

**SOSIALISASI PEMBUATAN DAN PEMANFAATAN VCO (*Virgin Coconut Oil*) KEPADA WARGA DESA PERUMNAS SIMALINGKAR
KECAMATAN PANCUR BATU KABUPATEN DELI SERDANG**

**Ir. Lyndon Parulian Nainggolan, M.Si ¹⁾, Ir. Riduan Sembiring, M.MA ²⁾, Yuri
Evaliansa Simamora ³⁾, Gita Arina Tarigan ⁴⁾**

¹⁾ Dosen Program Studi Agribisnis, Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Quality

²⁾ Dosen Program Studi Agroteknologi, Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Quality

³⁾⁴⁾ Mahasiswi Program Studi Agribisnis Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Quality

ABSTRAK

Virgin Coconut Oil (VCO) merupakan produk olahan kelapa yang dihasilkan melalui proses ekstraksi minyak dari daging kelapa segar tanpa melalui pemanasan, sehingga mempertahankan kandungan nutrisi dan senyawa bioaktif yang bermanfaat bagi kesehatan. Pembuatan VCO umumnya dilakukan dengan metode mekanis, seperti teknik cold-pressing atau fermentation, yang menghasilkan minyak berkualitas tinggi. VCO memiliki berbagai manfaat, baik sebagai produk kesehatan (misalnya, untuk meningkatkan sistem kekebalan tubuh, perawatan kulit, dan rambut), maupun sebagai bahan tambahan dalam industri makanan dan kosmetik. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji proses pembuatan VCO yang efisien dan ramah lingkungan, serta mengidentifikasi potensi pemanfaatannya dalam kehidupan sehari-hari. Selain manfaat kesehatan, pemanfaatan VCO juga memberikan peluang ekonomi yang signifikan, terutama bagi petani kelapa dan industri lokal, dengan mendorong produksi dan konsumsi produk berbasis kelapa yang bernilai tambah tinggi. Dengan semakin berkembangnya kesadaran masyarakat terhadap produk alami dan berkelanjutan, VCO diharapkan dapat menjadi alternatif unggulan dalam mendukung gaya hidup sehat dan pemberdayaan ekonomi lokal.

Kata Kunci: Pembuatan VCO, Pemanfaatan VCO, Kesehatan, Ekonomi Lokal, Minyak Kelapa.

ABSTRACT

Virgin Coconut Oil (VCO) is a coconut-based product extracted from fresh coconut meat without the use of heat, thus preserving its nutritional content and bioactive compounds beneficial to health. The production of VCO is typically carried out through mechanical methods such as cold-pressing or fermentation, which result in high-quality oil. VCO has various benefits, both as a health product (e.g., boosting the immune system, skin and hair care) and as an ingredient in the food and cosmetics industries. This study aims to examine efficient and environmentally-friendly VCO production processes, as well as explore its potential applications in daily life. In addition to health benefits, the utilization of VCO also presents significant economic opportunities, particularly for coconut farmers and local industries, by promoting the production and consumption of high-value coconut-based products. With growing awareness of natural and sustainable products, VCO is expected to become a leading alternative in supporting healthy lifestyles and empowering local economies.

Keywords: VCO Production, VCO Utilization, Health, Local Economy, Coconut Oil.

PENDAHULUAN

Kewajiban setiap Perguruan Tinggi, sebagaimana dijelaskan dalam Tridharma Perguruan Tinggi, meliputi Pendidikan, Penelitian, dan Pengabdian kepada Masyarakat. Salah satu kewajiban utama tersebut adalah melaksanakan Pengabdian kepada Masyarakat, yang merupakan bentuk kepedulian setiap lembaga atau institusi pendidikan, khususnya Pendidikan Tinggi, dalam mengikuti perkembangan dan kemajuan teknologi. Indonesia, sebagai negara dengan potensi sumber daya alam dan manusia yang melimpah, masih menghadapi tantangan dalam menyetarakan diri dengan negara-negara maju. Sistem Pendidikan Nasional, sebagaimana diatur dalam Pasal 20 ayat 2 Undang-Undang No. 20 Tahun 2003, menyatakan bahwa Perguruan Tinggi wajib menyelenggarakan pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat. Hal ini juga ditegaskan dalam Pasal 47 ayat 1 Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi yang menyebutkan bahwa Pengabdian kepada Masyarakat adalah kegiatan Civitas Akademika dalam mengamalkan dan membudayakan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi untuk memajukan kesejahteraan umum serta mencerdaskan kehidupan bangsa.

