
Pemanfaatan Tanaman Toga sebagai Aromaterapi di Dusun Karangber Kabupaten Bantul

Gerry Dwi Bulianto^{1*}, Febrianty Ratashya Putri², Dyah Aryanti Kusumah³, Henri Rustandi¹, Himmah Niswannabila², Lovysna Aulia Elfaradita¹, Sarfana², Hidayatus Sholikhah¹, Santi Nurindah⁴, Fidya Nur Aliza¹, Dr. Daru Estiningsih²,

¹Program Studi Sistem Informasi Universitas Alma Ata

²Program Studi Farmasi Universitas Alma Ata

³Program Studi Manajemen Universitas Alma Ata

⁴Program Studi Informatika Universitas Alma Ata

*Email : 213100233@almaata.ac.id

ABSTRAK

Di era modern yang penuh dengan kesibukan dan tekanan, aromaterapi menjadi solusi alami yang semakin diminati untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan. Beragam manfaatnya, seperti meredakan stress, meningkatkan fokus, dan meningkatkan konsentrasi. Aromaterapi adalah terapi yang didasarkan pada penggunaan sistematis minyak nabati esensial (terkonsentrasi) yang disuling. Senyawa aromatik dari bunga, akar, herba, buah-buahan, damar, kulit kayu, dan tumbuhan lain yang merawat dan meningkatkan kesehatan fisik, fisiologis, dan mental. Dalam kegiatan pengabdian ini metode yang digunakan adalah sosialisasi tentang pemanfaatan minyak atsiri yang diolah dari daun jeruk sebagai bahan baku utama pembuatan lilin aromaterapi, serta penjelasan cara pembuatan lilin aromaterapi. Ibu-ibu PKK sangat antusias dengan program kerja yang kami selenggarakan, terbukti dengan antusiasnya ibu-ibu PKK yang banyak bertanya pada saat sesi tanya jawab mengenai materi pengabdian ini. Sosialisasi kegiatan aromaterapi kepada ibu-ibu PKK di Dusun Karangber berhasil memotivasi para ibu-ibu untuk membuat lilin aromaterapi sendiri di rumah, salah satu bahan yang mudah didapat adalah daun jeruk. Mereka tertarik karena khasiat lilin aromaterapi adalah untuk merelaksasi tubuh, meredakan batuk dan pilek, serta wangi yang dihasilkan dari lilin aromaterapi efektif untuk mengatasi gangguan emosi seperti stres dan depresi.

KATA KUNCI : aromaterapi; lilin; daun jeruk nipis;

ABSTRACT

In the modern era full of busyness and stress, aromatherapy has become an increasingly popular natural solution for improving health and well-being. It has various benefits, such as reducing stress, increasing focus, and improving concentration. Aromatherapy is a therapy based on the systematic use of distilled essential (concentrated) vegetable oils. Aromatic compounds from flowers, roots, herbs, fruits, resins, bark, and other plants that care for and improve physical, physiological, and mental health. In this service activity, the method used is socialization about the use of essential oils processed from lime leaves as the main raw material in making aromatherapy candles, as well as explaining how to make aromatherapy candles. The PKK women were very enthusiastic about the work program we were holding, as evidenced by the enthusiasm of the PKK women who asked many questions during the question and answer session regarding this service material. The aromatherapy outreach activity to PKK mothers in Karangber Hamlet succeeded in motivating the mothers to make their own aromatherapy candles at home, one of the ingredients that is easy to obtain is lime leaves. They are interested because the properties of aromatherapy candles are to relax the body, relieve coughs and colds, and the fragrance produced from aromatherapy candles is effective for treating emotional disorders such as stress and depression.

