

ABSTRAK

PENGARUH AROMATERAPI LEMON (*Citrus limon*) TERHADAP KETELITIAN DAN KEWASPADAAN

Liska Sampagita; 2017.

Pembimbing I : Stella Tinia,dr.,M.Kes.,IBCLC

Pembimbing II : Dr.Diana Krisanti Jasaputra.,dr.,M.Kes

Ketelitian dan kewaspadaan memegang peranan penting dalam aktivitas sehari-hari manusia. *Linanool* dan *1,8-cineole* yang terdapat dalam lemon akan memicu pusat eksitasi pada formasio retikularis sehingga meningkatkan ketelitian dan kewaspadaan. Tujuan penelitian ini untuk mempelajari pengaruh aromaterapi lemon terhadap ketelitian dan kewaspadaan. Penelitian ini bersifat eksperimental dengan desain *pre test* dan *post test*. Subjek penelitian adalah 30 orang mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Maranatha. Ketelitian diukur menggunakan *Addition Test* sedangkan kewaspadaan menggunakan *Johnson Pascal Test*. Analisis data sebelum dan sesudah menggunakan aromaterapi lemon dilakukan menggunakan uji “t” berpasangan. Hasil penelitian menunjukkan perbedaan yang sangat bermakna ($p=0,000$) dari skor *Addition Test* dan skor *Johnson Pascal Test* sebelum dan sesudah menggunakan aromaterapi lemon. Simpulan dari penelitian ini aromaterapi lemon meningkatkan ketelitian dan kewaspadaan.

Kata kunci: Ketelitian, kewaspadaan, aromaterapi lemon

ABSTRACT

EFFECT OF LEMON AROMATHERAPY (Citrus limon) ON ACCURACY AND ALERTNESS

Liska Sampagita; 2017.

1st Advisor : Stella Tinia,dr.,M.Kes.,IBCLC

2nd Advisor : Dr.Diana Krisanti Jasaputra.,dr.,M.Kes

Accuracy and alertness play an important role in the daily activities of human beings. The content of linanool and I,8-cineole in lemons will trigger central excitation in reticularis formation which increases accuracy and alertness. The purpose of this research was to assess the effect of aromatherapy lemon on accuracy and alertness. This is an experimental research, with pre test and post test design. The subject is 30 students from the Faculty of Medicine, Maranatha Christian University. Accuracy was tested using Addition Test while alertness tested using Johnson Pascal Test. The results showed a significantly difference ($p=0,000$) of Addition Test score and Johnson Pascal Test score before and after using lemon aromatherapy. In summary, lemon aromatherapy increases accuracy and alertness.

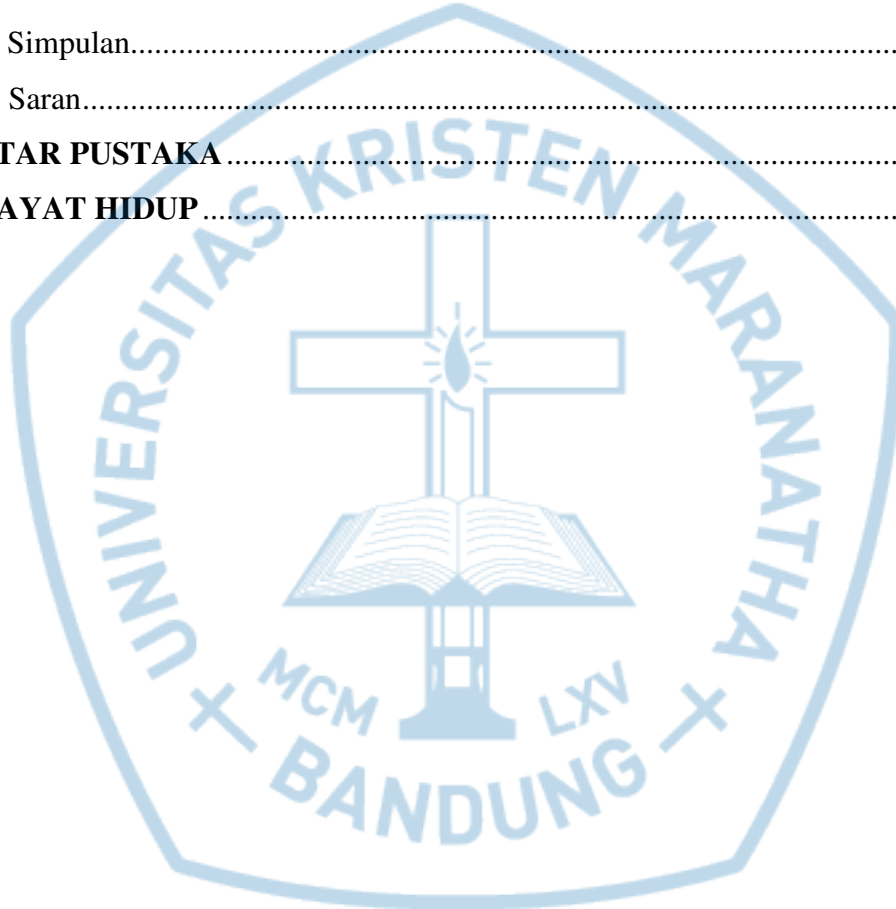
Keywords: Accuracy, alertness, lemon aromatherapy

