

## ABSTRAK

### **PENGARUH SIRUP BUAH PALA (*Myristica fragrans* Houtt.) TERHADAP KETELITIAN DAN KEWASPADAAN PADA PEREMPUAN DEWASA**

Ellya Theresia Tjondro, 2010, Pembimbing Utama : Dr. Sugiarto Puradisastra, dr., M.Kes

Ketelitian dan kewaspadaan sangat diperlukan untuk belajar, mengerjakan soal ujian, praktikum, bekerja maupun mengerjakan aktivitas sehari-hari. Ketelitian dan kewaspadaan dapat menurun pada keadaan mengantuk akibat dari pengaruh makanan atau obat-obatan. Makanan yang sering dikonsumsi masyarakat yang dapat mengakibatkan kantuk adalah buah pala.

Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh sirup buah pala terhadap ketelitian dan kewaspadaan pada perempuan dewasa.

Penelitian bersifat eksperimental sungguhan, komparatif, menggunakan rancangan acak lengkap (RAL), dengan prates dan postes. Subjek penelitian sebanyak 30 orang perempuan berusia 18-25 tahun. Data yang diukur: ketelitian adalah banyaknya angka penjumlahan menggunakan *Addition Sheet Test*, sedangkan kewaspadaan adalah waktu yang diperlukan untuk melakukan *Jhonson Pascal Test* dalam detik, sebelum dan sesudah minum sirup buah pala. Analisis data menggunakan uji “t” berpasangan dengan  $\alpha = 0,05$ .

Rata-rata banyaknya penjumlahan yang dilakukan untuk tes ketelitian setelah minum sirup buah pala 48,85 lebih menurun dibandingkan sebelum minum sirup buah pala yaitu 51,91 dengan  $p < 0,05$ , sedangkan tes kewaspadaan setelah minum sirup buah pala 116,57 detik sama dengan sebelum minum sirup buah pala yaitu 106,33 detik dengan  $p > 0,05$ .

Sirup buah pala dapat menurunkan ketelitian tetapi tidak menurunkan kewaspadaan pada perempuan dewasa.

**Kata kunci** : Sirup buah pala (*Myristica fragrans* Houtt.), ketelitian, kewaspadaan.

## **ABSTRACT**

### ***THE INFLUENCE OF NUTMEG SYRUP (*Myristica fragrans* Houtt.) TOWARDS THE PRECISION AND ALERTNESS OF WOMEN***

Ellya Theresia Tjondro, 2010 Tutor : Dr. Sugiarto Puradisastra, dr., M.Kes

*The precision and alertness are greatly needed for studying, doing exam, practicum, working, or doing daily activities. The precision and alertness can be decreased in sleepiness condition is caused by the influence of food or medicine. Food that often consumption by people that can be caused sleepiness is nutmeg friut .*

*The objective of this research is to know the influence of Nutmeg Syrup towards the precision and alertness of women.*

*This research has the characteristics of being a real experimental, comparative, using complete random project, with pre-test and post-test. The subjects of this research are 30 women aged 18-25 years old. The data measured: The precision was the amount of total numbers using Addition Sheet Test, while alertness was the time needed to finish Jhonson Pascal Test in seconds, before and after drinking Nutmeg Syrup. This data analysis was using t-test which was paired with  $\alpha = 0,05$ .*

*The average amount of total numbers done to test the precision after drinking the Nutmeg Syrup is 48,85 more decrease compared to before drinking Nutmeg Syrup which is 51,91 with  $p < 0,05$ , whereas in alertness test after drinking Nutmeg Syrup is 116,57 seconds equal to before drinking Nutmeg Syrup which is 106,33 seconds with  $p > 0,05$ .*

*Nutmeg Syrup can decrease the precision but not decrease alertness of women.*

**Keywords:** *Nutmeg Syrup (*Myristica fragrans* Houtt.), precision, alertness*

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>JUDUL</b> .....	i
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	ii
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	iii
<b>ABSTRAK</b> .....	iv
<b>ABSTRACT</b> .....	v
<b>PRAKATA</b> .....	vi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	viii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	2
1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian .....	2
1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah .....	2
1.5 Kerangka Pemikiran dan Hipotesis Penelitian .....	3
1.6 Metode Penelitian .....	4
1.7 Lokasi dan Waktu .....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Ketelitian dan Kewaspadaan .....	5
2.1.1 Definisi .....	5

2.1.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Ketelitian dan Kewaspadaan ..	5
2.1.3 Tes Ketelitian .....	6
2.1.4 Tes Kewaspadaan .....	7
2.2 Formatio Retikularis .....	7
2.3 ReticularActivatingSystem (RAS) .....	9
2.4 Pala (Myristica fragrans Houtt.) .....	10
2.4.1 Taksonomi .....	11
2.4.2 Nama Lain dan Nama Daerah .....	11
2.4.3 Ekologi dan Penyebaran Tanaman.....	12
2.4.4 Morfologi Tanaman .....	12
2.4.5 Kandungan Kimiawi .....	13
2.4.6 Sifat, Khasiat, Kegunaan .....	15
2.4.7 Efek Samping .....	16
2.4.8 Toksisitas .....	16
2.5 Hubungan Sirup Buah Pala Terhadap Ketelitian dan Kewaspadaan.....	16

### **BAB III BAHAN DAN METODE PENELITIAN**

3.1 Bahan/Subjek Penelitian.....	18
3.1.1 Bahan dan Alat Penelitian.....	18
3.1.2 Subjek Penelitian.....	18
3.1.3 Tempat dan Waktu Pelaksanaan .....	19
3.2 Metode Penelitian.....	19
3.2.1 Desain Penelitian.....	19
3.2.2 Variabel penelitian.....	19
3.2.2.1 Definisi Konsepsional Variabel.....	19
3.2.2.2 Definisi Operasional Variabel.....	19
3.2.2.3 Besar Sampel Penelitian.....	21
3.3 Prosedur Penelitian.....	21

3.4 Aspek Etik Penelitian.....	23
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1 Hasil dan Pembahasan .....	24
4.2 Pengujian Hipotesis Penelitian.....	27
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
5.1 Kesimpulan.....	29
5.2 Saran.....	29
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>30</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>32</b>
<b>RIWAYAT HIDUP.....</b>	<b>41</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4.1 Hasil <i>Addition Sheet Test</i> .....	24
Tabel 4.2 Hasil <i>Johnson Pascal Test</i> .....	26

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Formatio Retikularis.....	8
Gambar 2.2 Buah Pala.....	10
Gambar 2.3 Biji Buah Pala.....	10
Gambar 2.4 Pohon Pala.....	13
Gambar 2.5 Komposisi Minyak Atsiri Pada Daun Pala.....	13
Gambar 2.6 Komposisi Minyak Atsiri Pada Daging Buah Pala.....	14
Gambar 2.7 Komposisi Minyak Atsiri Pada Fuli.....	14
Gambar 2.8 Komposisi Minyak Atsiri Pada Biji Buah Pala.....	15
Gambar 2.9 Hubungan Sirup Buah Pala Terhadap Ketelitian dan Kewaspadaan..	17

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Lembar <i>Addition Sheet Test</i> .....	32
Lampiran 2. Lembar <i>Johnson Pascal Test</i> .....	34
Lampiran 3. Lembar Hasil Uji Perhitungan Statistik.....	36
Lampiran 4. Lembar Persetujuan Subjek Penelitian.....	38
Lampiran 5. Lembar Persetujuan Komisi Etik Penelitian.....	40