KEYWORD : aromatherapy; candles; lime leaves;

1. PENDAHULUAN

Pengembangan dari KKN adalah KKN-T singkatan dari “Kuliah Kerja Nyata - Tematik”. Program KKN-T adalah versi modifikasi dari program KKN yang dilakukan oleh mahasiswa perguruan tinggi di Indonesia. Perbedaan utama antara KKN-T dan KKN konvensional adalah fokus pada pendekatan tematik. Dalam KKN-T, mahasiswa ditempatkan dalam kelompok yang memiliki fokus atau tema tertentu, seperti pendidikan, kesehatan, lingkungan, pemberdayaan ekonomi masyarakat, dan sebagainya. Setiap kelompok akan melakukan kegiatan pengabdian masyarakat yang berkaitan dengan tema tersebut di lokasi-tempat yang telah ditetapkan. Tujuan dari KKN-T tetap sama dengan KKN konvensional, yaitu memberikan pengalaman praktis kepada mahasiswa dalam melakukan pengabdian kepada masyarakat, serta memberikan manfaat langsung kepada masyarakat setempat. Namun, dengan pendekatan tematik ini, diharapkan kegiatan KKN dapat lebih terfokus dan lebih efektif dalam memberikan solusi atau kontribusi yang dibutuhkan oleh masyarakat di lokasi-tempat tersebut.

Mahasiswa KKN-T Universitas Alma Ata tahun 2024 mempunyai program kerja yaitu mengadakan sosialisasi tentang pemanfaatan tanaman TOGA sebagai bahan untuk pembuatan aromaterapi. Aromaterapi adalah terapi yang didasarkan pada penggunaan sistematis minyak nabati esensial (terkonsentrasi) yang disuling. Senyawa aromatik dari bunga, akar, herba, buah-buahan, damar, kulit kayu, dan tumbuhan lain yang merawat dan meningkatkan kesehatan fisik, fisiologis, dan mental. Berbeda dengan obat herbal, minyaknya tidak terkonsentrasi dari seluruh bagian tanaman dan biasanya diperoleh melalui penyulingan uap. Berdasarkan kepercayaan populer yang telah ada selama beberapa tahun, diketahui bahwa awalnya hanya ada dalam bentuk cairan eterik. Seiring waktu, berbagai bentuk aromaterapi bermunculan, termasuk minyak esensial, lilin, dupa, sabun, dan minyak pijat. Aromaterapi dapat digunakan sebagai pengharum ruangan, sebagai pengharum minyak saat dipijat, atau sebagai pengharum badan setelah mandi. Saat ini, ada banyak jenis aroma aromaterapi, namun yang paling terkenal adalah lavender, basil, melati, cendana, paper mint, lemon, jahe, jeruk, dan geranium. Masing-masing aroma tersebut memiliki efek yang berbeda-beda, misalnya aroma lavender yang diduga dapat mengurangi stres dan masalah tidur. Lilin aromaterapi kini memiliki fungsi ganda, tidak hanya sebagai pengharum tapi juga sebagai pengusir nyamuk. Daun nilam (*Pogostemon cablin* B) merupakan salah satu tanaman yang mempunyai sifat anti nyamuk. Jeruk nipis (*Citrus aurantifolia* Swingle) diketahui efektif melawan nyamuk karena mengandung sitrat, geranil asetat, phellandrene, dan limonene. Limonene merupakan senyawa dengan bau yang menyengat dan rasa pahit yang tidak disukai nyamuk dan dapat digunakan sebagai pengusir nyamuk alami [1].

Wilayah yang menjadi target dalam pengabdian masyarakat ini adalah Dukuh Karangber. Dukuh Karangber terletak di Desa Guwosari yang merupakan bagian integral dari wilayah Kabupaten Bantul yang terdiri dari 75 (tujuh puluh lima) desa. Desa Guwosari merupakan salah satu desa di Kecamatan Pajangan yang memiliki luas wilayah 830,00 Ha dengan jumlah penduduk sebesar 12.745 jiwa. Desa Guwosari secara administratif pemerintahan terbagi dalam 15 (lima belas) Pedukuhan dan 77 RT. Dukuh Karangber tergolong merupakan dukuh yang mayoritasnya banyak membudidayakan TOGA (Tanaman Obat Keluarga) seperti, jahe, sereh, dan jeruk nipis. Berdasarkan uraian di atas maka kami mahasiswa KKN berinisiatif untuk melakukan pengabdian masyarakat dengan judul “Pemanfaatan tanaman toga sebagai Aromatherapy”. Bahan-bahan yang

digunakan dalam pembuatan sediaan ini mudah didapat dan prosesnya juga mudah untuk dilakukan serta produk yang dihasilkan dapat menjadi wacana dalam berwirausaha.

