

ABSTRAK

PENGARUH MENGUNYAH PERMEN KARET BEBAS GULA TERHADAP PENINGKATAN KONSENTRASI PADA MAHASISWA LAKI LAKI FAKULTAS KEDOKTERAN ANGKATAN 2015

Dineva Noviani, 2018

Pembimbing I : Harijadi Pramono, dr., M. Kes.

Pembimbing II : Fenny, dr., Sp.PK., M.Kes.

Konsentrasi merupakan pemusatan pikiran untuk fokus pada hal yang dikerjakan dan mengabaikan segala gangguan yang ada. Kemampuan konsentrasi yang baik dapat menentukan produktivitas hidup seseorang, baik dalam pekerjaan maupun pembelajaran. Salah satu cara yang dapat membantu seseorang meningkatkan konsentrasi yaitu mengunyah permen karet. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh mengunyah permen karet bebas gula terhadap peningkatan konsentrasi pada kelompok mahasiswa kedokteran. Penelitian ini bersifat eksperimental kuasi, dengan rancangan pre-test dan post-test. Subjek penelitian terdiri dari 30 orang mahasiswa laki-laki berusia 19-25 tahun. Untuk menilai daya konsentrasi digunakan *Johnson Pascal Test* dan *Addition Test* sebelum dan sesudah mengunyah permen karet bebas gula. Analisis data menggunakan uji “t” berpasangan dengan $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan rerata waktu yang diperlukan untuk mengerjakan *Johnson Pascal Test* sebelum perlakuan yaitu 139,33 detik dan sesudah perlakuan menurun yaitu 102,40 detik dengan nilai $p=0,000$ dan rerata skor pada *Additional Test* sebelum perlakuan yaitu 219,37 dan setelah perlakuan meningkat menjadi 311,87 dengan nilai $p=0,000$. Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa mengunyah permen karet bebas gula meningkatkan konsentrasi.

Kata kunci : konsentrasi, mengunyah, permen karet

ABSTRACT

THE EFFECT OF CHEWING SUGAR FREE GUM ON CONCENTRATION ENHANCEMENT IN MALE STUDENT OF MEDICAL FACULTY, CLASS OF 2015

Dineva Noviani, 2018

Preceptor I : Harijadi Pramono, dr., M. Kes.

Preceptor II : Fenny, dr., Sp.PK., M.Kes.

Concentration is centering the mind focusing on what is done and ignoring any disturbances. Good concentration ability can determine the productivity of one's life both in working and learning. One of the way that can help person to improve the concentration is chewing sugar free gum. This study aims to determine the effect of chewing sugar free gum on concentration enhancement in the group male medical students. This study used quasi experimental, with pre test and post test design. The subjects consisted of 30 male students aged 19-25 years old. To assess the power of concentration used Johnson Pascal Test and Addition Test before and after chewing sugar free gum. Data analysis using paired "t" Test with $\alpha = 0.05$. The result showed that the average time needed to do Johnson Pascal Test before treatment was 139.33 seconds and after the treatment decreased into 102.40 seconds with $p=0.000$ and the mean score in the Addition Test before treatment was 219.37 seconds and after treatment increased to 311.87 seconds with $p=0.000$. From this study, it can be concluded that chewing sugar free gum enhances concentration.

Keywords : concentration, chewing, sugar free gum.

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	2
1.3 Tujuan Penelitian	2
1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah	2
1.4.1 Manfaat Akademis	2
1.4.2 Manfaat Praktis	3
1.5 Kerangka Pemikiran	3
1.6 Hipotesis Penelitian	4

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Sistem yang Berperan dalam Daya Konsentrasi	5
2.1.1 Otak	5
2.1.2 <i>Cerebrum</i>	6
2.1.3 <i>Cerebellum</i>	9
2.1.4 Batang Otak	9
2.1.5 Area Asosiasi	9
2.1.6 Formasio Retikularis	11

2.1.7 Reticular Activating System	12
2.1.8 Sistem Limbik	13
2.2 Proses Mengunyah	13
2.2.1 Anatomi Otot Pengunyah	14
2.2.2 Sendi Temporomandibularis	15
2.3 Konsentrasi	16
2.3.1 Faktor yang Mempengaruhi Konsentrasi	17
2.3.2 Metode Pemeriksaan	20
2.4 Permen Karet	21
2.4.1 Xylitol	21
2.4.2 Manfaat Mengunyah Permen Karet	21
2.4.3 Pengaruh Mengunyah Permen Karet Terhadap Daya Konsentrasi	23

