



APLIKASI MINYAK ATSIRI MAWAR PADA PEMBUATAN LILIN AROMATERAPI UPAYA PREVENTIF PENCEGAHAN KECEMASAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SITUBONDO

Oleh

Venny Dian Ningsih¹, Siti Nurrosyidah², Lia Fitria³, Istiana⁴

^{1,2}Prodi S1 Farmasi Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ibrahimy, Jawa Timur

³Prodi Profesi Bidan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ibrahimy, Jawa Timur

⁴Mahasiswa Prodi S1 Farmasi Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ibrahimy, Jawa Timur

E-mail: venny.dningsih@gmail.com

Article History:

Received: 07-02-2022

Revised: 15-02-2022

Accepted: 24-03-2022

Keywords:

Lilin Aromaterapi, Minyak
Atsiri Mawar, Kecemasan

Abstract: *Aromaterapi merupakan metode pengobatan alternatif menggunakan bahan tanaman yang mudah menguap, dikenal pertama kali dalam bentuk minyak esensial. Lilin aromaterapi adalah lilin yang mengandung bahan pewangi yang dapat digunakan sebagai refreasing, relaxing dan menyembuhkan sakit kepala. Tujuan dilakukan pengabdian kepada masyarakat ini sebagai upaya preventif pencegahan kecemasan pada ibu-ibu yang memiliki bayi dengan pelatihan pembuatan lilin aromaterapi mawar.*

PENDAHULUAN

Aromaterapi merupakan suatu metode pengobatan alternatif yang berasal dari bahan tanaman mudah menguap, dikenal pertama kali dalam bentuk minyak esensial. Minyak esensial yang diuapkan juga dianggap sebagai komponen utama dalam aromaterapi dimana menimbulkan berbagai efek seperti : anti-inflamasi, antiseptik, merangsang nafsu makan, dan merangsang sirkulasi darah.¹ Ada berbagai jenis wewangian aromaterapi dengan efek yang bermacam-macam, seperti *rose, rosemary, lavender, jasmine, sandalwood, peppermint, ginger, lemon, orange, ylang-ylang*, dan masih banyak lagi. Efek dari masing-masing aroma tersebut secara langsung maupun tidak langsung mempengaruhi aspek psikologik (Ciwi Yoshiko, 2016).

Ada berbagai macam bentuk aromaterapi yaitu, minyak essensial aromaterapi, dupa aromaterapi, lilin aromaterapi, minyak pijat aromaterapi, garam aromaterapi, dan sabun aromaterapi. (Dede Lestari, 2019). Lilin aromaterapi adalah lilin yang mengandung bahan pewangi yang dapat digunakan sebagai refreasing, relaxing dan menyembuhkan sakit kepala. Lilin Aromaterapi dapat digunakan untuk berbagai tujuan, termasuk menghilangkan stres dan kecemasan. Lilin aromaterapi merupakan aplikasi lain dari lilin yang sudah ada. Lilin aromaterapi dalam pembuatannya menggunakan beberapa bahan dan salah satunya menggunakan minyak atsiri yang memiliki wangi aromaterapi. Aromaterapi sendiri memiliki sifat yang menenangkan dan juga memiliki aroma yang menyegarkan (Shofi, 2019).

Minyak atsiri Mawar (*Rose damascena Mill*) memiliki bau yang agak menyengat, aroma segar, memiliki warna kuning hingga merah. Pada tanaman mawar, minyak atsiri hanya terdapat dalam mahkota bunga. Komponen minyak atsiri yang terkandung dalam mahkota bunga mawar yaitu *pheny ethyl alcohol, eicosene, octadecane, hexadecanol*. (Fitriana, 2012).



Fakultas Ilmu Kesehatan melakukan pengabdian kepada masyarakat untuk memberikan pelatihan cara pembuatan lilin aromaterapi dari minyak atsiri mawar sebagai upaya preventif pencegahan kecemasan pada ibu-ibu yang memiliki bayi.

METODE

Metode yang digunakan untuk tercapainya tujuan pengabdian masyarakat ini adalah dengan metode ceramah, diskusi, dan praktek pembuatan lilin aromaterapi. Adapun rincian kegiatan pengabdian adalah sebagai berikut :

1. Menetapkan waktu pelaksanaan kegiatan, tempat, dan jumlah sasaran;
2. Koordinasi terkait teknis kegiatan dengan kader wilayah desa Talkandang;
3. Pada saat pengabdian, terlebih dahulu diberi pemaparan tentang bahan alam yang bisa digunakan sebagai upaya preventif pencegahan kecemasan;
4. Demonstrasi pembuatan lilin aromaterapi dari minyak atsiri mawar
5. Praktek pembuatan lilin aromaterapi dari minyak atsiri mawar yang dilakukan oleh mitra
6. Diskusi terkait lilin aromaterapi dari minyak atsiri mawar.

