

## PELATIHAN PEMBUATAN AROMATERAPI LAVENDER & GRASS OIL (ALTERNATIF PENCEGAH DBD) DAN LEMON & GREENTEA (KARMINATIF)

Mamik Ponco Rahayu<sup>1</sup>, Ghani Nurfiana Fadma Sari<sup>1</sup>, Endang Sri Rejeki<sup>1</sup>,  
Nuraini Harmastuti<sup>1</sup>, Taufik Turahman<sup>1</sup>, Supriyadi<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universitas Setia Budi, Surakarta

\*Email: taufikturahman@gmail.com

**Abstrak:** Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini berupa Pelatihan Pembuatan Aromaterapi Lavender dan Grass oil dimana kegiatan ini untuk berbagi ilmu dan teknologi tepat guna yang mudah diterapkan meningkatkan ketrampilan dan motivasi perintisan home industri dalam upaya perintisan usaha kecil. Kegiatan ini dilaksanakan oleh dosen Farmasi USB untuk warga masyarakat Genengan RT 08 RW 12, Kelurahan Mojosongo, Kecamatan Jebres, Kota Surakarta. Pelatihan pembuatan Aromaterapi menggunakan minyak dari Herba Lavender dan sereh (Grass oil). Masyarakat dan warga di daerah tersebut diketahui belum ada yang menggunakan bahan bahan alamiah tersebut untuk membuat Aromaterapi dengan khasiat yang baik bagi kesehatan. Di Apotek umumnya menjual produk Aromaterapi dengan harga yang cukup mahal. Adanya pelatihan pembuatan aromaterapi di masyarakat Genengan ini diharapkan dapat meningkatkan nilai tambah masyarakat desa. Pembuatan produk Aromaterapi dari Lavender dan sereh adalah salah satu produk yang bisa dijadikan sebagai kegiatan Home industry .

**Kata Kunci:** Aromaterapy, lavender, Grass Oil

**Abstract:** The Lavender and Grass oil Aromatherapy Making Training is a Community Service project to disseminate relevant knowledge and technology that is easy to use. In addition, it provides value by improving skills and motivate to establish a home industry in the pursuit of a small business. A USB Pharmacy lecturer conducted this program for people of the Genengan community, located at RT 08 RW 12, Mojosongo Village, Jebres Sub-district, Surakarta City. Oils from Lemongrass and Lavender Herbs are used in aromatherapy making training. These organic components have not yet been utilized by community members or locals to produce aromatherapy that is beneficial to their health. Typically, pharmacies charge relatively high costs for products that include aromatherapy. It is envisaged that the Geneng community's training in aromatherapy production will boost the village's added value. Making products for aromatherapy using lavender and lemongrass is one of the projects that has the potential to be used as a home industry activity.

**Keywords:** Aromaterapy, lavender, Grass Oil

### Pendahuluan

Aromaterapi merupakan salah satu jenis pengobatan alternatif yang menggunakan bahan cairan tanaman yang mudah menguap, dikenal sebagai minyak esensial, dan senyawa aromatik lainnya dari tumbuhan yang bertujuan untuk mempengaruhi suasana hati atau kesehatan seseorang, yang sering digabungkan dengan praktik pengobatan alternatif. Kandungan yang bermanfaat sebagai aromaterapi yaitu minyak atsiri. Minyak atsiri dapat ditemukan pada tanaman lavender (*Lavandula angustifolia*), valerian (*Valeriana officinalis*), peppermint (*Mentha piperita* L.), mawar (*Rosa damascena*), serai (*Cymbopogon citratus*), chamomile (*Matricaria recutita*), melati (*Jasminum grandiflorum*) dan rosemary (*Rosmarinus officinalis*). Aromaterapi dapat digunakan dalam berbagai cara yaitu: menghirup uap aromaterapi, memanaskan minyak aromaterapi, menyemprotkan minyak aromaterapi, menggunakan diffuser, untuk mengompres, untuk mandi, dan

untuk pijat. Salah satu alternatif bahan yang dapat digunakan untuk merelaksasikan tubuh dan pengaturan emosional adalah Aromaterapi (Setzer, W. 2009.)

