

**PEMBUATAN MINYAK SIMPLAH MENGGUNAKAN BUAH KELAPA  
(*Cocos nucifera* L.) SEBAGAI OBAT TRADISIONAL DI GAMPONG  
LAMPAKUK KABUPATEN ACEH BESAR**

**Dinda Marvida<sup>1</sup>, Dr. Evi Apriana<sup>2</sup>, Almukarramah<sup>3</sup>, Nurul Akmal<sup>4</sup>**

**Mahasiswa Program Studi Pendidikan Biologi, Fakultas keguruan dan Ilmu pendidikan**

**Universitas Serambi Mekkah**

**[dindamarvida13@gmail.com](mailto:dindamarvida13@gmail.com)**

**ABSTRAK**

**Dinda Marvida (FKIP 2023).** Pembuatan Minyak Simplah Menggunakan Buah Kelapa (*Cocos nucifera* L.) Sebagai Obat Tradisional Di Gampong Lampakuk Kabupaten Aceh Besar. Sripsi Jurusan Pendidikan Biologi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Serambi Mekkahh.

**ABSTRAK** Minyak simplah adalah minyak dari olahan buah kelapa yang diolah dengan cara fermentasi spontan yang berbentuk cair dengan warna bening dan daya simpan yang lama. Minyak simplah memiliki banyak manfaat bagi kesehatan, yaitu sebagai obat masuk angin, obat demam, obat sakit kepala. Minyak simplah juga banyak dimanfaatkan sebagai minyak urut dan minyak rambut. Bahan baku pembuatan minyak simplah mudah ditemukan. Untuk harga jual minyak simplah masih dapat dijangkau oleh masyarakat. Buah kelapa yang digunakan yaitu jenis *Cocos nucifera* L. dengan tingkat kematangan buah kelapa tua dan buah setengah tua. Proses pembuatan minyak simplah memiliki 8 tahapan yaitu, pemilihan bahan baku, pengupasan kulit, penyimpanan buah kelapa, pamarutan buah kelapa, pengendapan/fermentasi, penyaringan tahap pertama, penyaringan tahap akhir dan pengemasan produk. pengemasan minyak simplah di wadah yang kedap udara dan terhindar dari paparan sinar matahari langsung. Pada penelitian ini menggunakan buah kelapa sebanyak 50 buah, dengan jumlah buah kelapa tua 25 buah dan buah kelapa setengah tua sebanyak 25 buah. dari hasil pembuatan minyak simplah diperoleh minyak simplah sebanyak 740 ml.

**Kata Kunci :** buah kelapa (*Cocos nucifera* L.), fermentasi dan pemanfaatan

**Pendahuluan**

Penggunaan obat tradisional sebagai alternatif pengobatan telah lama dilakukan jauh sebelum ada pelayanan kesehatan formal dengan menggunakan obat-obatan moderen. Namun, negara Indonesia yang terdiri dari banyak pulau yang didiami oleh berbagai suku memungkinkan terjadinya perbedaan dalam pemanfaatan tanaman sebagai obat tradisional. Hal ini disebabkan setiap suku memiliki pengalaman empiris dan kebudayaan yang khas sesuai dengan daerahnya

masing-masing. Kehidupan nenek moyang yang menyatu dengan alam menumbuhkan kesadaran bahwa alam adalah penyedia obat bagi dirinya dan masyarakat. Mulai dari sinilah berkembang pengertian obat tradisional. Menurut Departemen Kesehatan Republik Indonesia, obat tradisional merupakan produk yang terbuat dari bahan alam yang jenis dan sifat kandungannya sangat beragam dan secara turun temurun telah digunakan untuk pengobatan berdasarkan pengalaman (Irawan, et.al ,2019).

