

Pelatihan Pembuatan Lilin Aroma *Theraphy* di Desa Mojoagung Soko Kabupaten Tuban

Aroma Theraphy Candle Making Training In Mojoagung Soko Village, Tuban District

Nurul Novitasari¹Chilyatul Azkiyya², Ayu Puji Lestari³, Azimatul Ulya
Devi Mustika Ramadhani⁴, Elfiana Anggita Dewi⁵, Irma Improatul Fitria⁶, Mastura
Laelatul Fajar⁷, Miftakhul Jannah⁸, Nur Aini Lu'luatin⁹, Safira Nurulita¹⁰, Siti Kholisoh¹¹,
Siti Qudrotun Nada¹², Tega Silvia Antika¹³, Ulva Romadhotul Fatimah¹⁴, , Rina
Khumaimah¹⁶

INSTITUT AGAMA ISLAM AL HIKMAH TUBAN

Nurul.novita_sari@yahoo.com chilazkiyya@gmail.com,

Article History:

Received: 02 Agustus 2023

Revised: 06 September 2023

Accepted: 05 Oktober 2023

Keywords: *Candles,
Aromatheraphy, Training*

Abstract. *Candles are a tool that can fulfill human needs.*

Apart from being a light, candles can also be used as home decoration and are a useful tool in assisting the therapy process and can support a modern healthy lifestyle. In this case, the function of candles increases, such as fragrances, which can light up and spread a fragrant aroma throughout the room. To relax the body and create calm, and help relieve symptoms of stress. Can support a positive mood and can increase energy for the body.

Candles are a tool that can fulfill human needs. Apart from being a light, candles can also be used as home decoration and are a useful tool in assisting the therapy process and can support a modern healthy lifestyle. In this case, the function of candles increases, such as fragrances, which can light up and spread a fragrant aroma throughout the room. To relax the body and create calm, and help relieve symptoms of stress. Can support a positive mood and can increase energy for the body.

Abstrak .Lilin merupakan salah satu alat yang dapat memenuhi kebutuhan manusia. Selain sebagai penerang, lilin juga dapat menjadi dekorasi rumah dan menjadi alat yang berguna dalam membantu proses terapi dan dapat mendukung gaya hidup sehat yang modern. Dalam hal ini, fungsi lilin semakin bertambah seperti untuk wewangian, yang dapat menyala dan menyebarkan aroma harum ke seluruh ruangan. Untuk relaksasi tubuh dan menciptakan ketenangan, serta membantu meringankan gejala stress. Dapat mendukung suasana hati yang positif dan dapat meningkatkan energi bagi tubuh.

Kata Kunci: Lilin, Aroma terapi, Pelatihan

PENDAHULUAN

Lilin saat ini bukan sekedar untuk menerangi ruangan saat lampu padam. Namun, seiring bertambahnya kebutuhan konsumen, lilin juga dimanfaatkan sebagai aroma terapi untuk meringankan gejala stres. Menangkap kebutuhan tersebut, kelompok mahasiswi KKN PAR 2023 Institut Agama Islam Al Hikmah Tuban di Desa Mojoagung, Kecamatan Soko, Kabupaten Tuban menggelar pelatihan membuat lilin aroma terapi. Kami berkolaborasi dengan tim PKK desa setempat pada, Minggu (10/9/2023).

Lilin merupakan salah satu alat yang dapat memenuhi kebutuhan manusia. Selain sebagai penerang, lilin juga dapat menjadi dekorasi rumah dan menjadi alat yang berguna dalam membantu proses terapi dan dapat mendukung gaya hidup sehat yang modern. Dalam hal ini, fungsi lilin semakin bertambah seperti untuk wewangian, yang dapat menyala dan menyebarkan aroma harum ke seluruh ruangan.

Namun belum banyak orang yang mengetahui mengenai lilin aromaterapi, karena memang penjualannya masih sangat jarang terutama di wilayah yang jauh dari kota besar. Kebanyakan lilin aromaterapi hanya dijual di pusat-pusat perbelanjaan dengan harga yang ditawarkan cukup mahal dan kemasan yang kurang menarik. Padahal banyak konsumen yang menginginkan lilin aromaterapi, mengingat produk tersebut memiliki banyak manfaat untuk tubuh, selain untuk relaksasi lilin aromaterapi juga dapat menciptakan suasana yang nyaman, mengurangi stress, meningkatkan energi seseorang, membuat tidur lebih baik dan meredakan kelelahan mental dan dapat membantu untuk membentuk pola hidup sehat yang dimulai dari rumah.

Tentukan jenis bahan lilin yang akan Anda gunakan untuk membuat lilin. Ada beberapa jenis bahan yang dapat Anda pilih. Parafin dengan berat 453,6 gram akan menghasilkan sekitar 591,5 ml lilin cair. Lilin kedelai dengan berat yang sama akan menghasilkan kurang lebih 532,3 ml lilin cair. Lilin lebah dengan berat yang sama akan menghasilkan sekitar 473,2 ml lilin cair. Parafin adalah bahan tradisional dalam pembuatan lilin dan sampai sekarang masih merupakan

bahan yang populer. Parafin paling cocok digunakan oleh pemula karena bahan ini cepat mencair, murah, dan mudah untuk diwarnai atau diberi wewangian. Meski demikian perlu dicatat bahwa bahan kimia yang memancar saat parafin dicairkan akan terasa mengganggu bagi sebagian orang (Minah et al., 2017).

Tujuan dilaksanakannya pelatihan pembuatan lilin aromaterapi di Desa Mojoagung adalah agar para warga bisa memanfaatkan minyak goreng bekas untuk dijadikan olahan dari lilin aroma terapi dan dapat meningkatkan kreasi lilin ini menjadi peluang usaha.

METODE

Pengabdian Kepada Masyarakat ini dapat dikategorikan sebagai penelitian dengan menggunakan metode *Participatory Action Research* (PAR), PAR adalah *participatory* yang memiliki arti partisipasi atau turut serta, *action* adalah aksi atau kegiatan, sedangkan *research* adalah penelitian (Novitasari, Alfatur Rosyida, Maslakah, Azkiyya, & Shofiyana, 2023). Pada dasarnya, PAR merupakan penelitian yang melibatkan secara aktif semua pihak-pihak yang relevan dalam mengkaji tindakan yang sedang berlangsung dimana pengalaman mereka sendiri sebagai persoalan dalam rangka melakukan perubahan dan perbaikan kearah yang lebih baik (Novitasari, Khumaimah, Azkiyya, & Lestari, 2023). *Participatory Action Research* merupakan salah satu metode yang digunakan untuk menggali masalah dan potensi yang ada pada suatu Masyarakat (Yatini, 2022).

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan dua metode, yaitu (1) sosialisasi pembuatan lilin aroma terapi (2) Pelatihan pembuatan lilin aroma terapi kepada tim PKK Desa Mojoagung. Kegiatan tersebut dilaksanakan dalam satu hari, pada hari Minggu, 10 September 2023. Kegiatan ini terlaksana berkat adanya kegiatan KKN-PAR di Desa Mojoagung yang dijalankan oleh mahasiswa Institut Agama Islam Al Hikmah Tuban.

Alat dan bahan yang digunakan dalam kegiatan sosialisasi dan pelatihan adalah lilin, pewarna/crayon, minyak goreng, sumbu lilin, gelas kecil, aroma oil esensial (asli dari bibitnya/bisa juga menggunakan minyak kayu putih).

Kegiatan sosialisasi dan pelatihan dilakukan dengan tahap:

1. Mahasiswa menyiapkan lokasi serta alat dan bahan yang akan digunakan, lokasi yang digunakan dalam kegiatan ini adalah Aula Balai Desa Mojoagung.
2. Ibu-ibu PKK datang dan menyiapkan diri untuk mendengarkan sosialisasi.

3. Narasumber mulai memberikan sosialisasi dan demonstrasi secara langsung tentang pembuatan lilin aroma terapi. Para peserta maju untuk mempraktikkan pembuatan Lilin Aroma Terapi sesuai dengan contoh yang diberikan oleh narasumber dan mahasiswa.

HASIL

Peserta pelatihan dan sosialisasi adalah anggota PKK Desa Mojoagung. Sebanyak 25 peserta datang dengan antusias dalam kegiatan sosialisasi dan pelatihan pembuatan Lilin Aroma Terapi. Antusias tersebut dibuktikan dengan banyaknya pertanyaan yang diajukan oleh peserta pada sesi tanya jawab yang diadakan.

Hal ini juga sesuai dengan indikator keberhasilan program yang dilaksanakan, berupa seluruh peserta hadir dalam kegiatan tersebut, para peserta juga berperan aktif dalam sesi tanya jawab yang dilakukan serta keseriusan peserta dalam melakukan pembuatan Lilin Aroma Terapi sesuai dengan demonstrasi yang dilakukan oleh mahasiswa.

Seluruh peserta yang hadir dalam kegiatan ini adalah anggota PKK. Jumlah peserta yang hadir adalah 25 orang. seluruh peserta pelatihan dan sosialisasi memiliki antusias yang tinggi yang dibuktikan dengan cukup banyak pertanyaan yang diajukan oleh peserta. Selama kegiatan demonstrasi peserta juga memperhatikan dengan seksama, sehingga pada saat mereka mempraktekkan pembuatan Lilin Aroma Terapi sudah tidak kesusahan. Kegiatan pertama yang dilakukan adalah kegiatan sosialisasi dengan demonstrasi oleh mahasiswa. Seluruh peserta memperhatikan dengan seksama. Kegiatan sosialisasi diawali dengan penjabaran tentang manfaat Lilin Aroma terapi.

Dari segi jenis aroma terapi yang digunakan adalah penggunaan *essential oil* lebih efektif dari pada penggunaan *fragrance oil*, karena *essential oil* merupakan hasil penyulingan dari bagian-bagian pada tumbuhan sedangkan *fragrance oil* merupakan minyak tiruan yang dicampurkan dengan ekstrak bahan sintesis (kimia). *Essential oil* murni akan lebih berpengaruh pada tubuh dibandingkan dengan *fragrance oil* yang memberikan aroma melalui bahan sintesis. Maka dari itu penggunaan *essential oil* yang dicampurkan dengan *fragrance oil* kurang efektif dari pada penggunaan *essential oil* murni (Putu, Utami, & Tjandrawibawa, 2020).

Manfaatnya aromaterapi yaitu sebagai pencegah infeksi, sebagai antiseptis, antibiotik dan anti jamur. Minyak esensial lavender dapat digunakan untuk mengobati insomnia, kualitas tidur, serta mengurangi kecemasan Wanita, menggunakan minyak lavender dapat mengurangi rasa nyeri

dan mengurangi kegelisahan. Aroma terapi lavender dapat meningkatkan kualitas tidur ibu (Achyar & Azizah, 2020). Menurut buku *A Beginner's Guide to The Phenomenal Powers of Essential Oils* (2014), aroma dan molekul-molekul pada essential oil dapat memicu area otak yang mengontrol emosi. Aroma tersebut dapat melepaskan zat-zat kimia dalam tubuh, membuat tubuh menjadi lebih rileks dan sebagai pengatur mood yang baik. Maka dari itu aroma terapi dapat digunakan sebagai salah satu pengobatan alternatif untuk mengurangi stress (Marta Tuchowska, 2013).

1. Persiapan Alat dan Bahan

Tabel 1. Alat dan Bahan yang digunakan dalam pembuatan lilin aromah therapy

ALAT	BAHAN
Kompor	Lilin
Gas	Essential oil
Gunting	Pewarna
Sendok	Sumbu Lilin
Pisau	Kardus
Lap / Serbet	Gelas
Loyang	-
Gelas aluminium	-



Gambar 1. Alat dan Bahan

2. Langkah-langkah Pembuatan atau Proses Produksi

- Serut lilin hingga halus.
- Tuangkan lilin yang sudah halus, dan tuangkan minyak goreng dengan ukuran 2 Sdm.
- Siapkan loyang berukuran sedang, kemudian tumpangkan gelas di atasnya.

- Nyalakan kompor dengan api sedang dan panaskan lilin.
- Sambil menunggu lilin berubah menjadi panas, siapkan bahan utamanya.
- Setelah dipanaskan aduk lilin hingga mencair. Adukaduk lilinnya sampai leleh seluruhnya.
- Siapkan sumbu dan gelas. Letakkan dalam gelas dijaga jangan sampai tertimpa lelehan lilin semuanya.
- Setelah meleleh sempurna, matikan kompor dan angkat panci kecilnya. Masukkan lilin rajangan tadi ke dalam gelas kecil.
- Tambahkan pewarna bubuk (kami menggunakan crayon yang dilelehkan) dan juga bibit minyak wangi atau parfumnya, kemudian aduk sampai tercampur rata.
- Diamkan sampai lelehan lilin mengering dan dingin. Supaya lebih cepat bisa dikipas dengan kipas angin kecepatan rendah.



Gambar 2. Contoh Proses Pembuatan

Kegiatan kedua yang dilakukan adalah pelaksanaan pembuatan Lilin Aroma Terapi yang dilakukan oleh peserta.



Gambar 3. Peserta yang memperagakan pembuatan Lilin Aroma Terapi

Selama kegiatan berlangsung dari awal hingga akhir, tidak ada peserta yang pergi meninggalkan lokasi sosialisasi dan pelatihan. Suasana selama kegiatan sosial sangat kondusif dan tidak ada hal yang menunjukkan bahwa para peserta memiliki ketertarikan dan antusiasme yang tinggi dari peserta pelatihan.



Gambar 4. Kegiatan foto bersama

DISKUSI

Pelatihan pembuatan Lilin Aroma Terapi mendapat respon positif dari seluruh peserta. Hal ini dibuktikan dengan banyaknya peserta yang mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir, tidak adanya peserta yang meninggalkan lokasi selama kegiatan berlangsung dan banyaknya pertanyaan yang diajukan peserta. Adapun manfaat yang diperoleh yaitu : lilin aroma terapi ini bisa digunakan untuk pewangi rumah atau dalam ruangan apapun. Manfaat lain dari lilin juga untuk relaksasi tubuh dan menciptakan ketenangan, serta membantu meringankan gejala stress dengan menurunkan hormone kortisol dalam tubuh. Dapat mendukung suasana hati yang positif dan dapat meningkatkan energi bagi tubuh. Bagi berminat bisa juga dimanfaatkan untuk peluang usaha.

KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan pelatihan pembuatan Lilin Aroma Terapi dihadiri oleh 25 peserta dari Tim PKK Desa Mojoagung. Selama kegiatan peserta menunjukkan semangat dan antusias yang tinggi dengan adanya banyak pertanyaan dan keseriusan peserta dalam mendengarkan penjelasan dari para narasumber.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Tim KKN-PAR IAI Al Hikmah Tuban di Desa Mojoagung mengucapkan banyak terimakasih kepada berbagai pihak yang terlibat dalam kegiatan serta proses pembuatan jurnal ini. Beberapa pihak tersebut adalah Lembaga Penelitian Pengabdian Masyarakat (LPPM) IAI Al Hikmah Tuban, Pemerintah Desa Mojoagung dan seluruh peserta sebagai peserta pelatihan yang telah mengikuti dengan baik.

DAFTAR REFERENSI

- Achyar, K., & Azizah, A. N. (2020). Pelatihan Pembuatan Lilin Aroma Terapi Sebagai Upaya Pencegahan Stres Pada Ibu Postpartum. *Pengembangan Sumberdaya Menuju Masyarakat Madani Berkearifan Lokal*, 77–79.
- Marta Tuchowska. (2013). *Aromatherapy and Essential Oils: for Beginners: Discover the Phenomenal Powers of Essential Oils to Relax, Revitalize, and Revolutionize Your Health (Aromatherapy & Essential Oils Book 1)*. Amazon.com.
- Minah, F. N., Poespowati, T., Astuti, S., Muyassaroh, Kartika, R., Elvianto, ... Rastini, E. K. (2017). Pembuatan Lilin Aroma Terapi Berbasis Bahan Alami. *Industri Inovatif*, 7(1), 29–34.
- Novitasari, N., Alfatur Rosyida, E., Maslakah, S., Azkiyya, C., & Shofiyana, A. (2023). Pelatihan Pembuatan Flash Card untuk Mengembangkan Kreatifitas Guru PAUD dalam Mengajar. *Murhum : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 245–258. <https://doi.org/10.37985/murhum.v4i1.142>
- Novitasari, N., Khumaimah, R., Azkiyya, C., & Lestari, A. P. (2023). *Pelatihan Pembuatan Pestisida Nabati Untuk Menanggulangi Hama Wereng Di Desa Mojoagung Soko Tuban*. 1(3).
- Putu, G. A., Utami, J. P., & Tjandrawibawa, P. (2020). Peran Aroma Terapi Melalui Media Lilin Sebagai Sarana Untuk Mengurangi Stres Pada Generasi Milenial. *Kesehatan Masyarakat*, 188–195.
- Yatini, F. dkk. (2022). Inovasi Pupuk Kompos Berbahan Dasar Serbuk Kayu Di Desa Kedungmulyo Kecamatan Bangilan Kabupaten Tuban. *Kreatif: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 2(8.5.2017), 2003–2005.