



USULAN PROGRAM KREATIVITAS MAHASISWA

GULAT (GULING AROMA TERAPI)

BIDANG KEGIATAN:

PKM KARSACIPTA

Diusulkan oleh:

Nur Ningsih 1401412292/2012

Retno Rismawati 1401412285/2012

Khoirun Nesa 1401412607/2012

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

SEMARANG

2015

DAFTAR ISI

DAFTAR ISIii
RINGKASANiii
PENDAHULUAN	
Latar Belakang.....	1
Tujuan	1
Luaran yang diharapkan.....	2
GAGASAN	
Kondisi umum dan gambaran produk.....	2
Peluang pasar produk barang.....	3
Metode Pelaksanaan.....	3
DAFTAR PUSTAKA	6
LAMPIRAN –LAMPIRAN	7

ABSTRAK

Mawar adalah suatu jenis tanaman semak dari genus *Rosa* sekaligus nama bunga yang dihasilkan tanaman ini. Mawar kebanyakan tumbuh di belahan bumi utara yang berudara sejuk. Spesies mawar umumnya merupakan tanaman semak yang berduri atau tanaman memanjat yang tingginya bisa mencapai 2 sampai 5 meter. Mawar merupakan tanaman yang banyak dikenal orang. Tidak hanya memiliki bau harum yang khas, Mawar juga memiliki manfaat di bidang kesehatan. Aroma harum pada bunga mawar bisa menghilangkan rasa yang nyaman sehingga stres yang dihadapi bisa kembali dalam keadaan tenang. Bahkan masyarakat romawi kuno memanfaatkan bunga mawar sebagai obat depresi. Tujuan dari penulisan karya ini adalah untuk mengatasi seseorang dalam hal kesulitan tidur akibat banyaknya pikiran dan stres karena banyaknya tugas yang berat. Metode dalam program ini adalah dimulai dari tahap persiapan, produksi dan pemasaran. Dengan adanya guling aroma terapi ini diharapkan akan banyak memberikan manfaat bagi kaum yang sering merasakan kesulitan tidur karena dibebani oleh tugas dan permasalahan yang banyak (stres).

Kata kunci : Mawar, guling, aromaterapi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tidur merupakan kebutuhan dasar manusia yang ditandai dengan aktivitas fisik yang minimal, penurunan kesadaran, perubahan proses fisiologi tubuh dan penurunan respon terhadap rangsangan dari luar. Tidur mempunyai manfaat besar bagi tubuh. Manfaat tidur antara lain dapat mengembalikan keseimbangan dan aktivitas saraf pusat pada level normal. Tidur juga bermanfaat untuk sintesis protein yang memungkinkan terjadinya proses perbaikan dan memperoleh kualitas tidur terbaik juga penting untuk peningkatan kesehatan dan pemulihan individu yang sakit. Mengonsumsi obat untuk mengatasi sulit tidur akan memberikan efek bagi tubuh dalam jangka panjang. Oleh karena itu, banyak cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi sulit tidur. Salah satunya adalah dengan relaksasi menggunakan aroma terapi. Aroma terapi merupakan bentuk dari relaksasi. Biasanya menggunakan tanaman yang memang memiliki bau harum yang dapat merangsang dan menenangkan pikiran bagi tubuh seseorang. Salah satunya adalah tanaman Mawar. Aromaterapi minyak esensial mawar digunakan untuk membantu menjaga kesehatan, membangkitkan semangat, menyegarkan serta menenangkan. Aromaterapi adalah terapi yang menggunakan minyak esensial atau sari minyak murni untuk membantu memperbaiki atau menjaga kesehatan, membangkitkan semangat, menyegarkan serta menenangkan jiwa dan raga serta merangsang proses penyembuhan. Minyak esensial Mawar (*Rosa damascena* Mill) memiliki bau yang agak menyengat, aroma segar, memiliki warna kuning hingga merah. Minyak dari tanaman mawar memiliki sifat antidepresan, antiseptik, adstringen, bakterisidal, diuretik, laksatif, dan sedatif. Minyak ini tidak mengiritasi kulit yang sensitif dan penguapannya dapat berfungsi sebagai relaksan. Banyaknya manfaat yang dimiliki oleh bunga Mawar mendorong penulis untuk dapat menciptakan bantal guling aroma terapi (Mawar) dengan tujuan agar dapat dimanfaatkan oleh masyarakat sebagai alat untuk mengatasi sulit tidur.

