



**Edukasi dan Pembagian VCO dan Biskuit Blanco untuk
Meningkatkan Tinggi Badan dan Berat Badan Balita**

*Education and Distribution of VCO and Blanco Biscuits to Increase
Toddler Height and Weight*

**Ulfa Aulia¹, Herlina Jusuf², Sitti Radhia³, Nurul Fuadi⁴, Ryman Napira⁵, Sarinah Basri K⁶, Vidya
Avianti Hadju⁷, Lintje Boekoesoe⁸**

^{1,2,6,7,8} Prodi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo

^{3,4,5} Prodi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Tadulako

Corresponding author: Ulfa Aulia

Email: auliaulfa8393@ung.ac.id

ABSTRAK

Masalah kekurangan gizi secara global sampai saat ini masih mendapatkan perhatian utama terutama di sebagian negara berkembang. Stunting dapat mempengaruhi dan menghambat proses tumbuh kembang anak. Hasil samping dari pengolahan VCO berupa konsentrat protein kelapa atau yang lebih dikenal dengan blondo. Masalah stunting di kabupaten Parigi, tingginya angka stunting di kabupaten Parigi mendorong perlunya upaya-upaya penanggulangan sehingga menjadi latar belakang kami dalam melakukan kegiatan pembagian VCO dan biskuit blondo serta memberikan edukasi pada kelompok sasaran bahwa kelapa yang melimpah di sekitar mereka dapat dimanfaatkan untuk mengatasi masalah stunting. Kegiatan ini dilakukan dengan bekerjasama dengan beberapa pihak diantaranya Baznas, Bapelitbangda, dan instansi terkait. Kegiatan berlangsung selama satu hari yang dimulai dari koordinasi bersama pihak Bapelitbangda, baznas, dan puskesmas terkait masyarakat sasaran pemberian VCO dan biskuit blondo. Kemudian mempersiapkan alat dan bahan yang akan digunakan, mengukur tinggi badan dan berat badan balita, memberikan informasi tentang manfaat VCO dan biskuit blondo bagi tumbuh kembang balita dan memberikan VCO dan biskuit blondo pada balita.

Kata Kunci: VCO, Biskuit Blanco, Pembagian, Edukasi

ABSTRACT

The problem of global malnutrition is still getting major attention, especially in some developing countries. Stunting can affect and inhibit the process of child growth and development. The by-product of VCO processing is coconut protein concentrate or better known as blondo. The stunting problem in Parigi district, the high stunting rate in Parigi district encourages the need for mitigation efforts so that it becomes our background in distributing VCO and blondo biscuits as well as providing education to the target group that abundant coconut around them can be used to overcome stunting problems. . This activity is carried out in collaboration with several parties including Baznas, Bapelitbangda, and related agencies. The activity lasted for one day, starting with coordination with Bapelitbangda, National Development Planning Agency, and puskesmas related to the target community for giving VCO and blondo biscuits. Then prepare the tools and materials to be used, measure the height and weight of toddlers, provide information about the benefits of VCO and blondo biscuits for toddlers' growth and development and provide VCO and blondo biscuits to toddlers.

Keywords: VCO, Blanco Biscuits, Distribution, Education



PENDAHULUAN

Stunting adalah salah satu masalah gizi pada anak yang dapat memberikan dampak yang buruk pada kualitas hidup dalam usaha mencapai tumbuh kembang yang optimal. Stunting dapat mempengaruhi dan menghambat proses tumbuh kembang anak. Memberikan makanan pendamping dengan kandungan gizi yang cukup dan seimbang pada saat balita sangat menunjang proses tumbuh kembang balita. Makanan pendamping ASI (MP-ASI) dapat berupa bubur pabrikan atau makanan yang dibuat sendiri dengan menambahkan zat gizi lain dari berbagai jenis bahan makanan. Stunting atau tubuh pendek pada anak-anak adalah akibat dari kekurangan gizi kronis atau kegagalan pertumbuhan pada masa lalu dan digunakan sebagai salah satu indikator jangka panjang untuk gizi kurang pada anak (Zakaria, Salim, Rauf, & Rosmini, 2021)

Masalah kekurangan gizi secara global sampai saat ini masih mendapatkan perhatian utama terutama di sebagian negara berkembang. Masalah gizi tersebut meliputi underweight, stunting, wasting dan defisiensi mikronutrien. Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 untuk Nasional, Prevalensi underweight 17,7 persen, stunting 30,8 persen, wasting 12,2 persen serta tingkat Provinsi Sulawesi Tengah underweight 19,6 persen, stunting 32,2 persen, wasting 12,2 persen. Indonesia merupakan salah satu negara dengan prevalensi stunting cukup tinggi. Riskesdas melaporkan prevalensi stunting secara Nasional dari tahun ke tahun berturut-turut dari tahun 2007, 2010 dan 2013 dan 2018 adalah 36,8 persen; 34,6 persen dan 37,3 persen, 30,8 persen. Data hasil pemantauan status gizi (PSG) yang dilakukan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2017 menunjukkan prevalensi balita dengan masalah underweight adalah 17,5 persen, stunting sebesar 30,6 persen dan balita wasting sebesar 10,1 persen. Masalah stunting di kabupaten Parigi adalah 30,1% (Profil Provinsi Sulawesi Tengah, 2018).

Virgin Coconut Oil atau VCO memiliki banyak manfaat bagi kesehatan sehingga tidak heran VCO menjadi lebih populer saat ini (Khairun & Muhartono, 2021). VCO dikategorikan sebagai pangan fungsional (Karouw, Chandra, & Kapu'allo, 2014). VCO memiliki sifat analgesik, antiinflamasi serta antipiretik dan terbukti mampu menurunkan kadar lipid dalam serum dan jaringan juga

perosidasi lipid LDL sehingga dapat menurunkan kondisi stres metabolik yang terjadi pada anak stunting. Mengonsumsi VCO dapat meningkatkan efek antithrombotik terkait dengan penghambatan koagulasi platelet dan tingkat kolesterol rendah yang kerap dialami oleh orang-orang yang mengalami gangguan metabolik. Terdapat aktifitas antioksidan yang tinggi pada VCO jika dibandingkan dengan minyak kelapa olahan serta memiliki aktifitas antioksidan yang sangat optimal dalam menghambat peroksidasi lipid pada tikus. Maka dari itu VCO dapat direkomendasikan sebagai salah satu asupan tambahan bagi balita stunting (Khairun & Muhartono, 2021).

Virgin Coconut Oil (VCO) merupakan produk utama yang dibuat dari santan segar. Hasil samping dari pengolahan VCO berupa konsentrat protein kelapa atau yang lebih dikenal dengan blondo (Afrizal, Fadarina, & Purnamasari, 2020). Blondo merupakan bagian kelapa yang selama ini tidak dimanfaatkan dalam pembuatan minyak kelapa. Padahal potensi gizi blondo yang cukup tinggi tersebut sangat baik dalam meningkatkan kandungan gizi berbagai makanan, khususnya makanan untuk anak gizi kurang (Widodo, Riyadi, Ikeu, & Made, 2015). Blondo atau hasil sisa olahan minyak kelapa masih memiliki kandungan gizi yang baik dan hampir sama dengan minyak yang dihasilkan yaitu mengandung asam pinitrat, asam miristat, dan asam laurat yang berguna bagi tubuh. Blondo memiliki kandungan protein (24,22%), lemak (21,27%), serat (0,96%), dan air (35,76%), sehingga dapat dimanfaatkan sebagai sumber. Kandungan kalori, karbohidrat, dan lemak pada blondo jauh lebih baik dibandingkan dengan susu bubuk atau daging kelapa tua, dimana blondo per 100 gram memiliki unsur gizi berupa kalori sebesar 214,96, karbohidrat sebesar 13,93, dan lemak 17,7 (Yasser, Asfar, Istiyana, Asfar, & ..., 2020). Disamping itu blondo merupakan salah satu sumber protein nabati yang dapat berfungsi mempercepat proses pembentukan jaringan tubuh, dengan begitu fungsi utama protein akan berjalan dengan baik bagi tubuh, salah satunya kulit. Kandungan protein berguna sebagai suplai nutrisi yang berfungsi melembabkan sekaligus melapisi permukaan kulit agar lebih halus dan kenyal (Gita, Sakti, Putra, & Ratnawati, 2019).

