

Pendidikan dan Pelatihan untuk Pemberdayaan Mahasiswa PLS Dalam Pembuatan Minyak Kelapa Murni (VCO)

Yesni Nopy dan Wahidin

Program Studi Pendidikan Luar Sekolah, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Palangka Raya

Email: yesninopi@fkip.upr.ac.id

Abstrak

Pohon kelapa merupakan tumbuhan yang memiliki banyak manfaat, hampir semua bagiannya dapat dimanfaatkan oleh manusia sehingga dianggap sebagai tumbuhan serbaguna. Kelapa merupakan salah satu komoditas strategis yang menjadi unggulan nasional. Pohon kelapa dipandang sebagai sumberdaya berkelanjutan yang dapat memberikan pengaruh terhadap segala aspek kehidupan masyarakat. Salah satu hasil olahan kelapa yang memiliki banyak manfaat yaitu Virgin Coconut Oil (VCO) atau dikenal dengan nama lain minyak kelapa murni atau minyak perawan yang memiliki banyak manfaat dalam bidang kesehatan dan kecantikan, disamping itu dapat juga dipasarkan untuk meningkatkan taraf perekonomian. Kegiatan pelatihan pembuatan VCO dilaksanakan dengan lancar di Prodi Pendidikan Luar Sekolah Universitas Palangkaraya. Kegiatan pelatihan pembuatan VCO dihadiri oleh mahasiswa PLS angkata 2019, Dosen pengampu matakuliah Pendidikan dan Pelatihan. Peserta pelatihan mengikuti kegiatan dengan antusias dan menginginkan adanya keberlanjutannya pelatihan hingga pada tahap edukasi pengemasan dan pemasaran produk hasil pelatihan. Setelah kegiatan pelatihan dilakukan, diperoleh hasil yang menghadiri pelatihan pembuatan VCO untuk digunakan dalam bidang kesehatan dan kecantikan, sekitar 90% berhasil mengikuti kegiatan pelatihan hingga selesai dan memperoleh hasil sebuah produk VCO.

Kata Kunci: *Pendidikan dan pelatihan, pemberdayaan, mahasiswa, pendidikan luar sekolah.*

Pendahuluan

Pohon kelapa merupakan tumbuhan yang memiliki banyak manfaat, hampir semua bagiannya dapat dimanfaatkan oleh manusia sehingga dianggap sebagai tumbuhan serbaguna. Pohon kelapa banyak ditemukan tumbuh pada daerah pesisir. Secara alami, kelapa tumbuh di pantai dan pohonnya mencapai ketinggian 30 m. Kelapa memiliki batang berbentuk silinder berwarna abu-abu yang berukuran besar, berdiri tegak, atau seringkali melengkung karena pengaruh angin atau sinar matahari (Van Steenis et al., 2005; Ohler dan Magat, 2016). Salah satu produk olahan kelapa yang banyak dibutuhkan masyarakat adalah minyak kelapa, dimana minyak kelapa mensuplai kurang lebih 10% dari total kebutuhan minyak dan lemak yang masuk ke pasar dunia. Kelapa merupakan salah satu komoditas strategis yang menjadi unggulan nasional. Pohon kelapa dipandang sebagai

sumberdaya berkelanjutan yang dapat memberikan pengaruh terhadap segala aspek kehidupan masyarakat.

Nilai ekonomi kelapa masih rendah disebabkan karena masih kurangnya olahan lebih lanjut dari komoditas dan minimnya pengetahuan tentang pengolahan kelapa. Kelapa yang terdiri dari sabut, tempurung, daging buah dan air kelapa tidak ada yang terbuang. Kelapa juga menghasilkan produk olahan populer yang terus dikembangkan hingga saat ini yaitu Virgin Coconut Oil (VCO) yang bermanfaat bagi manusia (Suhardiyono, 1993). Di beberapa daerah, VCO lebih terkenal dengan nama minyak perawan, minyak sara, atau minyak kelapa murni (Setiaji dan Prayugo, 2006). Salah satu cara yang dapat dilakukan dalam upaya meningkatkan nilai ekonomi kelapa sehingga dapat membantu perekonomian masyarakat yaitu pembuatan minyak kelapa murni tersebut. Seiring perkembangan