Di Indonesia obat tradisional masih digunakan secara luas di berbagai lapisan masyarakat, baik itu di pedesaan maupun diperkotaan. Penggunaan obat tradisional semakin meningkat dengan kecenderungan gaya hidup kembali ke alam. Kecenderungan ini sangat terlihat dari maraknya produk-produk berbahan herbal yang beredar di pasaran. Disamping itu belum meratanya sarana kesehatan juga mahalnya harga obat dan banyaknya efek samping dari obat moderen menjadi faktor pendorong bagi masyarakat untuk mendayagunakan obat tradisional (Adiyasa dan Meiyanti, 2021)

Di Aceh penggunaan obat tradisional masih digunakan sampai sekarang. Salah satu contohnya adalah minyak simplah yang berasal dari hasil fermentasi daging kelapa yang diparut. Makanan fermentasi tradisional khas Indonesia adalah pliek u dan minyeuk pliek u. Pliek u dan minyeuk pliek u berasal dari daerah Aceh yang diproduksi melalui proses fermentasi daging buah kelapa (Azmi, et.al, 2012). Daging buah kelapa secara alami mengandung komponen yang secara fisiologis bermanfaat. Kualitas nutrisi daging buah kelapa tersebut dapat ditingkatkan melalui proses fermentasi salah satunya dengan pembuatan pliek u. Pliek u banyak dimanfaatkan oleh masyarakat Aceh sebagai bumbu masak, sambal dan bumbu rujak. Sedangkan minyeuk pliek u digunakan sebagai minyak goreng dan sebagai obat untuk sakit kepala, menurunkan panas, sakit persendian, sakit perut dan mengobati luka.

Di Aceh, ekstraksi minyak kelapa secara tradisional dilakukan melalui fermentasi alami daging kelapa segar untuk menghasilkan minyak simplah dan pliek u. Minyak simplah dan minyak pliek u memiliki kadar air, asam lemak bebas, dan bilangan peroksida yang tinggi karena proses fermentasi yang lama. (Erika, et.al. 2014).

Masyarakat kabupaten Aceh Besar khususnya di gampong Lampakuk, memanfaatkan berbagai tumbuhan sebagai obat diantaranya buah kelapa yang difermentasi menjadi minyak pliek

dan minyak simplah. Penggunaan minyak simplah ini digunakan secara turun temurun sebagai media pengobatan, salah satu penggunaannya yaitu sebagai obat masuk angin dan demam tinggi.

## Metode Penelitian

### Penyiapan Hewan Percobaan

Pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif. Sedangkan jenis penelitiannya adalah penelitian deskriptif. Penelitian ini dilaksanakan di Gampong Lampakuk Kecamatan Kuta Cot Glie, Aceh Besar, adapun pertimbangan memilih lokasi ini berdasarkan tempat pembuatan minyak simplah yang masih diproduksi sampai sekarang.

Populasi dalam penelitian ini adalah 200 orang masyarakat yang ada di Gampong Lampakuk Kecamatan Kuta Cot Glie, Kabupaten Aceh Besar. Adapun sampel penelitian ini adalah 15 % dari 200 orang masyarakat yaitu 30 masyarakat yang terdiri dari 5 orang ahli pembuat minyak simplah dan 25 orang ibu-ibu yang akan diwawancarai.

## Hasil Penelitian

### 4.1.1. Data Hasil Observasi Pembuatan Minyak Simplah

berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan oleh penulis, diperoleh hasil bahwa proses pembuatan minyak simplah terdiri dari 8 tahapan. Observasi dilakukan pada 5 orang pembuat yang berada di desa Lampakuk. Berikut hasil observasi yang dilakukan oleh penulis.