Mata pencaharian warga masyarakat Genengan RT 08 RW 12, Kelurahan Mojosongo, Kecamatan Jebres, Kota Surakarta beragam, kebanyakan wiraswasta dan ibu rumah tangga. Banyak sektor usaha masyarakat untuk meningkatkan kesejahteraan, taraf kehidupan ekonomi dan kemandirian dengan memanfaatkan beragam sumber daya. Ketika *Home Industry* (industri rumah tangga) banyak dilakukan di sekelompok masyarakat, hal tersebut adalah bentuk kesejahteraan dan kemandirian masyarakat. *Home Industry* merupakan salah satu usaha untuk meningkatkan ekonomi keluarga. Taraf hidup keluarga dikatakan meningkat jika semakin banyak sumber-sumber pendapatan / keuangan yang diterima. Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan team dosen Universitas Setia Budi merupakan bentuk transfer ilmu dalam peningkatan keterampilan dan motivasi perintisan *Home Industry* dengan cara memberikan pelatihan aromaterapi.

Bahan yang biasa digunakan dalam pembuatan aromaterapi: VCO (*Virgin Coconut Oil*), Minyak adas, minyak kayu putih, lavender, minyak sereh dan lemon. Masyarakat sekarang banyak menggunakan bahan-bahan herbal untuk meningkatkan daya tahan tubuh guna mencegah virus corona. Minyak kelapa adalah contoh bahan herbal yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh. Manfaat VCO salah satunya sebagai antikuman. VCO 50% disusun dari asam laurat, asam lemak jenuh yang dengan mudah disintesis oleh tubuh. Banyak penelitian adas telah dilakukan, dimana adas mampu menghentikan pertumbuhan bakteri *Aerobacter aerogenes*, *Bacillus subtilis*, *E. coli*, *Proteus vulgar*, *Pseudomonas aeruginosa*, *Staphylococcus albius*, dan *Staphylococcus aureus*. Adas adalah tanaman yang digunakan untuk berbagai masalah pencernaan termasuk sakit maag, perut kembung, kehilangan nafsu makan, dan kolik pada bayi. Adas juga dapat digunakan untuk infeksi saluran pernapasan atas, batuk, bronkitis, kolera, sakit punggung, masalah urine, dan masalah penglihatan. Manfaat dari minyak Kayu Putih adalah meredakan perut kembung, masuk angin, gatal-gatal, serta memberikan rasa hangat pada tubuh. Minyak atsiri pada kayu putih dapat mencegah virus corona. Penelitian tersebut masih membutuhkan pembuktian empiris, tetapi senyawa 1,8 sineol diduga mempunyai kandungan antioksidan yang dapat membantu penyembuhan penyakit saluran pernapasan seperti asma, mencegah virus influenza serta memberikan proteksi pada paru-paru. Jurnal kesehatan yang dipublikasikan oleh *BMC Immunology* juga memaparkan bahwa minyak kayu putih memiliki peranan dalam mendukung sistem kekebalan tubuh (Dalimartha, S. 2003 dan Hariana, A. 2008).

Lavender adalah antidepresan yang menenangkan. Lavender juga sebagai antiseptik, antibakteri dan obat penghilang rasa sakit, menurunkan tekanan darah, mengurangi mual dan gangguan pencernaan. Manfaat lain dari lavender adalah mengobati ketegangan, depresi, insomnia, sakit kepala, stres dan hipertensi. Tanaman khas wilayah tropis yang dimanfaatkan untuk memasak dan pengobatan tradisional adalah serai. Minyak serai diperoleh dengan cara diekstrak dari daun dan batang tanaman serai. Minyak serai atau lemongrass oil mempunyai aroma jeruk yang kuat dan kerap ditemukan pada produk perawatan kulit seperti sabun, pelembap tubuh, hingga *body scrub*. Manfaat minyak sereh antara lain: menyembuhkan kurap, sebagai pewangi untuk produk perawatan kulit, meringankan sinus dan membuka saluran pernapasan, minyak pijat yang membantu tidur lebih

nyenyak, pengusir serangga alami, mengurangi bau badan. Linalool ( $C_{10}H_{18}O$ ) adalah minyak esensial dari bunga lavender (*Lavandula angustifolia*) yang dapat memberikan efek sedativ. Menurut penelitian, setiap 100 gram bunga lavender (*Lavandula angustifolia*) mengandung minyak esensial (1-3%), *alpha-pinene* (0,22%), *camphene* (0,06%), *beta-myrcene* (5,33%), *cymene* (0,3%), *limonene* (1,06%), *cineol* (0,51%), *linalool* (26,12%), *borneol* (1,21%), *terpinine-4-ol* (4,64%), *linalyl acetate* (26,32%), *geranyl acetate* (2,14%), dan *caryophyllene* (7,55%). Linalyl asetat dan linalool ( $C_{10}H_{18}O$ ) adalah kandungan utama dari bunga lavender (Dewi, 2013; Perry, et al 12; Conrad dan Adams, 2012)