pengetahuan mengenai makanan sehat, sekarang ini bahan-bahan yang berasal dari alam dan murni lebih banyak diminati untuk diolah menjadi makanan ataupun obat-obatan. VCO merupakan minyak yang berasal dari buah kelapa tua segar yang diolah pada suhu rendah tanpa proses pemutihan dan hidrogenasi (Retno et al., 2016). Menurut Aziz et al. (2017) hasil yang diperoleh setelah melakukan percobaan pembuatan VCO bahwa minyak tersebut berwarna bening, berbau khas minyak kelapa dan tidak memiliki rasa.

Berdasarkan uraian tersebut, maka pendidikan dan pelatihan pembuatan VCO ini dilaksanakan sebagai upaya untuk mengoptimalkan pemanfaatan sumberdaya kelapa yang melimpah terlebih di daerah kalteng. Berangkat dari besarnya sumber daya kelapa maka perlu sinergi dalam membentuk jaringan kerja sama antara perguruan tinggi dan pemerintah daerah untuk mentransfer teknologi dalam pemberdayaan masyarakat perempuan (Pringgenies, et al., 2017). Perilaku masyarakat yang diharapkan dalam Indonesia Sehat 2025 adalah perilaku yang bersifat proaktif untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan, mencegah risiko terjadinya penyakit, melindungi diri dari ancaman penyakit dan masalah kesehatanlainnya serta mahasiswa/mahasiswi PLS bisa mengetahui cara mengolah kelapa dan menyebar luaskan pengetahuan kepada masyarakat untuk meningkatkan taraf ekonomi masyarakat di Indonesia tersebut.

Metode Pelaksanaan Kegiatan

Tempat dan Waktu

Kegiatan pelatihan pembuatan VCO ini dilakukan diprodi Pendidikan Luar Sekolah. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 14-16 Februari 2022.

Khalayak Sasaran.

Kegiatan pelatihan pembuatan VCO dihadiri oleh Mahasiswa PLS Angkatan 2019 dan Dosen pengampu mata kuliah Pendidikan dan Pelatihan oleh Ibu Yesni Nopy, M.Pd

Metode

Metode pelatihan yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah metode demonstrasi.

Pelatihan dilakukan dengan memberikan ceramah, demonstrasi dan diskusi.

Hasil dan Pembahasan

Teknik produksi VCO yang dilakukan oleh mahasiswa/i PLS adalah dengan teknik basah dengan pengadukan dan pengendapan karena caranya yang sangat sederhana. Hasil ini kemudian dianalisis dan dikembangkan menjadi produk VCO original dan aromaterapi.

A. Tahap Persiapan

Mahasiswa PLS angkatan 2019 menyiapkan terlebih dahulu alat dan bahan-bahan yang dibutuhkan di tempat kegiatan yang dilakukan.

B. Tahap Pembuatan

Pada tahap ini dilakukan pembuatan VCO yang didemonstrasikan dalam pelatihan tersebut. Adapun alat dan bahan pembuatan VCO sebagai berikut :

➤ Bahan Baku

1. Daging kelapa tua
2. Tissue tanpa parfum/kain saringan/Kapas

➤ Peralatan

1. Blender/Parutan
2. Wadah (Baskom)
3. Wadah plastik tertutup
4. Kantong plastik
5. Karet
6. Saringan
7. Corong

8. Botol kaca
9. Wajan
10. Kompor
11. Gas
12. Gelas
13. Sendok

Tahapan pembuatan VCO sebagai berikut:

