Journal of Health Community Services
Vol 2, No. 1 (2023)

SOSIALISASI PEMANFAATAN MINYAK KELAPA SEBAGAI MINYAK PIJAT UNTUK IBU DAN BAYI

Efrosina Ludovika Kalista [1], Marsela Renasari Presty [2]*, Marice [3], Therecia Wijayati [4], Lina Astuty[5], Susanna[6], Intanwati[7], Agnes Dwiana Widi Astuty[8], Youlenta Ernesontha[9], Trivina[10]
[1,2,3,4,5,6,7,8,9,10]Universitas Katolik Santo Agustinus Hippo
m.presty@sanagustin.ac.id

Abstrak

Minyak kelapa murni dapat membantu pertumbuhan ekonomi tidak hanya di wilayah namun juga secara nasional di Indonesia. Meski demikian, masih banyak ditemukan potensi yang tidak dikembangkan secara maksimal oleh masing-masing wilayah. Salah satu yang hingga saat ini belum dapat dimaksimalkan adalah produk dari kelapa yang banyak di temui di Kalimantan Barat. Padahal produk olahan dari kelapa termasuk salah satu produk yang banyak diminta tidak hanya didalam negeri tapi juga sampai ke luar negeri. Tujuan dilakukannya kegiatan ini adalah untuk melakukan sosialisasi tentang pemanfaatan minyak kelapa sebagai minyak pijat untuk ibu dan bayi. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah tahap persiapan, pelaksanaan, monitoring dan evaluasi serta tahap pelaporan. Adapun hasil yang diperoleh yaitu sebelum dilakukan sosialisasi, masih banyak warga yang belum mengetahui fungsi dari minyak kelapa, selain itu pengetahuan ibu nifas terkait pijat oksitosin dengan tujuan memperlancar produksi ASI juga diketahui masih kurang begitu juga dengan penggunaan minyak kelapa dalam proses pemijatan tersebut. Namun setelah dilakukan sosialisasi, masyarakat memahami, bahwa selain menghasilkan gula dari kelapa, kelapa juga dapat memproduksi minyak kelapa murni yang dalam hal ini digunakan untuk minyak pijat terutama pada ibu dan bayi.

Kata Kunci: Minyak Kelapa Murni, Nifas, Pijat

Virgin Coconut Oil can help economic growth not only regionally but also nationally in Indonesia. However, there are still many potentials that are not optimally developed by each region. One that until now has not been maximized is the product from coconut which is widely found in West Kalimantan. Even though processed products from coconut are one of the products that are in great demand not only domestically but also abroad. The purpose of this activity is to socialize the use of coconut oil as massage oil for mothers and babies. The methods used in this activity are the preparation, implementation, monitoring and evaluation stages as well as the reporting stage. The results obtained were that before the socialization was carried out, there were still many residents who did not know the function of coconut oil, besides that the knowledge of postpartum mothers regarding oxytocin massage with the aim of facilitating milk production was also known to be lacking as well as the use of coconut oil in the massage process. However, after socialization, the community understands that apart from producing sugar from coconuts, coconuts can also produce virgin coconut oil, which in this case is used for massage oil, especially for mothers and babies.

Keywords: *Virgin Coconut Oil, Postpartum, Massage*

PENDAHULUAN

Pulau Kalimantan merupakan wilayah terbesar ke 2 di Indonesia dan masing-masing provinsi didalamnya memiliki potensi tidak hanya di bidang pertambangan, tetapi juga pertanian, perkebunan hingga bidang kelautan (Setyaningrum, 2022). Seperti batu bara misalnya, menjadi hasil alam unggulan dibidang pertambangan di wilayah Kalimantan Timur (Widhiyatmoko, 2019). Perkebunan sawit dan karet yang menjadi hasil alam unggulan di Kalimantan Barat (Purwanto, 2021).