DAFTAR ISI

JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	ii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	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 Maksud dan Tujuan	2
1.4 Manfaat Penelitian	2
1.5 Kerangka Penelitian dan Hipotesis	2
1.5.1 Kerangka Penelitian	2
1.5.2 Hipotesis	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	4
2.1 Anatomi dan Fisiologi Otak	4
2.2 <i>Reticular Activating System</i> (RAS)	6
2.3 Ketelitian dan Kewaspadaan	7
2.3.1 Definisi Ketelitian	7
2.3.2 Definisi Kewaspadaan	7
2.3.3 Faktor Yang Mempengaruhi Ketelitian dan Kewaspadaan	7
2.4 Sistem Olfaktorius	8
2.4.1 Membran Mukosa Olfaktorius	8
2.4.2 Bulbus Olfaktorius	8
2.4.3 Korteks Olfaktorius	9

2.4.4	Proses Menghidu	10
2.5	Aromaterapi.....	12
2.5.1	Definisi Aromaterapi.....	12
2.5.2	Sejarah Aromaterapi.....	12
2.5.3	Minyak Atsiri	13
2.5.4	Cara Penggunaan Aromaterapi	14
2.6	Lemon	15
2.6.1	Taksonomi Lemon	16
2.6.2	Kandungan Lemon.....	17
2.6.3	Kandungan Esensial Lemon.....	18
2.6.4	Manfaat Lemon.....	18
2.6.5	Mekanisme Kerja Aromaterapi Lemon Terhadap Ketelitian dan Kewaspadaan.....	19
BAB III	BAHAN DAN METODE PENELITIAN	21
3.1	Alat dan Bahan Penelitian.....	21
3.1.1	Alat Penelitian.....	21
3.1.2	Bahan Penelitian.....	21
3.2	Subjek Penelitian.....	21
3.3	Tempat dan Waktu Penelitian.....	22
3.4	Besar Sampel.....	22
3.5	Rancangan Penelitian.....	23
3.5.1	Desain Penelitian.....	23
3.5.2	Variabel Penelitian.....	23
3.5.3	Definisi Operasional.....	23
3.6	Prosedur Penelitian.....	23
3.6.1	Persiapan Penelitian	23
3.6.2	Prosedur Penelitian.....	24
3.7	Analisis Data	25
3.7.1	Hipotesis Statistik	25
3.7.2	Kriteria Uji	25
3.8	Aspek Etik.....	26

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	27
4.1 Hasil Penelitian	27
4.2 Pembahasan.....	28
4.3 Pengujian Hipotesis Penelitian.....	29
4.3.1 Pengujian Hipotesis Ketelitian.....	29
4.3.2 Pengujian Hipotesis Kewaspadaan	30
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	31
5.1 Simpulan.....	31
5.2 Saran.....	31
DAFTAR PUSTAKA.....	31
RIWAYAT HIDUP.....	45



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Kandungan Nutrisi Lemon Mentah tanpa kulit dalam 100gr.....	17
Tabel 4.1 Hasil <i>Addison Test</i> Sebelum dan Sesudah Menggunakan Aromaterapi Lemon.....	27
Tabel 4.2 Hasil <i>Johnson Pascal Test</i> Sebelum dan Sesudah Menggunakan Aromaterapi Lemon.....	27



DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Lobus-lobus Otak.....	5
Gambar 2.2 Membran Olfaktorius, Bulbus Olfaktorius dan hubungannya dengan Traktus Olfaktorius.....	9
Gambar 2.3 Transduksi sinyal penghidu.....	10
Gambar 2.4 Hubungan persarafan sistem olfaktorius.....	11
Gambar 2.5 Lemon.....	15



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Surat Keputusan Komisi Etik Penelitian.....	36
Lampiran 2 Lembar Persetujuan Subjek Penelitian.....	37
Lampiran 3 Lembar <i>Addition Test</i>	38
Lampiran 4 Lembar <i>Johnson Pascal Test</i>	40
Lampiran 5 Hasil <i>Addition Test</i>	42
Lampiran 6 Hasil <i>Johnson Pascal Test</i>	43
Lampiran 7 Hasil Analisis Statistik <i>Addition Test</i>	44
Lampiran 8 Hasil Analisis Statistik <i>Johnson Pascal Test</i>	45

