

## **Pembuatan Dan Peyuluhan Manfaat Virgin Coconut Oil Dalam Bidang Kesehatan Sebagai Alternatif Pengobatan Herbal Pada Kelurahan Kalegowa Kabupaten Gowa**

**Miladiarsi<sup>1)</sup>, Wahdaniar<sup>2)</sup>, Ade Irma<sup>3)</sup>, Hijral Aswad<sup>4)</sup>, Juniati Binti Lukman<sup>5)</sup>, Alief Ihram Fatany<sup>6)</sup>, Arafah Nurfadillah<sup>7)</sup>, Tenri Ayu Adri<sup>8)</sup>**

<sup>1),2),3),4),5),6)</sup>Program Studi S1 Sains Biomedis Fakultas Teknologi Kesehatan Universitas Megarezky

<sup>7)</sup>Program Studi Bioinformatika Fakultas Teknologi Kesehatan Universitas Megarezky

<sup>8)</sup>Program Studi S1 Farmasi Fakultas Farmasi, Universitas Megarezky

E-mail: [miladiarsi.bio09@gmail.com](mailto:miladiarsi.bio09@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Virgin coconut oil (VCO) adalah minyak kelapa yang diekstraksi dan bermanfaat bagi kesehatan. VCO dibuat dengan kopra, atau daging kelapa kering yang dikeluarkan dari cangkang dan ditekan untuk mengekstrak minyak alami. Pengabdian ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada masyarakat mengenai pembuatan dan pemanfaatan VCO sebagai alternatif pengobatan herbal. Kegiatan ini dilakukan di kelurahan Kalegowa yang kesehariannya masyarakatnya sering melakukan kegiatan di kantor lurah dengan memanfaatkan sumberdaya alam yang ada dan mudah untuk didapatkan. Metode yang dilakukan pada pengabdian ini yaitu memberikan solusi dan pengetahuan khususnya di bidang kesehatan mengenai pemanfaatan VCO sebagai obat alternatif herbal. Melalui kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat untuk memahami teknik pembuatan VCO dan manfaatnya. Peserta dalam program pengabdian ini sangat antusias untuk menerima dan melaksanakan setiap tahapan yang diajarkan.

**Kata kunci:** herbal, penyuluhan, virgin coconut oil (vco)

### **ABSTRACT**

*Virgin coconut oil (VCO) is coconut oil that is extracted and beneficial to health. VCO is made with copra, or dried coconut meat removed from the shell and pressed to extract natural oils. This service aims to provide education to the public about the manufacture and use of VCO as an alternative to herbal medicine. This activity is carried out in Kalegowa village, whose Counseling, Virgin Coconut Oil (VCO), Herbal daily life is often carried out activities in the village head office by utilizing existing natural resources and is easy to obtain. The method carried out in this service is to provide solutions and knowledge, especially in the health sector regarding the use of VCO as an alternative herbal medicine. Through this activity, it can increase public knowledge to understand the techniques of making VCO and its benefits. Participants in this service program are very enthusiastic to accept and carry out every stage taught.*

**Keywords:** *herbal, counseling, virgin coconut oil (vco)*

## PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara tropis dengan banyaknya pula merupakan negara produsen kelapa utama di dunia. Minyak VCO merupakan minyak yang diperoleh dari kopra (daging buah kelapa yang dikeringkan) atau dari perasan santannya. Kandungan minyak pada daging buah kelapa tua diperkirakan mencapai 30%-35%, atau kandungan minyak dalam kopra mencapai 63-72%. Kebutuhan akan Minyak VCO terpenuhi dengan adanya pemanfaatan lahan tanaman kelapa sekitar 3,712 juta hektar. Kebutuhan Minyak VCO dari waktu ke waktu semakin meningkat seiring dengan semakin mahalnya minyak jenis lain. Berbagai cara telah dilakukan untuk memperoleh hasil olahan minyak VCO, mulai dari cara tradisional sampai dengan cara modern (Hasibuan dkk., 2018).

Hampir seluruh bagian dari pohon kelapa dapat digunakan untuk memenuhi kebutuhan. Bagian terpenting dari pohon kelapa adalah air dan daging buah kelapa. Daging buah kelapa adalah salah satu bagian dari kelapa yang sering digunakan oleh masyarakat maupun industri. Dalam pemanfaatannya, daging buah kelapa dapat diolah menjadi kopra kemudian diproses lebih lanjut menjadi minyak. Daging buah kelapa dipergunakan juga dalam keadaan segar sebagai santan, kelapa parut, maupun untuk pembuatan minyak. Minyak kelapa memiliki kandungan asam lemak yaitu diantaranya asam lemak jenuh yang diperkirakan 91% terdiri dari Kaproat, kaprilat, kaprat, laurat, miristat, Palmatic, stearat, dan asam lemak tak jenuh sekitar 9% yang terdiri dari Oleat dan Linoleic (Paramitha & Wibawa, 2021).

Menurut (Ilmiah dkk., 2022) produk minyak VCO murni dapat dimanfaatkan dalam industri farmasi, kosmetik, susu formula, dan minyak goreng bermutu tinggi. Dalam aplikasi sebagai kosmetik, minyak VCO murni sering dimanfaatkan pada minyak telon, handbody, atau untuk pelembab wajah. Hal yang paling penting dari manfaat penggunaan VCO adalah mampu memperbaiki sistem pencernaan. Manfaat ini disebabkan oleh adanya kandungan asam lemak rantai menengah dari VCO. Kandungan tersebut dapat langsung diserap melalui dinding usus tanpa harus mengalami proses hidrolisis dan juga secara enzimatis. Kondisi tersebut menyebabkan dapat langsung dimetabolisme dalam hati untuk dihasilkan energi. Produk VCO

yang memiliki banyak manfaat membuat para dokter di Amerika untuk merekomendasikan sebagai ingredien dalam susu formula dan sapihan.

Produk VCO juga dipercaya mampu untuk meningkatkan imunitas tubuh. Penggunaan produk tersebut menjadi salah satu langkah yang dapat dilakukan sebagai tindakan preventif pada masa pandemi. Metode pembuatan produk minyak VCO dapat dilakukan dengan cara tradisional, fermentasi, dan juga enzimatis. Salah satu metode yang dapat dikembangkan sebagai alternatif pembuatan VCO dengan cara yang mudah adalah melalui proses fermentasi. Metode ini dikembangkan dengan menambahkan ragi tape sebagai starter. Pengembangan metode enzimatis dapat dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan rendemen minyak yang terekstrak dari krim santan. Dalam penerapannya, metode enzimatis dapat dilakukan dengan penambahan enzim yang mampu memecah protein (Hardi dkk., 2021). Potensi yang sangat bermanfaat dari pemanfaatan kelapa untuk dihasilkan produk minyak murni berupa VCO dengan metode fermentasi dan enzimatis dapat menjadi langkah dalam pengembangannya. Berdasarkan hal tersebut maka dilakukanlah kegiatan pengenalan pembuatan minyak VCO di lingkungan masyarakat. Melalui pengenalan tersebut dapat memberikan wawasan kepada masyarakat luas tentang pentingnya kegiatan yang dimaksud.

## **METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan pengabdian pada masyarakat dilakukan dengan pemilihan lokasi secara sengaja (*purposive*) dengan mempertimbangkan bahwa masyarakat Kalegowa sering melakukan kegiatan di kantor lurah dengan memanfaatkan sumber daya alam yang ada dan mudah untuk di dapatkan. Sehingga mendukung dengan tema pengabdian pembuatan dan pemanfaatan VCO. Metode yang digunakan dalam program pengabdian masyarakat ini berupa penyuluhan pembuatan dan pemanfaatan VCO, melakukan sosialisasi tentang manfaat VCO dalam kesehatan dan VCO dapat di jadikan alternatif obat herbal. Pada proses pembuatan VCO melibatkan masyarakat langsung dengan membawa semua peralatan yang dibutuhkan selama pembuatan VCO tersebut. Kemudian melakukan evaluasi kepada masyarakat dengan cara mengajukan pertanyaan kepada masyarakat apakah mereka mengerti cara pembuatan dan pemanfaatan VCO. Serta membagikan VCO yang sudah jadi sebagai contoh hasil akhir

nantinya dari yang dilakukan masyarakat. Untuk melakukan kegiatan pengabdian ini maka tahapan yang dilakukan yaitu:

