

PELATIHAN PEMBUATAN MINYAK GOSOK BERBAHAN ALAMI JAHE DAN SEREH BAGI MASYARAKAT KOLOM 28 DAN KOLOM 29 GMIM IMANUEL LEILEM

Olvie Syenni Datu^{1*}, Jainer Pasca Siampa¹, dan Christa Sekeon²

¹*Program Studi Farmasi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Sam Ratulangi*

²*Program Studi Kedokteran Gigi, Fakultas Kedokteran, Universitas Sam Ratulangi*

*Email: olvie.datu@unsrat.ac.id

Abstrak

Minyak gosok mengandung bahan-bahan alami seperti minyak esensial yang dapat digunakan sebagai alternatif dalam pengobatan terutama untuk meredakan nyeri. Produk ini beraroma spesifik dan berfungsi sebagai penghangat tubuh sekaligus dapat menghilangkan rasa nyeri dan pegal linu, diminati masyarakat untuk pemeliharaan Kesehatan dan berpotensi dikembangkan menjadi produk yang bernilai ekonomi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi dan pelatihan mengenai proses pembuatan minyak gosok berbahan alami kepada masyarakat. Metode yang digunakan berupa sosialisasi dan pelatihan pembuatan minyak gosok pada jemaat kolom 28 dan 29 GMIM Imanuel leilem. Hasil kegiatan pengabdian menunjukkan masyarakat telah memahami mengenai materi sosialisasi dan cara pembuatan minyak gosok terlihat dari sesi tanya jawab yang ada. Berdasarkan hasil yang ada menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan dan ketrampilan masyarakat dalam memanfaatkan sumber daya alam yang ada dalam bentuk minyak gosok

Kata kunci: Minyak gosok; Sereh; Jahe

Abstract

Rubbing oil contains natural ingredients such as essential oils which can be used as an alternative in therapy, especially to relieve pain. The product has a specific aroma and functions as a body warmer and can relieve pain. It is popular with the public for health maintenance and has the potential to be developed into a product. This activity aims to provide education and training regarding the process of making rubbing oil to the community. The method used was socialization and training in making rubbing oil in congregations in kolom 28 and 29 of GMIM Imanuel Leilem. The results of the service activities showed that the community had understood the socialization material and how to make rubbing oil as seen from the question and answer session. Based on the existing results, it shows that there is an increase in community knowledge and skills in utilizing existing natural resources in the form of rubbing oil

Keywords: *Rubbing oil; Lemongrass; Ginger*

PENDAHULUAN

Nyeri otot atau Myalgia merupakan keluhan yang sering terjadi dan hampir semua orang pernah mengalami myalgia, walaupun lokasi nyeri berbeda-beda dan tergantung dari aktivitas dan penyebabnya. Meski biasanya ringan dan hanya terjadi di otot tertentu, nyeri otot yang berlangsung lama akan mengganggu aktivitas dan sangat menyiksa (Sukma *et al*, 2020).

Nyeri otot dapat terjadi disebabkan karena kerusakan mikro yang terjadi pada otot akibat aktivitas/kerja yang berat, cedera pada otot juga dapat terjadi karena faktor-faktor eksternal, penyakit autoimun, ketidakseimbangan hormon dan defisiensi vitamin D. Nyeri merupakan pengalaman yang subjektif dan nyeri merupakan keluhan yang sering membawa pasien berobat ke dokter. Nyeri yang tidak ditangani dengan baik dapat mengganggu kualitas hidup (Perhimpunan Rheumatologi, 2020).

Berbagai upaya dilakukan untuk membantu mengurangi nyeri dengan menggunakan obat-obat penghilang nyeri, Obat anti inflamasi non steroid (OAINS) adalah jenis obat anti nyeri yang sangat banyak dibeli oleh masyarakat. OAINS efektif mengurangi nyeri dan seringkali digunakan dalam jangka panjang. meskipun sangat efektif, OAINS memiliki banyak efek samping dan bahkan dapat fatal. Pemberian OAINS yang kurang menyebabkan banyak efek samping (Farizal *et al*, 2018).

Salah satu alternatif untuk mengurangi efek samping obat sintetis dengan cara menggunakan obat herbal sebagai alternatif pengobatan (*back to nature*). Penggunaan obat herbal ini memiliki efek samping yang lebih kecil dan ringan dibandingkan dengan obat sintetis. Pengobatan tradisional masih banyak dilakukan oleh masyarakat secara luas baik di daerah pedesaan maupun daerah perkotaan. Hal ini dikarenakan banyak dijumpainya efek samping obat yang tidak diinginkan dari pengobatan bahan kimia obat (Sentat *et al.*, 2018).

Desa leilem merupakan salah satu desa di kabupaten Minahasa, Sulawesi Utara yang berjarak 35 Km dari kota Manado. Pada tahun 2007 desa leilem dimekarkan menjadi 3 desa yaitu desa leilem, desa leilem II dan desa leilem III. Secara ekonomi sebagian besar penduduk desa leilem bekerja sebagai tukang kayu yang dikenal dengan sentra industri meubel, selain itu banyak masyarakat di desa leilem yang berprofesi wiraswasta. Berdasarkan hasil survei terkait dengan kesehatan masyarakat diperoleh data bahwa masyarakat sering merasakan keluhan-keluhan kesehatan seperti sering merasakan nyeri pada otot, sendi pada bagian-bagian tubuh tertentu terutama setelah melaksanakan aktivitas pekerjaan yang berat.

Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi keluhan ini adalah dengan memanfaatkan tanaman-tanaman disekitar yang dapat digunakan sebagai terapi alternatif. Sereh dan jahe merupakan tanaman yang banyak terdapat pekarangan rumah yang dapat dimanfaatkan sebagai terapi alternatif untuk mengatasi keluhan nyeri dan menghasilkan produk yang bernilai ekonomi. Sereh memiliki kandungan komponen utama sitronelal dan gineriol, yang memiliki wangi aromatik, sereh telah banyak dimanfaatkan sebagai minyak urut, obat rematik dan penghilang rasa sakit. Jahe mengandung ginerol yang juga memiliki aktifitas farmakologi seperti menimbulkan rasa hangat dan akan membuat pembuluh darah terbuka dan memperlancar sirkulasi darah, sehingga yang nantinya dapat mengurangi nyeri.

Berdasarkan hal tersebut dilakukan tim bermaksud melaksanakan kegiatan pengabdian kepada Masyarakat agar Masyarakat dapat memanfaatkan tanaman sereh dan jahe untuk mengatasi keluhan-keluhan nyeri.

METODE PELAKSANAAN

Mitra pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah anggota jemaat kolom 28 dan kolom 29 Jemaat Imanuel Leilem yang dilaksanakan pada tanggal 25 September dan 2 Oktober 2024.

1. Kegiatan yang dilakukan berupa sosialisasi tentang nyeri, pengobatan nyeri, efek samping obat analgesik dan pemanfaatan sereh dan jahe sebagai terapi nyeri. Media yang digunakan berupa leaflet dan persentasi menggunakan power point. Setelah selesai penyampaian materi dilanjutkan dengan sesi tanya jawab

2. Kegiatan selanjutnya adalah pelatihan pembuatan minyak gosok. Kegiatan berupa simulasi cara memperoleh minyak dari tumbuhan dilanjutkan dengan pelatihan minyak gosok disertai dengan tanya jawab dengan masyarakat

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di jemaat kolom 28 dan kolom 29 GMIM Imanuel Leilem berlangsung dengan baik. Pelaksanaan kegiatan berlangsung dengan baik dengan jumlah peserta yang hadir berjumlah 60 orang. Kegiatan diawali dengan perkenalan tim dan tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Materi awal yang diberikan adalah tentang nyeri. Materi yang disampaikan tentang pengobatan nyeri, cara memilih obat nyeri, efek samping obat antinyeri (analgesic) dan terapi alternatif untuk pengobatan nyeri. Masyarakat antusias mendengarkan materi yang diberikan karena sangat relevan dan banyak di alami Masyarakat yang sehari-hari berkerja sebagai tukang selain itu beberapa anggota jemaat yang datang adalah masyarakat lanjut usia yang juga sering merasakan kondisi sakit/nyeri otot. Materi di sampaikan dengan dibaik dan setelah penyampaian materi dilanjutkan dengan sesi tanya jawab, hal yang paling sering di tanyakan adalah mengenai efek samping obat analgesik, Masyarakat masih banyak yang belum memahami dengan baik tentang efek samping obat analgesik karena berdasarkan hasil masyarakat sering menggunakan analgesik dan bahkan dalam penggunaan jangka panjang.

Kegiatan pelatihan dilaksanakan setelah sosialisasi mengenai nyeri. Kegiatan diawali dengan pemutaran video proses penyulingan minyak atsiri dari serai dan jahe yang nantinya diharapkan agar dapat diterapkan oleh masyarakat dengan peralatan yang lebih sederhana. Minyak gosok merupakan suatu produk sediaan cair, sangat praktis dan nyaman digunakan oleh konsumen. Produk beraroma spesifik dan berfungsi sebagai penghangat tubuh sekaligus dapat menghilangkan rasa nyeri dan pegal linu, digemari masyarakat untuk pemeliharaan Kesehatan (Tanka *et al*, 2017).



Gambar I. Pelatihan pembuatan minyak gosok di kolom 28 Gmim Imanuel leilem

Demonstrasi pembuatan minyak gosok serai dipandu oleh tim PKM. Bahan aktif yang digunakan adalah minyak serai dan minyak jahe. Minyak serai mengandung senyawa aldehid, yaitu sitronela dan geraniol, kandungan minyak atsiri ini memiliki sifat kimiawi dan efek farmakologis yang memberikan rasa hangat, antiinflamasi dan dapat menghilangkan nyeri. Minyak jahe memiliki kandungan zat berkhasiat yang dapat menghilangkan nyeri. Sehingga kombinasi minyak serai dan jahe memiliki efek yang sinergis dan kombinasi ini juga menciptakan aroma minyak gosok yang lebih baik. Para peserta sangat antusias mengikuti kegiatan pelatihan dan aktif menyampaikan beberapa pertanyaan terkait pembuatan Minyak Gosok.



Gambar 2. Pelatihan pembuatan minyak gosok di kolom 29 Gmim Imanuel leilem

Minyak gosok yang telah dibuat selanjutnya diukur dan dimasukkan dalam wadah dan diberi label. Masyarakat sangat antusias mengikuti seluruh tahapan kegiatan. Kegiatan ini diharapkan memberi dampak positif bagi Masyarakat khususnya desa leilem, Dimana desa leilem merupakan salah satu desa yang masyarakatnya kreatif dan mampu melihat setiap peluang usaha yang ada.

KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dapat disimpulkan masyarakat telah memahami materi tentang nyeri dan penanganan nyeri. Masyarakat pun dapat memanfaatkan tanaman disekitar yang berkhasiat obat sehingga dapat menjadi alternatif pengobatan alami karena masyarakat telah melihat dan mempraktekan cara membuat minyak gosok selain dari itu diharapkan selain dapat digunakan sendiri kegiatan ini dapat memberikan dampak positif yang nantinya akan dapat meningkatkan pendapatan masyarakat.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Sam Ratulangi atas dukungan dana yang telah diberikan melalui Program Kemitraan Masyarakat (PKM) tahun anggaran 2024. Penulis juga menyampaikan terimakasih BPMJ Gmim Imanuel Leilem, Penatua, Diaken dan seluruh jemaat kolom 28 dan 29 yang telah memberikan kesempatan kepada tim untuk melaksanakan kegiatan PKM, juga kepada masyarakat yang telah berpartisipasi menjadi Mitra PKM.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggrainia, D., Hartonoa., Assalam,A. (2024). Pengembangan Potensi Serai (*Cymbopogon Citratus*) Untuk Mengatasi Pegal Dan Nyeri Sendi Di Desa Sepat Kabupaten Sragen. *SWAGATI: Journal of Community Service* Vol 2 No 1 13-18
- Farizal, J. Mulyati,Leli., Susiwati. (2018). Kompres Jahe Merah Berpengaruh Terhadap Penurunan Skala Nyeri Osteoarthritis Pada Lanjut Usia Di Wilayah Kerja Puskesmas Kampung Delima. *Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan*, Vol 5 Nomor 2, 192 – 200
- Perhimpunan Reumatologi Indonesia. (2020). Rekomendasi Perhimpunan Reumatologi Indonesia Tentang Obat Anti Inflamasi Non Steroid. Perhimpunan Reumatologi Indonesia
- Sukma, NS., Cahyani, D., Revi, Y., Febiany, E., Alifiyah, F., Hariawan, B., Khosyyatillah, F. Khoiriyah, Ayuningtyas, NS., Rosyidah, F. Mufarrihah. (2020). Pemilihan Analgesik Eksternal Untuk Mengatasi Nyeri Otot Pada Kuli Angkut Pusat Grosir Surabaya. 2020. *Jurnal Farm*
- Sentat, T., Budianti, Y., & Hakim, L. N. (2018). Uji Aktivitas Analgetik Ekstrak Etanol Daun Sereh Wangi (*Cymbopogon nardus*(L) Rendle) Pada Mencit Putih (*Mus Musculus L*) Jantan Dengan Metode Induksi Nyeri Cara Kimia. *Al Ulum: Jurnal Sains Dan Teknologi*, 4(1), 28. <https://doi.org/10.31602/ajst.v4i1.1557>
- Tanka R, Andriani S, Helmiawati Y. Pembuatan Sediaan Minyak Gosok dari Bahan Kelapa (*Cocos nucifera L.*), Serai (*Cymbopogon citratus DC.*) dan Daun Dewa (*Gynura segetum L.*) dengan Metode Pengendapan Tradisional. (2017). *J Holist Heal Sci*.1(1):86–93.
- Perhimpunan Reumatologi Indonesia. (2020). Rekomendasi Perhimpunan Reumatologi Indonesia Tentang Obat Anti Inflamasi Non Steroid. Perhimpunan Reumatologi Indonesia