

Edukasi Dan Simulasi Produksi Minyak Gosok Rumahan Pada Masyarakat Kelurahan Lok Bahu, Kecamatan Sungai Kunjang, Kota Samarinda

Chaidir Masyhuri Majiding¹, Risna Agustina^{1*}, Wisnu Cahyo Prabowo², Abdul Rahim¹, Mahfuzun Bone¹, Azhar¹,

¹Program Studi Sarjana Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Mulawarman, Samarinda, Indonesia

²Program Studi Diploma Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Mulawarman, Samarinda, Indonesia

Email: ¹chaidirdm@farmasi.unmul.ac.id, ^{2*}Risna@farmasi.unmul.ac.id, ³wisnu@farmasi.unmul.ac.id,

⁴abdulrahim@farmasi.unmul.ac.id, ⁵fuzunpharm31@gmail.com

Abstrak – Menjaga kesehatan adalah suatu kewajiban dan investasi penting demi menjalani kehidupan yang produktif dan bermakna. Dalam upaya menjaga dan meningkatkan kesehatan, berbagai metode dan produk kesehatan telah menjadi perhatian masyarakat. Salah satu produk yang semakin mendapatkan perhatian adalah minyak gosok. Tujuan dari kegiatan ini adalah memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada masyarakat kelurahan Lok Bahu dalam memproduksi minyak gosok secara mandiri. Pendekatan edukatif digunakan untuk menjelaskan bahan-bahan, proses pembuatan, dan manfaat penggunaan minyak gosok tersebut. Hasil kegiatan pengabdian ini menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan masyarakat tentang manfaat kesehatan dari penggunaan minyak gosok. Selain itu, peserta pengabdian juga menunjukkan peningkatan keterampilan dalam pembuatan minyak gosok yang dapat diimplementasikan secara mandiri di lingkungan rumah tangga. Evaluasi dari kegiatan ini menunjukkan bahwa program ini berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pemakaian bahan alami untuk kesehatan.

Kata Kunci: Minyak Gosok Rumahan, Edukasi, Simulasi, Kesehatan

Abstract – Maintaining health is an obligation and an important investment in order to live a productive and meaningful life. To maintaining and improving health, various health methods and products have attracted public attention. One product that is getting more attention is rubbing oil. The aim of this activity is to provide knowledge and skills to the community of Lok Bahu Region in producing rubbing oil independently. An educational approach is used to explain the ingredients, manufacturing process, and benefits of using the rubbing oil. The results of this service activity show a significant increase in public knowledge about the health benefits of using rubbing oil. Apart from that, service participants also demonstrated increased skills in making rubbing oil which can be implemented independently in the household environment. Evaluation of this activity shows that this program has succeeded in increasing public awareness of the use of natural ingredients for health.

Keywords: Homemade Rubbing Oil, Education, Simulation, Health

1. PENDAHULUAN

Lok Bahu adalah salah satu kelurahan yang ada di kecamatan Sungai Kunjang, Kota Samarinda, Provinsi Kalimantan Timur, Indonesia. Kelurahan ini merupakan salah satu kelurahan dengan jumlah penduduk terbanyak di Sungai Kunjang. Pertambahan penduduk yang cukup signifikan diakibatkan banyaknya perumahan yang bermunculan di kelurahan ini, salah satunya adalah Perumahan Korpri Daksa. Sebagian besar masyarakat Perumahan Korpri Daksa Lok Bahu bekerja sebagai pegawai hingga wiraswasta dengan jam kerja yang cukup panjang. Intensitas kerja dan jam kerja yang cukup panjang inilah yang memunculkan berbagai keluhan, salah satunya keluhan kesehatan. Tidak sedikit masyarakat Lok Bahu merasakan keluhan seperti sakit kepala, leher pegal, nyeri otot dan sendi, serta sakit pinggang atau rematik yang diakibatkan jam kerja yang panjang dan waktu istirahat yang kurang. Atas dasar keluhan tersebut, masyarakat Lok Bahu banyak menggunakan sediaan-sediaan farmasi untuk mengatasi keluhan tersebut. Namun sayangnya sediaan farmasi yang digunakan oleh masyarakat saat ini cenderung mahal dan terbuat dari bahan sintesis. Oleh karena itu masyarakat saat ini lebih membutuhkan sediaan-sediaan alternatif alami yang murah dan dapat dibuat sendiri.

Salah satu tren yang semakin mendapatkan perhatian adalah penggunaan minyak gosok rumahan yang dibuat atau diperkaya dengan bahan-bahan alami dan dihasilkan melalui proses

sederhana di lingkungan rumah tangga. Minyak gosok ini tidak hanya mencerminkan semangat keberlanjutan dan kepedulian terhadap kesehatan alami, tetapi juga memberikan opsi personalisasi yang kuat (Scuteri, 2021).

Peningkatan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya perawatan kesehatan yang berkelanjutan dan alami semakin memunculkan minat pada penggunaan produk-produk rumahan yang ramah lingkungan (Aryanta, 2019). Dalam konteks ini, pengabdian masyarakat menjadi landasan yang kuat untuk menyebarkan pengetahuan dan keterampilan praktis, seperti pembuatan minyak gosok rumahan.

Minyak gosok yang sering kali mengandung bahan-bahan alami seperti minyak esensial dan bahan pembawa tertentu sebenarnya telah lama digunakan dalam tradisi pengobatan alternatif untuk meredakan ketegangan otot, meningkatkan sirkulasi darah, memberikan efek relaksasi, serta mengatasi beberapa keluhan kesehatan lainnya. Saat ini, dengan semakin berkembangnya kesadaran akan keberlanjutan dan minat dalam pengobatan holistik, minyak gosok rumahan semakin menjadi perhatian banyak individu yang mencari alternatif alami untuk kesehatan dan kesejahteraan mereka (Salcedo, 2018; Tanka, 2017; Suprianto et al., 2022).

Dalam upaya meningkatkan kesejahteraan dan kesehatan masyarakat, edukasi tentang pembuatan minyak gosok rumahan dirasa lebih relevan dan bermanfaat. Penting untuk menciptakan pemahaman dan pengetahuan luas di kalangan masyarakat tentang cara membuat minyak gosok rumahan yang efektif, mudah, murah, dan aman. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi yang komprehensif dan praktis mengenai proses pembuatan minyak gosok rumahan. Melibatkan masyarakat secara langsung dalam pembelajaran ini diharapkan dapat memberikan manfaat ganda yaitu meningkatkan pengetahuan mereka tentang minyak gosok yang digunakan dan memberdayakan mereka untuk membuat minyak gosok secara mandiri.

Melalui kegiatan pengabdian ini, kami berupaya menjembatani kesenjangan antara pengetahuan tradisional dan pemahaman ilmiah modern. Dengan memberikan pendidikan tentang potensi manfaat kesehatan dari minyak gosok rumahan, pemilihan bahan, dan simulasi pembuatan minyak gosok rumahan diharapkan dapat menciptakan dampak positif dalam praktik kesehatan masyarakat dan mempromosikan penerapan solusi-solusi alami dalam kehidupan sehari-hari.

2. METODE PELAKSANAAN

Pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh tim pengabdian adalah melaksanakan aplikasi dalam bidang farmasi yaitu melalui edukasi dan produksi minyak gosok rumahan. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada bulan Agustus tahun 2023. Tim yang terlibat dalam pengabdian masyarakat ini terdiri dari 6 orang dosen, 4 orang tenaga kependidikan, dan 4 orang mahasiswa Fakultas Farmasi. Peserta yang terlibat dalam pengabdian masyarakat ini adalah warga Perumahan Korpri Daksa, Kelurahan Lok Bahu berjumlah 55 orang yang terdiri dari ibu-ibu, bapak-bapak, anak-anak muda, dan tokoh masyarakat Kelurahan Lok Bahu. Bentuk dari kegiatan pengabdian ini adalah kombinasi dari penyuluhan dan demonstrasi atau praktek langsung yaitu melalui pemberian edukasi lalu dilanjutkan dengan simulasi pembuatan minyak gosok dari beberapa bahan herbal. Kegiatan pengabdian ini terdiri dari beberapa tahapan yaitu:

2.1. Tahapan Persiapan

Tahapan persiapan ini adalah tahapan awal sebelum pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat. Terdapat beberapa hal yang dilakukan pada tahapan persiapan ini diantaranya melakukan survey awal dengan mendatangi Kelurahan Lok Bahu, Kota Samarinda lalu mengidentifikasi permasalahan dan kebutuhan masyarakat setempat melalui kunjungan langsung ke rumah-rumah ketua RW. Setelah menghimpun informasi terkait permasalahan dan permintaan masyarakat Lok Bahu, tim pengabdian lalu melakukan diskusi untuk menentukan topik kegiatan pengabdian masyarakat. Adapun topik pengabdian yang telah disepakati yaitu edukasi yang dirangkaikan dengan simulasi pembuatan produk farmasi dengan pertimbangan yaitu bahan baku yang digunakan mudah ditemukan dan proses produksinya mudah untuk dilakukan. Atas dasar pertimbangan tersebut, akhirnya tim pengabdian menyepakati untuk membuat produk minyak gosok

skala rumahan. Setelah menentukan topik pengabdian, tim pengabdian kami kemudian melakukan persiapan bahan-bahan yang akan dipakai untuk simulasi pembuatan minyak gosok antara lain minyak kelapa, jahe merah, cengkeh, adas manis, sereh, minyak kayu putih, minyak gandapura, dan minyak mint. Berikut adalah tabel komposisi formula minyak gosok rumahan yang akan dibuat pada kegiatan ini.

Tabel 1. Komposisi Formula Minyak Gosok

| Nama Bahan | Jumlah |
|---------------------|---------------|
| Minyak Kelapa / VCO | 100 ml |
| Jahe Merah | 2 ruas |
| Cengkeh | 1 sdm |
| Adas Manis | 1 sdm |
| Sereh | 5 batang |
| Minyak Kayu Putih | 1 sdm |
| Minyak Gandapura | 1 sdm |
| Minyak Mint | 5 tetes |

2.2. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

Pada tahap pelaksanaan dilakukan edukasi dan simulasi produksi minyak gosok rumahan kepada warga Kelurahan Lok Bahu. Kegiatan dilaksanakan di balai Kelurahan Panggung Lok Bahu, Kota Samarinda. Selain edukasi dan simulasi, pada kegiatan pengabdian ini juga dilakukan pemeriksaan kesehatan gratis yaitu berupa pengecekan tekanan darah dan kadar gula darah untuk warga yang berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian ini. Kegiatan ini berlangsung kurang lebih 3 jam mulai dari pembukaan acara sampai penutupan.

2.3. Tahapan Evaluasi

Evaluasi dilakukan dengan tanya jawab dan dengan pemberian pre-post test untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta pengabdian terhadap kegiatan pengabdian yang diberikan.

2.4. Tahapan Pembuatan Luaran Pengabdian

Pada tahap akhir dibuat luaran berupa publikasi hasil pengabdian masyarakat dalam bentuk artikel jurnal. Publikasi dalam bentuk jurnal memberikan wadah yang formal untuk membagikan, memvalidasi, dan memperluas dampak dari kegiatan pengabdian masyarakat. Ini memungkinkan pengetahuan yang dihasilkan dari kegiatan pengabdian masyarakat dapat diakses oleh orang-orang yang tertarik dan dapat memberikan kontribusi pada bidang terkait, dalam hal ini adalah bidang kefarmasian.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian bagi masyarakat ini diikuti oleh 55 warga Perumahan Korpri Daksa Kelurahan Lok Bahu Samarinda. Peserta yang mengikuti pelatihan pada umumnya berusia 35-50 tahun. Kegiatan pengabdian ini dilakukan melalui kolaborasi antara tim pengabdian fakultas Farmasi Unmul dan warga Perumahan Korpri Daksa Lok Bahu untuk meningkatkan kepedulian dan skill masyarakat khususnya di bidang kesehatan melalui pembuatan sediaan minyak gosok. Dalam pelaksanaannya, proses pengabdian ini dibagi menjadi 4 sesi diantaranya:



Gambar 1. Pemeriksaan Kesehatan Gratis berupa Cek Tekanan Darah dan Kadar Glukosa Darah

Sesi 1: Pemeriksaan kesehatan berupa pengecekan tekanan darah dan pemeriksaan kadar gula darah oleh tim pengabdian. Pemeriksaan kesehatan berupa pengecekan tekanan darah dan gula darah penting dilakukan pada masyarakat karena keduanya merupakan indikator kesehatan yang dapat memberikan informasi penting tentang kondisi tubuh seseorang. Pemeriksaan kesehatan ini juga dapat dimanfaatkan sebagai kesempatan untuk memberikan pendidikan kesehatan kepada masyarakat. Ini juga dapat meningkatkan kesadaran tentang pentingnya pola hidup sehat dan deteksi dini penyakit.



Gambar 2. Edukasi tentang Manfaat dan Tata Cara Pembuatan Minyak Gosok Rumahan

Sesi 2: Pemaparan tentang sediaan minyak gosok meliputi manfaat penggunaan minyak gosok, jenis-jenis minyak gosok populer, bahan-bahan yang dapat dimanfaatkan dalam pembuatan minyak gosok, proses pembuatan minyak gosok secara mandiri, sampai kepada tata cara penggunaan minyak gosok yang tepat. Pada sesi pemaparan materi ini, media yang digunakan adalah power point. Pemaparan materi berlangsung selama kurang lebih 30 menit, lalu dilanjutkan sesi tanya jawab atau diskusi dengan peserta selama kurang lebih 15 menit.



Gambar 3. Edukasi tentang Manfaat dan Tata Cara Pembuatan Minyak Gosok Rumahan

Sesi 3: Simulasi pembuatan minyak gosok. Pembuatan minyak gosok ini menggunakan alat dan bahan serta cara yang mudah diaplikasikan. Pembuatan minyak gosok dimulai dengan memanaskan minyak kelapa/vco selama 30 menit pada suhu 60-70 derajat, setelah itu dilakukan pencampuran bahan-bahan lain berupa jahe yang sudah dirajan, kemudian ditambahkan cengkeh, adas manis, sereh, minyak kayu putih, gandapura lalu terakhir dimasukkan minyak mint untuk meningkatkan aroma dari minyak gosok, kemudian diaduk selama beberapa menit lalu disaring untuk selanjutnya dikemas dimasukkan kedalam botol kecil lalu ditutup rapat.

Sesi 4: Evaluasi kegiatan melalui pemberian kuesioner yang dilakukan setelah (*post test*) kegiatan dilaksanakan sebagai parameter untuk mengetahui peningkatan pengetahuan peserta setelah diberikan edukasi dan praktek langsung pembuatan minyak gosok. Berdasarkan hasil pengisian kuesioner posttest yang diberikan kepada seluruh peserta membuktikan bahwa terdapat peningkatan persentase jawaban benar dibandingkan hasil pretest. Peningkatan respon peserta dilihat dari persentase jawaban benar sebesar 87% dibandingkan respon dengan jawaban salah sebesar 13%. Hasil evaluasi tersebut menyimpulkan bahwa peserta memperoleh peningkatan pengetahuan atau pemahaman yang cukup baik setelah diberikan edukasi terkait topic pengabdian yang dilakukan. Testimoni dari peserta pengabdian juga sebagian besar merasakan peningkatan pemahaman yang cukup signifikan karena metode yang digunakan pada kegiatan pengabdian ini adalah kolaborasi antara metode ceramah dengan praktek langsung sehingga peserta lebih mudah dalam memperkuat pemahaman mereka.



Gambar 4. Pembagian Minyak Gosok Rumahan kepada Warga

Selama proses kegiatan pengabdian, peserta terlihat sangat antusias. Hal ini ditunjukkan dari beberapa peserta aktif yang mengajukan beberapa pertanyaan untuk menggali informasi yang dapat bermanfaat untuk mereka. Antusiasme peserta semakin meningkat pada saat simulasi pembuatan minyak gosok rumahan dimulai, seluruh peserta kegiatan memperhatikan secara seksama proses pembuatan minyak gosok dari awal sampai akhir. Tidak sedikit peserta juga bahkan mencatat hasil simulasi pembuatan minyak gosok yang mereka lihat.

Kegiatan pengabdian masyarakat di Kelurahan Lok Bahu telah 100% dilaksanakan dengan lancar dan berhasil dalam menambah pengetahuan dan skill masyarakat pada pembuatan sediaan farmasi berupa minyak gosok rumahan. Pembuatan minyak gosok yang cukup sederhana menjadi daya tarik masyarakat untuk mempraktekkan dalam kehidupan sehari-hari dalam mencegah ataupun mengobati terjadinya berbagai macam masalah kesehatan. Diharapkan hubungan dengan masyarakat Lok Bahu bisa tetap terjalin dengan baik, dan menjadikannya sebagai komunitas binaan dengan cara mendorong masyarakat Lok Bahu untuk terus dapat meningkatkan kesadaran akan manfaat berbagai macam sumber daya alam khususnya tanaman-tanaman rumahan atau bahan-bahan alami yang mudah ditemukan yang dapat dijadikan sebagai sediaan-sediaan yang bermanfaat untuk kesehatan.

Program edukasi dan simulasi pembuatan minyak gosok rumahan dapat menjadi strategi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat sekaligus memberikan kontribusi positif terhadap kesehatan masyarakat. Pengalaman praktis yang diperoleh dalam pembuatan minyak gosok dapat menjadi modal bagi masyarakat dalam menjaga kesehatan secara alami di tengah tantangan pola hidup modern. Program ini memberikan dasar untuk pengembangan lebih lanjut dalam upaya pencegahan penyakit dan peningkatan kesejahteraan masyarakat.



Gambar 5. Foto Bersama Tim dan Peserta Pengabdian Masyarakat

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian telah dilaksanakan 100% dengan baik dan lancar melalui kegiatan edukasi dan pelatihan cara pembuatan minyak gosok rumahan. Adanya pelatihan pembuatan minyak gosok rumahan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan bagi masyarakat Lok Bahu sekaligus menciptakan kemandirian untuk dapat membuat sendiri sediaan minyak gosok dari bahan-bahan alami untuk pencegahan dan penyembuhan masalah kesehatan. Ini juga dapat menjadi solusi ekonomis dan ramah lingkungan untuk mengurangi ketergantungan pada produk komersial dengan bahan kimia tambahan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada Fakultas Farmasi Universitas Mulawarman yang telah mendanai kegiatan pengabdian ini sehingga terlaksana dengan sangat baik. Ucapan terima kasih tak terhingga juga disampaikan kepada seluruh peserta kegiatan ini yaitu masyarakat Perumahan Korpri Daksa Kelurahan Lok Bahu atas partisipasinya dan antusiasmenya selama kami melakukan kegiatan Pengabdian Masyarakat.

REFERENCES

- Salcedo, B. (2018). Depression and Anxiety. Wiley Online Lib. 35(4):290–291.
- Tanka R, Andriani S, Helmiawati Y. (2017). Pembuatan Sediaan Minyak Gosok dari Bahan Kelapa (*Cocos nucifera* L.), Serai (*Cymbopogon citratus* DC.) dan Daun Dewa (*Gynura segetum* L.) dengan Metode Pengendapan Tradisional. *J Holist Heal Sci.* 1(1):86–93.
- Aryanta, IWR. (2019). Manfaat Jahe untuk Kesehatan. *Widya Kesehatan.* 1(2):39–43.
- Scuteri, D, Hamamura, K, Sakurada, T, Watanabe C. (2021). Efficacy of Essential Oils in Pain: A Systematic Review and Meta-Analysis of Preclinical Evidence. *Front Pharmacol.* 12: 640128.
- Suprianto, Kusumastuti M, Andilala, Ruseni, Nurmaliza, L, Sumardi. (2022). Pendampingan Pembuatan Minyak Gosok Berbahan Alami Sari Jahe dan Minyak Pala bagi Ibu PKK Desa Lestari Dadi Serdang Bedagai. *Mejuajua: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat.* 1(3):27-33.
- Yuliet, Y, Widodo, A, Khaerati, K, & Tandi, J. (2023). Phytochemical Analysis and Cytotoxic Activities of Hantap Leaves (*Sterculia coccinea*Jack) Extract. *Indonesian Journal of Chemistry.* 23(3):671.