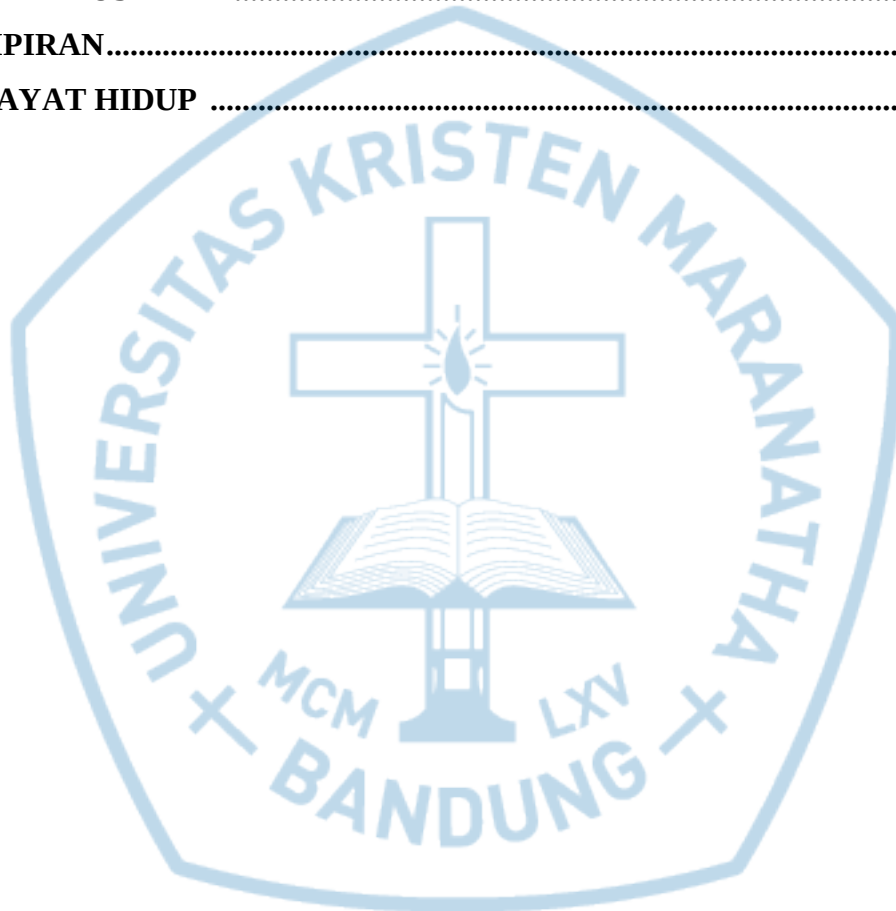
BAB III BAHAN DAN METODE PENELITIAN

3.1 Alat dan Bahan Penelitian	25
3.2 Subjek Penelitian	25
3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian	26
3.4 Besar Sampel	26
3.5 Rancangan Penelitian	27
3.5.1 Desain Penelitian	27
3.5.2 Variabel Penelitian	27
3.5.3 Definisi Operasional	27
3.6 Prosedur Penelitian	27
3.6.1 Persiapan Subjek Penelitian	27
3.6.2 Prosedur Penelitian	28
3.7 Analisis Data	29
3.8 Etik Penelitian	29

BAB IV HASIL, DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian	31
4.2 Pembahasan	32

4.3 Pengujian Hipotesis Penelitian.....	34
 BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Simpulan	36
5.2 Saran	36
 DAFTAR PUSTAKA	37
LAMPIRAN.....	41
RIWAYAT HIDUP	52



DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
4.1 Hasil Johnson Pascal Test Sebelum dan Sesudah Mengunyah Permen Karet Bebas Gula	31
4.2 Hasil Addition Test Sebelum dan Sesudah Mengunyah Permen Karet Bebas Gula	32



DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Anatomi Otak.....	6
2.2 Struktur-struktur pada Otak	8
2.3 Area Asosiasi pada Otak	11
2.4 Sistem Aktivasi Retikular	12
2.5 Anatomi Otot Pengunyah.....	14
2.6 Sendi Temporomandibularis. A. Mulut Tertutup. B. Mulut Terbuka.....	16



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
I. Lembar <i>Johnson Pascal Test</i>	41
II. Lembar <i>Addition Test</i>	43
III. Surat Keputusan Komisi Etik Penelitian	46
IV. Lembar <i>Inform Consent</i>	47
V. Hasil Penelitian	48
VI. Analisis Statistik	50
VII. Dokumentasi Penelitian	51
VIII. Riwayat Hidup	52