Sosialisasi pembuatan lilin aromaterapi dari ekstrak daun jeruk nipis diadakan pada saat acara rutin ibu-ibu PKK Dusun Karangber. Sosialisasi ini diawali dengan pemaparan materi terkait pengenalan dan pemanfaatan lilin aromaterapi kemudian menjelaskan langkah-langkah pembuatan lilin aromaterapi serta memberikan *booklet* sebagai panduan yang bertujuan untuk memberikan informasi dalam pemanfaatan tanaman TOGA salah satunya jeruk nipis yang banyak ditanam di sekitar rumah. Selain itu sosialisasi ini juga diharapkan dapat memberikan peluang usaha untuk masyarakat.

2. METODE

Kegiatan sosialisasi ini ditujukan kepada ibu-ibu PKK di Dusun Karangber. Sebanyak 30 ibu-ibu PKK menghadiri acara rutin yang diadakan setiap satu bulan sekali. Sosialisasi ini diharapkan mampu memberikan pengetahuan dan manfaat bagi kesehatan yaitu dengan pembuatan lilin aromaterapi. Dalam kegiatan pengabdian ini, metode yang digunakan adalah sosialisasi tentang pemanfaatan minyak atsiri yang diolah dari daun jeruk nipis sebagai bahan baku utama dalam pembuatan lilin aromaterapi, serta menjelaskan mengenai cara pembuatan lilin aromaterapi. [2] Tujuan dilakukannya penjelasan mengenai cara pembuatan tersebut adalah agar para ibu-ibu PKK dapat mempraktekkan secara mandiri dalam pembuatan lilin aromaterapi dengan mudah dan benar. Materi sosialisasi berupa: 1) Pemaparan mengenai minyak atsiri dan herbal oleh Febrianty Ratashya Putri; 2) Penyuluhan tentang metode pembuatan lilin Aromaterapi oleh Himmah Niswa Nabila. Berikut merupakan tahapan yang dilakukan saat sosialisasi pembuatan lilin aromaterapi berbahan dasar alam:

- a. Koordinasi dengan ketua PKK untuk mengetahui jumlah ibu-ibu yang aktif, selain itu berkoordinasi tempat, waktu, dan hari untuk kegiatan sosialisasi yang direncanakan.
- b. Membagikan *booklet* yang berisi panduan pengenalan dan pembuatan terkait aromaterapi
- c. Pemaparan materi terkait minyak atsiri dan bahan alam
- d. Pemaparan tentang metode pembuatan lilin aromaterapi
- e. Pemaparan manfaat dari lilin aromaterapi
- f. Memperlihatkan hasil lilin aromaterapi yang sudah jadi
- g. Evaluasi dari kegiatan sosialisasi ini adalah evaluasi proses, evaluasi proses terkait bagaimana para ibu-ibu PKK mampu memahami materi sosialisasi dan memiliki motivasi untuk membuat sediaan aromaterapi mandiri di rumah. Uji kualitas seperti kepadatan, dapat menyala dengan baik, mengeluarkan wangi khas daun jeruk nipis.

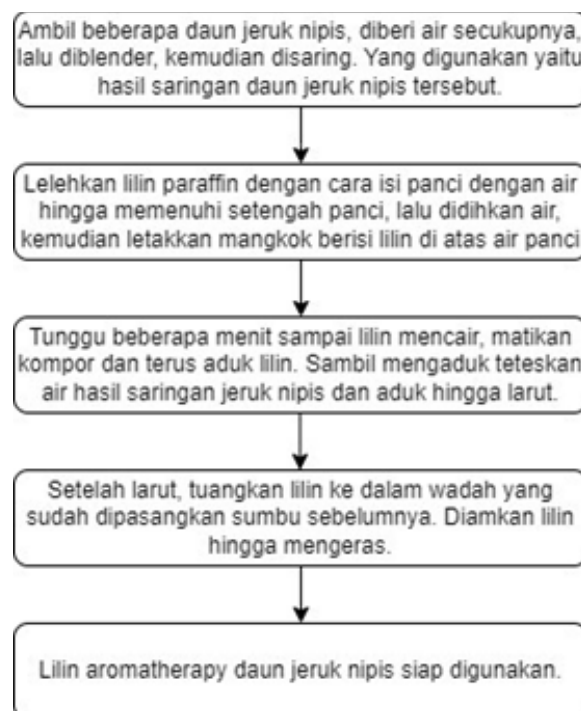
Keberhasilan dari sosialisasi ini dapat dilihat dari:

- a. Lebih dari 95% ibu-ibu PKK memahami materi yang dipaparkan
- b. Lebih dari 50% ibu-ibu PKK termotivasi untuk membuat sediaan aromaterapi mandiri di rumah
- c. Lebih dari 80% ibu-ibu PKK banyak bertanya mengenai cara pembuatan lilin aromaterapi ini.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan tidak hanya berpusat pada kegiatan sosialisasi namun juga memberikan pelatihan kepada ibu-ibu PKK. Berikut adalah diagram alir pembuatan lilin aromaterapi (**Gambar 1**). Bahan dan langkah-langkah pembuatan lilin aromaterapi cukup mudah karena bahan- bahannya berada disekitar rumah warga sehingga mudah didapatkan, serta alat yang digunakan merupakan alat yang biasa dipakai di rumah seperti wajan kecil, kompor, sumbu dan lain sebagainya. Tanaman yang digunakan pada pembuatan lilin aromaterapi adalah daun jeruk nipis, Kulit jeruk nipis mengandung senyawa flavonoid yaitu naringin, nobiletin, hesperidin, dan tangeretin. Khasiat jeruk nipis antara lain mengobati batuk, kerutan wajah, bau badan, terlambat haid, suara serak, demam, wasir, sesak napas, sakit perut, dan mual [3].

Selain itu, jeruk nipis juga dapat digunakan untuk mengobati flu, sakit tenggorokan, batu ginjal, dan pusing [4]. Khasiat jeruk nipis lainnya antara lain sebagai antibakteri, antioksidan, antikanker, memutihkan gigi, antikolesterol, menurunkan kadar gula darah, menurunkan risiko penyakit jantung, nyeri, difteri, jerawat, meningkatkan nafsu makan, mencegah rambut rontok, dan ketombe, menghentikan kebiasaan merokok, radang amandel, demam, mimisan, rinitis, usus merah, sembelit [5]. Daun jeruk nipis juga dapat digunakan sebagai anti nyamuk dan sebagai relaksasi. Metode pengabdian masyarakat ini meliputi pemaparan materi terkait khasiat dari daun jeruk nipis sebagai lilin aromaterapi, penyuluhan obat nyamuk dan dampak yang dapat ditimbulkan, penyuluhan tentang cara memperoleh minyak atsiri dari daun jeruk nipis, pemberian bibit tanaman jeruk nipis, sereh, dan jahe[6].



Gambar 1. Diagram alir pembuatan lilin aromaterapi

Para ibu-ibu PKK sangat antusias dengan program kerja yang kami adakan, terbukti dengan semangat para ibu-ibu PKK yang banyak melontarkan berbagai pertanyaan pada sesi tanya jawab

tentang materi pengabdian ini. Berdasarkan pertanyaan yang ditujukan kepada ibu-ibu PKK terkait pemahaman dalam pembuatan lilin aromaterapi ini sebagian besar ibu-ibu PKK sudah paham dan akan langsung mempraktekkan pembuatan lilin aromaterapi ini di rumahnya masing-masing [7] (**Gambar 2**).