Indonesia, dengan wilayah pertanian yang luas, memanfaatkan sektor ini untuk meningkatkan perekonomian negara. Salah satu subsektor penting adalah perkebunan, dan komoditas yang berpotensi besar adalah kelapa (*Cocos nucifera*). Kelapa dianggap sebagai tumbuhan serbaguna, hampir seluruh bagian pohonnya dapat dimanfaatkan. Pohon kelapa umumnya tumbuh di daerah pesisir dan dapat mencapai ketinggian hingga 30 meter. Selain itu, kelapa memiliki batang silindris berwarna abu-abu yang besar dan seringkali melengkung karena pengaruh angin atau sinar matahari (Rini Sahni Putri, 2021). Salah satu produk olahan kelapa yang banyak diminati adalah minyak kelapa, yang menyuplai sekitar 10% dari total kebutuhan minyak dan lemak global. Kelapa, sebagai komoditas strategis, berperan penting dalam perekonomian Indonesia dan dipandang sebagai sumber daya berkelanjutan yang mempengaruhi berbagai aspek kehidupan masyarakat (Mattoasi, 2022).

Pengembangan ekonomi lokal dan daerah yang berfokus pada pemanfaatan serta optimalisasi sumber daya lokal merupakan kunci dalam meningkatkan perekonomian daerah. Pendekatan ini dapat mengatasi masalah kemiskinan dan pengangguran, serta mendorong pembangunan berkelanjutan di tengah arus ekonomi global. Menurut Mattoasi (2020), strategi pengembangan ekonomi daerah yang tepat dapat menggali potensi ekonomi produktif dan berdaya saing, yang berbasis pada sumber daya lokal (*local resources based economy*).

Pengertian *Virgin Coconut Oil* (VCO)

Virgin Coconut Oil (VCO) merupakan produk olahan dari daging kelapa yang berbentuk cairan jernih, tidak berasa, dengan aroma khas kelapa. VCO dapat diperoleh baik dari daging kelapa segar maupun dari kopra. Proses pembuatan VCO dari daging kelapa segar dikenal dengan proses basah (*wet process*), karena pada proses ini digunakan air untuk mengekstraksi minyak. Sementara itu, pembuatan VCO dari kopra menggunakan proses kering (*dry process*) (Fajri Hasibuan et al., 2018).

Di beberapa daerah, VCO lebih dikenal dengan berbagai nama seperti minyak perawan, minyak sara, atau minyak kelapa murni (Rini Sahni Putri, 2021). *Virgin Coconut Oil* mengandung asam lemak jenuh rantai sedang dan pendek (*medium-chain fatty acids*, MCFA) dalam kadar yang tinggi (Idris & Armi, 2022). Selain itu, VCO juga mengandung antioksidan, seperti tokoferol dan betakaroten, dalam jumlah yang sangat tinggi. Karena tingginya kandungan MCFA dan antioksidan tersebut, VCO memiliki potensi untuk menjaga kesehatan tubuh serta mencegah berbagai penyakit berbahaya, seperti penyakit jantung, kolesterol tinggi, dan stroke (Dwi Sutanto et al., 2017).

Selain itu, kandungan asam laurat yang tinggi dalam VCO memberikan sifat antivirus, antibakteri, dan antip protozoa pada minyak ini (Setiaji & Prayogo, 2006; Setiaji, 2013).

Manfaat *Virgin Coconut Oil* (VCO)

Virgin Coconut Oil (VCO) memiliki sejumlah manfaat, di antaranya adalah peningkatan daya tahan tubuh terhadap penyakit serta mempercepat proses penyembuhan. Pemanfaatan minyak VCO murni dapat diterapkan dalam berbagai industri, seperti farmasi, kosmetik, susu formula, dan minyak goreng bermutu tinggi. Dalam aplikasi kosmetik, minyak VCO sering digunakan dalam produk seperti minyak telon, handbody, dan pelembab wajah (Teja Dwi Sutanto, dkk., 2021).

Manfaat yang paling penting dari penggunaan VCO adalah kemampuannya dalam memperbaiki sistem pencernaan. Hal ini disebabkan oleh kandungan asam lemak rantai menengah yang ada dalam VCO, yang dapat diserap langsung melalui dinding usus tanpa perlu proses hidrolisis atau enzimatis (Sitti Nur Ilmiah, 2021).

Selain itu, minyak kelapa murni, yang merupakan hasil modifikasi dari proses pembuatan minyak kelapa, menghasilkan produk dengan kadar air dan lemak bebas yang rendah. Minyak ini memiliki warna bening, bau harum, dan daya simpan yang cukup lama, yaitu lebih dari 12 bulan. Proses pembuatan minyak kelapa murni relatif sederhana dan tidak memerlukan biaya yang mahal, karena bahan bakunya mudah didapat dengan harga yang terjangkau, pengolahan yang tidak rumit, serta penggunaan energi yang minimal karena tidak memerlukan bahan bakar. Dengan demikian, kandungan kimia dan nutrisinya, terutama asam lemak, tetap terjaga.

