

ABSTRAK

EFEK AROMATERAPI MINYAK ESENSIAL ROSEMARY (*Rosmarinus officinalis*) TERHADAP MEMORI JANGKA PENDEK PADA WANITA DEWASA

Leviani Tan, 2014,

Pembimbing I : Sri Nadya,dr.,M.Kes

Seiring berkembangnya zaman, semakin banyak pekerjaan yang menggunakan memori. Sudah banyak obat-obatan kimia yang dikembangkan untuk meningkatkan memori seperti cholinesterase inhibitors (Aricept, Exelon, Razadyne, Cognex), tetapi memiliki banyak efek samping sehingga jaman sekarang banyak dikembangkan aromaterapi dengan minyak esensial dari tumbuhan seperti minyak esensial *Rosemary* (*Rosmarinus officinalis*). Minyak esensial *Rosemary* memiliki senyawa aktif yaitu *1,8-cineole* yang dapat merangsang sistem saraf pusat dan locus ceruleus untuk mensekresikan noradrenalin yang bersifat stimulan sehingga dapat meningkatkan memori jangka pendek seseorang.

Tujuan penelitian ini adalah untuk menilai efek minyak esensial *Rosemary* terhadap memori jangka pendek.

Desain penelitian ini bersifat eksperimental kuasi, dengan menggunakan rancangan *pre-test* dan *post-test*, dilakukan terhadap 15 wanita dewasa berusia 18-25 tahun. Data yang diukur adalah jumlah kata yang dapat diingat dari tes memori jangka pendek sebelum dan sesudah menghirup minyak esensial *Rosemary*. Analisis data menggunakan uji “t” berpasangan dengan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian yang didapat adalah jumlah kata yang diingat sesudah menghirup minyak esensial *Rosemary* lebih banyak dibandingkan dengan sebelum menghirup minyak esensial *Rosemary* (74.93 ± 13.874 vs 53.47 ± 13.679) dengan perbedaan yang sangat signifikan ($p < 0,01$).

Simpulan dari penelitian ini adalah minyak esensial *Rosemary* meningkatkan memori jangka pendek.

Kata kunci : minyak esensial *Rosemary*, memori jangka pendek, wanita dewasa

ABSTRACT

THE AROMATHERAPY EFFECT OF ROSEMARY (Rosmarinus officinalis) ESSENTIAL OIL TO SHORT-TERM MEMORY IN ADULT FEMALE

Leviani Tan, 2014,

1st Tutor : Sri Nadya,dr.,M.Kes

As the development of the times, there are more works that using memory. There are some chemical drugs like cholinesterase inhibitors (Aricept, Exelon, Razadyne, Cognex) they have been developed for icreasing memory, but that have a lot of side effects. Nowadays, aromatherapy like essential oil from Rosemary plant (Rosmarinus officinalis) has been developed to increase memory. Rosemary essential oil (REO) has an active content, 1,8-cinoele, which can stimulate central nervous system and locus ceruleus to release noradrenaline which is a stimulant that can improve short-term memory.

The aim of this research was to measure the effect of REO in increasing adult female's short-term memory.

This research was a quasi experimental design with pre and post test method, with subjects 15 adult females between 18 to 25 years old. The measured data was the number of words could remembered in the tests, before andaftert inhalation of aromatherapy. Data was analyzed using "t" test with $\alpha = 0.05$

The result of this research showed that the number of words could remembered after inhalation were more than before inhalation of REO (74.93 ± 13.874 vs 53.47 ± 13.679) with highly significant difference ($p < 0.01$).

The conclusion was the rosemary essential oil can increase short term memory.

Keywords : rosemary essential oil, short-term memory, adult female

DAFTAR ISI

	halaman
JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
<i>ABSTRACT</i>	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Identifikasi Masalah	2
1.3. Tujuan Penelitian.....	2
1.4. Manfaat Penelitian.....	3
1.4.1. Manfaat Akademis... ..	3
1.4.2. Manfaat Praktis.....	3
1.5. Kerangka Pemikiran dan Hipotesis Penelitian	3
1.5.1. Kerangka Pemikiran	3
1.5.2. Hipotesis Penelitian	4
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 5
2.1. Memori	5
2.1.1. Memori Positif dan Negatif	5
2.1.2. Klasifikasi Memori Berdasarkan Waktu	6
2.1.2.1. Memori Jangka Pendek.....	6
2.1.2.2. Memori Jangka Menengah.....	7

2.1.2.3. Memori Jangka Panjang.....	7
2.1.3. Klasifikasi memori berdasarkan jenis informasi.....	8
2.1.4. Proses Memori.....	8
2.1.5. Proses Konsolidasi Ingatan.....	10
2.1.6. Penyimpanan Memori.....	10
2.1.7. Peranan Otak Dalam Daya Ingat	11
2.1.7.1. Sistem Limbik.....	11
2.1.7.2. <i>Hippocampus</i>	12
2.1.7.3. <i>Amygdala</i>	14
2.1.7.4. <i>Hypothalamus</i>	14
2.1.8. Proses Menghidu.....	14
2.2. Aromaterapi.....	17
2.2.1. Definisi Aromaterapi	17
2.2.2. Sejarah Aromaterapi	17
2.2.3. Sifat-sifat Teraupetik Minyak Esensial	21
2.2.4. Metode Penggunaan Aromaterapi	21
2.3. <i>Rosemary</i>	23
2.3.1. Taksonomi <i>Rosemary</i>	23
2.3.2. Sejarah <i>Rosemary</i>	23
2.3.3. Definisi <i>Rosemary</i>	24
2.3.4. Kandungan <i>Rosemary</i>	25
2.3.5. Sifat-sifat dan Indikasi <i>Rosemary</i>	25
2.3.6. Mekanisme Kerja <i>Rosemary</i>	25
2.3.7. Kontraindikasi <i>Rosemary</i>	26
2.3.1. Efek Samping <i>Rosemary</i>	27

BAB III BAHAN DAN METODE PENELITIAN	28
3.1. Alat dan Bahan	28
3.1.1. Alat dan Bahan Penelitian	28
3.1.2. Subjek Penelitian	28
3.1.3. Tempat dan Waktu Penelitian.....	29
3.2. Metode Penelitian.....	29
3.2.1. Desain Penelitian	29
3.2.2. Variabel Penelitian.....	29
3.2.3. Definisi Operasional	29
3.3. Prosedur Kerja.....	30
3.3.1. Persiapan Subjek Penelitian.....	30
3.3.2. Prosedur Penelitian	30
3.4 Metode Analisis.....	31
3.5. Aspek Etik Penelitian	32
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	 33
4.1. Hasil dan Pembahasan.....	33
4.2. Pengujian Hipotesis Penelitian.....	34
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	 35
5.1. Kesimpulan.....	35
5.2. Saran.....	35
 DAFTAR PUSTAKA	 36
LAMPIRAN.....	37
RIWAYAT HIDUP	43

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1. Data Dasar	33
Tabel 4.2. Hasil Pengolahan Data	33

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Proses Memori.....	9
Gambar 2.2. Sistem Limbik	12
Gambar 2.3. <i>Hippocampus</i>	13
Gambar 2.4. Aktivasi Reseptor Sel Olfaktorius.....	15
Gambar 2.5. Jaras Olfaktorius.....	16
Gambar 2.6. Rosemary.....	24

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Pernyataan Persetujuan Untuk Ikut Serta Dalam Penelitian (<i>Informed Consent</i>)	37
Lampiran 2. Soal Tes Memori Jangka Pendek.....	38
Lampiran 3. Data Hasil Penelitian	40
Lampiran 4. Data Hasil Pengolahan SPSS Tes Memori Jangka Pendek Sebelum dan Sesudah Perlakuan	41
Lampiran 5. Surat Keputusan Komisi Etik Penelitian	42