METODE

Metode yang digunakan dalam pengabdian

ini adalah pemberian informasi melalui edukasi secara langsung terkait manfaat VCO dan biskuit blondo dalam meningkatkan berat badan bayi serta pembagian VCO dan biskuit blondo. Melalui kegiatan ini masyarakat dapat mengetahui pemanfaatan kelapa yang dapat dijadikan VCO dan biskuit blondo dalam mengatasi masalah stunting. Kegiatan tersebut dilakukan di kabupaten parigi. Kegiatan berlangsung selama 1 bulan. Sasaran pada kegiatan ini adalah balita yang mengalami masalah gizi kurang dan stunting. Pelaksanaan kegiatan dimulai dari:

1. Koordinasi bersama pihak Bapelitbangda, baznas, dan puskesmas terkait masyarakat sasaran pemberian VCO dan Biskuit Blondo.
2. Mempersiapkan alat dan bahan yang akan digunakan.
3. Mengukur tinggi badan dan berat badan balita.
4. Memberikan informasi tentang manfaat VCO dan Biskuit Blondo bagi tumbuh kembang balita.
5. Memberikan VCO dan Biskuit Blondo pada balita



(a)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pemberian edukasi terkait manfaat VCO dan biskuit blondo serta pemberian VCO dan biskuit blondo pada balita dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan berat badan dan tinggi badan balita yang memiliki masalah stunting di kabupaten Parigi. VCO dan biskuit blondo di pilih karena mengingat potensi alam dari kabupaten parigi yang berupa pohon kelapa yang melimpah. Kelapa merupakan tumbuhan yang hampir semua bagian tumbuhannya dapat dimanfaatkan oleh manusia sehingga pohon kelapa mendapatkan julukan *Tree of Life* yang berarti pohon kehidupan. Kelapa merupakan komoditas strategis yang memiliki peran sosial, budaya dan ekonomi dalam kehidupan masyarakat Indonesia (Ryandita, Hernawati, & Putra, 2020). Kelapa pada umumnya dijual atau dikonsumsi langsung tanpa diolah sehinggaharga bahan mentah menjadi rendah. Pengolahan kelapa menjadi suatu produk dengan nilai ekonomi yang lebih tinggi dapat dilakukan (Nurlia & Tilaar, 2021). Pengolahan buah kelapa menjadi VCO merupakan salah satu proses diversifikasi olahan produk dalam rangka meningkatkan nilai guna dari produk (Suradi, Gumilar, & Pratama, 2017).



(b)

Gambar 1. Pelaksanaan Pengabdian Tahap 1 (a) Sedang melaksanakan FGD antara Tim Pengabdian, Baznas, Bapelitbangda, dan Instansi terkait; (b) Setelah pelaksanaan FGD

Jumlah peserta pada pengabdian ini adalah sebanyak 24 balita yang memiliki masalah stunting. Proses kegiatan dimuai dari koordinasi bersama tim pengabdian, Bapelitbangda dan Baznad membahas terkait menyatukan persepsi melalui kegiatan Focus Group Discussion (FGD). Justifikasi utama penggunaan FGD adalah

memperoleh data/informasi yang kaya akan berbagai pengalaman sosial dari interaksi para individu yang berada dalam suatu kelompok diskusi (Afiyanti, 2008). Adapun hal-hal yang menjadi topik pembahasan adalah sasaran atau target, produk yang akan digunakan, alur pelaksanaan, keunggulan produk serta harapan yang ingin di capai.

Proses selanjutnya adalah mempersiapkan produk yang akan digunakan dan di bagikan pada kelompok sasaran. Produk yang akan di bagikan di produksi oleh rumah sehat Baznas yang terbuat dari olahan kelapa yang bahan bakunya sangat berlimpah di kabupaten Parigi. Kedua produk tersebut telah melalui uji kandungan gizi dan hasil yang diperoleh adalah lemak per 100gr

VCO adalah 99,005% dan karbohidrat per 100gr biskuit blondo adalah 66,871%. Kandungan gizi yang terdapat pada kedua produk tersebut diharapkan dapat mengatasi masalah gizi di kabupaten Parigi dan kami berharap produk tersebut menjadi produk unggulan lokal yang dapat mendongkrak perekonomian masyarakat.