Sebagai alternatif, aromaterapi juga dapat digunakan untuk merilekskan tubuh, meningkatkan mood, dan menyegarkan pikiran. Aromaterapi dengan wewangian merupakan cara yang sangat cepat dan efektif untuk mengatasi gangguan emosi seperti stres dan depresi [8]. Hal ini karena rongga hidung terhubung langsung dengan sistem saraf pusat, yang bertanggung jawab atas efek minyak atsiri [9]. Hal lain yang disampaikan kepada masyarakat adalah kesediaan seluruh anggota keluarga untuk bekerja sama menjaga rumah dan lingkungan sekitar, memantau dan memberantas keberadaan jentik-jentik nyamuk [10]. Peran setiap anggota keluarga juga sangat penting dalam mencegah timbulnya penyakit demam berdarah. Seiring berkembangnya infeksi demam berdarah, kasus demam berdarah tidak hanya menyerang anak-anak tetapi juga orang dewasa. Oleh karena itu, besar kecilnya peran yang dilakukannya dalam mencegah suatu daerah menjadi daerah endemis sangat ditentukan oleh kepedulian masyarakat itu sendiri [11].



Gambar 2. Dokumentasi sosialisasi

Tabel 1. Hasil Angket Pengabdian kepada Masyarakat

No	Aspek	Persentase
1	Pemahaman tentang materi sosialisasi	90%
2	Motivasi untuk mempraktekkan pembuatan lilin aromaterapi	90%

4. KESIMPULAN

Kegiatan sosialisasi aromaterapi kepada ibu-ibu PKK Dusun Karangber berhasil memotivasi para ibu-ibu untuk membuat lilin aromaterapi sendiri dirumah, salah satu bahan yang mudah didapat adalah daun jeruk nipis. Mereka tertarik karena khasiat lilin aromaterapi adalah untuk merilekskan tubuh, meredakan batuk pilek, serta wangi yang dihasilkan dari lilin aromaterapi

efektif untuk mengatasi gangguan emosi seperti stress dan depresi.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] M. Melviani, K. Nastiti, and N. Noval, "PEMBUATAN LILIN AROMATERAPI UNTUK MENINGKATKAN KREATIVITAS KOMUNITAS PECINTA ALAM DI KABUPATEN BATOLA," RESWARA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, vol. 2, no. 2, pp. 300–306, Jul. 2021, doi: 10.46576/rjpk.v2i2.1112.
- [2] [2] Q. R. Fakhira, S. Nurjanah, and S. Rosalinda, "Karakteristik dan Komposisi Minyak Atsiri Kulit Jeruk Nipis Pada Berbagai Lama Waktu Penyulingan Menggunakan Metode Hidrodistilasi," Jurnal Teknotan, vol. 17, no. 3, p. 217, Dec. 2023, doi: 10.24198/jt.vol17n3.8.
- [3] Meiranny Arum, Susiloningtyas Is, and Makmuroh Hanik Umi, "Pemanfaatan Terapi Herbal sebagai Tatalaksana Batuk pada Balita," Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes, vol. 13, pp. 53–57, 2022.
- [4] K. Fitri et al., "FORMULASI KOMBINASI MINYAK NILAM (Patchouli oil) DAN MINYAK MAWAR (Rose oil) PADA SEDIAAN LILIN AROMATERAPI SEBAGAI RELAKSASI FORMULATION OF PATCHOULI OIL AND ROSE OIL COMBINATION ON AROMATERAPY WAX SUPPLIES AS A RELAXATION," 2020.
- [5] F. Pratiwi and A. Subarnas, "REVIEW ARTIKEL : AROMATERAPI SEBAGAI MEDIA RELAK SASI."
- [6] F. W. Sulistiyanto et al., "APLIKASI MINYAK ATSIRI BATANG SEREH DAN KULIT BUAH JERUK DALAM SEDIAAN LILIN AROMATERAPI."
- [7] Smith, J. (2015). "The Benefits of Aromatherapy Candles: A Comprehensive Review." *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 21(4), 232-238.
- [8] Williams, L. & Parker, M. (2018). "Essential Oils and Candle Making: A Practical Guide." New York: Artisan Press.
- [9] Kumar, S., & Gupta, N. (2020). "Aromatherapy and Stress Reduction: The Role of Scented Candles." *International Journal of Health Sciences*, 12(2), 145-152.
- [10] Jones, R. A. (2017). "Safety and Sustainability in Aromatherapy Candle Production." *Journal of Environmental Science and Health*, 45(3), 301-309.
- [11] Garcia, H. & Miller, T. (2019). "The Psychological Impact of Aromatherapy Candles: A Clinical Study." *Psychology Today*, 64(5), 50-56.