Selain tanaman diatas juga ada tanaman lain yang berkhasiat yaitu lemon. Lemon dapat merangsang tubuh untuk melawan infeksi dan mengobati gusi yang meradang, sakit tenggorokan, jerawat, pilek, flu dan bronkitis. Minyak lemon berkhasiat sebagai diuretik dan pencahar. Aroma minyak lemon yang aromatik dapat meningkatkan suasana hati dan melemaskan saraf serta menghilangkan depresi dan kecemasan. *Green Tea Oil* diambil dari penyulingan daun non-fermentasi dari tanaman teh (*Camellia Sinensis*) sangat kaya akan polifenol, antioksidan kuat yang sangat berguna untuk menetralsir radikal bebas. Minyak esensial teh hijau (*Green Tea Oil*) sebagai agen anti-filtering yang memobilisasi getah bening (meningkatkan drainase dan penghapusan racun). Antiseptik umum yang memfasilitasi re-epitelisasi dan melindungi kulit terhadap kerusakan yang disebabkan oleh radiasi matahari yang berlebihan. Minyak teh hijau (*Green Tea Oil*) adalah antiradikal bebas, antioksidan dan kulit regenerasi (antikeriput, antipenuaan). Minyak esensial ini sangat baik digunakan dalam pijat drainase limfatik dan filsafat SPA (Dalimartha, S. 2005). Aromaterapi lemon merupakan jenis aromaterapi yang dapat digunakan untuk mengatasi nyeri dan cemas. Linalool adalah zat yang terdapat dalam lemon. Linalool tersebut berguna untuk menstabilkan sistem saraf sehingga dapat menimbulkan efek tenang bagi siapapun yang menghirupnya. (Purwandari dan Sabrian, 2014)

Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk: meningkatkan pengetahuan tentang khasiat dari masing-masing bahan dalam proses pembuatan aromaterapi pada masyarakat terutama kader PKK, meningkatkan keterampilan untuk membuat aromaterapi secara mandiri pada kader PKK di desa Genengan RT 08 RW 12, Kelurahan Mojosongo, Kecamatan Jebres, Kota Surakarta.

## **Metode**

Melakukan pengabdian masyarakat dalam bentuk penyuluhan dan pelatihan pembuatan minyak telon kepada Ibu-ibu DAWIS Genengan RT 08 RW 12, Kelurahan Mojosongo, Kecamatan Jebres, Kota Surakarta. Kegiatan ini untuk meningkatkan ketrampilan dan motivasi untuk menciptakan peluang usaha rumahan (*home industry*) dengan produk aromaterapi antinyamuk dan karminatif yang dapat mudah dilakukan dengan modal yang kecil yang dapat menambah *income* keluarga.

Langkah-langkah yang dilakukan sebagai berikut :

1. Ibu-ibu DAWIS Genengan RT 08 RW 12, Kelurahan Mojosongo, Kecamatan Jebres, Kota Surakarta diberikan penyuluhan dan pelatihan tentang pembuatan produk aromaterapi antinyamuk dan karminatif.
2. Melakukan tanya jawab secara terbuka antara pembicara dengan peserta pelatihan. Hal-hal yang

belum jelas bagi peserta didiskusikan dengan pembicara pada saat itu.

Cara Pembuatan minyak telon dengan mencampur basis aromaterapi sesuai dengan formula (vco / minyak kelapa, ol.anis / minyak adas, dan ol. kayu putih) di *beaker glass*, kocok sampai homogen. Selanjutnya ditambahi dengan *fragrance / essential oil* sesuai dengan formula (*Grass Oil, Lemon, Lavender dan Greentea*) . Kocok hingga homogen / rata, dimasukkan dalam wadah tertutup *roll on*. Aromaterapi antinyamuk dan karminatif siap digunakan