Gambar 2. Produk VCO dan Biskuit Blanco

Tahap selanjutnya adalah mengumpulkan kelompok sasaran dan kemudian diberikan edukasi terkait produk yang akan di bagikan, informasi yang diberikan berupa manfaat dari produk tersebut dan kemudian cara pemanfaatannya. Disamping pemberian produk,

tim juga melakukan kegiatan penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan balita dengan tujuan mendapatkan informasi terkait berat badan dan tinggi badan anak sebelum diberikan VCO dan biskuit blondo.



(a)



(b)

Gambar 3. Pelaksanaan Pengabdian Tahap 2; (a) Proses Pemberian Edukasi; (b) Pengukuran Berat Badan (BB) Serta Tinggi Badan (TB)

Kemudian pada tahap akhir adalah proses pembagian produk berupa VCO dan biskuit blondo pada kelompok sasaran. Kelompok sasaran yang tidak sempat hadir pada kegiatan tersebut, kami si bantu dengan kader posyandu membawakan produk ke rumah kelompok sasaran. Pada kegiatan yang dilaksanakan di Baznas tidak semua sasaran dapat hadir karena jarak dari rumah mereka ke kantor Baznas cukup jauh sehingga kami memutuskan untuk mengantarkan produk tersebut di bantu dengan kader posyandu.



(a)



(b)

Gambar 4. Pelaksanaan Pengabdian Tahap 3;
(a) Pembagian VCO Kepada Balita; (b)
Pembagian Biskuit Blondo Kepada Balita

Berdasarkan hasil uji laboratorium MIPA UNTAD tahun 2020, kandungan biskuit blondo per 100gr berdasarkan tabel 1 antara lain kadar air 5.588%, kadar abu 1.485%, lemak total 17.181%, protein 8.874%, karbohidrat 66.871%,

vit.A 0.00695%, vit.E 0.00555, vit.C 0.084%. Berdasarkan data tersebut terlihat bahwa biskuit blondo kaya akan karbohidrat. Potensi gizi blondo yang cukup tinggi tersebut sangat baik dalam meningkatkan kandungan gizi berbagai makanan, khususnya makanan untuk anak gizi kurang (Ramadhani, Purwayantie, & Hartanti, 2021).

Sedangkan untuk kandungan VCO per 100gr berdasarkan tabel 2 antara lain kadar air 0.185%, kadar lemak 99.005%, protein 0.71%, FFA 0.135%, vit.E 0.00606% dan vit.A 0.00426%. berdasarkan data tersebut terlihat bahwa VCO kaya akan kadar lemak. Dalam daging buah kelapa sekitar 90% mengandung asam lemak jenuh dan sisanya dalam bentuk asam lemak tidak jenuh (Widiada, Suhaema, & Gunarti2, 2010)

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa pemberian edukasi dan pembagian VCO serta biskuit blondo yang dilaksanakan selama satu hari. Proses kegiatan dimulai dari koordinasi bersama pihak Bapelitbangda, baznas, dan puskesmas terkait masyarakat sasaran pemberian VCO dan Biskuit Blondo. Kemudian mempersiapkan alat dan bahan yang akan digunakan, mengukur tinggi badan dan berat badan balita, memberikan informasi tentang manfaat VCO dan Biskuit Blondo bagi tumbuh kembang balita dan memberikan VCO dan Biskuit Blondo pada balita.