- 1) Studi pendahuluan dilakukan untuk mengetahui keadaan riil masyarakat untuk dijadikan kelompok sasaran kegiatan pengabdian.
- 2) Persiapan pada tahap ini tim pengabdian masyarakat yang menyiapkan berbagai keperluan yang di butuhkan dalam kegiatan pengabdian seperti spanduk, alat dan bahan pembuatan VCO.
- 3) Pendistribusian dalam tahap ini dosen dan mahasiswa melakukan pembagian contoh VCO kepada peserta sebelum di mulainya kegiatan pembuatan VCO.

Laporan kegiatan dalam tahap ini tim pengabdian kepada masyarakat membuat laporan kegiatan bakti sosial yang dipublikasikan media cetak online Universitas yang ada.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Peserta pengabdian masyarakat ini adalah masyarakat Kalegowa Kabupaten Gowa, yang di hadiri 50 peserta diantaranya ibu PKK dan Kader Posyandu Kelurahan Kalegowa. Hasil kegiatan penyuluhan pembuatan dan pemanfaatan VCO di dapatkan pengetahuan masyarakat tentang manfaat VCO dalam kesehatan hanya sekitar 20% masyarakat yang pernah dengar dan tidak ada masyarakat yang pernah mencoba mengkomsumsi ataupun membuat VCO secara langsung. Tapi setelah dilakukan penyuluhan VCO pengetahuan masyarakat dalam pemanfaatan dan pembuatan bertambah dari sebelumnya dan masyarakat sangat antusias untuk membuat VCO secara langsung atau mandiri.



**Gambar 1. Penyuluhan dan Pembuatan VCO**



**Gambar 2. Dokumentasi Masyarakat, Dosen dan Mahasiswa**

Pelaksanaan program pengabdian di Kelurahan Kalegowa Kabupaten Gowa dilaksanakan pada hari Selasa, 28 Juni 2022 berjalan lancar dan baik. Pengabdian ini ditujukan kepada masyarakat Kelurahan Kalegowa. Program pengabdian berupa penyuluhan Pembuatan dan pemanfaatan VCO dalam kesehatan. Pada tahap pelaksanaan digunakan metode ceramah dan eksekusi langsung. Materi-materi yang disampaikan ternyata dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pemanfaatan VCO dibuktikan dengan respon cepat dalam menjawab pertanyaan yang diberikan dengan benar. Mereka sangat paham bahwa VCO dapat dilakukan dengan mudah secara mandiri dan manfaatnya yang begitu besar untuk kesehatan.

Pada pelaksanaan tanyajawab dan diskusi menunjukkan antusias mitra dalam mengembangkan produk VCO dengan metode kombinasi. Selama diskusi berlangsung, peserta aktif memberikan pertanyaan. Dalam diskusi, dijelaskan pula mengenai karakteristik minyak VCO yang dihasilkan. Produk VCO yang diperoleh ditampilkan secara langsung dengan ciri-ciri berwarna bening dan memiliki bau yang khas. Hal ini juga didukung oleh pernyataan (Putri & Ali 2021) yaitu hasil yang diperoleh setelah melakukan percobaan pembuatan VCO bahwa minyak tersebut berwarna bening, berbau khas minyak kelapa dan tidak memiliki rasa.

Pemateri memberikan penjelasan jika dengan penambahan ragi dapat mempercepat proses pemisahan untuk dihasilkan minyak murni VCO karena di dalam ragi mengandung makhluk hidup. Menurut (Ilmiah dkk., 2014) dengan penambahan ragi akan mempertinggi rendemen karena ragi roti dapat memproduksi enzim proteolitik yang dapat menghidrolisis protein yang menyelubungi globula lemak sehingga semakin banyak enzim proteolitik yang dihasilkan dan semakin banyak lemak yang terbebas dari santan (Cahyani & Asmoro, 2021).



