J-Abdi
Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat
Vol.4, No.2, Juli 2024

PELATIHAN PEMBUATAN AROMATERAPI *ROLL ON* PADA KELOMPOK DHARMA WANITA SMAN 1 WONOSARI KLATEN

Oleh
Titik Sunarni[1], Suhartinah[2], Ilham Kuncahyo[3], Reslely Harjanti[4*], Siti Aisiyah[5], Vivin Nopiyanti[6]
[1,2,3,4,5,6]Fakultas Farmasi Universitas Setia Budi
E-mail: [4*]lely.harjanti@gmail.com

Article History:
Received: 01-06-2024
Revised: 26-06-2024
Accepted: 02-07-2024

Keywords:
Aromaterapi, Minyak Kayu Putih, Roll On

Abstract: *Sediaan aromaterapi roll on menjadi salah satu pilihan pada saat kita mengalami gangguan kesehatan misalnya rasa mual dan tidak enak badan karena masuk angin atau rasa pegal karena lelah setelah beraktivitas. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan informasi, pengetahuan dan keterampilan terkait sediaan aromaterapi bentuk roll on serta wacana untuk meningkatkan jiwa kewirausahaan peserta. Kegiatan pengabdian dilakukan dengan metode ceramah, diskusi dan praktek secara langsung tentang pembuatan sediaan roll on aromaterapi. Peserta kegiatan adalah kelompok Dharma Wanita SMAN 1 Wonosari Klaten. Selesai kegiatan dilakukan evaluasi terhadap kegiatan yang sudah dilakukan. Peserta kegiatan pengabdian sangat antusias selama pelaksanaan kegiatan ditunjukkan dengan hasil evaluasi dan diskusi bersama yang sudah dilakukan. Kegiatan dinilai bermanfaat untuk menambah pengetahuan dan kemampuan dalam pembuatan sediaan roll on aromaterapi serta meningkatkan jiwa kewirausahaan peserta*

PENDAHULUAN

Perkembangan jaman yang serba cepat dan praktis menuntut setiap individu untuk beraktivitas lebih keras. Aktivitas yang berlebihan dapat mengakibatkan rasa kelelahan baik secara fisik maupun mental. Begitu juga yang dialami para ibu yang tergabung dalam kelompok Dharma Wanita SMAN 1 Wonosari Klaten yang terdiri dari berbagai latar belakang pekerjaan selain sebagai seorang isteri dan ibu rumah tangga. Para orang tua bekerja umumnya mengalami kondisi tersebut sehingga diperlukan kegiatan pemberian informasi yang tepat dan benar agar kita tidak ceroboh minum obat sembarangan pada saat mengalami kondisi tersebut. Kegiatan pengabdian yang dilakukan adalah pemberian informasi/ diseminasi terkait kondisi kesehatan yang disebabkan kelelahan fisik dan sakit ringan yang tidak perlu minum obat untuk mengatasinya serta cara pembuatan *roll on* aromaterapi dengan kandungan minyak atsiri yang sangat praktis digunakan untuk kehidupan jaman sekarang.

Menurut Craig Hospital (2013), aromaterapi adalah terapi atau pengobatan dengan menggunakan bau-bauan yang berasal dari tumbuh-tumbuhan, bunga, pohon yang berbau

harum dan enak. Aromaterapi digunakan untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan, sering digabungkan untuk menenangkan sentuhan penyembuhan dengan sifat terapeutik. Aromaterapi dapat digunakan sebagai minyak pijat (*massage*), inhalasi, produk untuk mandi dan parfum.

Aromaterapi digolongkan dalam terapi komplementer, yaitu terapi yang dilakukan untuk terapi konvensional (Koensoemardiyah, 2009). Menurut Sharma (2009), aromaterapi adalah pengobatan menggunakan wangi-wangian. Menurut Primadiati (2002), aromaterapi adalah salah satu teknik pengobatan atau perawatan menggunakan bau-bauan yang menggunakan minyak esensial. Istilah aromaterapi merujuk pada penggunaan minyak esensial dalam penyembuhan holistik untuk memperbaiki kesehatan dan kenyamanan emosional dan dalam mengembalikan keseimbangan badan. Aromaterapi bermanfaat untuk penyembuhan secara holistik, memberikan efek relaksasi dengan memberi rasa tenang dan menghilangkan rasa tegang akibat sakit karena tekanan pekerjaan atau permasalahan lain sehingga berefek pada penyembuhan dengan sifat terapeutik dan memberikan kenyamanan emosional dalam mengembalikan keseimbangan badan. Kebanyakan bahan alam yang dihasilkan senyawa yang beraroma adalah tanaman. Karena bahan yang mengandung aroma (herbs) maka aromaterapi digolongkan dalam terapi herbal, yaitu terapi yang menggunakan tanaman atau bahan tanaman sebagai sarana pengobatan.