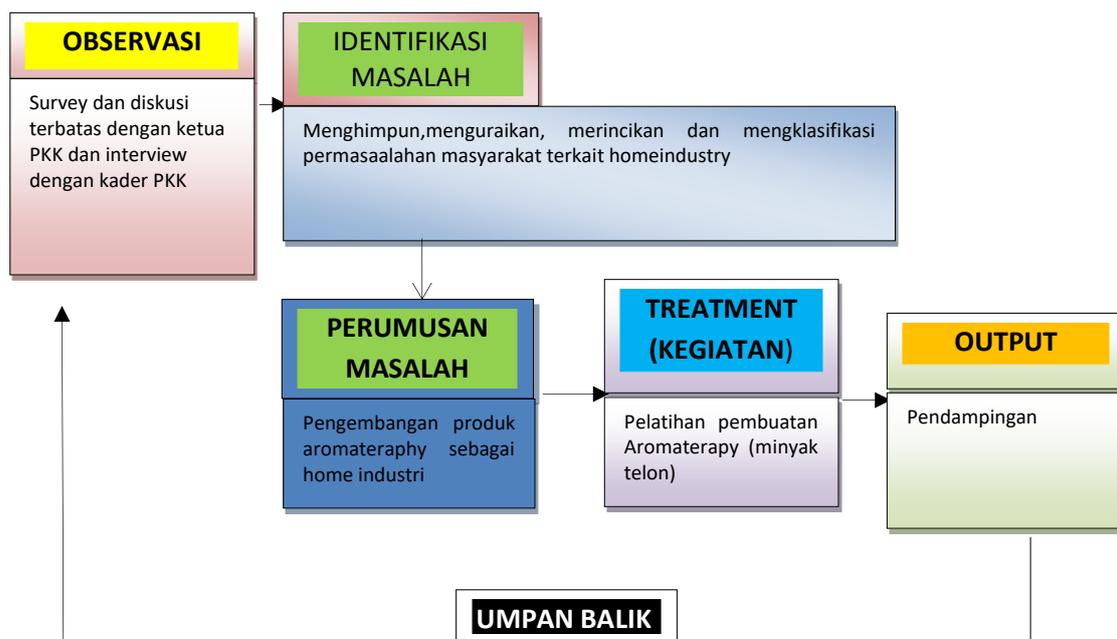
Pada kegiatan pengabdian ini semua peserta diajari membuat minyak telon. Harapan selanjutnya semua peserta dapat membuat minyak telon secara mandiri, dengan pengawasan dan arahan dari tim pengabdian sehingga menghindari kesalahan pada saat pembuatan. Pelatihan tersebut dapat meningkatkan ketrampilan dan menjadi sumber penghasilan bagi keluarga peserta sebagai betuk usaha mandiri keluarga. Selama kegiatan pelatihan ini banyak peserta yang bertanya, artinya kegiatan ini sangat menarik bagi peserta yang hadir mengikuti pelatihan pembuatan minyak telon.

Tahapan yang dilakukan pada acara pengabdian ini sebagai berikut:

1. Persiapan. Kegiatan persiapan adalah perencanaan program pengabdian seperti koordinasi dengan pihak desa lokasi pengabdian, menentukan waktu pelaksanaan, menentukan sasaran dan target peserta pelatihan, dan perencanaan materi pelatihan.
2. Pelaksanaan. Kegiatan pelaksanaan adalah proses kegiatan penyuluhan dan pelatihan dilakukan. Kegiatan ini menjelaskan tentang manfaat aromaterapi, khasiat bahan-bahan yang digunakan secara ilmiah, formula aromaterapi dan cara pembuatan sehingga dapat meningkatkan keterampilan dalam membuat aromaterapi. Pelatihan dilakukan oleh tim pengabdian untuk penyamaan persepsi dengan peserta. Pelatihan dilakukan dengan penyediaan sarana dan prasarana kegiatan pengabdian dalam upaya peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu rumah tangga.
3. Pembagian aromaterapi yang sudah dibuat. Pembagian aromaterapi ini dilakukan untuk merealisasikan pemanfaatan beberapa bahan yang digunakan dan pemantauan / *follow-up* penggunaannya. Diharapkan dengan adanya kegiatan ini, minat masyarakat semakin kreatif dalam membuat aromaterapi secara mandiri.



**Gambar 1.** Alat dan bahan yang digunakan.



Gambar 2. Proses kegiatan selama pengabdian

### Hasil dan Pembahasan

Hasil kegiatan pengabdian ini adalah berupa produk aromaterapi antinyamuk dan karminatif yang diberikan kepada setiap peserta. Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini terlebih dahulu dilakukan kegiatan berkoordinasi dengan pihak ketua RW dan kader PKK Mojosoongo, kemudian pihak kelurahan Mojosoongo, Jebres, Surakarta. Kegiatan koordinasi diawal dengan membahas permasalahan yang ada di daerah tersebut, menentukan tema, waktu dan teknis pelaksanaan kegiatan. Dari hasil koordinasi maka tim kami diijinkan melakukan pengabdian di daerah Mojosoongo, Jebres, Dosen Farmasi USB, Surakarta. Kegiatan pengabdian dimasyarakat dilakukan pada tanggal 21 Januari 2022. Pada kegiatan pengabdian dilakukan penjelasan semua bahan yang digunakan, penjelasan cara pembuatan serta pembagian hasil pembuatan. Cara Pembuatan minyak telon dengan mencampur basis aromaterapi sesuai dengan formula (vco / minyak kelapa, ol.anis / minyak adas, dan ol. kayu putih) di *beaker glass*, kocok sampai homogen. Selanjutnya ditambahi dengan *fragrance / essensial oil* sesuai dengan formula (*Grass Oil, Lemon, Lavender dan Greentea*) . Kocok hingga homogen / rata, dimasukkan dalam wadah tertutup *roll on*. Aromaterapi antinyamuk dan karminatif siap dibagikan dan digunakan.

