

**EFEK TERAPI MINYAK JAHE (*Zingiber officinale* L.)
SECARA TOPIKAL DENGAN TERMO SAUNA PADA
PENDERITA OBESITAS**

Fany,2008

Pembimbing : (I)Lucia E. Wuryaningsih, (II)Ryanto Budiono

ABSTRAK

Uji efek kombinasi minyak jahe dan terapi termo sauna terhadap penurunan berat badan pada penderita obesitas menggunakan 20 pasien wanita dengan BMI 25-48. Pasien akan menerima terapi termo sauna dua kali seminggu selama \pm 30 menit setiap sesinya, dimana sebelum termo sauna akan dilakukan masase dengan minyak jahe yang diencerkan dengan minyak zaitun (40 tetes minyak jahe dilarutkan dalam 50 ml minyak pembawa). Untuk mengetahui efek penggunaan kombinasi terapi maka akan dibandingkan dengan pasien yang hanya menerima masase dengan minyak zaitun tanpa minyak jahe dan termo sauna dua kali seminggu selama \pm 30 menit setiap sesinya dan terapi diberikan selama 21 hari. Berat badan pasien ditimbang tiap minggu hingga pada hari ke 22.

Dari hasil pengamatan berat badan pasien sebelum dan sesudah terapi, diketahui % perubahan berat badan yang terjadi, pada kelompok kontrol sebesar 0,380 % dan pada kelompok uji sebesar 1,932 %. Berdasarkan hasil penelitian dan analisis yang dilakukan menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna antara kombinasi minyak jahe yang diencerkan dengan minyak zaitun dan termo sauna dengan masase dengan minyak zaitun tanpa minyak jahe dan termo sauna. Kombinasi masase dengan minyak jahe dan termo sauna dapat menurunkan berat badan secara lebih efektif dibandingkan termo sauna dan masase dengan minyak zaitun tanpa minyak jahe .

Kata Kunci : obesitas, minyak jahe, termo sauna

**THERAPY EFFECT OF *ZINGIBER OFFICINALE* L TOPICALLY
WITH THERMO SAUNA THERAPY ON OBESITY PATIENT**

Fany, 2008

Counselor : (I) Lucia E. Wuryaningsih, (II) Ryanto Budiono

ABSTRACT

Combination effect test *ginger oil* and thermo sauna therapy toward reducing weight on the case of obesity using 20 female patients with BMI 25-48. Patients would receive thermo sauna therapy twice a week during \pm 30 minutes every session, where before thermo sauna would be massaged with *ginger oil* which be diluted with *olive oil* (40 drops *ginger oil* diluted in 50 ml carrier oil). In knowing the effect of the used therapy combination, so would be compared with patient which only receive massage with *olive oil* without *ginger oil* and thermo sauna twice a week for \pm 30 minutes each session. Therapy given for 21 days. Patient weight is measured every week till on 22th day.

From the research result of patient weight before and after therapy, known % of weight changing happened, at control group 0,380% and test group 1,942%. Based on the research result and analysis done, show the significant differentiation between combination of *ginger oil* diluted with *olive oil* and thermo sauna with massage with *olive oil* without *ginger oil* and thermo sauna. Combination massage with *ginger oil* and thermo sauna could reduce weight effectively compared with thermo sauna and massage with *olive oil* without *ginger oil*.

Keywords : Obesity, *Ginger oil*, thermo sauna