Hasil alam ini dapat membantu

pertumbuhan ekonomi tidak hanya di wilayah namun juga secara nasional di Indonesia (Rinto, 2019). Meski demikian, masih banyak ditemukan potensi yang tidak dikembangkan secara maksimal oleh masing-masing wilayah. Salah satu yang hingga saat ini belum dapat dimaksimalkan adalah produk dari kelapa yang banyak di temui di Kalimantan Barat. Padahal produk olahan dari kelapa termasuk salah satu produk yang banyak diminta tidak hanya didalam negeri tapi juga sampai ke luar negeri (Muharrami, 2021).

Kelapa sebagai salah satu hasil pertanian memiliki cukup banyak manfaat. Manfaat ini tidak hanya dapat diambil dari buah atau airnya saja seperti yang sudah kita kenal dan banyak digunakan. Tetapi bagian lain dari kelapa juga dapat dimanfaatkan. Misalnya pada batang, lidi hingga tempurung kelapa sebagai bahan kerajinan, minyak kelapa untuk kesehatan dan berbagai manfaat lainnya (Suharto & Dwi Retno Sri Ambarwati, n.d.; Sutjiati & Feva, 2022).

Desa Punggur Kapuas sebagai salah satu wilayah yang ada di Kalimantan Barat memiliki potensi ini. Desa ini memiliki luas penggunaan seluas 2.788 Ha dengan komoditas unggulan adalah kelapa dengan luas produksi yaitu 551 Ha (Pemerintah Desa, 2022). Hanya saja adanya potensi alam berupa kelapa diketahui belum secara maksimal dikembangkan. Bagian kelapa yang dimanfaatkan sejauh ini adalah daging kelapa, tempurung kelapa, lidi, air kelapa. Sejauh ini, hasil kelapa yang berhasil dipasarkan dengan cukup luas adalah buah kelapa muda dan tua sebagai salah satu bahan untuk makanan (santan dan gula kelapa sebagai produk utama desa) ataupun bahan kosmetik.

Ini tentu sangat disayangkan, mengingat bila ditelusuri lebih lanjut, kelapa ini dapat menghasilkan banyak produk olahan dengan beragam manfaat dan nilai produksi yang cukup tinggi. Salah satu produk olahan minyak kelapa yang erat kaitannya dengan kesehatan adalah minyak murni atau biasa dikenal dengan istilah VCO (Virgin Coconut Oil) yang dihasilkan dari kelapa yang cukup tua. Minyak ini dapat dimanfaatkan sebagai minyak urut yang dapat digunakan oleh berbagai kalangan baik usia bayi hingga dewasa. Tujuan kegiatan ini dilaksanakan adalah untuk melakukan sosialisasi tentang pemanfaat minyak kelapa sebagai minyak pijat untuk ibu dan bayi di Desa Punggur Kapuas.

IDENTIFIKASI MASALAH

Berdasarkan permasalahan yang dihadapi mitra, maka tim pengabdi mengupayakan agar Masyarakat dapat memanfaatkan minyak kelapa murni sebagai minyak pijat. Pelaksanaan kegiatan dengan melakukan sosialisasi tentang pemanfaat minyak kelapa sebagai minyak pijat untuk ibu dan bayi di Desa Punggur Kapuas.

METODELOGI PELAKSANAAN

Alat dan bahan

Alat dan bahan yang digunakan untuk pembuatan minyak kelapa murni yaitu: pemarut kelapa, saringan, corong, baskom, sendok sayur, toples kaca untuk hasil parutan, botol untuk wadah VCO, daging kelapa matang ±28 buah dan air bersih dengan perbandingan parutan kelapa dan air adalah 1:2. Sedangkan alat dan bahan untuk sosialisasi berupa LCD proyektor, *sound system, mic, powerpoint* berisi materi sosialisasi.

Metode pelaksanaan

Beberapa tahapan alam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini antara lain:

1. Tahapan persiapan

Pada tahap ini, dosen melakukan peninjauan atau observasi langsung wilayah yang akan menjadi lokasi tujuan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat. Setelah data diperoleh, tim dosen melakukan beberapa persiapan lain yaitu: membuat proposal kegiatan terlebih dahulu yang berisi tentang rincian kegiatan yang akan dilaksanakan termasuk didalamnya jumlah biaya yang diperlukan untuk mendukung pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat, mengajukan surat izin pada lokasi kegiatan dalam hal ini ditujukan pada Dinas Kesehatan Kubu Raya, Puskesmas Punggur Kapuas dan Desa Punggur Kapuas, setelah memperoleh izin, tim mempersiapkan alat dan bahan yang diperlukan saat kegiatan.



Gambar 1. Persiapan Data



Gambar 2. FGD Persiapan PKM

2. Tahapan pelaksanaan

Tahapan ini terdiri dari kegiatan utama dan pendukung. Adapun kegiatan utama yang dilakukan adalah melakukan sosialisai pemanfaatan minyak kelapa sebagai minyak pijat untuk ibu dan bayi pada masyarakat. Sosialisasi dilakukan setelah sebelumnya tim melakukan pijat pada ibu nifas terlebih dahulu. Sedangkan kegiatan pendukung berupa pendataan masalah Kesehatan pada masyarakat. Pada saat pelaksanaan, tim sudah terbagi menjadi beberapa bagian. Pembagian berdasarkan tugas masing-masing dosen antara lain: sebagai individu yang bertanggung jawab dalam pemembuatan surat izin, tim yang melakukan pendataan, tim yang membuat minyak kelapa murni, tim yang melakukan pengaplikasian minyak kelapa pada ibu nifas dan tim sosialisasi hasil. Dengan adanya pembagian tersebut, pelaksanaan dapat berjalan lancar sesuai dengan tugas masing-masing tim.



Gambar 3. Pendataan



Gambar 4. Proses Pembuatan Minyak Kelapa

3. Tahapan monitoring dan evaluasi

Dalam tahap ini, tim melakukan monitoring dan evaluasi yang dipimpin oleh Dekan Fakultas Kesehatan. Monitoring dan evaluasi mencakup proses persiapan hingga berakhirnya pelaksanaan kegiatan. Hasil dari monitoring dan evaluasi kegiatan disimpulkan bahwa kegiatan berjalan dengan baik dan lancar. Kegiatan sosialisasi diikuti oleh Ketua Dusun, ketua RT dan kader yang berada di wilayah kerja Desa Punggur Kapuas. Kegiatan sosialisasi ini memperoleh hasil bahwa, ketua dusun, ketua RT dan

kader yang menjadi perwakilan dari masyarakat memahami dengan jelas manfaat dari minyak kelapa dan pengetahuan ini dapat menjadi ilmu baru sebagai dasar untuk menjadikan minyak kelapa sebagai satu hasil UMKM Desa Punggur Kapuas. Beberapa hal yang perlu untuk diperhatikan selama kegiatan ini adalah waktu dilakukannya kegiatan ini bersamaan dengan jam kerja masyarakat. Sehingga tidak banyak warga yang bisa mengikuti proses pembuatan minyak kelapa dan pengaplikasian minyak kelapa sebagai minyak pijat hanya dilakukan pada ibu nifas yang ada pada saat kegiatan. Selain itu, sosialisasi masih ditujukan pada perwakilan masyarakat yang ada, sehingga belum dapat dipastikan apakah masyarakat akan setuju melakukan proses pembuatan minyak kelapa untuk UMKM Desa.



Gambar 5. Kegiatan Sosialisasi

4. Tahapan pelaporan

   Laporan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat disusun setelah kegiatan dilaksanakan dan diserahkan pada Dekan Fakultas Kesehatan sebagai bentuk pertanggungjawaban akhir kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Produk dari olahan minyak kelapa merupakan produk yang banyak digunakan dan cukup erat kaitannya dengan kesehatan. Salah satu produk olahan yang banyak digunakan dalam bidang kesehatan adalah minyak murni atau biasa dikenal dengan istilah VCO (*Virgin Coconut Oil*) yang dihasilkan dari kelapa yang cukup tua. Minyak ini dapat dimanfaatkan sebagai minyak urut yang dapat digunakan oleh berbagai kalangan baik usia bayi hingga dewasa (Kalista et al., 2023).

