatan ini meliputi pengenalan, pembuatan dan manfaat VCO bagi kesehatan. Dari kegiatan ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada masyarakat agar dapat membuat sendiri baik skala rumah tangga maupun skala besar, sehingga diharapkan masyarakat dapat meningkatkan derajat kesehatan serta meningkatkan pendapatan ekonomi.

## **MASALAH**

Untuk meningkatkan kemampuan serta pengetahuan masyarakat tentang pengetahuan makanan dan minuman yang sehat dalam rangka memenuhi keseimbangan gizi tubuh, maka dipandang perlu bagi dosen-dosen Farmasi dan Kesehatan, untuk memberikan pelatihan pembuatan minuman sehat secara sederhana sebagai bentuk pengabdian kepada masyarakat. Kegiatan pengabdian ini ditujukan bagi ibu-ibu Aisyiah dan warga yang berada

dilingkungan Serpong namun belum memiliki kemampuan yang cukup dalam pengolahan makanan dan minuman sehat. Sehingga setelah pelatihan ini output yang diharapkan adalah orang-orang dapat menerapkan metode pengolahan minuman sehat yaitu pembuatan Virgin Coconut Oil secara sederhana dan praktis .

Tujuan dari pengabdian ini yaitu agar adanya aktivitas dari PCA Cabang Serpong dalam rangka melaksanakan program kerja di bidang Kesehatan yang sudah direncanakan sebelumnya. Mengupayakan peningkatan pengetahuan kesehatan masyarakat mengenai gizi seimbang untuk mencegah terjadinya kelainan gizi di masyarakat melalui kegiatan rutin PCA di bidang kesehatan dan kesejahteraan sosial.

Selain itu, pelatihan ini juga bertujuan menumbuhkan jiwa wirausaha untuk peserta bagaimana cara hidup yang sehat, produktif dan cara pemasaran VCO yang nantinya akan bermanfaat juga sebagai tambahan dana untuk kegiatan organisasi warga Aisyiah Cabang Serpong.

## **METODE PELAKSANAAN**

Tim pengabdian masyarakat prodi farmasi mencoba membantu melalui program pelatihan pembuatan Virgin Coconut Oil (VCO) yang nantinya produk yang dihasilkan dapat dipasarkan sehingga keuntungan yang diperoleh dapat membantu pendanaan kegiatan atau program-program yang akan diadakan oleh PCA setempat. Selain itu pelatihan ini bertujuan meningkatkan jiwa wirausaha untuk peserta dengan cara memberikan solusi pemasaran yang tepat dan benar dari produk VCO yang dihasilkan nantinya.

Program kegiatan yang ditawarkan berupa sosialisasi atau pengenalan VCO yang dihasilkan baik dari khasiat maupun kelebihan yang dimilikinya dan juga ada demonstrasi dalam pembuatan VCO serta penjelasan tentang cara pemasarannya yang tepat dan benar.

Hasil pelatihan diharapkan dapat memberikan keterampilan pada warga agar dapat membuat produk VCO dengan baik dan benar yang nantinya dapat dipasarkan sehingga menambah pendapatan/sumberdana yang dibutuhkan untuk melaksanakan program-program yang akan diadakan oleh PCA tersebut.

Pembuatan VCO dengan cara enzimatik merupakan proses pemecahan minyak dalam santan dengan penambahan enzim. Ikatan protein minyak yang ada pada emulsi santan bisa juga dipecah dengan bantuan enzim. Enzim yang digunakan untuk memecahkan ikatan lipoprotein dalam emulsi lemak adalah enzim hidrolase dan protease seperti

bromelin dari buah nanas atau papain dari getah pepaya. Protein menyerap molekul-molekul air dengan bantuan enzim, maka protein akan terdegradasi menjadi senyawa protease, pepton dan asam-asam amino. Hal inilah yang menyebabkan protein sebagai emulgator pada krim santan akan terdegradasi melalui proses hidrolisis dengan bantuan enzim hidrolase, pemecahan protein menyebabkan sistem emulsi menjadi tidak stabil sehingga minyak dapat terpisah dari sistem emulsi.

VCO yang dihasilkan dari proses enzimatik memiliki keunggulan antara lain VCO berwarna bening, kandungan asam lemak di dalam VCO tidak banyak berubah sehingga khasiatnya tetap tinggi, tidak mudah tengik karena komposisi asam lemaknya tidak banyak berubah. Rendemen yang dihasilkan tinggi. Cara pembuatannya VCO sebagai berikut :

#### 1. Pembuatan Krim Santan Buah Kelapa

Pembuatan krim santan yang digunakan dalam penelitian ini adalah daging buah kelapa yang sudah tua. Daging buah kelapa dibersihkan dan diparut kemudian ditambahkan air dengan komposisi 1:1 (b/b) selanjutnya diperas hingga diperoleh santan. Santan kelapa yang diperoleh disaring menggunakan kain saring. Kemudian santan kelapa ditampung dalam stoples transparan, didiamkan selama satu jam sehingga terbentuk dua lapisan krim pada bagian atas dan skim pada bagian bawah. Untuk memperoleh krim santan, maka skim yang terlarut dalam air pada bagian bawah dibuang.

#### 2. Pembuatan VCO dengan bantuan enzim papain

Pembuatan VCO menggunakan krim santan yang diperoleh pada perlakuan di atas. Krim santan dimasukkan dalam gelas beaker sebanyak 200 gram kemudian dicampurkan dengan ekstrak enzim papain kasar dari getah pepaya sebanyak 2 gram dan diaduk sampai homogen selama 30 menit, selanjutnya gelas beaker tersebut ditutup menggunakan kertas alumunium. Campuran ini didiamkan selama 20 jam sehingga terbentuk tiga lapisan air pada bagian dasar, protein pada bagian tengah dan minyak pada bagian atas. Kemudian lapisan minyak paling atas diambil dengan pipet tetes dan disaring dengan kertas saring.

### PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat melalui peningkatan pemahaman/pengetahuan banyaknya manfaat yang dikandung VCO suplemen kesehatan serta peningkatan ketrampilan masyarakat melalui pelatihan pembuatan VCO dengan metode sederhana dan biaya yang relatif terjangkau. Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang ditujukan kepada

anggota PCA Serpong Tangsel dapat meningkatkan derajat kesehatannya melalui pengetahuan tentang asupan VCO sebagai nutrisi yang mengandung nilai gizi yang tinggi. Ketrampilan dalam cara pembuatan VCO ini diharapkan dapat diaplikasikan dalam kegiatan sehari-hari dan membantu perekonomian untuk meningkatkan pendapatan PCA dan keluarga.

Asam lemak tidak jenuh 10 %. Asam lemak jenuh ini didominasi oleh asam laurat, sehingga minyak kelapa ini sering disebut dengan minyak laurat. Asam laurat dan asam kapriat yang ada dalam VCO merupakan asam lemak jenuh rantai sedang yang mudah dimetabolisir dan bersifat anti mikroba (anti virus, anti bakteri, dan anti jamur) sehingga dapat meningkatkan kekebalan tubuh dan mudah diubah menjadi energi. Semua patogen berlapis lemak. Dengan demikian asam laurat yang juga berupa minyak dapat menyatu dengan organisme itu untuk kemudian mematikannya. Hal tersebut menjadi perhatian dan daya tarik utama para peserta tersebut untuk mengkonsumsi VCO.

Respon peserta pun lebih besar pada pelatihan pembuatan VCO. Pelatihan ini perlu dilakukan karena keberhasilan produk VCO sangat ditentukan oleh beberapa faktor seperti sterilitas alat dan bahan, suhu, waktu inkubasi, penggunaan enzim dan ketelitian pengambilan lapisan minyak VCO. Sterilitas bahan dan alat penting karena proses pembuatan VCO merupakan fermentasi. Jadi dengan menjaga sterilitas bahan dan alat, tidak ada bakteri atau pun kontaminan lain yang hidup dalam santan. Kandungan kimia pada daging kelapa adalah air, protein, dan lemak. Santan kelapa yaitu cairan yang berwarna putih yang diperoleh dari pemerasan. Jika santan didiamkan akan terpisah menjadi dua fase yaitu fase skim yang jernih bagian bawah dan fase krim yang berwarna putih susu di bagian atas.

Cara yang dilakukan pun dengan cara sederhana yaitu Santan kelapa yang diperoleh disaring menggunakan kain saringnya dengan penambahan sedikit air. Kemudian santan kelapa ditampung dalam botol air mineral besar yang telah ditutup dengan aluminium foil beserta tutup botol yang telah dilubangi, botol dibalik dan didiamkan selama satu jam sehingga terbentuk dua lapisan krim (warna putih) pada bagian atas dan skim pada bagian bawah. Untuk memperoleh krim santan, maka skim yang terlarut dalam air pada bagian bawah dibuang dengan melubangi aluminium foil dengan jarum. Krim santan dimasukkan dalam gelas ukur sebanyak 600 gram yang sebanding dengan 600 ml lalu dimasukkan dalam toples transparan. Kemudian dicampurkan dengan ekstrak enzim papain kasar dari



getah papaya sebanyak 6 gram dan diaduk perlahan sampai larut sempurna selama 30 menit. Selanjutnya gelas beaker tersebut di tutup menggunakan kertas alumunium. Campuran ini didiamkan selama 20 jam pada suhu ruang sehingga terbentuk tiga lapisan air pada bagian dasar, protein (blondo) pada bagian atas dan minyak (VCO) pada bagian tengah. Kemudian lapisan blondo paling atas diambil dengan sendok dan lapisan minyak pada bagian tengah di ambil menggunakan pipet tetes lalu disaring menggunakan kertas saring. Berdasarkan hasil diskusi pada saat pelatihan terlihat bahwa para peserta antusias untuk membuat VCO untuk kebutuhan tubuh.

### **KESIMPULAN**

Respon peserta yaitu anggota PCM dan Aisyiah terhadap penyuluhan ini cukup tinggi, ditunjukkan dengan angka kehadiran 80 % dari jumlah undangan. Pemahaman masyarakat terhadap manfaat dan kandungan VCO serta cara pembuatan VCO yang benar menggunakan metode enzimatik sederhana dan murah ini ditanggapi dengan sangat antusias oleh para peserta.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terimakasih kepada LPPM (Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat) sebagai pemberi dana kegiatan Pelatihan Pembuatan Virgin Coconut Oil (VCO) Bagi Masyarakat Serpong Tangsel.

Terimakasih kepada Pimpinan Cabang Aisyiah (PCA) Cabang Serpong, sebagai mitra dalam kegiatan dan membantu dalam proses kegiatan Pelatihan Pembuatan Virgin Coconut Oil (VCO) Bagi Masyarakat Serpong Tangsel.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Andi, N.A. (2005). Virgin Coconut Oil Minyak Penakluk Aneka Penyakit. Pt Agro Media Pustaka, Hal 5. Tangerang.
- Darmoyuwono, W. (2006). Gaya Hidup Sehat Dengan Virgin Coconut Oil. PT Indeks, Hal 2, 9, 47. Jakarta.
- Setiaji, B. (2006). Membuat VCO (Virgin Coconut Oil) Berkualitas Tinggi. PT Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.
- Winarno, F.G. (2004). Kimia Pangan dan Gizi. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.