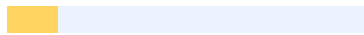




Plagiarism Checker X - Report

Originality Assessment

14%



Overall Similarity

Date: Jan 25, 2025 (12:48 AM)

Matches: 197 / 1413 words

Sources: 13

Remarks: Moderate similarity detected, consider enhancing the document if necessary.

Verify Report:

Scan this QR Code



1 Workshop Pembuatan Minyak Angin Aromaterapi Roll On Di Desa Delik Kabupaten Semarang

ABSTRAK

Kesehatan mental merupakan aspek penting dalam menunjang kesejahteraan individu di tengah dinamika kehidupan modern yang semakin kompleks. Aromaterapi, salah satu metode terapi alternatif menggunakan minyak esensial dari tanaman, telah terbukti efektif dalam meredakan stres, kecemasan, dan meningkatkan kualitas tidur. 1 Workshop pembuatan minyak angin aromaterapi roll on di Desa Delik, Kabupaten Semarang, bertujuan untuk memberikan keterampilan kepada masyarakat khususnya para remaja desa yang memiliki kreativitas dan semangat kewirausahaan yang tinggi dalam hal ini memproduksi produk berbasis aromaterapi. Metode pengabdian kepada masyarakat ini dengan pendekatan teori dan praktik, workshop ini melibatkan 34 peserta remaja desa yang kreatif dan berjiwa wirausaha, serta didukung oleh PLN, Pemerintah Desa, dan STIKES Ar-Rum. Hasil workshop menunjukkan bahwa para remaja sangat antusias dan bersemangat dalam workshop pembuatan minyak angin aromaterapi roll on, disamping itu aromaterapi berbasis minyak esensial memiliki manfaat signifikan dalam pengelolaan stres dan kesehatan mental, sekaligus menciptakan peluang ekonomi melalui usaha kecil menengah (UMKM) yang memanfaatkan potensi lokal. Pengembangan produk aromaterapi, seperti minyak angin roll on, diharapkan berkontribusi pada pemberdayaan ekonomi kewirausahaan masyarakat desa, meningkatkan pendapatan, serta memperkuat daya saing produk lokal di pasar. Dengan demikian, workshop ini tidak hanya berdampak positif pada kesehatan mental masyarakat, tetapi juga memberikan dampak jangka panjang terhadap perekonomian Desa Delik.

Pendahuluan

10 Kesehatan merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan manusia yang berperan sebagai dasar untuk menunjang aktivitas sosial dan ekonomi. Kesehatan tidak hanya mencakup aspek fisik, tetapi juga mental dan sosial. Seiring dengan perkembangan

zaman, kebutuhan untuk menjaga kesehatan mental semakin diakui sebagai bagian integral dari kesejahteraan individu. Gangguan kesehatan mental seperti **9** stres, kecemasan, dan depresi kini menjadi isu yang semakin relevan, terlebih dengan dinamika kehidupan yang semakin kompleks.

Dalam upaya meningkatkan kualitas kesehatan mental, berbagai metode terapi alternatif semakin populer, salah satunya adalah aromaterapi. Aromaterapi, yang menggunakan minyak esensial dari tanaman, dipercaya dapat memberikan efek relaksasi, mengurangi kecemasan, dan meningkatkan kualitas tidur. Penggunaan aromaterapi di kalangan masyarakat telah terbukti memberikan manfaat psikologis yang signifikan, terutama dalam mengelola stres dan kecemasan.

Di **11** Desa Delik, Kecamatan Tuntang, Kabupaten Semarang, potensi pemanfaatan aromaterapi dalam bentuk minyak angin aromaterapi roll on untuk kesehatan mental masih kurang dimanfaatkan. Oleh karena itu, pengembangan keterampilan pembuatan minyak angin aromaterapi roll on menjadi langkah yang relevan untuk membantu masyarakat dalam meningkatkan kualitas hidup mereka. Selain manfaat kesehatan, workshop ini juga berpotensi membuka peluang ekonomi bagi warga desa melalui usaha berbasis UMKM yang dapat menghasilkan produk lokal berkualitas.

Workshop pembuatan minyak angin aromaterapi roll on di Desa Delik **7** bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada masyarakat setempat dalam memproduksi minyak angin aromaterapi yang dapat digunakan secara pribadi atau dijual sebagai produk usaha. Diharapkan melalui workshop ini, masyarakat tidak hanya memperoleh manfaat kesehatan, tetapi juga meningkatkan kesejahteraan ekonomi melalui peluang bisnis yang dapat dikembangkan di tingkat lokal. Dengan latar belakang tersebut, Pemerintah Desa Delik, PLN dan STIKES Ar-Rum mengadakan workshop pembuatan minyak angin aromaterapi roll on, yang diharapkan dapat memberikan kontribusi positif dalam peningkatan kesehatan dan perekonomian masyarakat Desa Delik.

2. Metode Kegiatan

Metode yang digunakan dalam **1 workshop pembuatan minyak angin aromaterapi roll on di Desa Delik** dirancang untuk memberikan pengalaman langsung kepada peserta.

Kegiatan workshop ini, dilakukan bersama dengan kelompok pemuda dan masyarakat di Desa Delik. Workshop ini menggabungkan pendekatan teori dan praktik, dengan tujuan untuk memastikan bahwa masyarakat tidak hanya memahami konsep dasar aromaterapi, tetapi juga mampu memproduksi minyak angin aromaterapi roll on yang berkualitas.

3. Hasil Dan Pembahasan

Workshop pembuatan minyak angin aromaterapi roll on yang dilakukan di Desa Delik bertujuan untuk mengedukasi masyarakat mengenai manfaat aromaterapi, sekaligus memberikan keterampilan praktis yang dapat dimanfaatkan dalam kehidupan sehari-hari. Pengabdian ini dilaksanakan Hari Jumat Tanggal 13 Desember 2024, dengan dukungan dana dari PLN, Pemerintah Desa Delik dan STIKES Ar-Rum. Peserta **12 pengabdian kepada Masyarakat ini adalah** remaja desa yang memiliki kreativitas dan semangat berwirausaha, jumlah peserta 34 peserta dan perwakilan desa dan PLN berjumlah 4 orang, sedangkan untuk pembicara dan fasilitator berjumlah 6 orang. **1 Workshop pembuatan minyak angin aromaterapi roll on** merupakan kegiatan yang meningkatkan ilmu dan wawasan bagi remaja untuk memiliki ide dan jiwa berwirausaha. Dalam beberapa tahun terakhir, penggunaan aromaterapi telah semakin banyak diterima sebagai salah satu metode pengelolaan stres dan **6 gangguan kesehatan mental lainnya**. Dalam pembahasan ini, akan dibahas beberapa aspek penting terkait manfaat aromaterapi, serta relevansi workshop ini dalam konteks kesehatan mental dan perekonomian masyarakat desa.

Gambar 1. Sambutan perwakilan Desa Delik dan PLN

Manfaat Aromaterapi untuk Kesehatan Mental dan jantung

Aromaterapi merupakan salah satu bentuk terapi alternatif yang memanfaatkan minyak esensial dari tanaman untuk meningkatkan kesejahteraan fisik, mental, dan emosional.

Minyak esensial memiliki berbagai manfaat terapeutik yang telah banyak diteliti. Menghirup aromaterapi dengan minyak esensial peppermint atau lavender dapat meningkatkan kualitas tidur pasien kardiovaskular. ⁸ Menghirup minyak merangsang indra penciuman yang mempengaruhi sistem saraf pusat. ³ Minyak lavender dapat mengurangi kelelahan, kecemasan, detak jantung, laju pernapasan, dan tekanan darah, meningkatkan oksigenasi paru-paru dan otak, serta meningkatkan kualitas tidur. Penggunaan ² minyak esensial dapat menjadi terapi gangguan tidur yang aman dan hemat biaya serta dapat mengurangi penggunaan obat resep yang berlebihan (Sucipto Dwitanta, 2024).

Tabel 1. Formulasi Minyak Angin Aromaterapi Roll On

No Bahan Jumlah/Botol 8 mL

1 Kanfer 2 Gram

2 Menthol 3 Gram

3 Minyak Sereh 1 mL

4 Minyak Kayu Putih 1,5 mL

5 Minyak Kelapa (VCO) Ad 8 mL

b. Aromaterapi dalam Mengelola Stres dan Kesehatan Mental

Stres menjadi salah satu penyebab utama ⁶ gangguan kesehatan mental di masyarakat.

Aromaterapi telah terbukti efektif sebagai terapi alternatif dan komplementer dalam mendukung kesehatan mental dan kesejahteraan. ⁴ Penggunaan minyak esensial yang

diekstrak dari berbagai bagian tanaman, seperti bunga, kulit kayu, dan daun, dapat memberikan manfaat signifikan melalui metode inhalasi, aplikasi topikal, dan rendaman.

Aromaterapi bermanfaat untuk meredakan gangguan seperti depresi, gangguan pencernaan, sakit kepala, insomnia, nyeri otot, gangguan pernapasan, serta masalah kulit dan sendi. Selain itu, efektivitas aromaterapi akan semakin optimal jika diimbangi dengan pola hidup sehat seperti diet seimbang dan tindakan pencegahan yang direkomendasikan oleh ahli kesehatan atau aromaterapis. Penelitian ini menekankan bahwa aromaterapi berbasis ² minyak esensial dapat menjadi solusi praktis, aman, dan mudah diakses untuk meningkatkan kesejahteraan fisik dan mental (Ringu & Ranjan, 2024).

c. **1** **Workshop Pembuatan Minyak Angin Aromaterapi Roll On** sebagai Solusi Kesehatan dan Ekonomi

Workshop pembuatan minyak angin aromaterapi roll on yang diadakan di Desa Delik memiliki dua tujuan utama: pertama, untuk meningkatkan kualitas kesehatan mental masyarakat, dan kedua, untuk menciptakan peluang ekonomi melalui usaha berbasis produk lokal. Workshop ini memberikan keterampilan praktis dalam pembuatan minyak angin aromaterapi, yang dapat digunakan oleh individu untuk meredakan stres dan kecemasan, atau bahkan dikembangkan menjadi produk yang dapat dijual.

Gambar 2. Proses pendampingan **5** **pembuatan Minyak Angin Aromaterapi Roll On** Usaha berbasis UMKM, terutama yang memanfaatkan potensi produk lokal, dapat meningkatkan perekonomian masyarakat desa. Produk seperti **minyak angin aromaterapi memiliki** nilai jual yang cukup tinggi, terutama jika dipasarkan sebagai produk alami dan ramah lingkungan. Oleh karena itu, workshop ini tidak hanya berdampak pada peningkatan kualitas kesehatan, tetapi juga dapat menciptakan peluang bisnis baru di desa, meningkatkan pendapatan masyarakat, serta mengurangi tingkat pengangguran (Purnama et al., 2023).

Penelitian sebelumnya yang berhubungan dengan pengembangan produk UMKM berbasis kesehatan, menyatakan bahwa masyarakat yang terlibat dalam workshop keterampilan seperti ini dapat memperoleh peningkatan pendapatan dengan memanfaatkan keahlian baru yang mereka miliki. Dengan pemahaman yang baik mengenai cara **5** **pembuatan minyak angin aromaterapi yang** berkualitas, peserta workshop dapat menciptakan produk yang memiliki daya saing tinggi di pasar (Purnama et al., 2023).

d. **Peluang Bisnis dan Pemberdayaan Ekonomi Masyarakat Desa**

Workshop pembuatan minyak angin aromaterapi roll on di Desa Delik juga membuka peluang untuk pemberdayaan ekonomi masyarakat desa melalui usaha berbasis produk lokal. Pemberdayaan ekonomi melalui produk UMKM berbasis kesehatan **13** **dapat meningkatkan taraf hidup masyarakat**, khususnya di daerah pedesaan yang memiliki

akses terbatas terhadap pekerjaan formal. Minyak angin aromaterapi roll on, dengan manfaatnya yang luas ⁴ untuk kesehatan fisik dan mental, dapat menjadi produk unggulan yang dipasarkan ke pasar yang lebih luas. Keberhasilan workshop ini dalam mengembangkan produk UMKM berbasis aromaterapi akan memberikan dampak positif jangka panjang bagi perekonomian desa, memperluas jaringan pemasaran, dan meningkatkan daya saing produk lokal (Otaya & Herson, 2023).

4. Simpulan

¹ Workshop pembuatan minyak angin aromaterapi roll on di Desa Delik tidak hanya memiliki manfaat langsung dalam meningkatkan kualitas kesehatan mental masyarakat, tetapi juga membuka peluang baru dalam pengembangan usaha UMKM berbasis produk lokal. Dengan memahami manfaat aromaterapi dan mempelajari keterampilan praktis dalam pembuatan produk, masyarakat diharapkan dapat memanfaatkan aromaterapi sebagai solusi kesehatan yang efektif dan berpotensi meningkatkan perekonomian desa. Berdasarkan literatur terkini, aromaterapi terbukti memiliki manfaat signifikan dalam mengelola stres, kecemasan, dan gangguan mental lainnya, serta memiliki potensi ekonomi yang besar sebagai produk yang dapat dipasarkan secara luas.

Sources

1	https://www.instagram.com/p/DDhPnkyTfQs/ INTERNET 4%
2	http://jurnal.stikespantiwaluya.ac.id/index.php/JPW/article/view/271 INTERNET 2%
3	https://jurnal.stikespantiwaluya.ac.id/index.php/JPW/article/download/271/195/2362 INTERNET 2%
4	https://jivaraga.com/jenis-aromaterapi/ INTERNET 1%
5	https://kupdf.net/download/laporan-praktikum-minyak-aromaterapi_62c0799ae2b6f5230ba65d55_pdf INTERNET 1%
6	https://infodong.net/kesehatan-mental-di-zaman-sekarang-tantangan-perkembangan-dan-harapan/ INTERNET 1%
7	https://far.fkik.uin-alauddin.ac.id/berita-25194-prodi-farmasi-pendampingan-pembuatan-produk-roll-on-aromaterapi INTERNET 1%
8	http://jurnal.stikespantiwaluya.ac.id/index.php/JPW/article/download/271/195/2362 INTERNET 1%
9	https://kumparan.com/irma-nurhasanah-1730269856844331167/bimbingan-konseling-kunci-menuju-kesehatan-mental-yang-lebih-baik-23ojmSwxdQf INTERNET 1%
10	https://repository.ukwms.ac.id/19891/2/BAB_1.pdf INTERNET <1%
11	https://deliktuntang.id/ INTERNET <1%
12	https://www.researchgate.net/publication/371558863_PENGEMBANGAN_JIWA_ENTREPRENEURSHIP_BAGI_GENERASI_MUDA_MELALUI_PELATIHAN_KEWIRAUSAHAAN INTERNET <1%
13	https://www.researchgate.net/publication/334276864_PEMANFAATAN_DANA_DESA_UNTUK_PENINGKATAN_TARAF_HIDUP_MASYARAKAT_PEDESAAN_MELALUI_PEMBERDAYAAN_MASYARAKAT_DESA INTERNET <1%

EXCLUDE CUSTOM MATCHES	ON
EXCLUDE QUOTES	OFF
EXCLUDE BIBLIOGRAPHY	OFF