Dewasa ini, penggunaan minyak kelapa murni (*Virgin Coconut Oil*) dalam dunia kesehatan sebenarnya sudah cukup sering digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Meski demikian, belum semua kalangan tersentuh dengan informasi yang berkaitan dengan penggunaan minyak kelapa murni (*Virgin Coconut Oil*). Berdasarkan hasil observasi dan peninjauan langsung yang dilakukan di Desa Punggur Kapuas, diketahui bahwa masyarakat sudah mengetahui bahwa kelapa yang menjadi sumber daya alam di wilayah Desa Punggur berpotensi sebagai salah satu sumber penghasilan bagi masyarakat sekitar, hanya saja sejauh ini produk yang berhasil diolah berupa produk yang berkaitan dengan kerajinan tangan. Penggunaan minyak alami dari kelapa belum ditekuni sepenuhnya sebagai salah satu bahan yang dapat digunakan dalam bidang kesehatan (sebagai minyak untuk *massage*).

Data tersebut diperoleh melalui wawancara singkat yang dilakukan saat peninjauan berlangsung. Setelah data telah diketahui, tim yang membuat minyak kelapa murni melakukan proses pembuatan minyak kelapa murni dengan cara sederhana dan minim dana. Adapun cara pembuatan minyak kelapa yaitu sebagai berikut: (1) Parut daging kelapa; (2) Masukan air dengan perbandingan 1:2 dan peras hingga menghasilkan santan yang kental; (3) Masukan hasil perasan (santan) kedalam botol kaca, diamkan selama 24 jam dengan kondisi botol tertutup rapat; (4) Santan akan membentuk 3 bagian, yaitu minyak, santan dan air; (5) Sendok minyak yang ada dilapisan paling atas dan masukkan kedalam wadah untuk minyak. Sebanyak kurang lebih 1 liter dapat diperoleh dari 28 buah kelapa yang digunakan.

Setelah memperoleh minyak kelapa murni, tim yang melakukan pengaplikasian minyak kelapa pada ibu nifas melakukan intervensi berupa pijat oksitosin dengan

menggunakan minyak kelapa. Adapun sasaran intervensi ini adalah ibu nifas. Ibu nifas dipilih sebagai sampel karena cukup banyak ibu nifas yang mengalami kendala selama masa menyusui (ASI tidak lancar). Dengan dilakukan pijat oksitosin menggunakan minyak kelapa murni diharapkan dapat meningkatkan produksi ASI ibu.

Sebanyak 8 ibu nifas menerima intervensi berupa pijat oksitosin menggunakan minyak kelapa murni (*Virgin Coconut Oil*). Intervensi dilakukan dengan cara mendatangi rumah-ke rumah (*door to door*) karena banyak ibu nifas yang menolak untuk dikumpulkan dalam 1 waktu (beberapa alasan yang disampaikan antara lain: melakukan pekerjaan dirumah, menjaga anak, pantang keluar rumah dan malu). Seperti yang diketahui salah satu cara untuk menambah produksi ASI adalah dengan melakukan pemijatan pada payudara. Pijat oksitosin yang dilakukan diarea punggung belakang ibu terbukti dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu (Wulandari et al., 2018).

Hasil ini sejalan dengan penelitian lain yang menyebutkan bahwa pemijatan pada bagian tulang belakang dapat meningkatkan produksi ASI. Pemijatan ini dilakukan dengan menggunakan ekstrak minyak kelapa hijau, meskipun tidak ditemukan perbedaan hasil antara pijat tulang belakang dengan ekstrak minyak kelapa hijau dengan meminum ekstrak minyak kelapa hijau (Devriany et al., 2022).