1. Kelapa dikupas dan dicuci bersih
2. Kelapa dipotong kecil-kecil
3. Blender kelapa dengan air hangat hingga halus dan bersantan atau parut kelapa tersebut kemudian dicampur dengan air, kemudian diperas hingga keluar santannya
4. Saring hasil blender/parutan kelapa hingga terpisah dengan santannya
5. Masukkan santan pada kantong plastik. Ikat kantong plastik dengan karet. Masukkan ke dalam Kulkas. Diamkan sampai santan membeku(atau sekitar +_12jam)
6. Setelah santan kelapa membeku, panaskan di atas wajan lalu aduk hingga santan mencair menjadi minyak kelapa
7. Angkat minyak kelapa dan tuangkan ke baskom
8. Masukkan kain saringan/tissue kering/kapaske dalam corong dan berdirikan corong di dalam mulut botol kaca agar hasilnya lebih bening
9. Setelah itu Kemas minyak kelapa dan minyak kelapa siap dijual.

Minyak kelapa merupakan salah satu produk utama dari pengolahan daging buah kelapa melalui ekstraksi kering dan basah. Pada ekstraksi kering, minyak kelapa dihasilkan dengan bahan baku kopra dan kelapa parut kering, sedangkan cara basah ekstraksi minyak langsung dari daging kelapa segar. Minyak kelapa memiliki karakteristik yang tidak dimiliki minyak nabati lain.

Pada prinsipnya pengolahan minyak kelapa cara basah melalui tahap pembuatan santan. Pengolahan dengan cara basah ada tiga tahap yaitu: ekstraksi santan, pemisahan santan menjadi krim dan skim, serta pemecahan emulsi santan untuk menghasilkan minyak. Proses pengolahan minyak kelapa secara basah dapat menghasilkan produk akhir berupa minyak kelapa yang dikenal dengan sebutan minyak perawan, minyak kelapa murni atau Virgin Coconut Oil (VCO). VCO adalah minyak kelapa yang diekstraksi dan bermanfaat bagi kesehatan. VCO merupakan minyak kelapa yang dibuat dari bahan baku kelapa segar, diambil minyaknya atau kernel-nya, diproses dengan pemanasan. Minyak kelapa murni atau VCO biasanya memiliki rasa pedas dan manis.

Proses pengolahan minyak kelapa dengan cara di atas adalah sebagai berikut :

Cara Pemanasan

Pengolahan minyak kelapa dengan cara ini merupakan metode pembuatan minyak kelapayang telah umum dilakukan oleh petani. Parutan daging buah kelapa ditambah air lalu diaduk-aduk kemudian diperas untuk menghasilkan santan. Santan selanjutnya diperam selama 12 jam, krim yang berada pada lapisan atas dipisahkan dari skim. Krim yang diperoleh dipanaskan sampai terbentuk blondo yang berwarna kecoklatan. Selanjutnya dilakukan penyaringan untuk menghasilkan minyak (Rindengan dan Karouw, 2002).

Minyak kelapa yang diolah secara tradisional dengan pemanasan dikenal dengan nama minyak klentik. Minyak klentik umumnya berkadar air cukup tinggi yakni 0,10-0,11% dan kadar asam lemak bebas 0,08-0,09%. Minyak tersebut jika disimpan dalam wadah plastik atau botol tembus cahaya selama dua bulan, maka minyak menjadi tengik karena terjadi proses oksidasi yang menyebabkan minyak berbau tengik. Hal tersebut ditandai dengan meningkatnya kadar air dan asam lemak bebas masing-masing menjadi 0,18-0,20%

dan 0,16-0,18%. Minyak klenik yang dihasilkan dengan cara tradisional sebaiknya tidak disimpan lama atau segera dikonsumsi.

VCO adalah hasil proses pembuatan minyak kelapa yang dimodifikasi, sehingga dihasilkan produk dengan kadar air dan kadar asam lemak bebas yang rendah, berwarna bening, serta mempunyai daya simpan yang cukup lama. Pengembangan produk ini dilakukan oleh mahasiswa/i PLS Angkatan 2019 dengan mempertimbangkan teknik ini tidak membutuhkan biaya yang mahal karena bahan baku mudah didapat dengan harga yang murah, pengolahan yang sederhana dan tidak terlalu rumit, proses pembuatannya yang tetap menjaga kandungan kimia dan nutrisinya. Selain itu, produk ini juga sekarang sangat diminati oleh masyarakat sebagai bahan pangan dan pengobatan.