**Tabel 4.2.1.** Data Hasil Observasi pembuatan minyak simplah.

No.	Tahapan Proses Pembuatan Minyak Simplah	Pembuat Minyak Simplah Ramlah	Pembuat Minyak Simplah Aisyah	Pembuat Minyak Simplah Yusmanidar	Pembuat Minyak Simplah Asimah	Pembuat Minyak Simplah Fatimah syam
1.	Pemilihan Bahan Baku	Ada	Ada	Ada	Ada	Ada
2	Pengupasan Kulit	Ada	Ada	Ada	Ada	Ada
3	Penyimpanan Buah Kelapa	Ada	Ada	Ada	Ada	Ada

4	Pemaruatan Buah Kelapa	Ada	Ada	Ada	Ada	Ada
5	Pengendapan/ Fermentasi	Ada	Ada	Ada	Ada	Ada
6	Penyaringan Tahap Pertama	Ada	Ada	Ada	Ada	Ada
7	Penyaringan Tahap Akhir	Ada	Ada	Ada	Ada	Ada
8	Pengemasan Produk	Ada	Ada	Ada	Ada	Ada

Berdasarkan hasil observasi tersebut dapat dilihat bahwa, pembuat minyak simplah yang terdiri dari pembuat Ramlah, Aisyah, Yusmanidar, Asimah dan Fatimah Syam memiliki langkah-langkah pembuatan minyak simplah yang sama. Proses pembuatan ini dilakukan berurutan dan membutuhkan waktu selama 12 sampai 14. Selama proses pembuatan minyak simplah, pembuat menghindari minyak simplah dari paparan sinar matahari dan percikan air. Setiap langkah-langkah pembuatan minyak simplah, membutuhkan durasi waktu yang berbeda-beda

#### 4.1.2. Data Hasil Pembuatan Minyak Simplah

Pembuatan minyak simplah dilakukan secara tradisional atau cara yang digunakan oleh masyarakat desa lampakuk. lampakuk. Pembuatan minyak simplah dilakukan dengan 8 tahapan pengerjaan. Berikut adalah proses pembuatan minyak simplah :

##### a. Pemilihan Bahan Baku Pembuatan Minyak Simplah

Alat dan bahan yang digunakan pada pembuatan minyak simplah yang pertama yaitu buah kelapa. Buah kelapa yang digunakan yaitu buah kelapa setengah tua dan buah kelapa yang sudah tua. Buah kelapa setengah tua yaitu buah kelapa yang kulit luarnya masih berwarna hijau kecoklatan. Daging buahnya sudah keras dan bisa dilepaskan dari tempurungnya. Sedangkan kelapa tua yaitu kelapa yang kulitnya sudah berwarna coklat, beratnya sudah lebih ringan dari kelapa setengah tua, daging buahnya sudah tebal dan mudah patah, tempurung kelapanya berwarna coklat, kadar airnya lebih sedikit daripada buah kelapa setengah tua. Penulis menggunakan buah kelapa dengan jumlah 50 buah, dengan jumlah masing-masing 25 buah kelapa setengah tua dan 25 buah kelapa tua. Penggunaan buah kelapa ini harus digunakan dengan jumlah yang sama, karena hal ini dapat menentukan perolehan minyak simplah nantinya.

Selanjutnya, alat yang digunakan dalam pembuatan minyak simplah yaitu ember atau baskom ukuran besar untuk tempat fermentasi parutan kelapa, parutan kelapa manual untuk memarut buah kelapa, corong untuk menyaring minyak simplah, botol minuman kemasan bekas untuk menyimpan minyak simplah, plastic PVC bening untuk menutup parutan kelapa selama proses fermentasi, karung sebagai tempat penyimpanan buah kelapa setelah dibelah.

#### b. Pengupasan Kulit

Setelah alat dan bahan tersedia, selanjutnya penulis melakukan pengupasan buah kelapa. Pengupasan dilakukan untuk membuang kulit luar dari buah kelapa sehingga tersisa tempurung kelapa saja. Pengupasan buah kelapa dilakukan menggunakan linggis. Setelah buah kelapa sudah dikupas semua, selanjutnya buah kelapa tersebut dibelah menggunakan parang. Pembelahan ini dilakukan agar air pada kelapa menjadi kering menyisakan dagingnya saja pada tempurung kelapa.