Meskipun dalam hal ini belum terukur secara pasti penambahan produksi ASI, namun beberapa ibu nifas merasakan manfaat lain dari pemijatan dengan menggunakan minyak kelapa murni (*Virgin Coconut Oil*). Beberapa manfaatnya yaitu ibu merasakan lebih rileks, bahagia dan tenang.

Beberapa contoh penggunaan minyak kelapa murni (*Virgin Coconut Oil*) yaitu dalam proses persalinan, sebuah penelitian menyebutkan bahwa pemijatan dengan memanfaatkan VCO mampu menurunkan nyeri persalinan kala I yang dirasakan oleh ibu. Hasil ini membuktikan bahwa VCO memegang peranan penting selama masa bersalin ibu. Ini bisa jadi karena VCO memiliki efek antiinflamasi, analgesik dan antipiretik (Ayu Tirtawati et al., n.d.).

Penelitian lain dengan memanfaatkan minyak kelapa juga ditemukan dalam kehidupan etnik Kaili di Sulawesi Tengah. Minyak kelapa murni (*Virgin Coconut Oil*) digunakan sebagai bahan pemijatan yang dilakukan selama masa kehamilan dan setelah melahirkan atau masa nifas. Etnik ini menggunakan campuran minyak kelapa murni ketika melakukan pemijatan. (Sumiaty et al., 2020).

Tahapan setelah dilakukan intervensi adalah sosialisasi terhadap kegiatan yang dilakukan kepada masyarakat Desa Punggur Kapuas yang dihadiri oleh Kepala Desa Punggur Kapuas, Perwakilan Masyarakat Desa (Ketua RT dan RW), petugas kesehatan dan tetua masyarakat setempat. Sosialisasi dilakukan dengan menjelaskan tentang data yang diketahui, masalah kesehatan serta pemanfaatan komoditi utama (dalam hal ini adalah kelapa).

Tim Sosialisasi menjelaskan tentang cara sederhana memproduksi Minyak Kelapa Murni dan bagaimana pengaplikasiannya terutama pada ibu nifas dan bayi yang disambut dengan beberapa pertanyaan berupa cara melakukan intervensi, pencampuran minyak kelapa murni dengan bahan lainnya dan lama masa bertahannya minyak kelapa yang diproses secara sederhana tersebut.

Tim sosialisasi menjelaskan bahwa cara melakukan intervensi dengan menunjukkan beberapa gambar melakukan intervensi pijat oksitosin yang dapat dilakukan oleh keluarga dirumah, namun untuk pijat bayi perlu mengikuti beberapa pelatihan terlebih dahulu, sedangkan untuk pencampuran bahan lain dapat dilakukan dengan catatan dipastikan terlebih dahulu bahwa bahan tersebut tidak bersifat alergen ataupun bersifat panas yang dapat menyebabkan luka bakar atau alergi, tim juga menjelaskan bahwa minyak kelapa

murni yang diproses dengan cara sederhana tidak akan bertahan lama seperti pada halnya minyak kelapa murni yang diproses dengan bantuan kimiawi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengabdian yang dilakukan oleh Dosen dan Mahasiswa di Desa Punggur Kapuas, Kalimantan Barat maka dapat disimpulkan bahwa minyak kelapa memiliki berbagai kegunaan termasuk didalam bidang Kesehatan. Penggunaan minyak kelapa dalam masa nifas berupa bahan utama dalam proses pemijatan. Adanya intervensi dengan menggunakan minyak kelapa murni (*Virgin Coconut Oil*) yang dilakukan pada ibu nifas ini selain dapat membantu proses produksi ASI juga dapat memberikan rasa nyaman dan aman. Dengan komoditi utama berupa kelapa, alangkah baiknya bila Desa Punggur Kapuas menjadikan produk olahan minyak kelapa murni (*Virgin Coconut Oil*) sebagai produk olahan unggulan. Sehingga dengan demikian dapat menambah pendapatan masyarakat Desa Punggur Kapuas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada semua pihak yang telah membantu proses pengabdian kepada masyarakat ini terutama Kepala Desa Punggur Kapuas beserta jajarannya, Puskesmas Punggur, Dinas Kesehatan dan dosen serta mahasiswa yang mampu bekerjasama dengan baik dalam proses pelaksanaan kegiatan ini.