Sebagai perbandingan, minyak kelapa kopra berwarna kuning kecoklatan, berbau tidak harum, dan cenderung mudah tengik, sehingga daya simpannya lebih pendek (kurang dari dua bulan). Dari segi ekonomi, minyak kelapa murni (VCO) memiliki harga jual yang lebih tinggi dibandingkan minyak kelapa kopra. Oleh karena itu, pengembangan studi mengenai pembuatan VCO perlu terus didorong untuk meningkatkan potensi produk ini (Mattoasi & Usman, 2020).

Kegunaan Manfaat *Virgin Coconut Oil* (VCO)

Penggunaan *Virgin Coconut Oil* (VCO) secara teratur dapat memberikan manfaat yang optimal bagi kesehatan, terutama dalam mendukung proses penyembuhan dan mengatasi berbagai penyakit. Meskipun VCO umumnya tidak menimbulkan efek samping yang berbahaya, konsumsi minyak ini tetap perlu diperhatikan untuk memastikan khasiat yang maksimal. Secara umum, semakin banyak konsumsi kelapa, semakin besar potensi efek positifnya terhadap kesehatan.

Salah satu contoh pemanfaatan VCO dalam bidang kesehatan adalah sebagai suplemen. Beberapa ahli merekomendasikan dosis konsumsi VCO sekitar 3,5 sendok makan (± 50 g) per

hari untuk orang dewasa. Namun, apabila VCO digunakan untuk membantu penyembuhan penyakit, beberapa penelitian menunjukkan bahwa konsumsi VCO hingga 1 g per kilogram bobot tubuh masih aman dan efektif. Sementara itu, jika digunakan sebagai obat luar, VCO dapat dioleskan secara merata ke seluruh tubuh sebanyak tiga kali sehari (Teja Dwi Sutanto, dkk., 2021).

ANALISIS SITUASI

Masyarakat di Perumnas Simalingkar menghadapi berbagai permasalahan yang saling terkait, antara lain kepadatan penduduk yang mempengaruhi perekonomian, rendahnya kualitas sumber daya manusia, serta keterbatasan pengetahuan yang berdampak pada kesulitan dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari dan melanjutkan pendidikan anak ke jenjang yang lebih tinggi. Ibu-ibu rumah tangga, sebagai kelompok yang paling terdampak, membutuhkan pemberdayaan dalam bentuk peningkatan pengetahuan dan keterampilan untuk memperbaiki kesejahteraan keluarga. Salah satu sumber daya yang dapat dimanfaatkan adalah kelapa, yang banyak tersedia di sekitar wilayah ini dan memiliki kandungan gizi yang tinggi. Namun, pemanfaatannya masih terbatas pada kebutuhan masak-memasak, sementara pengetahuan mengenai pengolahan kelapa menjadi produk dengan nilai tambah baik dari sisi ekonomi maupun kesehatan masih minim. Oleh karena itu, pemberdayaan melalui pelatihan dan peningkatan pengetahuan kepada ibu-ibu PKK di Desa Perumnas Simalingkar tentang cara mengolah kelapa secara optimal dapat membuka peluang untuk meningkatkan pendapatan ekonomi keluarga sekaligus memperbaiki kualitas gizi masyarakat.

Batas-batas Desa Perumnas Simalingkar

- Sebelah Utara: Berbatasan dengan tanah warga Perumnas Simalingkar Pancur Batu
- Sebelah Selatan: Desa Simalingkar A Pancur Batu
- Sebelah Timur: Kelurahan Mangga Medan Tuntungan
- Sebelah Barat: Desa Simalingkar A



Luas Wilayah:

Perumnas Simalingkar memiliki luas 10,42 km² dengan persentase 1,22%. Ketinggian wilayah adalah 140 meter di atas permukaan laut (dpl), dengan kontur tanah hamparan.

Letak Geografis:

Menurut Desa/Kelurahan di Kecamatan Perumnas Simalingkar, letak geografisnya adalah:

- Lintang Utara: 2°57'
- Bujur Timur: 98°35'

Jarak ke Kantor Kecamatan:

Jarak dari Desa/Kelurahan ke Kantor Kecamatan Pancur Batu adalah 6,8 km.

Jumlah Dusun, RW, RT, dan Perangkat Desa:

Menurut data 2019 di Kecamatan Pancur Batu, terdapat 7 dusun dan 13 perangkat desa. Perkembangan teknologi dan preferensi konsumen yang mengakomodasi isu lingkungan dan kesehatan telah mendorong industri kelapa berkembang semakin beragam dan mendalam. Salah satu industri yang paling berkembang saat ini adalah pengolahan minyak kelapa menjadi senyawa oleokimia (OC) dan turunannya, yang dikenal dengan nama industri oleokimia. Senyawa oleokimia dasar yang dihasilkan dari pengolahan minyak kelapa meliputi asam lemak, asam lemak ester, asam lemak beralkohol, dan asam lemak amina (Setiaji, 2013; Hedge, 2016; Prior dkk, 1981).