#### c. Penyimpanan Buah Kelapa

Tahapan yang ketiga dari proses pembuatan minyak simplah yaitu penyimpanan Buah Kelapa. Penyimpanan buah kelapa dilakukan selama 5 hari di dalam karung. Selama penyimpanan ini tidak boleh terpapar sinar matahari dan juga terkena percikan air, hal ini dapat berpengaruh terhadap proses pembuatan minyak simplah. Penyimpanan ini dilakukan agar buah kelapa menjadi busuk. Perubahan warna dan tekstur pada buah kelapa dapat dilihat pada gambar 4.2.



### **Gambar 4.2.2.** Penyimpanan buah kelapa

Pada gambar yang pertama dapat dilihat warna dari buah kelapa pada hari pertama masih berwarna normal. Di hari kedua buah kelapa sudah mulai menuning pada tepi buah kelapa, sedangkan pada hari ketiga buah kelapa sudah mengering dan muncul warna kekuningan di tepi buah kelapa. Pada hari keempat, tekstur permukaan buah kelapa sudah mulai licin dan warna kuning sudah mulai banyak. Di hari yang kelima tekstur permukaan buah kelapa sudah licin dan menguning kecoklatan sepenuhnya. Jika buah kelapa sudah berbentuk seperti hari kelima, maka kelapa sudah bisa di kukur.

#### d. Pamarutan Buah Kelapa

Pamarutan buah kelapa dilakukan dengan alat parutan manual. Pemakaian alat parutan manual akan menghasilkan tekstur parutan kelapa yang sedikit kasar jika dibandingkan dengan penggunaan parutan mesin. Pamarutan dilakukan secara pelan-pelan tidak boleh terlalu ditekan, jika ditekan hasil parutan kelapa akan menjadi terlalu besar. Saat melakukan pamarutan, buah kelapa tidak boleh terpapar langsung sinar matahari dan terkena percikan air.

#### e. Pengendapan/Fermentasi

Pengendapan atau fermentasi terjadi di dalam ember yang telah ditutupi oleh PVC bening. Daging kelapa yang telah di parut kemudian di masukkan ke dalam ember ukuran besar. Setelah semua daging kelapa selesai di parut semua, daging tersebut kemudian di tutup menggunakan plastic PVC bening, hal ini dilakukan agar endapan kelapa tersebut bisa panas dan memudahkan proses fermentasi dan juga terhindar dari masukkan serangga ke dalam endapan kelapa tersebut.

Pada hari kedua setelah pengendapan, parutan daging kelapa tersebut di remas kembali, perlakuan ini dilakukan agar minyak yang keluar nantinya akan lebih banyak. Pada hari ketiga, endapan parutan kelapa sudah mulai sedikit lunak. Pada hari keempat endapan kelapa tersebut sudah mulai mengeluarkan minyak simplah dan juga teksturnya telah lunak sepenuhnya. Selama proses fermentasi setiap harinya parutan daging kelapa tersebut di remas. Minyak sudah bisa diambil pada hari kelima.

#### f. Penyaringan minyak simplah tahap pertama

Penyaringan minyak simplah yang pertama sudah bisa dilakukan pada hari kelima proses pengendapan atau fermentasi. Penyaringan dilakukan dengan mangkuk kecil dengan cara pengambilan minyak secara perlahan-lahan. Saat pengambilan minyak, mangkuk sedikit ditekan kedalam endapan daging kelapa, perlakuan ini dilakukan agar minyak simplah dapat masuk ke dalam mangkuk tersebut. Pada penyaringan tahap pertama, menghasilkan 500 ml minyak simplah. Minyak simplah pada penyaringan tahap pertama ini kemudian disimpan di dalam botol minuman kemasan bekas. Setelah minyak habis diambil semua, endapan daging kelapa tersebut diremas kembali dan selanjutnya ditutup menggunakan plastic PVC bening.

g. Penyaringan tahap akhir.