Berdasarkan berbagai hasil penelitian, VCO memiliki banyak manfaat dan berkhasiat bagi kesehatan. Minyak kelapa murni telah memperoleh sertifikat sebagai minyak yang bermanfaat dan tidak berpengaruh terhadap beberapa faktor resiko pada tubuh manusia. Minyak ini selain dimanfaatkan untuk kesehatan dapat juga digunakan sebagai bahan untuk memasak. VCO berkhasiat untuk membantu mengurangi resiko penyakit aterosklerosis, mendukung sistem fungsi kekebalan, membantu mencegah osteoporosis, membantu mengendalikan penyakit diabetes, penyedia sumber energi spontan, membantu menjaga kehalusan kulit, mengurangi resiko kanker, menghancurkan virus-virus membahayakan seperti halnya herpes, hepatitis C dan HIV, mengurangi berat badan, memperbaiki sistem pencernaan dan penyerapan nutrisi, membantu mencegah penuaan dan pengkerutan kulit dan lain-lain (Fife, 2001). Kandungan yang paling berpengaruh dalam minyak ini adalah asam lauratnya, sehingga yang menjadi salah satu penentu terpenting dalam kualitas VCO.

Kesimpulan

Mahasiswa/i PLS Angkatan 2019 berhasil melakukan pendidikan dan pelatihan minyak kelapa (VCO) dan ilmu yang di dapat akan di pratekkan kepada masyarakat untuk meningkatkan taraf ekonomi masyarakat. Pendidikan dan pelatihan pembuatan VCO ini dilaksanakan sebagai upaya untuk mengoptimalkan pemanfaatan sumberdaya kelapa yang melimpah terlebih di daerah kalteng.

VCO adalah minyak kelapa yang diekstraksi dan bermanfaat bagi kesehatan. VCO merupakan minyak kelapa yang dibuat dari bahan baku kelapa segar, diambil minyaknya atau kernel-nya, diproses dengan pemanasan.

Saran

Saran yang dapat disampaikan dalam penelitian ini adalah perlu adanya alat-alat yang lebih baik dalam proses pembuatan VCO pada kelompok ini sehingga akan diperoleh peningkatan kuantitas dan kualitas VCO.

Daftar Pustaka

- Diakses di <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/semnasmipa>
- Diakses di https://perkebunan.litbang.pertanian.go.id/dbasebun/asset_dbasebun/Penerbitan-20160922083342.pdf
- Di akses di <https://www.merdeka.com/sumut/11-manfaat-vco-bagi-kesehatan-menyehatkan-jantung-hingga-anti-virus-klm.html>
- Pringgienies, D., Ervia, Y., Ria, A.T.N., dan Endang, S.S. 2017. Pemberdayaan Kelompok Wanita Nelayan Pesisir Pantai dengan Aplikasi Teknologi Pewarna Alam Limbah Mangrove Jadi Batik di Mangkang Kecamatan Tugu Semarang. *Jurnal Panrita Abdi*, 1(2).
- Retno, R.S., Pujiati dan Utami, S. 2016. Pelatihan Pembuatan Virgin Coconut Oil (VCO) Secara Fermentasi di Desa

Belotan, Bendo, Magetan. *Jurnal Terapan Abdimas.* 1(1).

Setiaji, B dan Prayugo, S. 2006. *Membuat VCO Berkualitas Tinggi.* Jakarta: Penebar Swadaya.

Ucapan Terimakasih

Terima kasih disampaikan kepada teman-teman mahasiswa/i PLS angkatan 2019 dan juga terimakasih kepada dosen pengampu mata kuliah pendidikan ibu Yesny Nopy, M.Pd atas dukungan dan partisipasi sehingga terlaksananya kegiatan ini.

LAMPIRAN