Berdasarkan hasil tersebut, kegiatan edukasi dan pembagian VCO serta biskuit blondo masih perlu di tingkatkan dan di aplikasikan di wilayah lain mengingat potensi alam yang ada di kabupaten Parigi-Moutong sangat melimpah dan sangat di sayangkan jika tidak di manfaatkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afiyanti, Y. (2008). Focus Group Discussion (Diskusi Kelompok Terfokus) sebagai Metode Pengumpulan Data Penelitian Kualitatif. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 12(1), 58–62. <https://doi.org/10.7454/jki.v12i1.201>
- Afrizal, M., Fadarina, H. C., & Purnamasari, I. (2020). Pembuatan Bubuk Konsentrat Protein Kelapa (Blondo) Sebagai Susu Rendah Lemak Menggunakan Alat Pengering Beku Vakum. *Jurnal Kinetika*,

- 11(2), 31–37. Retrieved from <https://jurnal.polsri.ac.id/index.php/kimia/article/view/3087>
- Gita, B., Sakti, A. O. P., Putra, B. I., & Ratnawati. (2019). Pemanfaatan Minyak Limbah Pengolahan Virgin Coconut Oil (VCO) dan Ekstrak Patikan Kebo (*Euphorbia hirta*) Sebagai Sabun yang Ramah Lingkungan. *Jurnal Ilmiah Penalaran Dan Penelitian Mahasiswa, Volume 3*, 91–99.
- Karouw, S., Chandra, I., & Kapu'allo, M. L. (2014). Karakteristik Virgin Coconut Oil dengan Metode Sentrifugasi pada Dua Tipe Kelapa. *Balai Penelitian Tanaman Palma*, 15(2), 128–133.
- Khairun, N. B., & Muhartono, M. (2021). *Model Asupan Virgin Coconut Oil Untuk Perbaikan Indikator Stress Metabolik Balita Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Karang Anyar, Lampung Selatan*.
- Nurlia, N., & Tilaar, A. (2021). Pelatihan Pembuatan Virgin Coconut Oil (Vco) Bagi Masyarakat Desa Bolobungkang. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat ...*, 5(2), 333–340. Retrieved from <http://www.jurnal-umbuton.ac.id/index.php/ppm/article/view/1389%0Ahttp://www.jurnal-umbuton.ac.id/index.php/ppm/article/download/1389/1018>
- Profil Provinsi Sulawesi Tengah. (2018). Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah Tahun 2019. *Dinas Kesehatan Sulawesi Tengah*, 1–363.
- Ramadhani, I., Purwayantie, S., & Hartanti, L. (2021). Formulasi Blondo Minyak Kelapa dan Tepung Mocaf pada Pembuatan Cake. *FoodTech: Jurnal Teknologi Pangan*, 4(2), 64. <https://doi.org/10.26418/jft.v4i2.56922>
- Ryandita, F. R., Hernawati, D., & Putra, R. R. (2020). Indigenous People Kampung Kuta Kabupaten Ciamis: Kajian Etnobotani Pemanfaatan Kelapa (*Cocos nucifera* L.). *Florea : Jurnal Biologi Dan Pembelajarannya*, 7(2), 54. <https://doi.org/10.25273/florea.v7i2.7886>
- Suradi, K., Gumilar, J., & Pratama, A. (2017). Penyuluhan Pembuatan Virgin Coconut Oil (Vco) Dan Pemanfaatan Sisa Olahannya Sebagai Bahan Substitusi Produk Olahan Hasil Ternak. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(6), 352–355.
- Widiada, I. G. N., Suhaema, & Gunarti. (2010). Perbandingan Komposisi Asam Lemak Virgin Coconut Oil (VCO) Hasil Fermentasi Starter Ragi Roti Dengan VCO Hasil Pabrikasi Serta Aktivitas Antibakterinya Pada Bakteri Penyebab Diare. *Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Mataram*, 1–9.
- Widodo, S., Riyadi, H., Ikeu, T., & Made, A. (2015). *Perbaikan Status Gizi Anak Balita Dengan Intervensi Biskuit Berbasis Blondo, Ikan Gabus (Channa Striata), Dan Beras Merah (Oryza Nivara)*. 10(2), 85–92.
- Yasser, M., Asfar, A., Istiyana, A. N., Asfar, A., & ... (2020). Peningkatan Keterampilan Ibu Rumah Tangga Melalui Diversifikasi Produk Sekunder Pengolahan Minyak Kelapa Tradisional. ..., 542–547.
- Zakaria, Salim, A., Rauf, S., & Rosmini. (2021). Moringa Oleifera Sebagai Makanan Pendamping ASI. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (J-KESMAS)*, 27(1), 131–139.