Peserta yang hadir sangat tertarik dengan kegiatan yang kami lakukan, dilihat dari banyaknya peserta yang bertanya dan ingin mencoba melakukan untuk *home industry*.



**Gambar 3.** Hasil jadi aromaterapi

Program pengabdian masyarakat ini dihadiri oleh 6 orang tim pelaksana dan peserta Ibu-ibu DAWIS Genengan RT 08 RW 12, Kelurahan Mojosongo, Kecamatan Jebres, Kota Surakarta. Program penyuluhan menggunakan sarana liflet dan seperangkat alat untuk membuat aromaterapi antinyamuk dan karminatif. Materi penyuluhan dalam bentuk *hardcopy*, *skill*. Tim pengusul terdiri dari 6 (orang) orang dosen Fakultas Farmasi yang masing-masing mempunyai keahlian di bidang yang mendukung pelaksanaan kegiatan Abdimas.



**Gambar 4.** Foto proses pembuatan bersama kader PKK

### Kesimpulan

Setelah melakukan kegiatan pengabdian masyarakat maka disimpulkan bahwa:

1. Kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk penyuluhan dan pelatihan pembuatan produk aromaterapi antinyamuk dan karminatif kepada Ibu-ibu DAWIS Genengan RT 08 RW 12, Kelurahan Mojosongo, Kecamatan Jebres, Kota Surakarta telah diselenggarakan dengan baik dan mendapatkan perhatian dari peserta pelatihan.
2. Peserta berantusias membuat sendiri produk aromaterapi antinyamuk dan karminatif.
3. Peserta mau mempraktekkan sendiri di rumah.

### Saran

1. Perlunya dipererat kerjasama kegiatan pengabdian di Kelurahan Mojosongo.

2. Perlunya kegiatan pengabdian dengan tema lain yang berkaitan dengan program yang mendukung kegiatan Ibu-ibu DAWIS Genengan RT 08 RW 12, Kelurahan Mojosongo, Kecamatan Jebres, Kota Surakarta

### **Ucapan terima kasih**

Tim pengabdian menyampaikan terima kasih kepada kepala kelurahan Mojosongo Jebres Surakarta yang telah memberikan perijinan serta masyarakat khususnya kader PKK di wilayah Genengan yang telah berpartisipasi pada kegiatan pengabdian ini.

### **Daftar pustaka**

- Agoes, A. (2010). *Tanaman Obat Indonesia*. Salemba Medica. Palembang
- Conrad P, Adams C. The effect of clinical aromatherapy for anxiety and depression in the high risk postpartum woman. *Complement Ther Clin Pract*. 2012; 18(3):164-8.
- Dalimartha, S. (2003). *Atlas Tumbuhan Obat Indonesia*. Jilid 3. Puspa Swara. Jakarta
- Dalimartha, S. (2004). *Tumbuhan Obat Indonesia*. Jilid 1. Trubus Agriwidya. Jakarta
- Dalimartha, S. (2005). *Tanaman Obat di Lingkungan Sekitar*. Puspa Swara. Jakarta
- Dewi IP. (2013). *Lavender sebagai relaksasi*. Denpasar: Bagian Farmasi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana.
- Guenther, E. (1990). *The Essential Oils*. Penerjemah: Ketaren, R.S. Minyak Atsiri. Jilid III A. Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia. Hal. 147-157.
- Hariana, A. (2008). *Tumbuhan Obat dan Khasiatnya*. Cetakan Kelima. Penebar Swadaya. Jakarta
- Perry R, Lerry R, Watson LK, Ernst E. (2012). Is lavender an anxiolytic drug? A systemic of randomized clinical trial. *Phytomedicine*. 19(8):825-35. 11.
- Purwandari, F & Sabrian, F. (2014). Efektifitas terapi aroma lemon terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post laparatomi. *Jurnal Online Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan*. 1(1), 1-6
- Setzer, W. (2009). Essential Oils and Anxiolytic Aromatherapy. *Natural Product Communications*. Vol. 4(9): 1305-1316.