Penulis melakukan 2 kali tahapan penyaringan, yaitu penyaringan tahapan pertama dan penyaringan tahapan akhir. Penyaringan ini dilakukan selama 2 hari, pada hari kedua dilakukan penyaringan tahap akhir. Proses penyaringan dilakukan menggunakan mangkuk dengan cara mangkuk ditekan ke dalam endapan minyak simplah. Minyak simplah diambil secara perlahan-lahan agar endapan daging kelapa tidak masuk waktu proses penyaringan. Pada penyaringan tahap akhir diperoleh minyak simplah sebanyak 240 ml minyak simplah. Minyak simplah pada penyaringan terakhir kemudian di satukan dengan minyak simplah pada penyaringan tahap pertama. Hasil keseluruhan dari minyak simplah yaitu menghasilkan 740 ml minyak simplah.

## **4.2. Pembahasan**

### **4.2.1. Pembahasan Hasil Observasi Pembuatan Minyak Simplah**

Berdasarkan hasil observasi yang sudah dilakukan pada pembuat minyak simplah sebanyak 5 orang diperoleh langkah-langkah pembuatan minyak simplah yang terdiri dari 8 tahapan. Yaitu pemilihan bahan baku yang digunakan untuk pembuatan minyak simplah. Bahan baku yang digunakan yaitu buah kelapa setengah tua dan buah kelapa tua. Hal ini karena kadar minyak dipengaruhi oleh umur buah kelapa. Jika semakin tua buah kelapa, maka semakin tinggi kadar minyaknya (Hasibuan, et.al 2018).

Yang kedua yaitu pengupasan kulit kelapa sehingga menyisakan tempurung kelapa. Yang ketiga yaitu penyimpanan buah kelapa di dalam karung . selanjutnya yang keempat yaitu pemarkisan buah kelapa menggunakan parutan kelapa manual ataupun mesin. Kelima yaitu pengendapan atau fermentasi daging buah kelapa yang sudah diparut. Fermentasi merupakan suatu

proses perubahan kimia pada suatu substrat organik melalui aktifitas enzim yang dihasilkan oleh mikroorganisme ( Suprihatin, 2010).

Tahapan yang keenam yaitu penyaringan tahap pertama setelah melewati masa pengendapan atau fermentasi. Tahapan ketujuh yaitu, penyaringan tahap akhir. Penyaringan minyak simplah dapat dilakukan sebanyak 3 sampai 4 kali. Banyaknya jumlah penyaringan dilihat dengan jumlah minyak yang masih keluar pertahanapan peyaringan. Tahapan yang terakhir yaitu tahapan kedelapan yaitu pengemasan produk. Minyak simplah harus dikemas dalam kemasan yang kedap udara dan tertutup rapat. Penyimpanan obat harus dalam wadah tertutup rapat, terlindung dari cahaya (DepKes RI, 2014).

#### **4.2.2. Pembahasan Hasil Pembuatan Minyak Simplah**

Minyak simplah diperoleh dari hasil fermentasi daging buah kelapa yang diendapkan selama beberapa hari sehingga menghasilkan minyak simplah. Buah kelapa yang digunakan yaitu buah kelapa tua dan buah kelapa setengah tua dengan penggunaan yang sama antara buah kelapa tua dan buah kelapa setengah tua. Minyak simplah yang dihasilkan tersebut merupakan produk local Aceh dari proses fermentasi kelapa yang mempunyai segudang manfaat (Khatir, 2020).

Pembuatan minyak simplah dilakukan secara fermentasi spontan. Pada pembuatan minyak simplah tidak ada pencampuran organisme lainnya. Fermentasi dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu spontan dan tidak spontan. Fermentasi spontan adalah fermentasi yang terjadi tanpa penambahan mikroorganisme dalam bentuk apapun. Sedangkan fermentasi tidak spontan yaitu fermentasi yang ditambahkan starter atau ragi dalam proses pembuatannya (Suprihatin, 2010).

Pembuatan minyak simplah dilakukan di tempat yang terhindar dari sinar matahari langsung dan terhindar dari percikan air. Tempat yang digunakan yaitu tempat yang sejuk dan higienis yaitu yang bersih dari serangga dan kotoran lainnya. Faktor yang mempengaruhi proses fermentasi adalah suhu, Ph awal fermentasi, inoculum, substrat dan kandungan nutrisi medium ( Hidayat dan Suhartini (2013).