Sediaan untuk aromaterapi dapat dibuat berupa sediaan cair (*roll on*, oles), sabun mandi, stik/ dupa, *reed diffuser*, lilin dan sebagainya. Penggunaan bunga, akar jejak, tumbuhan, buah-buahan, resin atau kulit kayu dan senyawa aromatik lainnya dari tanaman adalah untuk memelihara dan meningkatkan kesejahteraan fisik, fisiologis dan spiritual. Minyak tidak terkonsentrasi dari seluruh bagian tanaman tidak seperti obat-obatan herbal tetapi diekstraksi umumnya dengan distilasi uap (Ali *et al*., 2015).

Pemberian informasi terkait penyakit atau gangguan kesehatan serta upaya penanganannya yang benar akan meningkatkan kualitas hidup kita. Sehingga tidak semua gejala gangguan kesehatan membutuhkan terapi minum obat, kemungkinan hanya membutuhkan sedikit relaksasi dengan menggunakan sediaan aromaterapi yang dikemas dalam sediaan yang praktis dan mudah digunakan yaitu sediaan *roll on*. Selain itu keterampilan dalam pembuatan sediaan juga dapat dikembangkan sebagai usaha mandiri peserta kegiatan pengabdian.

METODE

Tempat pelaksanaan kegiatan pengabdian ini adalah di rumah ibu ketua Dharma Wanita SMAN 1 Wonosari Klaten. Kegiatan persiapan bahan dan pembuatan contoh dilaksanakan di laboratorium teknologi farmasi Universitas Setia Budi. Kegiatan pengabdian meliputi beberapa tahap mulai dari perijinan di lingkungan Universitas Setia Budi maupun mitra pengabdian yaitu ketua Dharma Wanita SMAN 1 Wonosari Klaten. Tahapan selanjutnya adalah dilakukan pengadaan dan persiapan bahan yang digunakan. Kemudian dilakukan orientasi dan pembuatan contoh sediaan *roll on* aromaterapi di laboratorium teknologi Universitas Setia Budi. Tahap berikutnya adalah diseminasi dan pembuatan *roll on* aromaterapi kepada kelompok Dharma Wanita SMAN 1 Wonosari Klaten. Tahapan terakhir yang dilakukan adalah evaluasi kegiatan pengabdian serta pembuatan laporan kegiatan.

Sediaan *Roll on* dibuat dalam 2 formula. Formula 1 terdiri dari bahan-bahan antara lain: minyak minyak kayu putih (200 mL), champor/ kamfer (260 g), Mentol (140 g), Parafin

J-Abdi
Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat
Vol.4, No.2, Juli 2024

liquid 9300 g). Sedangkan formula 2 dibuat dengan komponen sebagai berikut: champor/ kamfer (2,5 g), menthol (10 g), minyak permen/ peppermint (5 mL), metil salisilat (5 mL), VCO (12,5 mL), Olive oil (12,5 mL), esensial oil (secukupnya).

Cara pembuatan *roll on* aromaterapi adalah sebagai berikut: pertama champor dan mentol digerus dalam mortar sampai mencair, kemudian ditambah dengan minyak kayu putih kemudian diaduk sampai tercampur sempurna, selanjutnya ditambah dengan paraffin liquid diaduk sampai tercampur homogen, terakhir dimasukkan dengan dituang dalam wadah *roll on* yang sesuai, dan sediaan *roll on* aromaterapi siap digunakan. Kemasan yang digunakan sebaiknya dilengkapi dengan label yang menarik dan dirancang untuk bisa dipasarkan. Diberi nama produk serta bahan aktif yang terkandung di dalamnya.

HASIL

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan topik Pelatihan Pembuatan Aromaterapi *Roll On* pada Kelompok Dharma Wanita SMAN 1 Wonosari Klaten telah dilaksanakan. Diawali dengan pembelian bahan yang dibutuhkan termasuk kemasan yang akan digunakan. Semua bahan diperoleh dari salah satu toko bahan kimia di kota Solo. Bahan untuk pembuatan sediaan *roll on* mudah diperoleh di hampir semua toko bahan kimia dengan harga terjangkau. Label kemasan dirancang sendiri oleh tim dan dibuat yang menarik.

Sebelum dilakukan pelatihan pembuatan *roll on* aromaterapi, terlebih dahulu disampaikan informasi materi terkait aromaterapi dan penggunaannya. Ada sesi penjelasan, diskusi dan tanya jawab selama kegiatan berlangsung.

Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan Diseminasi Pembuatan *Roll On* Aromaterapi

Gambar 2. Produk *Roll On* Aromaterapi

DISKUSI

Hasil pengabdian masyarakat yang sudah dilaksanakan berdasarkan evalusi dinilai sangat bermanfaat untuk menambah wawasan pengetahuan peserta serta menjadikan wacana untuk dapat dikembangkan menjadi usaha mandiri. Hal ini salah satunya dikarenakan pola pikir peserta yang beranggapan bahwa aromaterapi yang dibuat dalam sediaan *roll on* tersebut sangat bermanfaat. Baik sebagai wewangian yang dapat mencegah rasa mual dan tidak enak badan karena masuk angin, juga dapat digunakan untuk mengurangi rasa pegal karena lelah beraktivitas fisik tanpa harus minum obat.

Pada pembuatan sediaan *roll on* aromaterapi, formula *roll on* aromaterapi mengandung bahan aktif minyak esensial (misal minyak kayu putih). Minyak kayu putih selain berkhasiat aromaterapi juga bersifat analgesik yang dapat digunakan untuk meredakan nyeri ringan pada tubuh dan otot serta nyeri sendi. Pada formula 2 roll on aromaterapi juga menggunakan minyak pepermin. Secara klinis minyak pepermin terbukti mampu mengatasi gejala sindrom iritasi usus besar. Selain itu juga dapat membantu sistem pencernaan dengan mencegah kejang pada saluran pencernaan yang disebabkan oleh endoskopi atau enema barium. Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa penggunaan minyak pepermin secara topikal dapat membantu mengatasi sakit kepala. Bila digunakan sesuai petunjuk, minyak pepermin berupa suplemen makanan dan topikal aman untuk digunakan pada orang dewasa secara umum. Sehingga diharapkan pembuatan sediaan *roll on* ini sesuai dengan tujuan yaitu sebagai obat sakit kepala, masuk angin dan sebagainya. Secara keseluruhan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh tim pengabdi berjalan dengan baik dan lancar.

Peserta juga termotivasi untuk menjadikan pengetahuan yang didapat agar dapat dimanfaatkan dan dikembangkan menjadi salah satu usaha mandiri. Secara keseluruhan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh tim pengabdi berjalan dengan baik dan lancar. Kelompok Dharma Wanita SMAN 1 Wonosari Klaten menyampaikan bahwa kegiatan tersebut sangat bermanfaat untuk aktivitas sehari-hari serta dapat dikembangkan sebagai usaha mandiri. Peserta berharap ke depan dapat dilakukan lagi kegiatan sejenis dengan variasi bentuk sediaan yang lain dan khasiat obat yang berbeda.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat pada kelompok Dharma Wanita SMAN 1 Wonosari Klaten tentang pembuatan aromaterapi *roll on* telah dilaksanakan dengan baik dan lancar. Peserta 100% sangat antusias dengan kegiatan pengabdian yang dilakukan dan mempunyai wacana untuk dapat dikembangkan menjadi usaha mandiri.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Terimakasih kepada Bapak Kepala Sekolah dan Ibu Ketua Dharma Wanita SMAN 1 Wonosari Klaten atas fasilitas yang disediakan untuk kegiatan pengabdian ini. Terimakasih kepada Fakultas Farmasi dan Ketua LPPM Universitas Setia Budi atas fasilitas dalam perijinan dan administrasi.

DAFTAR REFERENSI

[1] Ali, B., Al-Wabel, N. A., Shams, S., Ahamad, A., Khan, S. A., & Anwar, F. Essential oils used in aromatherapy: A systemic review. Asian Pacific Journal of Tropical Biomedicine, 5(8), (2015): 601–611.
[2] Craig Hospital. *Aromatherapy*. www.craighospital.org. (2013).
[3] Kaina. *Pengaruh Aromaterapi dalam Kehidupan Anda*. Yogyakarta: Grafindo Litera Media. (2006).
[4] Koensoemardiyah. *A-Z Aromaterapi untuk Kesehatan, Kebugaran dan kecantikan*. Yogyakarta: Lily Publisher. (2009).
[5] Primadiati, Rachmi. *Aromaterapi Perawatan Alami untuk Sehat dan Cantik*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama. (2002).
[6] Sharma, S. *Aroma Therapy*. Jakarta: Kharisma Publishing. (2009).

J-Abdi
Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat
Vol.4, No.2, Juli 2024

HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN