

PEMBUATAN LILIN AROMATERAPI DENGAN PENAMBAHAN MINYAK JERUK MANIS DI DUSUN SERI, DESA URIMESSING, KOTA AMBON

Sophia Grace Sipahelut¹, Meitycorfrida Mailoa¹, Helen C. D. Tuhumury¹

¹Program Studi Teknologi Hasil Pertanian, Fakultas Pertanian Universitas Pattimura - Ambon
Email : sipahelut.grace@gmail.com

Diterima : 27 April 2022

Disetujui : 4 Mei 2022

Diterbitkan : 5 Mei 2022

Abstrak

Tujuan utama dari kegiatan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam membuat lilin aromaterapi dengan penambahan minyak atsiri jeruk manis di Dusun Seri, Desa Urimessing, Kecamatan Nusaniwe, Kota Ambon. Sasaran kegiatan ini adalah masyarakat Dusun Seri, Desa Urimessing, sedangkan metode yang digunakan adalah penyuluhan, pelatihan/praktek dan evaluasi. Berdasarkan hasil pengamatan dan kuesioner, terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai khasiat lilin aromaterapi, manfaat minyak atsiri, dan teknik pembuatan lilin aromaterapi berbasis minyak atsiri. Masyarakat mendapat informasi baru tentang pemanfaatan lilin aromaterapi sebagai media relaksasi yang mudah dan murah. Di samping itu, masyarakat memiliki keterampilan baru dalam membuat lilin aromaterapi berbahan aroma minyak atsiri jeruk manis. Melalui kegiatan ini juga dapat meningkatkan kesehatan masyarakat karena dengan menghirup aroma dari lilin aromaterapi akan membuat pikiran menjadi tenang dan mengurangi kecemasan. Kegiatan pengabdian ini mampu memotivasi peserta membuat lilin aromaterapi untuk digunakan bersama keluarga. Peserta sangat antusias mengikuti kegiatan ini dari awal sampai akhir.

Kata kunci: minyak atsiri jeruk manis; lilin aromaterapi; pelatihan; penyuluhan

Abstract

The main purpose of this community service activity is to increase the knowledge and skills of the community in making aromatherapy candles with the addition of sweet orange essential oil in Dusun Seri, Urimessing Village, Nusaniwe District, Ambon City. The target of this activity is the community of Dusun Seri, Urimessing Village, while the methods used are counseling, training/practice and evaluation. Based on the results of observations and questionnaires, there was an increase in public knowledge about the efficacy of aromatherapy candles, the benefits of essential oils, and the technique of making essential oil-based aromatherapy candles. The public received new information about the use of aromatherapy candles as an easy and inexpensive relaxation medium. In addition, the community has new skills in making aromatherapy candles made from the aroma of sweet orange essential oil. Through this activity, it can also improve public health because by inhaling the aroma of aromatherapy candles, it will make the mind calm and reduce anxiety. This service activity was able to motivate participants to make aromatherapy candles for use with their families. Participants were very enthusiastic about this activity from beginning to end.

Keywords: sweet orange essential oil; aromatherapy candles; training; counseling

PENDAHULUAN

Latar belakang

Munculnya wabah Covid-19 telah membawa perubahan sangat besar terhadap tatanan kehidupan masyarakat. Pandemi ini berdampak ke berbagai sektor seperti ekonomi, pendidikan, sosial-budaya dan aspek-aspek lainnya yang pada akhirnya

menimbulkan berbagai gangguan psikologis seperti kecemasan, kegelisahan dan ketakutan. Tingkat kecemasan yang terlalu tinggi dapat menurunkan imun tubuh (Diinah dan Rahman, 2020). Untuk itu, diperlukan suatu cara pengobatan sederhana yang mampu menghilangkan

stress dan menenangkan pikiran, salah satunya terapi dengan aroma.

Aromaterapi yaitu terapi menggunakan senyawa aroma atau volatil untuk mengobati, mengurangi, atau mencegah suatu penyakit, infeksi, dan kegelisahan dengan cara menghirupnya (Rislianti *et al.*, 2021). Aromaterapi juga dapat meningkatkan sirkulasi darah, sehingga dapat mengurangi kejang otot. Besarnya manfaat aromaterapi menyebabkan produk ini banyak digandrungi oleh masyarakat Indonesia karena dapat digunakan untuk berelaksasi, khususnya dalam bentuk lilin (Pancarani *et al.*, 2020). Lilin aromaterapi dapat menjadi salah satu solusi bagi masyarakat dalam upaya peningkatan imun di masa pandemik COVID-19. Inovasi ini bertujuan agar masyarakat tidak hanya menggunakan lilin sebagai alat penerangan saja, tetapi juga dapat digunakan sebagai pengharum ruangan dan sebagai hiasan dalam ruangan.

Lilin aromaterapi dengan penambahan bahan alami lebih baik dibandingkan pengharum yang ditambahkan bahan sintetik karena justru dapat mengganggu kesehatan bagi yang menghirupnya (Minah *et al.*, 2017; Pratita *et al.*, 2022). Lilin aromaterapi alami dapat dibuat dengan minyak atsiri. Ada berbagai jenis minyak atsiri yang dapat digunakan dan setiap jenis memiliki efek yang berbeda, ada yang memiliki efek relaksasi, memberi energi, menenangkan, atau membangkitkan semangat (Nurbaiti *et al.*, 2021). Salah satu jenis minyak atsiri yang dapat digunakan dalam pembuatan lilin aromaterapi adalah minyak jeruk manis.

Minyak jeruk manis diperoleh dari hasil ekstraksi kulit jeruk manis dan banyak dimanfaatkan dalam industri kimia, parfum, minuman dan makanan, serta di bidang kesehatan digunakan sebagai antioksidan

dan antikanker (Muhtadin *et al* 2013).

Senyawa limonene yang terdapat dalam minyak atsiri ini diminati karena beraroma khas jeruk yang dapat menstabilkan sistem syaraf, menimbulkan perasaan senang dan tenang, meningkatkan nafsu makan, dan menyembuhkan penyakit. Melalui kegiatan pengabdian ini, akan disosialisasikan cara pembuatan lilin aromaterapi dengan penambahan minyak jeruk manis kepada masyarakat, salah satunya masyarakat di Dusun Seri, Desa Urimessing, Kecamatan Nusaniwe, Kota Ambon.

Dusun Seri, Desa Urimessing berdasarkan pembagian wilayah administrasi termasuk dalam wilayah Kecamatan Nusaniwe, Kota Ambon. Luas Dusun Seri mencapai $\pm 15,5$ km² dari total luas Desa Urimessing 46,16 km². Data yang diperoleh dari Pemerintah Dusun Seri menunjukkan bahwa keseluruhan jumlah penduduk sebanyak 1.525 jiwa dengan jumlah Kepala Keluarga (KK) 275.

Selama ini, masyarakat Dusun Seri, Desa Urimessing masih minim dalam menerapkan terapi komplementer untuk menghilangkan stress dan menenangkan pikiran. Dengan kesibukan masyarakat yang padat terutama kaum wanita, mereka membutuhkan teknik relaksasi yang sederhana dan mudah dibuat, tetapi mampu membuat pikiran dan tubuh mereka relaks dan tenang. Untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam membuat lilin aromaterapi dengan penambahan minyak atsiri jeruk manis, maka dilakukan kegiatan pengabdian ini. Kegiatan ini diharapkan dapat memberikan solusi bagi masyarakat untuk menerapkan terapi alternatif sederhana agar lebih relaks, menghilangkan stress dan menenangkan pikiran serta memberikan manfaat kesehatan bagi masyarakat Dusun Seri, Desa Urimessing.

Permasalahan

Pemahaman dan pengetahuan masyarakat tentang terapi komplementer menggunakan lilin aromaterapi masih sedikit, sehingga perlu dilakukan penyuluhan dan pelatihan pembuatan lilin aromaterapi dengan penambahan minyak atsiri, salah satunya minyak jeruk manis.

Tujuan Kegiatan

Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam membuat lilin aromaterapi dengan penambahan minyak atsiri jeruk manis. Sasaran kegiatan pengabdian ini ditujukan kepada masyarakat Dusun Seri, Desa Urimessing, Kecamatan Nusaniwe, Kota Ambon.

Kajian Pustaka

Aromaterapi adalah salah satu terapi komplementer yang menggunakan minyak atsiri sebagai pengobatan utama untuk beberapa penyakit (Ayu dan Susilawati, 2017). Menurut Henderson (2007) dalam Agustini dan Sudhana (2014), aromaterapi memiliki beberapa fungsi diantaranya membuat udara dalam ruangan menjadi segar, menciptakan suasana yang tenang, dapat digunakan sebagai antibiotik, dapat berguna menjadi antiseptik untuk melakukan perlawanan terhadap virus, meredam emosi, dan menjadi alat untuk relaksasi, dan juga meningkatkan konsentrasi.

Minyak atsiri dapat digunakan sebagai bahan baku pembuatan aromaterapi karena mengandung zat yang memberikan aroma pada tumbuhan. Setiap minyak atsiri memiliki efek farmakologis yang unik, seperti diuretik, vasodilator, penenang, dan merangsang adrenal. Ketika minyak atsiri dihirup, molekul masuk ke rongga hidung

dan merangsang sistem limbik di otak. Sistem limbik adalah daerah yang mempengaruhi emosi dan memori serta secara langsung terkait dengan adrenal, kelenjar hipofisis, hipotalamus, bagian-bagian tubuh yang mengatur denyut jantung, tekanan darah, stress, memori, keseimbangan hormon, dan pernafasan (Santi, D.K., 2013). Salah satu minyak atsiri yang memiliki efek menenangkan adalah minyak jeruk manis. Minyak jeruk umumnya mengandung limonene (96%), myrcene (2%), noctanal (1%), pinene (0,4%), linalool (0,3%), decanal (0,3%), sabinene (0,2%), geranial (0,1%), neral (0,1%), dodecanal (0,1%) dan senyawa-senyawa lainnya (0,5%) (Kurniawan *et al*, 2008).

METODE PELAKSANAAN

Lokasi dan Peserta

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Dusun Seri, Desa Urimessing, Kecamatan Nusaniwe, Kota Ambon, Provinsi Maluku selama 1 (satu) hari. Peserta yang terlibat dalam kegiatan ini berjumlah 25 orang. Data tentang jumlah peserta ditampilkan pada Gambar 1.



Gambar 1. Jumlah Peserta Pelatihan Menurut Jenis Kelamin

Tahapan Kegiatan

Tahapan-tahapan kegiatan yang dilakukan sebagai berikut: persiapan, kegiatan penyuluhan, kegiatan pelatihan, serta evaluasi.

- a. Persiapan; Tahapan ini diawali dengan survei lokasi oleh tim pengabdian dengan mendatangi lokasi tujuan. Tim pengabdian bertemu langsung dengan pemerintah Dusun Seri dan berdiskusi mengenai maksud dan tujuan dari pelaksanaan kegiatan ini, menentukan kelompok sasaran yang akan diikutsertakan dalam kegiatan ini, serta membuat kesepakatan jadwal dengan kelompok sasaran.
- b. Kegiatan Penyuluhan, Kegiatan ini dilakukan dengan tujuan untuk memberikan pengetahuan dan informasi kepada masyarakat tentang cara pembuatan lilin aromaterapi dengan penambahan minyak atsiri jeruk manis. Materi yang disampaikan meliputi:
 - 1) Khasiat lilin aromaterapi
 - 2) Manfaat minyak atsiri jeruk manis
 - 3) Teknik pembuatan lilin aromaterapi dengan penambahan minyak jeruk manis.Materi ini disampaikan oleh staf dosen Jurusan Teknologi Hasil Pertanian, Fakultas Pertanian, Universitas Pattimura dan melibatkan mahasiswa. Kegiatan ini berlangsung selama satu hari, dilanjutkan dengan kegiatan pelatihan bagi peserta kegiatan.
- c. Kegiatan Pelatihan, Pelatihan yang diberikan kepada kelompok sasaran

bertujuan untuk memberikan keterampilan baru mengenai cara pembuatan lilin aromaterapi dengan penambahan minyak atsiri jeruk manis.

- d. Evaluasi, Tahapan ini dilakukan sebagai upaya penyempurnaan terhadap program pengabdian yang telah dilakukan apakah sudah sesuai dengan target yang ditentukan. Pada tahapan ini, dilakukan evaluasi menggunakan kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan dan keterampilan masyarakat tentang pembuatan lilin aromaterapi dengan penambahan minyak atsiri jeruk manis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Penyuluhan

Sebelum kegiatan ini dimulai, terlebih dahulu peserta diberikan kuesioner dengan tujuan untuk mengukur pemahaman peserta tentang lilin aromaterapi berbasis minyak atsiri. Dari hasil kuesioner diperoleh informasi bahwa pengetahuan peserta tentang lilin aromaterapi berbahan minyak atsiri masih sedikit. Selain itu, semua peserta belum pernah memanfaatkan lilin aromaterapi sebagai media terapi komplementer untuk relaksasi dan menghilangkan kecemasan terutama di masa pandemik ini. Peserta yang mengikuti kegiatan ini begitu tertarik dengan materi yang diberikan terutama bagi kaum ibu-ibu yang setiap hari selalu sibuk, sehingga mereka membutuhkan media relaksasi. Kegiatan penyuluhan dan pelatihan tentang pembuatan lilin aromaterapi ini juga belum pernah dilakukan di Dusun Seri, Desa Urimessing.



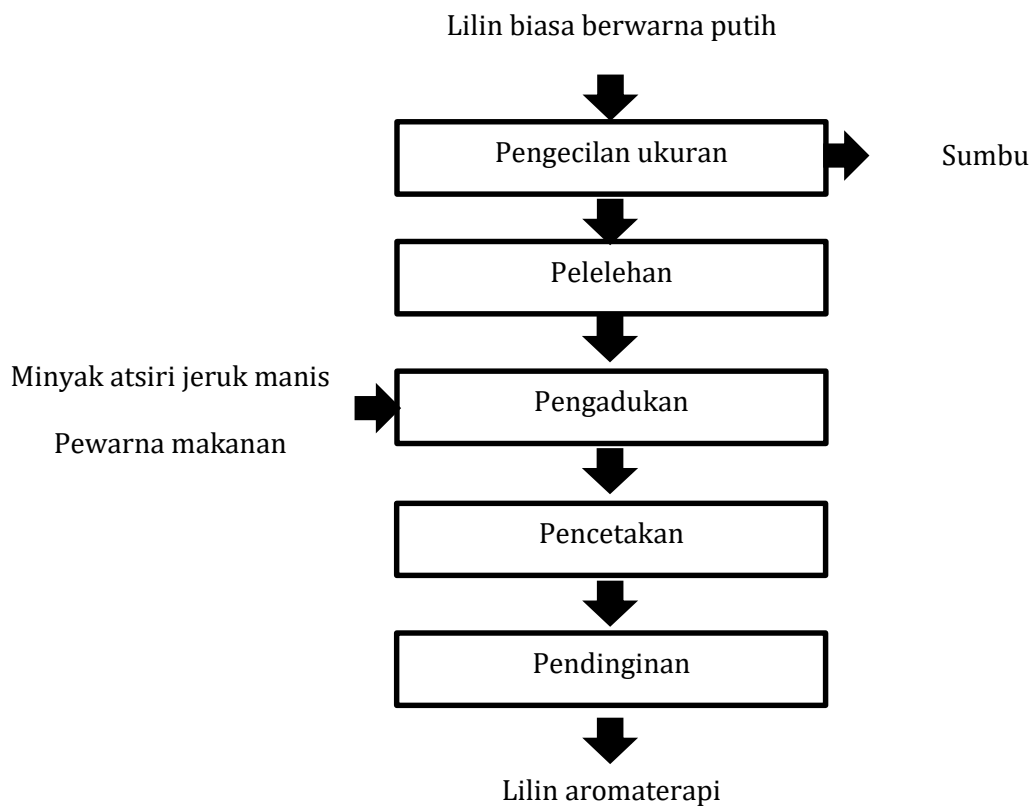
Gambar 2. Pemberian Materi Penyuluhan

Dalam kegiatan penyuluhan ini, pemateri menyampaikan tahapan-tahapan pembuatan lilin aromaterapi dengan penambahan minyak atsiri jeruk manis sebagai berikut : Pertama-tama, sebelum dilakukan proses pembuatan lilin, perlu disiapkan wadah untuk lilin meliputi penyiapan sumbu pada wadah, dimana panjang sumbu disesuaikan dengan panjang wadah, bagian atas sumbu diikatkan pada tusuk gigi lalu tusuk gigi ditempatkan di bagian tengah wadah dengan sumbu menjulur ke bawahnya. Setelah wadah untuk lilin sudah siap, maka dilanjutkan dengan proses pembuatan lilin aromaterapi. Langkah-langkah yang harus dilakukan yaitu: (1) lilin biasa yang berwarna putih dikecilkan ukurannya menjadi potongan-potongan kecil agar mudah dalam proses pelelehan; (2) Potongan-potongan lilin dimasukkan ke dalam mangkok, lalu diletakkan di atas panci yang sudah berisi air mendidih; (3) Ditunggu sampai lilin mencair sambil diaduk; (4) Setelah mencair, ditambahkan beberapa tetes pewarna makanan hingga lilin berubah warna; kemudian ditambahkan minyak atsiri jeruk manis sambil terus diaduk hingga larut; (5) Setelah larut, dituang ke dalam wadah; (6)

Didiamkan hingga lilin mengeras dan lilin aromaterapi siap digunakan. Diagram alir pembuatan lilin aromaterapi dengan penambahan minyak atsiri jeruk manis dapat dilihat pada Gambar 3.

Kegiatan Pelatihan

Kegiatan pelatihan ini dilakukan dengan tujuan untuk memberikan keterampilan baru kepada masyarakat mengenai pembuatan lilin aromaterapi dengan penambahan minyak atsiri jeruk manis. Kegiatan pelatihan ini dimulai dengan memperkenalkan bahan-bahan yang akan digunakan dalam pembuatan lilin aromaterapi yakni: lilin biasa, minyak atsiri jeruk manis, sumbu, tusuk gigi, dan pewarna makanan. Sedangkan peralatan yang digunakan antara lain: wadah gelas untuk lilin, mangkok, panci, dan kompor. Tim pengabdian mempraktekkan cara pembuatan lilin aromaterapi dengan penambahan minyak atsiri jeruk manis kepada peserta kegiatan. Pelatihan pembuatan lilin aromaterapi dengan penambahan minyak jeruk manis dapat dilihat pada Gambar 4, sedangkan produk lilin aromaterapi dapat dilihat pada Gambar 5.



Gambar 3. Diagram Alir Pembuatan Lilin Aromaterapi dengan Penambahan Minyak Atsiri Jeruk Manis



Gambar 4. Pelatihan Pembuatan Lilin Aromaterapi dengan Penambahan Minyak Atsiri Jeruk manis

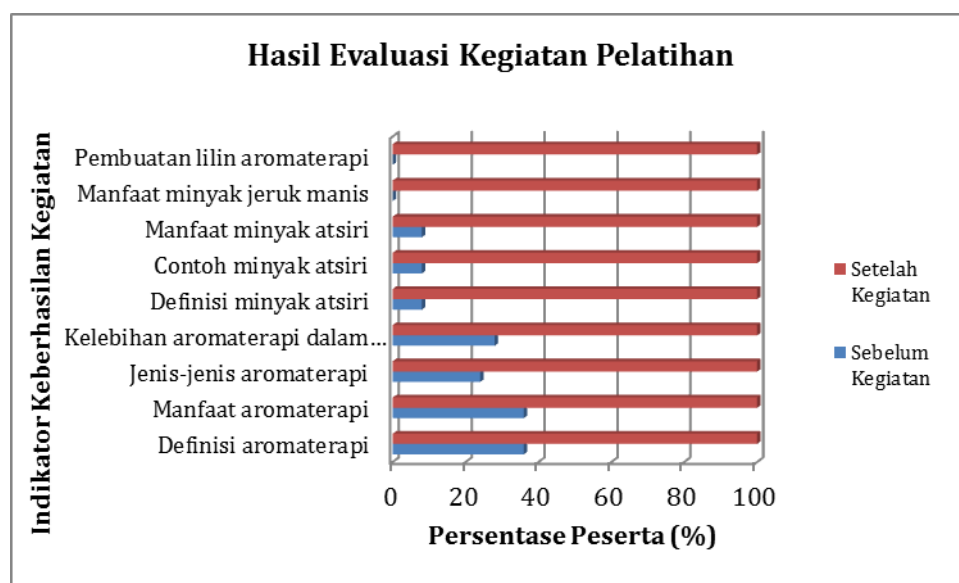


Gambar 5. Produk Lilin Aromaterapi dengan Minyak Atsiri Jeruk Manis

Tahapan Evaluasi

Evaluasi dilakukan lewat pengisian kuisioner yang dibagikan sebelum dan sesudah kegiatan untuk mengukur keberhasilan pelaksanaan kegiatan. Indikator yang dipakai untuk mengevaluasi keberhasilan pelaksanaan kegiatan pengabdian ini antara lain: *pertama*, dengan adanya transfer ilmu dan pengetahuan melalui kegiatan penyuluhan, dapat meningkatkan pengetahuan peserta tentang khasiat lilin aromaterapi, manfaat minyak atsiri dan teknik pembuatan lilin aromaterapi berbasis minyak atsiri. *Kedua*, peserta memiliki keterampilan membuat lilin aromaterapi dengan penambahan

minyak atsiri. Dari Gambar 6 terlihat bahwa sebelum dilakukan kegiatan pengabdian ini, pengetahuan masyarakat tentang lilin aromaterapi dengan penambahan minyak atsiri di bawah 40%, namun setelah dilakukan kegiatan pengabdian, pengetahuan dan keterampilan masyarakat meningkat hingga 100%. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa kegiatan pengabdian ini berhasil. Keberhasilan ini berhasil ini dicapai berkat dukungan dari Pemerintah Dusun Seri, Desa Urimessing, Kecamatan Nusaniwe, Kota Ambon. Hasil evaluasi kegiatan pelatihan dapat dilihat pada gambar 6



Gambar 6. Hasil Evaluasi Kegiatan Pelatihan

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk kegiatan penyuluhan dan pelatihan ini dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini berlangsung dengan lancar dan mendapat respons yang baik dari masyarakat Dusun Seri, Desa Urimesing, Kecamatan Nusaniwe, Kota Ambon. Melalui kegiatan penyuluhan, pengetahuan masyarakat semakin meningkat mengenai khasiat lilin aromaterapi, manfaat minyak atsiri dan

teknik pembuatan lilin aromaterapi berbasis minyak atsiri. Sedangkan melalui kegiatan pelatihan, masyarakat menjadi terampil dalam membuat lilin aromaterapi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Pemerintah dan Masyarakat Dusun Seri, Desa Urimesing, Kecamatan Nusaniwe, Kota Ambon, juga kepada Jurusan/Program Studi Teknologi Hasil Pertanian Fakultas Pertanian, Universitas Pattimura.

REFERENSI

- Agustini dan Sudhana., 2014. Pengaruh Pemberian Aromaterapi Terhadap Konsentrasi Siswa Kelas V Sekolah Dasar Dalam mengerjakan Soal Ulangan Umum. *Jurnal Psikologi Udayana* Vol 1 No 2: 271-278.
- Ayu dan Susilawati., 2017. Review: Aromaterapi Asli Indonesia Sebagai Alternatif Pengobatan. *Jurnal Farmaka* Vol 4 No. 3 Suplemen 1.
- Diinah, D. & Rahman, S. 2020. Gambaran Tingkat Kecemasan Perawat Saat Pandemi Covid 19 Di Negara Berkembang dan Negara Maju: A Literatur Review. *Dinamika Kesehatan: Jurnal Kebidanan dan Keperawatan* 11(1): 37-48.
- Kurniawan, A., Kurniawan, C., Indraswati, N., Mudijati. 2008. Ekstraksi Minyak Kulit Jeruk Dengan Metode Distilasi, Pengepresan dan Leaching. *Widya Teknik* Vol 7 No. 1: 15-24.
- Minah, F.N., Poespowati, T., Astuti, S., Muyassaroh, M., Kartika, R., Elviaanto, Hudha, I., Rastini, E.K. 2017. Pembuatan Lilin Aromaterapi Berbasis Bahan Alami. *Industri Inovatif: Jurnal Teknik Industri* Vol 7 No. 1: 29-34.
- Muhtadin, A.F., Wijaya, R., Prihatini, P., Mahfud. 2013. Pengambilan Minyak Atsiri dari Kulit Jeruk Segar dan Kering dengan Menggunakan Metode Steam Distillation. *Jurnal Teknik Pomits* Vol 2 No. 1: 98-101..
- Nurbaiti, H. 2021. Aroma Terapi Menurunkan Intensitas Dismenorea Primer Pada Remaja Putri : Literature Review. *Tanjungpura Journal of Nursing Practice and Education* Vol 3 No. 2: 25-39.
- Pancarani, L., Amananti, W., & Santoso, J. 2020. Formulasi dan Evaluasi Sediaan Ginger Scented Sebagai Aroma Penghangat Tubuh. *Parapemikir: Jurnal Poltek Tegal* Vol 7 No. 1: 1-7.
- Pratita, D.G., Selviyanti, E., & Sabran. 2022. Pelatihan Pembuatan Lilin Aromaterapi Berbahan Baku Kopi Pada Ibu PKK Di Dusun Krajan, Patrang. *Journal of Community Development* Vol 3 No. 1: 1-7.
- Rislianti, V.A., Aryati, F., & Rijai, L. 2021. Formulasi Lilin Aromaterapi Berbahan Aktif Minyak Atsiri Wangi (*Cymbopogon winterianus*) dan Jeruk Manis (*Citrus limon*). 14th Proceeding of Mulawarman Pharmaceuticals Conferences. E-ISSN: 2614-4778. 10-12 Desember 2021. Hal 312-318.
- Santi., D.K., 2013. Pengaruh Aromaterapi Blended Peppermint dan Ginger Oil Terhadap Rasa Mual Pada Ibu Hamil Trimester Satu di Puskesmas Rengel Kabupaten Tuban. *Jurnal Sain Med* Vol 5 No 2: 52-55