Berikut adalah ringkasan penggunaan minyak simplah pada tabel 4.3.4.1.

Tabel 4.3.4.1. Penggunaan minyak simplah pada setiap penyakit.

No	Pemanfaatan	Cara Penggunaan	Durasi Pemakaian
----	-------------	-----------------	------------------

1	Minyak sakit kepala	Dioles secara langsung	Sampai rasa sakit kepala meghilang
2	- Demam	- Di campur dengan bawang merah yang diinjak dan ditambah sedikit minyak kayu putih.	Sampai rasa sakit menghilang
3	- Kembung/masuk angin	- Di campur dengan bawang merah yang diinjak, ditambahkan sedikit minyak kayu putih dan sedikit minyak tanah	2 kali di malam hari, Di dada dan di punggung
4	- Minyak rambut	- Dioleskan secara langsung	Digunakan selalu/ sesekali
5	- Sakit kepala	- Dioleskan langsung pada rambut secara merata, digosok sampai kulit kepala	Sampai rasa sakit menghilang

### **Kesimpulan**

Pembuatan minyak simplah dilakukan dengan 8 tahapan pembuatan. Dimulai dari pemilihan bahan baku yaitu buah kelapa dengan umur kematangan buah kelapa tu dan buah kelapa setengah tua. Langkah selanjutnya yaitu pengupasan buah kelapa, penyimpanan buah kelapa, pamarutan buah kelapa, pengendapan atau fermentasi, penyaringan tahap pertama, penyaringan tahap akhir dan pengemasan produk.

Minyak simplah dimanfaatkan sebagai obat, minyak rambut dan sebagai minyak urut. Masyarakat memanfaatkan minyak simplah sebagai obat untuk mengobati keluhan-keluhan dan penyakit, seperti masuk angin, kembung, demam dan sakit kepala. Cara penggunaan minyak simplah untuk keluhan masuk angin, kembung, demam dan sakit kepala yaitu minyak simplah dicampur dengan bawah merah yang diinjak dan sedikit minyak kayu putih dan dibaluri pada bagian depan badan yaitu dada sampai perut dan bagian belakang yaitu bagian punggung.

### **Daftar Pustaka**

- Andalia, N., Safrida, S., & Sabri, M. (2017). “Efektivitas Pemberian Ekstrak Daun Kersen (*Muntingia calabura L.*) Terhadap Struktur Mikroskopis Sel Beta Pankreas Tikus Hiperqlikemik”. *Jurnal Edubio Tropika*, 5(1).
- Arpi, N. (2014). Medium Chain Fatty Acids (MCFA) Profile And Chemical Properties Of Coconut Oils (Virgin Coconut Oil/VCO, Simplah Oil, Pliek U Oil, Klentik Oil, And Copra Oil) Compare To Palm Oil. *Jurnal Sagu*, 12(2), 23-31.
- Azmi, Z., Nurliana, Balqis, U., & Masyitha, D. (2012). Effect of Addition Pliek U in Feed on Histomorphometric of Small Intestine Villi of Broiler. *The Proceedings of The 2nd Annual International Conference Syiah Kuala University*, 2(1).
- BPOM. (2014). Peraturan Ka BPOM no. 12 tahun 2014 Tentang Persyaratan Mutu Obat Tradisional. Jakarta, BPOM.
- Gun Mardiatmoko, M. A. (2018). Produksi Tanaman Kelapa (*Cocos nucifera L.*). Ambon: Badan Penerbit Fakultas Pertanian Universitas Patimura
- Hasibuan, C. F., Rahmiati, R., & Nasution, J. (2018). Pembuatan Virgin Coconut Oil (Vco) Dengan Menggunakan Cara Tradisional. Martabe: *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, Vol 1(3) 128-132.