Virgin Coconut Oil (VCO) sudah marak dikembangkan dengan berbagai banyak sekali kegunaannya, antara lain dapat membantu menurunkan berat badan (Kusuma, 2020), membantu ml nutrisi pada anak sebagai antioksidan, antiinflamasi, menurunkan kadar gula darah dan tekanan darah, menurunkan kolesterol, mempunyai kemampuan antimikroba yaitu antibakteri dan anti jamur anti virus sehingga VCO dapat membantu dalam menyembuhkan penyakit yang disebabkan oleh virus seperti HIV (Suryani, 2019).

## KESIMPULAN DAN SARAN

Setelah mendapatkan penyuluhan pembuatan dan pemanfaatan VCO Kelurahan Kalegowa Kabupaten Gowa terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat tentang cara pembuatan dan manfaat VCO dalam kesehatan. Peningkatan pengetahuan diketahui dengan antusias masyarakat bertanya dan menjawab semua pertanyaan yang diajukan setelah diberikan materi.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Universitas Megarezky, Dekan Fakultas Teknoogi Kesehatan, LPPM, Serta lurah Kalegowa Kabupaten Gowa yang telah memberikan izin kepada kami untuk melakukan Pengabdian Masyarakat sehingga dapat terselenggara dengan baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Cahyani, A., & Asmoro, N. W. (2021). Pengaruh Lama Fermentasi terhadap Rendemen dan Sifat Fisikokimia VCO (Virgin Coconut Oil): Effect of Fermentation Time on Yield and Physicochemical Properties of VCO (Virgin Coconut Oil). *Pro Food*, 7(1), 852-858.
- Hardi, J., Syaiful, B., & Buheli, R. A. P. (2021). Pembuatan VCO memanfaatkan bonggol nanas sebagai sumber bromelin di Desa Bale Kabupaten Donggala Provinsi Sulawesi Tengah. *Transformasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 17(1), 117-125.
- Hasibuan, C. F., Rahmiati, R., & Nasution, J. (2018). Pembuatan virgin coconut oil (vco) dengan menggunakan cara tradisional. *Martabe: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(3), 128-132.
- Ilmiah, S. N., Rahma, Y. A., Fitri, I., Wahidah, F. F., Alif, T., & Sari, I. M. (2022). Pengenalan Pembuatan Virgin Coconut Oil Melalui Teknik Kombinasi Fermentasi dan Enzimatis

Bagi Masyarakat Jabung, Lamongan. *Panrita Abdi-Jurnal Pengabdian pada Masyarakat*, 6(3), 620-629.

Kusuma, M.A., & Nia A. P. 2020. Asam lemak virgin coconut oil (VCO) dan manfaatnya untuk kesehatan. *Jurnal Agrinika*. 4 (1):93-107.

Marlina, Dwi Wijayanti, Ivo Pangesti Yudistari, dan Lilis Safitri, Pengaruh Virgin Coconut Oil Dari Kelapa Dihybrid Menggunakan Metode Penggaraman Dengan NaCl Dan Garam Dapur (*Jurnal Chemurgy*, Vol. 01 No. 2, 2017), h. 8.

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.

Putri, R. S., & Ali, A. (2021). Pelatihan Pembuatan Virgin Coconut Oil (VCO) di Desa Bulo Wattang sebagai Tindakan Preventif untuk Menjaga Kesehatan Masyarakat. *Panrita Abdi-Jurnal Pengabdian pada Masyarakat*, 5(1), 8-16.

Sukma Budi Aryani, Haqqifizta Ratihwulan, Asmawit. (2021). Kualitas Produk Virgin Coconut Oil VCO. *Jurnal Riset Industri* 13(2), 133-142.

Suryani M. 2019. Rahasia Virgin Coconut Oil (VCO) dapat membantu penyembuhan covid-19 ditinjau dari perspektif biokimia. Unitomo Press. Surabaya