REFERENSI

Ayu Tirtawati, G., Tuju, S. O., Keintjem, F., Donsu, A., & Ayu Made Parmini Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Manado, I. (n.d.). *Pijat Punggung Dengan Virgin Coconut Oil (VCO) Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Aktif Back Massage with Virgin Coconut Oil (VCO) on Pain Intensity of Active Phase of 1 st Stage Labor*.

Devriany, A., Kardinasari, E., & Kesehatan Kemenkes Pangkalpinang, P. (2022). *Efektivitas Pemberian Ekstrak Minyak Kelapa Hijau (Cocos nucifera) dengan Cara Oral dan Pemijatan terhadap Produksi ASI Ibu Postpartum di Kota Pangkalpinang The Efficacy of Virgin Green Coconut Oil for Oral and Massage for Breastmilk Production in Post-Partum Mothers at Pangkalpinang City*. *6*(1), 15–20. https://doi.org/10.20473/amnt.v6i2.2022

Kalista, E. L., Presty, M. R., Arruan, C., Yanti, N., Plorensia, D., Carolla, M., & Eunike, F. (2023). *Virgin Coconut Oil dan Fungsinya pada Ibu Nifas*. Pustaka Rumah C1nta.

Muharrami, N. (2021, December 31). *PELEPASAN EKSPOR KOMODITAS PERTANIAN KALBAR BERNILAI RP 291,4 MILIAR DI PELABUHAN DWIKORA PONTIANAK*. Kalbarprov.

Pemerintah Desa. (2022). *Profil Desa Punggur Kapuas*.

Purwanto, A. (2021, March 17). *Provinsi Kalimantan Barat: Pintu Gerbang Utama Indonesia Menuju Kawasan Asia Timur di Bagian Barat*. Kompaspedia.

Rinto. (2019, October 17). *KALBAR MILIKI POTENSI ALAM YANG BISA DIKEMBANGKAN GUNA MENUNJANH PEREKONOMIAN DAERAH DAN NASIONAL*. Kalbarprov.

Setyaningrum, P. (2022, February 16). *Daftar 5 Pulau Terbesar di Indonesia, Nomor Dua Tempat Ibu Kota Negara Didirikan*. Kompas.

Suharto, & Dwi Retno Sri Ambarwati. (n.d.). *PEMANFAATAN KELAPA (Batang, Tapas, Lidi, Mancung, Sabut dan Tempurung) Sebagai Bahan Baku Kerajinan*. http://www.foxitsoftware.com

Sumiaty, Suryani, L., Sundari, & Usman, A. N. (2020). Traditional and complementary health care during pregnancy, labor, and postpartum in the Kaili ethnic culture. *Enfermeria Clinica*, *30*, 597–601. https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.07.169

Sutjiati, & Feva. (2022). Effectiveness of Drinking Coconut Oil in Pregnant Women on Flexibility of Portions during Labor at PMB Sutjiati in 2022. In *International Journal Publishing INFLUENCE: International Journal of Science Review* (Vol. 4, Issue 3). https://influence-journal.com/index.php/influence/index

Widhiyatmoko, M. (2019, January 11). *Warisan Gas Di Bumi Kalimantan Timur*. Kementerian Energi Dan Sumber Daya Mineral.

Wulandari, P., Kustriyani, M., & Aini, K. (2018). Peningkatan Produksi ASI Ibu Post Partum melalui Tindakan Pijat Oksitosin. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia•*, *2*(1), 33–49. http://jurnal.umt.ac.id/index.php/jik/indexhttp://jurnal.umt.ac.id/index.php/jik/index