HASIL

Kegiatan pembuatan lilin aromaterapi ini dilakukan melalui pemberian materi tentang bahan alam yang bisa digunakan sebagai upaya preventif pencegahan kecemasan. Salah satu bahan alam yang dapat digunakan sebagai upaya preventif pencegahan kecemasan yaitu minyak atsiri bunga mawar. Untuk memperoleh minyak atsiri mawar dengan cara destilasi air yang hanya bisa dilakukan di laboratorium. Sehingga dalam pengabdian masyarakat kali ini langsung menggunakan minyak atsiri mawar yang sudah dijual di pasaran. Merk minyak atsiri mawar yang digunakan yaitu Happy Green.

Langkah selanjutnya yaitu demonstrasi pembuatan lilin aromaterapi dari minyak atsiri mawar. Sebelum dilakukan demonstrasi, terlebih dahulu menyiapkan alat dan bahan yaitu kompor, panci, lilin putih, gelas sloki, stik ice cream, wadah aluminium foil, penjepit, pisau, dan minyak atsiri mawar. Adapun langkah kerja pembuatan lilin aromaterapi dari minyak atsiri mawar yaitu sebagai berikut :

1. Serut lilin menggunakan pisau dan pisahkan dengan sumbunya
2. Masukkan lilin yang sudah diserut ke dalam wadah aluminium foil dan masukkan dalam panci yang berisi air lalu hidupkan kompor dengan api kecil
3. Siapkan gelas sloki dan sumbu lilin yang dijepit menggunakan stik ice cream agar posisi sumbu tetap di tengah
4. Setelah lilin mencair lalu diambil menggunakan penjepit, kemudian tambahkan 10 tetes minyak atsiri mawar
5. Lalu masukkan lilin tadi ke dalam gelas sloki dengan hati-hati
6. Tunggu lilin hingga mengeras dan potong sumbu sesuai kebutuhan
7. Lilin aromaterapi siap untuk digunakan.

Kegiatan selanjutnya yaitu praktek pembuatan lilin aromaterapi dari minyak atsiri mawar. Kegiatan selanjutnya yaitu praktek pembuatan lilin aromaterapi dari minyak atsiri mawar yang dilakukan oleh mitra. Pada kegiatan ini sebanyak 30 mitra dibagi menjadi 3 kelompok besar. Masing-masing kelompok mempraktekkan membuat lilin aromaterapi dari minyak atsiri mawar. Setelah itu dilanjutkan diskusi terkait hal tersebut. Dari beberapa pertanyaan oleh

mitra bisa disimpulkan bahwa :

1. Untuk membuat lilin aromaterapi dapat digunakan minyak atsiri dari bahan alam yang lain seperti kulit jeruk, melati, jahe, dan lain-lain
2. Pembuatan lilin aromaterapi ini dapat digunakan oleh ibu-ibu sebagai pewangi ruangan di rumah, souvenir, dan bahan untuk dijual kembali
3. Pembuatan minyak atsiri dapat dilakukan di rumah dengan cara menumbuk mawar kemudian diambil airnya.



Gambar 1. Demonstrasi pembuatan lilin aromaterapi dari minyak atsiri mawar



Gambar 2. Praktek pembuatan lilin aromaterapi dari minyak atsiri mawar yang dilakukan oleh mitra



Gambar 3. Foto bersama mitra



Gambar 4. Leaflet yang digunakan saat pengabdian kepada masyarakat

PENUTUP Kesimpulan

Berdasarkan kegiatan tersebut dapat disimpulkan bahwa masyarakat antusias dengan adanya pelatihan pembuatan lilin aromaterapi. Selain itu dapat menambah ilmu pengetahuan dan bisa dijadikan bahan untuk menambah penghasilan ibu-ibu di rumah.



PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Terimakasih kepada Fakultas Ilmu Kesehatan dan Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah yang mendanai kegiatan ini. Selain itu kami ucapkan terimakasih kepada seluruh bagian yang ikut serta dalam mensukseskan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR REFERENSI

- [1] Ciwi Yoshiko, Y. P. (2016). PENGARUH AROMATERAPI ROSEMARY TERHADAP ATENSI. *JURNAL KEDOKTERAN DIPONEGORO*, 12.
- [2] Dede Lestari, E. V. (2019). *LILIN AROMATERAPI DARI MINYAK ATSIRI KULIT JERUK MANIS (Citrus sinensis)*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- [3] Fitriana, A. D. (2012). PEMUNGUTAN MINYAK ATSIRI MAWAR (Rose Oil). *Jurnal Bahan Alam Terbarukan*.
- [4] Shofi, M. (2019). PEMBERDAYAAN ANGGOTA PKK MELALUI PEMBUATAN LILIN. *Journal of Community Engagement and*, 40-46.



HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN