



Pelatihan Pembuatan Lilin Aroma Terapi Pada Ibu-Ibu Anggota PKK Gabahan Rt. 05 Rw. 12 Jombor Sukoharjo

Nur Rokhimah Hanik*, Rindi Diah Ayu Firtiani, Fiky Ariska Cahyani

Jurusan Pendidikan Biologi, FKIP, Universitas Veteran Bangun Nusantara, Sukoharjo, Indonesia

Article history

Received: 25-12-2023

Revised: 20-03-2024

Accepted: 25-03-2024

**Corresponding Author:*

Nur Rokhimah Hanik

Jurusan Pendidikan Biologi,
FKIP,
Universitas Veteran Bangun
Nusantara, Sukoharjo,
Indonesia

Email:

Nurhanik03@gmail.com

Abstract: Most of the women from PKK Gabahan RT 05 work as housewives who need to acquire skills that can increase their family income. They have never received counseling or training on making Aromatherapy Candles from universities or other institutions. From the results of the interviews, several residents wanted counseling and training on making aromatherapy candles which could be used as an alternative to therapeutic drugs and could also increase financial income. For this reason, the biology education study program Abdimas Team will provide training to PKK Gabahan RT mothers. 05 Rw. 15 Jombor about making Aromatherapy Candles. They want counseling on this theme because most people don't understand how to make Aromatherapy Candles. The objectives of the community service are to provide education on how to make Aromatherapy Candles. Training is carried out once. The method used is lecture and question and answer, as well as practical guidance on how to make Aromatherapy Candles. The target of this counseling and training is to increase understanding of how to make Aromatherapy Candles among mothers who are members of the PKK Gabahan RT. 05 Rw. 12 Jombor by 20%. From the results of the training in making Aromatherapy Candles among women members of the PKK Gabahan hamlet RT 05 RW 12 Jombor, it can be concluded that there has been an increase in understanding of the process of making Aromatherapy Candles from an average score of 39.28 to 81.63, meaning there has been an increase in understanding of 39.28 to 81.63. 42.34 (112.52 %). The results of Aroma Therapy Candles can be used by mothers as health therapy medicines for their own needs or can also be sold to increase family income.

Keywords: Training, Aromatherapy Candles, and PKK members

Abtrak: Ibu-ibu PKK Gabahan RT 05 sebagian besar berprofesi sebagai ibu rumah tangga yang perlu mendapat ketrampilan yang bisa untuk menambah penghasilan keluarga, Mereka belum pernah memperoleh penyuluhan atau pelatihan tentang pembuatan Lilin Aroma Terapi dari perguruan tinggi atau lembaga lainnya. Dari hasil wawancara beberapa warga menginginkan adanya penyuluhan dan pelatihan pembuatan lilin aroma terapi yang dapat dimanfaatkan sebagai salah satu alternatif obat terapi juga dapat menambah pemasukan secara finansial. Dengan alasan tersebut Tim Abdimas prodi pendidikan Biologi akan memberikan pelatihan pada ibu-ibu PKK Gabahan RT. 05 Rw. 15 Jombor tentang pembuatan Lilin Aroma Terapi. Mereka menginginkan penyuluhan dengan tema tersebut karena rata-rata belum faham tentang cara pembuatan Lilin Aroma Terapi. Tujuan dari abdimas tersebut adalah; Untuk memberikan penyuluhan tentang cara pembuatan Lilin Aroma Terapi. Pelatihan dilaksanakan sekali. Metode yang digunakan adalah ceramah dan tanya jawab, serta bimbingan praktek cara pembuatan Lilin Aroma Terapi. Target dari penyuluhan dan pelatihan ini adalah terjadi peningkatan pemahaman tentang cara pembuatan Lilin Aroma Terapi pada ibu-ibu anggota PKK Gabahan RT. 05 Rw. 12 Jombor sebesar 20%. Dari hasil pelatihan pembuatan Lilin Aroma Terapi pada ibu-ibu anggota PKK dusun Gabahan RT 05 RW 12 Jombor dapat disimpulkan terjadi peningkatan pemahaman tentang proses pembuatan Lilin Aroma Terapi dari

skor rata-rata 39,28 menjadi 81,63 , berarti terjadi peningkatan pemahaman sebesar sebesar 42,34 (112,52 %). Hasil Lilin Aroma Terapi dapat dimanfaatkan ibu-ibu sebagai obat terapi kesehatan untuk keperluan sendiri atau juga bisa dijual untuk menambah penghasilan keluarga.

Kata kunci: Pelatihan, Lilin Aroma Terapi, dan anggota PKK

PENDAHULUAN

Ibu-ibu anggota PKK Gabahan RT 05 sebagian besar berprofesi sebagai ibu rumah tangga yang perlu mendapat ketrampilan yang bisa untuk menambah penghasilan keluarga.

Pada pertemuan rutin PKK tanggal 16 Januari dan 12 Maret 2022 kebetulan diisi dengan pembuatan pupuk kompos limbah rumah tangga, pada pertemuan tersebut ibu-ibu anggota PKK antusias sekali dan menginginkan untuk diberikan pelatihan kembali dilain waktu dengan pelatihan yang sejenis yang bisa menguntungkan dan dapat menambah pemasukan keluarga.



Gambar 1: Dokumen Pelatihan Pembuatan Pupuk Kompos Limbah rumah Tangga pada ibu-ibu PKK Gabahan RT 05 RW 12 Jombor Th 2022

Menindak lanjuti usul dan permintaan dari ibu-ibu anggota PKK Desa Gabahan RT 05 RW 12 Jombor pada pertemuan bulan januari dan Maret 2022 tentang pembuatan kompos limbah rumah

tangga, maka pada pertemuan bulan 9 Juni 2023 tim dosen dan mahasiswa pendidikan Biologi akan memberikan pelatihan tentang pembuatan lilin aroma terapi.

Lilin adalah padatan parafin yang ditengahnya diberi sumbu tali yang berfungsi sebagai alat penerang. Sebagai bahan baku untuk pembuatan lilin adalah parafin padat, yaitu suatu campuran hidrokarbon padat yang diperoleh dari minyak mineral (bumi). Paraffin merupakan suatu hidrokarbon dengan rumus empiris C_nH_{2n+2} , yang bentuknya dapat berupa padat dengan titik cair rendah. Bahan ini berbentuk serbuk yang lembut. (Hussein, 2016)

Bahan baku pembuatan lilin adalah parafin dan asam stearat. Fungsi dari parafin yaitu bahan utama pembuatan lilin agar mudah terbakar. Sedangkan fungsi asam stearat yaitu meningkatkan daya tahan dan konsistensi nyala lilin. Lilin aromaterapi dalam pembuatannya menggunakan bahan utama menggunakan minyak atsiri yang memiliki wangi aromaterapi. Pewarna mencampur dengan sempurna pada lilin, sehingga pewarna lilin ini tidak menyebabkan proses pembakaran lilin ini terganggu.

Aromaterapi secara inhalasi (penghirupan), yaitu penghirupan uap aroma yang dihasilkan dari beberapa tetes minyak atsiri, salah satu aplikasi aromaterapi menggunakan media lilin. Lilin aromaterapi akan menghasilkan aroma yang memberikan efek terapi apabila dibakar. Aroma lilin dihasilkan dari minyak atsiri yang tergolong ke dalam jenis aroma yang mampu memberikan efek terapi menenangkan dan merilekskan (Primadiati, 2002). Selain sebagai wangi-wangian lilin aromaterapi saat ini juga diformulasikan mempunyai fungsi ganda sebagai penolak nyamuk. Daun nilam (*Pogostemon cablin* B) merupakan tanaman yang mempunyai daya anti nyamuk. Jeruk nipis (*Citrus aurantifolia* Swingle) juga diketahui memiliki aktivitas sebagai anti nyamuk karena mengandung sitrat, geranil asetat, felandren dan limonen. Limonen merupakan senyawa dengan aroma kuat yang khas dan rasa yang pahit yang cenderung tidak disukai oleh nyamuk sehingga dapat dijadikan sebagai obat nyamuk alami (Raina, 2011)

Lilin yang telah lama digunakan sejak lebih dari 5000 tahun yang lalu untuk memberikan penerangan. Namun, seiring berkembangnya waktu, lilin telah berubah fungsi menjadi dekoratif dengan beragam fungsi dan manfaat, termasuk aromaterapi. Lilin aromaterapi memiliki banyak manfaat yang dapat anda peroleh. Berikut beberapa manfaat lilin aromaterapi; 1. Membuat Atmosfer dan Suasana Tersendiri, Lilin aromaterapi dapat membuat suasana dan atmosfer di lingkungan sekitar menjadi berubah ruangan juga akan membuatnya menjadi lebih hangat. aroma Lavender untuk relaksasi dan pelepas stres, *Eucalyptus* untuk meningkatkan energi dan konsentrasi, Lemon untuk meningkatkan energi, serta mengurangi ansietas dan depresi 2. Mendukung Dekorasi Ruangan, Lilin aromaterapi dapat memberikan suasana yang mewah ke setiap sudut ruangan rumah anda. (Saraswati. 1985 dan Melviani, at al, 2021) 3. Mengharumkan Area Sekitar, Lilin aromaterapi dapat menjadi salah satu cara untuk mengharumkan ruangan. Lilin ini juga dapat membantu menghilangkan bau-bau tak sedap. 4. Memberikan Manfaat Kesehatan Mental Membakar lilin aromaterapi dapat mengurangi ansietas, lilin aromaterapi dapat menjadi pelepas stres. Misal aroma, Lavender, Valerian, Melati,

Mawar, *Chamomile* dan *Sandalwood* (Ali *et al.*, 2015)5. Mendorong Kesehatan Fisik Suasana hati dan aroma sangatlah berhubungan erat. Koneksi ini terjadi karena molekul bau dapat berikatan dengan protein sepanjang saluran hidung anda dan menyebabkan sinyal elektrik. Sinyal ini dapat berinteraksi dengan bagian otak tertentu, yang disebut limbic brain, dan mempengaruhi emosi, pikiran, dan ingatan. 6. Mendukung Meditasi dan Doa. Banyak meditasi dan doa yang mewajibkan pelakunya untuk fokus dan tenang. Menyalakan lilin dapat membuat mata dan pikiran anda tertuju pada api kecil dan membuat tubuh anda terkoneksi dengan alam semesta. 7. Meningkatkan Relaksasi dan Kenyamanan, karena indra penciuman berhubungan dengan ingatan, beberapa aroma tertentu dapat membuat setiap orang untuk teringat ke memori tertentu. 8. Membuat Suasana Romantis. Tidak ada suasana yang lebih romantis dari ruangan yang wangi, bercahaya hangat, dan diiringi musik lembut. 9. Membantu Tidur Waktu dan kualitas tidur dapat mempengaruhi produktivitas setiap orang dikeesokan harinya. Menyalakan lilin aromaterapi dapat meningkatkan suasana hangat yang dapat menyebabkan suasana mengantuk dan mengurangi kemungkinan insomnia. Misal aroma lavender, ylang ylang, dan palmarosa untuk membantu tidur terlelap.10. Menambahkan Kemeriahan dan Selebrasi Lilin tidak lepas dari identitasnya sebagai dekorasi selebrasi. Anda dapat mengganti lilin biasa dengan lilin aromaterapi saat ingin merayakan sebuah kenangan spesial di ruangan tersebut. Ulang tahun, kelulusan, peringatan pernikahan, pensiun, dan acara-acara lainnya dapat dimeriahkan dengan lilin aromaterapi. Selain dapat dinyalakan, lilin aromaterapi juga dapat menjadi hadiah yang spesial untuk diberikan pada orang yang anda cintai. 11. Menggambarkan Diri Anda Sendiri. Seperti musik, makanan, dan pakaian, setiap orang memiliki preferensi dan selera tersendiri mengenai aromaterapi. (Tim Riset Idn Medis. 2023).

Lilin aromaterapi sendiri banyak diproduksi di Indonesia dengan berbagai macam aroma tumbuhan yang menyejukan. Harga lilin aromaterapi tidaklah murah karena terdapat minyak atsiri pengharum yang mahal pula. Dalam penggunaannya lilaroma terapi dapat digunakan dimana saja, seperti rumah, kantor, rumah spa, dan lain sebagainya. Lilin aromaterapi akan menghasilkan aroma yang memberikan efek terapi bila dibakar (Primadiati, 2002)

Kegiatan ini dapat membantu program pemerintahan daerah Sukoharjo dalam mengembangkan sistem ekonomi kerakyatan, pembuatan lilin aroma terapi jika menggunakan bahan dasar minyak sisa atau jelantah dapat menjaga kelestarian lingkungan dan mencegah pencemaran lingkungan karena menggunakan bahan-bahan sisa rumah tangga.

Dengan latar belakang tersebut di atas dapat sebagai alasan diperlukannya penyuluhan dan bimbingan bagi ibu-ibu PKK Gabahan RT 05 RW 12 Jombor dalam pelatihan pembuatan Lilin Aroma Terapi sebagai bekal dalam peluang bisnis untuk menambah penghasilan keluarga.

METODE

Kegiatan Pengabdian kali ini dilaksanakan di kelompok ibu-ibu PKK desa Gabahan RT 05 RW 12 Kalurahan Jombor kecamatan Bendosari Sukoharjo, pertemuan dilaksanakan pada tanggal 9 Juni 2023. Metode yang dilaksanakan ada 2 macam yaitu; ceramah dan praktek. ada 2 yaitu, ceramah dan metode latihan/ praktek. Metode ceramah dengan materi PPT untuk menjelaskan alat dan bahan yang diperlukan dalam pembuatan Lilin Aroma Terapi serta tahapan pembuatan Lilin Aroma Terapi. Metode praktik dilaksanakan untuk latihan pembuatan Lilin Aroma Terapi

Penilaian kognitif/pemahaman dilaksanakan dengan Tes (pos-tes) atau evaluasi yang diberikan untuk mengetahui kemampuan dasar dan peningkatan pemahaman peserta setelah diberikan materi penyuluhan. Indikator keberhasilan program pengabdian: adalah jika skor rata-rata posttest ≥ 70 dan mengalami peningkatan 20% dari skor awal (uji pemahaman awal).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Pelaksanaan

Waktu dan dana untuk PPM sangat terbatas maka PPM tentang Pelatihan pembuatan Lilin Aroma Terapi pada ibu-ibu PKK Dusun Gabahan RT 05 RW. 12 Jombor hanya terlaksana selama satu hari tanpa mengurangi kegiatan yang sudah direncanakan. Kegiatan tersebut berlangsung pada pada hari: jum'at 9 Juni 2023 dengan peserta yang hadir 28 orang. Peserta pelatihan menyambut dan mengikuti pelatihan dengan semangat dan banyak yang langsung terlibat dalam pembuatan Lilin Aroma Terapi

Kegiatan PPM hari itu dimulai pada jam 16.05 WIB bersamaan dengan pertemuan rutin ibu-ibu PKK Gabahan RT 05 RW 12 Jombor. Kegiatan PPM sendiri diawali dengan pembukaan dilanjutkan dengan pre-tes. Penyuluhan tentang teori pembuatan Lilin Aroma Terapi dan manfaatnya dengan metode ceramah dan tanya jawab. Materi yang diberikan oleh dosen dan mahasiswa sebagai narasumber berturut-turut sebagai berikut;

1. Penyuluhan tentang bahan dan alat pembuatan Lilin Aroma Terapi disampaikan oleh Dra. Nur Rokhimah Hanik, M.P
2. Penyuluhan tentang langkah – langkah pembuatan Lilin Aroma Terapi disampaikan oleh Rindi Diah Ayu F
3. Praktek pembuatan lilin Aroma Terapi mulai dari penataan alat dan bahan, dipandu oleh Fiky Ariska C dan Tim PPM. Kegiatan PPM terlaksana dengan lancar. Para peserta sangat antusias dan banyak pertanyaan tentang proses pembuatan, dan manfaat dari Lilin Aroma Terapi. Acara diakhiri dengan pos test dan penutup dengan ucapan trima kasih.

Hasil Evaluasi

Evaluasi terhadap tingkat pemahaman peserta terhadap cara pembuatan Lilin Aroma Terapi dilaksanakan dengan cara melakukan analisis terhadap nilai pre tes dan pos tes sebelum dan setelah pelatihan dilaksanakan. Dari analisis data juga dapat diketahui ada tidaknya peningkatan hasil pemahaman setelah diberi pelatihan pembuatan Lilin Aroma Terapi pada ibu-ibu anggota PKK Gabahan RT 05 RW 12 Jombor Sukoharjo.

Adapun Nilai hasil pre-tes dan pos-tes serta peningkatan pemahaman ibu-ibu anggota PKK sebelum dan sesudah pelatihan dapat dilihat dalam tabel di bawah:

Tabel 3: Hasil Penilaian Pre-test dan pos-test

No.	Nama Peserta	Nilai Pre-tes	Nilai Pos-tes	Peningkatan	% Peningkatan
1	Ibu Heni Widayani	33,33	76,19	42,86	128,59
2	Ibu Sri Lestari	33,33	76,19	42,86	128,59
3	Ibu Parno Kembar	33,33	76,19	42,86	128,59
4	Ibu Basuki Raharjo	42,86	85,71	42,85	100
5	Ibu Susanti	33,33	76,19	42,86	128,59
6	Ibu Untari	42,86	76,19	33,33	77,76
7	Ibu Tuti	42,86	76,19	33,33	77,76
8	Ibu Paulus M	33,33	76,19	42,86	128,59
9	Ibu Indirastuti A	33,33	76,19	42,86	128,59
10	Ibu Sarwono	42,86	76,19	33,33	77,76
11	Ibu Nur Sri Harsono	66,67	95,23	28,56	42,84
12	Ibu Eni Muamalah	42,86	85,71	42,85	100
13	Ibu Maryadi	42,86	85,71	42,85	100
14	Ibu Nur Gunawan	47,62	85,71	38,09	79,98
15	Ibu Atun	33,33	85,71	52,38	157,15
16	Ibu Ning Hardiman	42,86	85,71	42,85	100
17	Ibu Watik Tanto	33,33	76,19	42,86	128,59
18	Ibu Sanem	33,33	76,19	42,86	128,59
19	Ibu Sartini	33,33	76,19	42,86	128,59
20	Ibu M Budi	33,33	76,19	42,86	128,59
21	Ibu Tugiman	42,86	85,71	42,85	100
22	Ibu Winarto	42,86	85,71	42,85	100
23	Ibu Wiyono	33,33	85,71	52,38	157,15
24	Ibu Rosita Arief	47,62	85,71	38,09	79,98
25	Ibu Anggoro	33,33	85,71	52,38	157,15
26	Ibu Tri Wibowo	33,33	85,71	52,38	157,15
27	Ibu Khoirul Hadi	42,86	85,71	42,85	100
28	Ibu Kustanti Budi	42,86	85,71	42,85	100
	Jumlah Total	1099,99	2285,64	1185,65	3150,58
	Rata-rata	39,28	81,63	42,34	112,52

Dari tabel 3 di atas terlihat bahwa setelah melaksanakan pelatihan terjadi peningkatan pemahaman ibu-ibu PKK Gabahan RT 05 R 12 Jombor tentang proses pembuatan Lilin Aroma Terapi dari skor rata-rata 39,28 menjadi 81,63, berarti terjadi peningkatan pemahaman sebesar sebesar 42,34 (112,52%).



Gambar 2: Dokumen Pelatihan Pembuatan Lilin Aroma Terapi pada ibu-ibu PKK Gabahan RT 05 RW 12 Jombor Th 2023

PEMBAHASAN

Dengan melihat hasil rata-rata skor pos-test 81,63 serta persentase hasil peningkatan pemahaman terhadap proses pembuatan Lilin Aroma Terapi sebesar 112,52 % nampak bahwa peningkatan pemahamannya dapat dikatakan sangat bagus, karena terjadi peningkatan lebih dari 50%. Namun demikian jika kita lihat rata-rata skor pos tes 81,63 tersebut kita masih perlu berfikir bagaimana caranya untuk meningkatkan nilai terhadap pemahaman ibu-ibu PKK Gabahan RT 05 RW 12 Jombor Sukoharjo tentang proses pembuatan Lilin Aroma Terapi mengingat kemampuan dalam pembuatan Lilin Aroma Terapi dapat digunakan sebagai salah satu alternatif pemasukan tambahan bagi keluarga. Dengan kata lain kita perlu mengevaluasi apa yang belum maksimal dalam pelaksanaan pelatihan tersebut, sehingga pada pelatihan di tempat lain atau yang akan datang bisa dilaksanakan lebih optimal sehingga hasilnya lebih optimal (dengan skor rata-rata pemahaman lebih dari 81,63). Hasil Lilin Aroma Terapi bisa ibu-ibu gunakan untuk penerangan jika mati lampu, hiasan meja, obat terapi dan lain - lain untuk keperluan pribadi maupun dijual untuk menambah kebutuhan sehari-hari.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil pelatihan pembuatan Lilin Aroma Terapi pada ibu-ibu PKK Gabahan RT 05 RW 12 Jombor dapat disimpulkan bahwa: Pemahaman rata-rata ibu anggota dasa wisma Jambu PKK Gabahan RT 05 RW 12 Jombor dikategorikan bagus yaitu 81,63. Terjadi peningkatan pemahaman tentang proses pembuatan ecoprint dari skor rata-rata 39,28 menjadi 81,63 atau terjadi peningkatan pemahaman sebesar 42,34 atau 112,52%.

Bagi dosen dan para mahasiswa Tim PPM univet Bantara Sukoharjo kegiatan yang sejenis masih perlu dilaksanakan dan ditingkatkan, karena skor rata-rata pemahaman ibu-ibu anggota PKK RT 05 RW 12 Jombor Sukoharjo dalam pembuatan Lilin Aroma Terapi masih belum optimal. Dan bagi ibu-ibu anggota PKK Gabahan RT 05 RW 12 Jombor (peserta pelatihan) hendaknya lebih aktif dalam kegiatan pelatihan yang sejenis dalam rangka untuk meningkatkan penghasilan.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada lembaga Universitas Veteran bangun Nusantara serta LPPM yang telah memberikan dana untuk pelaksanaan PPM, juga para mahasiswa yang telah banyak membantu dari awal hingga selesainya pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, B., Al-Wabel, N. A., Shams, S., Ahamad, A., Khan, S. A., & Anwar, F. (2015). Essential oils used in aromatherapy: A systemic review. *Asian Pacific Journal of Tropical Biomedicine*, 5(8), 601–611. <https://doi.org/10.1016/j.apjtb.2015.05.007>
- Lestari, D, Vidayanti, E. And Jumari A. 2019. Lilin Aromaterapi Dari Minyak Atsiri Kulit Jeruk Manis (*Citrus sinensis*) Equilibrium. Volume 3 No.2 Desember 2019 Doi: [Http://Equilibrium.Ft.Uns.Ac.Id](http://Equilibrium.Ft.Uns.Ac.Id)
- Melviani, Nastiti, dan Noval. 2021. Pembuatan Lilin Aromaterapi Untuk Meningkatkan Kreativitas Komunitas Pecinta Alam Di Kabupaten Batola. Reswara: Jurnal Pengabdian pada Masyarakat. 2(2) 300-306. Edisi Juli 2021. Doi: <https://doi.org/10.46576/rjpkm.v2i2.1112> urn
- Primadiati, Rahmi. 2002. *Aromatherapi: Perawatan Alami untuk Sehat dan Cantik* Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Raina. (2011). *Ensiklopedi Tanaman Obat Untuk Kesehatan*. Penerbit Absolut.
- Saraswati. 1985. *Berkreasi dengan Lilin*. Jakarta: Bhartara Karya Aksara.

Tim Riset Idn Medis. 2023. Manfaat Lilin Aroma Terapi dan Efek Sampingnya. Idn, Medis.com.
<file:///H:/LILIN%20AROMA%20TERAPI/11%20Manfaat%20Lilin%20Aromaterapi%20dan%20Efek%20Sampingnya%20%20IDN%20Medis.html>