PERMASALAHAN MITRA

Masyarakat masih belum sepenuhnya memahami manfaat dan fungsi *Virgin Coconut Oil* (VCO) bagi kesehatan, serta cara pembuatannya. Banyak warga yang belum mengetahui bagaimana proses pembuatan *Virgin Coconut Oil* (VCO).

Warga Desa Perumnas Simalingkar terdiri dari sekitar 50 orang anggota, yang sebagian besar adalah kaum bapak dan ibu. Mereka sangat membutuhkan pengetahuan dasar serta motivasi untuk memahami fungsi dan kegunaan VCO, serta pelatihan mengenai cara pembuatannya.

Dari hal dasar tersebut, kami berencana untuk melakukan pengabdian masyarakat dengan memberikan penyuluhan dan pelatihan mengenai sosialisasi fungsi, kegunaan, serta proses pembuatan *Virgin Coconut Oil* (VCO).

SOLUSI DAN TARGET LUARAN

Salah satu penyebab kurangnya informasi mengenai manfaat, kegunaan, dan cara pembuatan *Virgin Coconut Oil* (VCO) adalah minimnya sosialisasi yang dilakukan. Oleh karena itu, perlu dilakukan edukasi kepada masyarakat agar mereka dapat memahami dan bahkan mempraktikkan pembuatan VCO secara mandiri.

Pada umumnya, *Virgin Coconut Oil* (VCO) memiliki banyak manfaat bagi kesehatan, dan proses pembuatannya sangat sederhana. Meskipun demikian, masyarakat tetap membutuhkan pelatihan untuk bisa membuatnya dengan benar.

Pengenalan terhadap bahan-bahan yang digunakan untuk membuat VCO, serta pemahaman tentang teknologi sederhana dalam pengolahannya, akan mendorong minat masyarakat untuk mulai membuat VCO sendiri di rumah. Dengan meningkatnya minat, mereka akan lebih memahami pentingnya VCO untuk mendukung kebutuhan kesehatan mereka secara mandiri.

Untuk itu, tim kami berinisiatif mengajak masyarakat untuk memproduksi VCO secara rumah tangga melalui kegiatan penyuluhan. Kegiatan ini bertujuan untuk mengedukasi masyarakat mengenai pentingnya pembuatan VCO sendiri di rumah dengan cara yang sederhana, sesuai dengan metode yang telah kami kembangkan.

Target luaran yang diharapkan adalah masyarakat memperoleh pengetahuan yang lebih mendalam tentang *Virgin Coconut Oil* (VCO), serta mengenal dan memanfaatkan produk ini secara optimal.

a) Tujuan Kegiatan

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk mengenalkan fungsi, manfaat, dan cara pengolahan *Virgin Coconut Oil* (VCO). Melalui tulisan ini, kami mengajak masyarakat untuk dapat memproduksi VCO skala rumah tangga melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

b) Solusi yang Diberikan

Solusi yang kami tawarkan adalah melalui penyuluhan kepada warga mengenai pentingnya memahami proses pembuatan *Virgin Coconut Oil* (VCO). Penyuluhan ini bertujuan agar masyarakat memiliki pengetahuan yang cukup untuk membuat VCO secara mandiri.

c) Manfaat Kegiatan

Melalui kegiatan ini, masyarakat dapat meningkatkan kesehatan keluarga mereka dengan memanfaatkan VCO, yang dikenal memiliki berbagai manfaat bagi kesehatan.

d) Target Luaran

Target luaran yang diharapkan adalah masyarakat memperoleh pengetahuan yang lebih mendalam mengenai proses pembuatan VCO dan bagaimana memanfaatkannya untuk kebutuhan sehari-hari.

e) Harapan Jangka Panjang

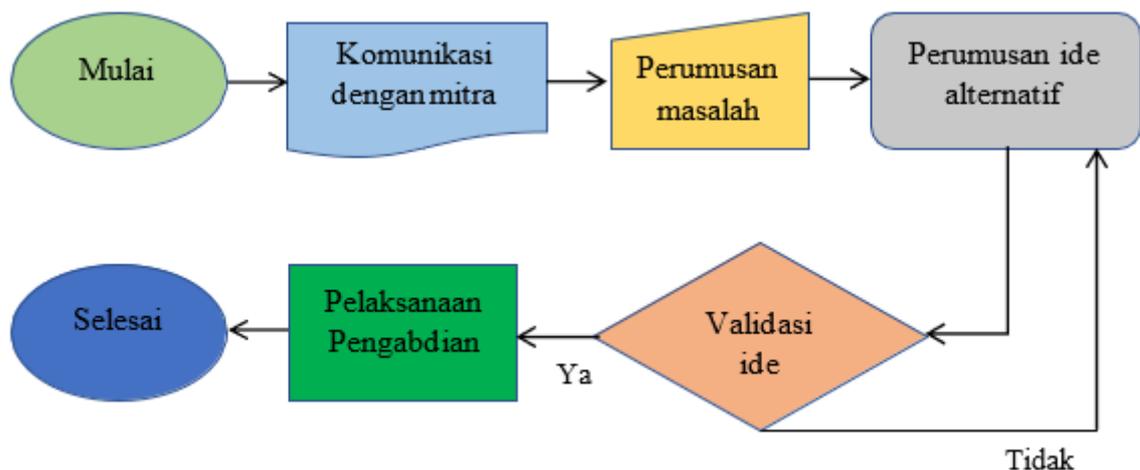
Di setiap rumah tangga, diharapkan dapat memproduksi VCO untuk kebutuhan keluarga. Selain itu, ada kemungkinan bahwa VCO yang diproduksi secara mandiri ini dapat dipasarkan untuk menambah penghasilan dan meningkatkan ekonomi keluarga.

METODE PELAKSANAAN DAN SUSUNAN KEPANITIAAN

1. Metode Pemilihan Lokasi

Lokasi kegiatan dipilih berdasarkan hasil survei daerah dengan jumlah penduduk yang memiliki kelompok Ibu PKK sekitar 65 orang di Desa Perumnas Simalingkar, Kecamatan Pancur Batu, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara. Pemilihan lokasi ini mempertimbangkan potensi dan kebutuhan masyarakat setempat terhadap pelatihan dan penyuluhan mengenai pembuatan *Virgin Coconut Oil* (VCO).

2. Metode Pelaksanaan



Gambar 1. Diagram Alir Pengabdian Kepada Masyarakat

Analisis Situasi dan Permasalahan

- a) Tim berkomunikasi secara daring dengan mitra untuk menganalisis situasi, kondisi, dan gambaran umum tentang masyarakat mitra.
- b) Tim mengidentifikasi dan mencatat masalah-masalah yang terkait dengan topik pengabdian yang akan dilakukan.
- c) Tim berdiskusi secara daring dengan dosen pembimbing untuk merumuskan ide-ide alternatif yang dapat diimplementasikan pada mitra.
- d) Tim mengkomunikasikan secara daring ide-ide alternatif yang mungkin dapat diterapkan kepada mitra.
- e) Jika ide dari tim diterima oleh mitra, maka pelaksanaan kegiatan dapat dilanjutkan. Namun, jika ide ditolak, tim akan merumuskan dan mencari ide alternatif lain yang lebih sesuai dengan kebutuhan mitra.

Perumusan Ide Alternatif

- a) Tim menganalisis kondisi umum masyarakat mitra dan memperoleh informasi bahwa warga, khususnya ibu rumah tangga, diharapkan memahami dan mampu membuat *Virgin Coconut Oil (VCO)*.
- b) Tim menganalisis bahwa masyarakat memiliki antusiasme tinggi untuk membuat *Virgin Coconut Oil (VCO)*.
- c) Tim merumuskan beberapa ide alternatif untuk ditawarkan kepada mitra mengenai cara membuat *Virgin Coconut Oil (VCO)*.

Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat

- a) Tim mempersiapkan alat dan bahan untuk pembuatan *Virgin Coconut Oil (VCO)* secara sederhana, dengan bahan dasar kelapa sayur, yang nantinya akan diserahkan kepada masyarakat.
- b) Dengan tetap memperhatikan dan menerapkan protokol kesehatan, tim memberikan penyuluhan secara langsung kepada masyarakat mengenai pentingnya manfaat, kegunaan, serta cara pembuatan *Virgin Coconut Oil (VCO)*.
- c) Tim memberikan edukasi dan penyuluhan tentang pemanfaatan *Virgin Coconut Oil (VCO)* dalam kehidupan sehari-hari.
- d) Proses pembuatan *Virgin Coconut Oil (VCO)* yang dilakukan oleh masyarakat akan dipantau pada hari pertama, kedua, dan ketiga.
- e) Tim mengarahkan mitra untuk mengolah *Virgin Coconut Oil (VCO)* hingga siap digunakan dan dikonsumsi, serta memberikan arahan mengenai cara penyimpanan yang benar.

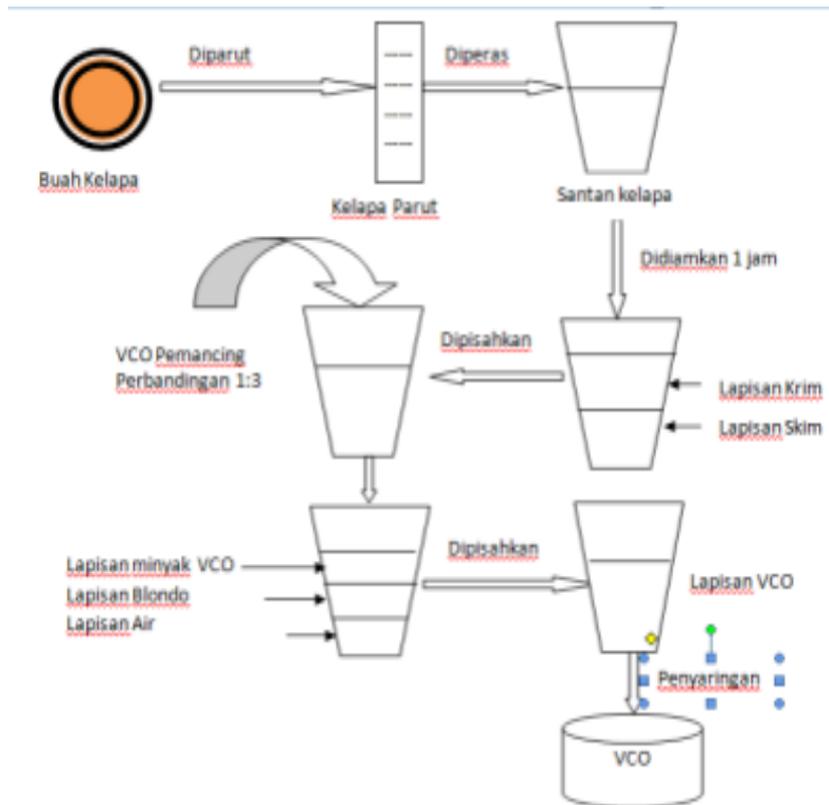
Metode Analisis Data dan Peningkatannya

- a) Setelah diberikan pengetahuan tentang pentingnya manfaat, kegunaan, dan cara pembuatan *Virgin Coconut Oil* (VCO), serta dilakukan penyuluhan tentang proses pembuatannya, produk yang telah dibuat oleh ibu-ibu PKK akan dipantau satu minggu setelah pelatihan untuk melihat perkembangan dan hasilnya. Pemantauan ini akan menjadi dasar untuk bimbingan dan pelatihan lanjutan.
- b) *Virgin Coconut Oil* (VCO) yang telah dibuat akan dipantau setiap bulan untuk memastikan kualitasnya, hingga produk tersebut siap digunakan dan dikonsumsi. Pemantauan ini bertujuan untuk memberikan arahan lebih lanjut, memperbaiki teknik pembuatan, dan memastikan produk yang dihasilkan memenuhi standar yang diinginkan.

GAMBARAN IPTEK

Gambaran IPTEK yang Akan Diimplementasikan kepada Mitra

- a) Pengetahuan tentang Pembuatan *Virgin Coconut Oil* (VCO)
Tim akan memberikan pengetahuan dasar mengenai cara pembuatan *Virgin Coconut Oil* (VCO) yang sederhana dan mudah dipahami oleh masyarakat. Proses pembuatan ini akan dijelaskan secara rinci, mulai dari pemilihan bahan baku, teknik ekstraksi, hingga cara pengemasan yang tepat untuk memastikan kualitas VCO yang dihasilkan.
- b) Pengenalan dan Pemanfaatan *Virgin Coconut Oil* (VCO)
Masyarakat akan dikenalkan dengan berbagai manfaat *Virgin Coconut Oil* (VCO), baik untuk kesehatan, kecantikan, maupun kegunaan lainnya dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, mereka akan mendapatkan pemahaman tentang cara-cara pemanfaatan VCO dalam berbagai produk, seperti minyak rambut, pelembap kulit, atau bahan tambahan dalam masakan.



WAKTU DAN TEMPAT PELAKSANAAN

Hari/Tanggal : Rabu, 29 Mei 2024

Waktu : 14.00 – selesai

Tempat : Desa Perumnas Simalingkar, Kecamatan Pancur Batu, Kabupaten Deli
Serdang, Provinsi Sumatera Utara

KEGIATAN PENGABDIAN MASYARAKAT

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan oleh dosen dan mahasiswi Universitas Quality di wilayah Medan ini diawali dengan survei kondisi subjek penerima pelatihan. Berikut adalah tahapan kegiatan yang akan dilakukan:

a. Pengisian Data Diri Peserta

Dosen akan memfasilitasi pengisian data diri peserta, yaitu ibu-ibu PKK di Desa Perumnas Simalingkar, untuk memastikan bahwa data yang diperoleh akurat dan lengkap.

b. Sosialisasi Pembuatan *Virgin Coconut Oil* (VCO)

Dosen akan memberikan sosialisasi mengenai proses pembuatan *Virgin Coconut Oil* (VCO), termasuk penjelasan tentang bahan-bahan yang diperlukan dan langkah-langkah praktis dalam pembuatan VCO.

c. Pemaparan dan Penguraian Teknis Pembuatan dan Pemanfaatan *Virgin Coconut Oil* (VCO)

Dosen akan memaparkan secara rinci tentang cara pembuatan VCO, mulai dari pengolahan kelapa hingga proses penyaringan dan pengemasan. Selain itu, akan dibahas juga berbagai manfaat VCO dalam kehidupan sehari-hari, baik untuk kesehatan maupun kecantikan.

d. Dokumentasi Kegiatan

Setelah pemaparan materi selesai, dosen dan mahasiswa akan mendokumentasikan kegiatan dalam bentuk foto untuk keperluan publikasi. Foto-foto tersebut akan dipublikasikan di website resmi LPPM Universitas Quality di <http://www.lppm.uq.ac.id/>.

Kegiatan diawali dengan pembukaan oleh MC, yang dilanjutkan dengan menyanyikan lagu kebangsaan Indonesia Raya, yang dipimpin oleh Ibu Kepala Desa. Setelah itu, Ibu-ibu PKK akan menyanyikan lagu Mars PKK.

Selanjutnya, dilakukan sesi perkenalan antara perangkat desa, pengurus PKK, dan tim pengabdian masyarakat. Setiap anggota perangkat desa dan pengurus PKK akan memperkenalkan diri. Begitu juga dengan tim pengabdian yang akan memperkenalkan diri satu per satu. Kegiatan perkenalan ini bertujuan untuk membangun kedekatan dan menarik simpati masyarakat, agar kegiatan sosialisasi dapat diterima dengan baik.

Setelah kegiatan sambutan dan perkenalan dari Kepala Desa, pengurus PKK, serta tim pengabdian masyarakat, acara akan dilanjutkan dengan pemaparan materi “Sosialisasi Pembuatan dan Pemanfaatan VCO (*Virgin Coconut Oil*)” oleh tim dosen dari Universitas Quality.



Ibu-ibu PKK, sebagai peserta dalam kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM), terlihat sangat antusias mendengarkan penjelasan tentang manfaat *Virgin Coconut Oil* (VCO) yang disampaikan oleh dosen tim PKM.

Pemaparan materi diawali dengan memberikan pemahaman kepada Ibu-ibu PKK, yang berjumlah 80 orang, tentang pengertian *Virgin Coconut Oil* (VCO). *Virgin Coconut Oil* (VCO) adalah minyak yang diperoleh dari daging buah kelapa tua yang segar, diproses melalui

fermentasi, kemudian diperas, baik dengan maupun tanpa penambahan air, dan tanpa pemanasan. VCO ini aman untuk dikonsumsi manusia.

VCO yang baik secara fisik akan terlihat jernih seperti kristal, tidak beraroma tengik, dan memiliki rasa khas kelapa. Berdasarkan panjang rantai karbonnya, VCO mengandung:

- Asam lemak rantai pendek sebesar 11,78%
- Asam lemak rantai medium sebesar 67,89%
- Asam lemak rantai panjang sebesar 20,34%

Dengan bau khas kelapa segar, tidak tengik, dan berwarna bening, VCO ini merupakan produk berkualitas tinggi yang memiliki berbagai manfaat kesehatan. Beberapa manfaat utama dari VCO antara lain:

- Membantu mencegah penyakit jantung
- Mencegah kanker dan diabetes
- Memperbaiki sistem pencernaan
- Meningkatkan sistem kekebalan tubuh
- Mencegah infeksi virus HIV dan SARS

Selain itu, VCO mengandung beberapa senyawa penting yang bermanfaat bagi tubuh, termasuk asam lemak yang memiliki banyak kegunaan untuk kesehatan tubuh.



Dosen tim PKM menyampaikan cara membuat *Virgin Coconut Oil* (VCO) yang baik, dengan menjelaskan langkah-langkah praktis dalam proses pembuatannya.



Ibu-ibu PKK, sebagai peserta PKM, terlihat sangat antusias dan aktif bertanya kepada tim PKM mengenai pembuatan dan pemanfaatan *Virgin Coconut Oil* (VCO).

Karena manfaat besar yang dapat diperoleh dari penggunaan *Virgin Coconut Oil* (VCO), tim PKM memperkenalkan VCO sebagai bahan pangan yang sangat baik untuk kesehatan kepada ibu-ibu PKK. Tim menjelaskan bahwa VCO merupakan bahan yang sangat bermanfaat bagi kesehatan manusia, sekaligus ramah lingkungan.

Ibu-ibu PKK, sebagai mitra kegiatan PKM, sangat semangat dan tertarik mendengarkan presentasi dari tim dosen mengenai VCO. Mereka menunjukkan antusiasme yang tinggi terhadap informasi bahwa VCO mudah dibuat, memiliki manfaat kesehatan yang besar, dan juga mendukung keberlanjutan lingkungan hidup.

Setelah pemaparan materi selesai, sesi berikutnya adalah diskusi tanya jawab. Pada sesi ini, semangat ibu-ibu PKK sangat tinggi. Mereka mencatat dengan seksama dan mengajukan beberapa pertanyaan kepada tim, seperti:

- Apa saja manfaat VCO bagi kesehatan manusia?
- Bagaimana cara membuat VCO yang baik?
- Bagaimana cara mengaplikasikan VCO pada kehidupan sehari-hari?

Mitra kegiatan PKM ini sangat tertarik dengan pelatihan yang diberikan, sehingga mereka merasa perlu mendapatkan pendampingan lebih lanjut untuk mengaplikasikan pengetahuan yang telah diperoleh. Mereka juga berharap dapat terus meng-update pengetahuan tentang VCO dan teknologi lainnya.

Setelah sesi diskusi selesai, tim menutup acara dengan menyampaikan kesimpulan dan ucapan terima kasih kepada seluruh peserta. Kegiatan diakhiri dengan penutupan yang disampaikan oleh Ibu Kepala Desa, dilanjutkan dengan sesi foto bersama seluruh peserta dan tim PKM yang hadir.



Tim PKM, Dosen, dan Mahasiswa Universitas Quality



Seluruh tim PKM Universitas Quality (dosen dan mahasiswa) berfoto bersama dengan seluruh mitra PKM, yang meliputi Kepala Desa, jajaran pengurus, dan anggota PKK Desa Perumnas Simalingkar, sebagai penutupan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Desa Perumnas Simalingkar berjalan dengan sukses, diikuti oleh 41 peserta dari masyarakat setempat, termasuk ibu-ibu PKK, serta 4 dosen dan 9 mahasiswa/i Universitas Quality. Antusiasme yang tinggi terlihat dari semangat peserta dalam mengikuti Sosialisasi Pembuatan dan Pemanfaatan *Virgin Coconut Oil* (VCO) yang disampaikan oleh tim pengabdian. Masyarakat menunjukkan ketertarikan besar terhadap

manfaat VCO untuk kesehatan, namun untuk memastikan keberlanjutan dan pemahaman yang lebih mendalam, diperlukan bimbingan dan pendampingan lebih lanjut agar mereka dapat lebih aktif membuat dan memanfaatkan VCO dalam kehidupan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Dwi Sutanto, T., Martono, A. H., & Ratnawati, D. (2017). Pembuatan Virgin Coconut Oil (VCO) dengan Metode Tanpa Pemanasan sebagai Upaya Meningkatkan Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Dharma Raflesia*, 16(1), 55–59.
- Fajri Hasibuan, C., Nasution, J., & Biologi, Universitas Medan Area, F. (2018). Pembuatan Virgin Coconut Oil (VCO) dengan Menggunakan Cara Tradisional. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1, 128–132.
- Idris, M., & Armi, A. (2022). Rancang Bangun Alat Pengolahan Santan Kelapa Menjadi Virgin Coconut Oil Metana: Media Komunikasi Rekayasa Proses dan Teknologi Tepat Guna. *Jurnal Pengolahan Teknologi*, 18(1), 71–76.
- Mattoasi, U. (2022). Pelatihan Pembuatan Kelapa Menjadi Minyak Murni/Virgin Coconut Oil (VCO) untuk Meningkatkan Ekonomi Masyarakat. *Mopolayio: Jurnal Pengabdian Ekonomi*, 2(1). Diakses dari <https://mopolayio.fe.ung.ac.id/index.php/mopolayio>
- Mattoasi, U. (2020). Pelatihan Pengolahan Kelapa Menjadi Minyak Murni (VCO) untuk Meningkatkan Penghasilan Masyarakat di Masa Pandemi COVID-19. *Laporan Pengabdian KKN Tematik UNG*.
- Putri, R. S., & A.A. (2021). Pelatihan Pembuatan Virgin Coconut Oil (VCO) di Desa Bulu Wattang sebagai Tindakan Preventif untuk Menjaga Kesehatan Masyarakat. *Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 9.
- Setiaji, B. (2013). *Coco Power, Model Pemberdayaan Masyarakat Petani Kelapa*. Coco Power Press. Yogyakarta.
- Setiaji, B., & Prayugo, S. (2006). *Membuat VCO Berkualitas Tinggi*. Penebar Swadaya. Jakarta.
- Sitti Nur Ilmiah, Y. A. (2021). Pengenalan Pembuatan Virgin Coconut Oil melalui Teknik Kombinasi Fermentasi dan Enzimatis bagi Masyarakat Jabung, Lamongan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 620–629. Diakses dari <https://journal.unhas.ac.id/index.php/panritaabdi>
- Sutanto, T. D., Ratnawati, D., & Martono, A. (2021). Pembuatan Virgin Coconut Oil (VCO) dengan Metode Enzimatis dan Fermentasi. *ICOMES: Indonesian Journal of Community Empowerment and Service*, 1(1). Diakses dari <https://ejournal.unib.ac.id/index.php/icomex/index>