B. Tujuan

Melalui penulisan karya ilmiah ini, tujuan penulis membuat guling aroma terapi adalah:

1. Membentuk mahasiswa mandiri, kreatif dan tanggap dalam pengembangan produk kesehatan yang inovatif.
2. Melatih berfikir kreatif dan inovatif dalam membuka peluang usaha.

C. LUARAN YANG DIHARAPKAN

Melalui program kreativitas mahasiswa karsa cipta (PKMKC) ini diharapkan dapat menambah suatu produk inovasi aromaterapi yang memiliki manfaat di bidang kesehatan dan dapat digunakan secara aman oleh masyarakat umum.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. KONDISI UMUM DAN GAMBARAN PDODUK

Insomnia, sesuai dengan fakta merupakan keluhan gangguan tidur yang umum, namun hanya sedikit orang yang tahu cara menangani atau menyembuhkan insomnia. Kesulitan tidur (insomnia) biasanya terjadi karena banyaknya pikiran dan permasalahan yang membuat diri seseorang menjadi tidak nyaman dan tenang dalam proses akan tidur. Padahal, kualitas tidur yang kurang baik juga akan dapat memberikan efek yang tidak baik pula. Fakta telah membuktikan bahwa kurang tidur dapat menyebabkan tingkat kesehatan, mood, dan kinerja tubuh menjadi menurun sehingga dapat menyebabkan berbagai macam penyakit. Oleh karena hal itu, penulis ingin membuat produk berupa bantal guling aroma terapi yang bertujuan untuk mengatasi kesulitan tidur. Sehingga adanya produk bantal guling ini, akan memberikan manfaat yang besar untuk masyarakat. Jika biasanya bunga mawar dikemas menjadi wewangian, shampo, sabun, lulur dan bentuk lain, disini penulis membuat guling yang didalamnya terdapat ekstrak mawar.

Produk bantal guling aroma terapi ini dirancang sedemikian menarik. Sebenarnya bentuknya hampir sama dengan guling biasa pada umumnya, namun yang membedakan adalah didalam guling tersebut ada tempat khusus untuk ekstrak minyak lavender yang dihubungkan dengan selang. Jadi, diujung guling ada semacam pompa penekan yang dihubungkan dengan selang ke semprotan minyak tersebut, sehingga jika tombol penekan itu ditekan, maka bau harum mawar akan keluar dan dapat dirasakan. Hal tersebut tentu akan memudahkan pengguna guling untuk dapat mengatur tingkat ketajaman bau aroma mawar.

B. PELUANG PASAR PRODUK BARANG

Banyaknya teman (mahasiswa) yang seringkali mengeluh kesulitan tidur karena berbagai faktor ditambah lagi masih jarang nya penjualan produk guling aroma terapi ini di lingkungan masyarakat, maka tentu akan memudahkan penulis untuk menciptakan dan memasarkan produk, juga dengan memperhatikan penggunaan perencanaan yang strategis dan matang.

BAB III

METODE PELAKSANAAN

Guna memasarkan hasil produksi bantal guling aroma terapi ini, penulis akan menggunakan metode pemasaran secara online dan langsung. Pertama kami akan membuat blog khusus yang akan mempromosikan dan juga memasarkan produk ini. Tidak hanya blog khusus saja namun juga dengan menggunakan media sosial lainnya seperti facebook, twitter, dan BBM. Pesatnya media sosial saat ini tentu dapat membantu mempromosikan dan memasarkan produk ini. Karena untuk saat ini media sosial sangat berpengaruh sekali terhadap kelancaran pemasaran. Hampir seluruh masyarakat luas sudah memiliki akun pribadi. Pemasaran tidak hanya dengan sistem online saja, namun juga dilakukan secara langsung. Penulis berharap, melalui strategi pemasaran yang seperti itu semoga dapat menarik minat konsumen sehingga produk dapat terjual dengan baik. Jadi alur pelaksanaan melalui beberapa tahapan. Bunga mawar dijadikan ekstrak minyak mawar lalu dikemas dalam kotakan, pembuatan guling, pengemasan kotak ekstrak mawar ke dalam guling, finishing, terakhir pemasaran.

Strategi Pemasaran

Strategi dalam pemasaran guling aroma terapi ini dilakukan dengan 4 (empat) metode untuk lebih mensukseskan penjualan, diantaranya adalah:

1. Mengenal Konsumen

Lakukan identifikasi terhadap target pasar anda. Jadi disini sasaran atau target dari penjualan guling ini adalah para remaja (mahasiswa) dan para pekerja berat. Mengapa memilih target mereka? karena dengan mempertimbangkan tingkat beban yang mereka lalui setiap harinya. Melalui guling aroma terapi ini diharapkan dapat menenangkan dan meredakan rasa kelelahan mereka.

2. Melakukan Promosi

Melakukan pengenalan produk/promosi kepada konsumen dengan cara yang kreatif dan melakukan promosi yang konsisten dan terus-menerus, membuat status mengenai produk usaha anda di sosial media dan satu lagi cara promosi yang dapat di lakukan adalah dengan berpromosi dari mulut ke mulut. Melalui cara ini dapat menjaring pelanggan jauh lebih banyak.

3. Menggunakan Internet Marketing

Salah satu strategi pemasaran yang sedang banyak dilakukan ialah internet marketing. Dengan menampilkan produk usaha anda pada situs jejaring sosial, maka dapat mengetahui bagaimana selera konsumen dan apa yang mereka butuhkan. Semakin hari aktivitas jual beli melalui online shop semakin marak dilakukan. Para konsumen cenderung ingin berbelanja dalam ruang yang lebih privat dan terhindar dari keramaian. Internet membuka pintu yang lebar bagi anda untuk berinovasi. Oleh karena itu, disini penulis

menampilkan produk usaha pada blog, facebook, twiter dan situs lainnya, dengan memasang foto-foto yang dapat menarik konsumen. Dengan menggunakan internet marketing, tentu dapat mempermudah untuk interaksi secara langsung dengan konsumen tanpa dibatasi ruang dan waktu.

4. Menjalin Hubungan yang Baik dengan Konsumen

Konsumen ialah raja. Slogan satu ini patut dipertahankan guna menjaga kelangsungan suatu usaha. Jalinlah hubungan yang baik dengan konsumen, dengan cara menghubungi mereka untuk sekadar menanyakan testimoni mengenai produk ini ataupun menginfomasikan produk yang baru dikeluarkan, dan promo yang sedang berjalan. Menjalin hubungan yang baik dengan konsumen merupakan kunci terakhir yang harus anda pegang untuk mencapai kesuksesan dalam usaha.

BAB IV
BIAYA DAN JADWAL KEGIATAN

no	rencana kegiatan	bulan ke			
		1	2	3	4
1	pengumpulan bahan	✓			
2	proses pembuatan		✓	✓	
3	Pembuatan desain guling		✓		
4	Pengemasan dan pemasaran		✓	✓	✓
5	pembuatan laporan				✓
6	seminar hasil laporan				✓

Ringkasan Anggaran Biaya PKM-KC

No.	Jenis Pengeluaran	Biaya (Rp)
1	Peralatan penunjang	Rp. 1.948.000
2	Bahan habis pakai	Rp. 2.752.000
3	Perjalanan	Rp. 260.000
4	Lain – lain (administrasi, publikasi, seminar, laporan, dokumentasi)	Rp. 355.000
	Jumlah	Rp. 5.315.000

DAFTAR PUSTAKA

1. <http://id.wikipedia.org/wiki/Mawar> (Di akses pada tanggal 31 Mei 2015)
2. https://www.academia.edu/5672918/khasiat_ekstrak_bunga_mawar
(Di akses pada tanggal 31 Mei 2015)
3. <http://www.1000macammanfaat.com/2014/07/manfaat-bunga-mawar.html>
(Di akses pada tanggal 31 Mei 2015)
4. <http://kesehatan96.blogspot.com/2013/04/manfaat-bunga-mawar.html>
(Di akses pada tanggal 31 Mei 2015)
5. <http://www.astamedia group.com/blog/strategi-pemasaran-untuk-meningkatkan-penjualan.html> (Di akses pada tanggal 31 Mei 2015)

LAMPIRAN – LAMPIRAN**Lampiran 1.** Biodata Ketua dan Anggota Kelompok

A. Identitas Ketua

Nama Lengkap	Nur Ningsih
Jenis Kelamin	P
Program Studi	Pendidikan Guru Sekolah Dasar
NIM	1401412292
Tempat dan Tanggal lahir	Banyumas, 05 Mei 1994
Email	ningsih_pgsd@yahoo.co.id
Nomor Telepon/HP	089665692526

B. Riwayat Pendidikan

	SD	SMP	SMA
Nama Institusi	SDN Sokaraja Lor	SMPN 1 Sokaraja	SMAN 1 Sokaraja
Jurusan	-	-	IPS
Tahun Masuk-Lulus	2000/2001-2005/2006	2006/2007-2008/2009	2008/2009-2011/2012

C. Pemakalah Seminar Ilmiah (Oral Presentation)

No	Nama Pertemuan Ilmiah/Seminar	Judul Artikel Ilmiah	Waktu dan Tempat
1.	-	-	-

D. Penghargaan dalam 10 tahun Terakhir (dari pemerintah, asosiasi atau institusi lainnya)

No	Jenis Penghargaan	Institusi Pemberi Penghargaan	Tahun
1.	-	-	-

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi.

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan Hibah PKM KC

Tegal, 31 Mei 2015

Pengusul,

Nur Ningsih

Identitas Anggota

Nama Lengkap	Retno Rismawati
Jenis Kelamin	P
Program Studi	Pendidikan Guru Sekolah Dasar
NIM	1401412285
Tempat dan Tanggal lahir	Purbalingga, 14 Maret 1995
Email	retno.rismawati@yahoo.com
Nomor Telepon/HP	085714857125

Riwayat Pendidikan

	SD	SMP	SMA
Nama Institusi	SDN 1 Karang Sari	SMPN 1 Kalimantan	SMA N 1 Sokaraja
Jurusan	-	-	IPS
Tahun Masuk-Lulus	2001- 2006	2007-2009	2010-2012

Pemakalah Seminar Ilmiah (Oral Presentation)

No	Nama	Pertemuan	Judul	Artikel	Waktu	dan
----	------	-----------	-------	---------	-------	-----

	Ilmiah/Seminar	Ilmiah	Tempat
1.	-	-	-

Penghargaan dalam 10 tahun Terakhir (dari pemerintah, asosiasi atau institusi lainnya)

No	Jenis Penghargaan	Institusi Pemberi Penghargaan	Tahun
1.	-	-	-

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi. Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan HibahPKM KC

Tegal, 31 Mei 2015
Pengusul

Retno Rismawati

Identitas Anggota

Nama Lengkap	Khoirun Nesa
Jenis Kelamin	P
Program Studi	Pendidikan Guru Sekolah Dasar
NIM	1401412607
Tempat dan Tanggal lahir	Rembang, 2 Juli 1994
Email	aniesnesa@gmail.com
Nomor Telepon/HP	085742912822

Riwayat Pendidikan

	SD	SMP	SMA
Nama Institusi	SDN Seren	SMPN 2 Sulang	SMA N1 Rembang
Jurusan	-	-	IPA
Tahun	2001- 2006	2007-2009	2010-2012

Masuk-Lulus			
-------------	--	--	--

Pemakalah Seminar Ilmiah (Oral Presentation)

No	Nama Pertemuan Ilmiah/Seminar	Judul Artikel Ilmiah	Waktu dan Tempat
1.	-	-	-

Penghargaan dalam 10 tahun Terakhir (dari pemerintah, asosiasi atau institusi lainnya)

No	Jenis Penghargaan	Institusi Pemberi Penghargaan	Tahun
1.	-	-	-

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi.

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan HibahPKM KC.

Tegal, 31 Mei 2015

Pengusul,

Khoirun Nesa

Lampiran 2. Justifikasi Anggaran Kegiatan

Peralatan penunjang

Gunting besar 2 buah	@ Rp.11.000
Jarum jahit 4 buah	@ Rp. 1.500
Mesin jahit 1 buah	@ Rp. 1.900.000
Pendedel 3 buah	@ Rp. 4.500
Gunting benang 3 buah	@ Rp. 5.500
Gunting Kecil Ujung Lengkung 3 buah	@ Rp. 11.000
Penggaris besi 60 cm 3 buah	@ Rp. 15.000

Jumlah

Rp. 1.948.500

Bahan Habis Pakai

Bunga Mawar 2,5 kg	@ Rp. 175.000
Kotak minyak 40 buah	@ Rp. 240.000
Selang roll	@ Rp. 100.000
Pemompa 40	@ Rp. 6.000
Kapur jahit 2 buah	@ Rp. 1.500
Resleting 120 cm 40 buah	@ Rp. 250.000
Kain katun putih 40 buah	@ Rp. 400.000
Kain motif bunga mawar 40 buah	@ Rp. 620.000
Dacron 1 unit	@ Rp. 800.000
Kain pelapis dacron	@ Rp. 160.000

Jumlah	Rp. 2.752.500
---------------	----------------------

Transportasi

Pra kegiatan	Rp. 90.000
Pelaksanaan kegiatan	Rp. 100.000
Pasca kegiatan	Rp. 70.000

Jumlah	Rp. 260.000
---------------	--------------------

Kesekretariatan

Alat tulis	Rp. 30.000
Kertas A4 1 rim @ Rp.35.000	Rp. 35.000
Flash disk 1 buah @ 60.000	Rp. 60.000
Pembuatan laporan	Rp. 50.000
Penggandaan laporan	Rp. 70.000
Publikasi hasil penelitian	Rp. 60.000

Jumlah	Rp. 305.000
---------------	--------------------

Dokumentasi

Cetak foto	Rp. 50.000
------------	------------

Jumlah	Rp. 50.000
---------------	-------------------

Lampiran 3. Susunan Organisasi Tim Kegiatan dan Pembagian Tugas

No	Nama/NIM	Program Studi	Alokasi Waktu	Uraian Tugas
1	Nur Ningsih 1401412291	PGSD	5 jam/minggu	Ketua Tim Pengelola dan penanggungjawab produksi
2	RetnoRismawati 1401412285	PGSD	5 jam/minggu	Penanggungjawab Promosi dan produksi
3	Khoirun Nesa 1401412607	PGSD	5 jam/minggu	Penanggungjawab Pemasaran

Lampiran 4 : Surat Pernyataan Ketua Peneliti



SURAT PERNYATAAN KETUA PELAKSANA

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	:	Nur Ningsih
NIM	:	1401412292
Program Studi	:	Pendidikan Guru Sekolah Dasar
Fakultas	:	Fakultas Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan bahwa usulan PKM-KC saya dengan judul GULAT (Guling Aroma Terapi) diusulkan untuk tahun anggaran 2015 bersifat original dan belum pernah dibiayai oleh lembaga atau sumber dana lain.

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku dan mengembalikan seluruh biaya penelitian yang sudah diterima ke kas negara.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan dengan sebenar-benarnya.

Tegal, 5 Mei 2015

Mengetahui,
Pembantu Rektor

Yang menyatakan

Prof. Dr. Bambang Budi Raharjo, M.Pd
NIP.1960121 7198601 1 001

Nur Ningsih
NIM. 1401412292