

ABSTRAK

PENGARUH AROMATERAPI MINYAK ROSEMARY (*Rosmarinus officinalis* L.) TERHADAP PENINGKATAN MEMORI JANGKA PENDEK PADA LAKI-LAKI DEWASA MUDA

Ferina Yuliarta, 2018

Pembimbing I : Winsa Husin, dr., M.Sc, M.Kes, PA(K)

Pembimbing II : Jeanny Ervie Ladi, dr., M.Kes, PA

Manusia dalam aktivitas kehidupannya perlu melibatkan memori yang berpengaruh pada sikap dan perilaku sehari-hari. Salah satu kegiatan yang memerlukan memori yang baik adalah belajar. Penurunan memori akan berpengaruh terhadap kualitas hidup yang pada usia muda antara lain disebabkan oleh faktor kelelahan dan stress. Salah satu strategi untuk meningkatkan memori adalah dengan menggunakan aromaterapi, antara lain aromaterapi minyak *Rosemary* (*Rosmarinus officinalis* L.). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efek pemberian aromaterapi minyak *Rosemary* (*Rosmarinus officinalis* L.) terhadap peningkatan memori jangka pendek pada laki-laki dewasa muda. Penelitian ini bersifat eksperimental kuasi, dengan menggunakan rancangan *pre-test* dan *post-test* terhadap 30 laki-laki dewasa muda berusia 19-25 tahun sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi minyak *Rosemary* (*Rosmarinus officinalis* L.). Data yang diukur adalah skor memori jangka pendek terhadap *Image-test*, *Number-test*, dan *Text-test*. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil penelitian yang didapat rerata persentase jawaban benar sebelum dan sesudah menghirup aromaterapi minyak *Rosemary* (*Rosmarinus officinalis* L.) dalam tes memori jangka pendek terhadap gambar meningkat dari 63,61% menjadi 94,72% dengan nilai $p=0,000^{**}$ ($\alpha=0,05$), terhadap angka dari 70,56% menjadi 91,67% dengan nilai $p=0,000^{**}$ ($\alpha=0,05$), dan terhadap kata dari 65,33% menjadi 93,73% dengan nilai $p=0,000^{**}$ ($\alpha=0,05$). Kesimpulan penelitian menunjukkan bahwa aromaterapi minyak *Rosemary* (*Rosmarinus officinalis* L.) meningkatkan memori jangka pendek laki-laki dewasa muda.

Kata kunci; *Rosemary*, memori jangka pendek.

ABSTRACT

THE EFFECT OF ROSEMARY AROMATHERAPY OIL (*Rosmarinus officinalis* L.) ON INCREASING SHORT-TERM MEMORY IN YOUNG ADULT MALE

Ferina Yuliarta, 2018

1st Tutor : Winsa Husin, dr., M.Sc, M.Kes, PA(K)

2nd Tutor : Jeanny Ervie Ladi, dr., M.Kes, PA

Memories are being implicated towards humans activity, which affects daily attitudes and behavior from waking up to activities in the afternoon and night. One of the activities that requires good memory is learning. Memory loss will affect the quality of life, which at young age caused by fatigue and stress factors. The strategy to improve memory is using the aromatherapy, such as Rosemary aromatherapy oil (*Rosmarinus officinalis* L.). The purpose of this study was to determine the effect of Rosemary aromatherapy oil (*Rosmarinus officinalis* L.) on short-term memory improvement in young adult male. The study was quasi experimental, using a pre and post-test design, subjects were 30 young adult male aged 19-25 years. Data measured were the score of short-term memory test on image, number, and text before and after inhaling Rosemary aromatherapy oil (*Rosmarinus officinalis* L.). Data were analyzed with Wilcoxon Signed Rank Test. The results showed that the average percentage of correct answers before and after inhaling Rosemary aromatherapy oil (*Rosmarinus officinalis* L.) in the short-term memory test toward image increased from 63,61% to 94,72% with $p=0,000^{**}$ ($\alpha=0,05$), toward number increased from 70,56% to 91,67% with $p=0,000^{**}$ ($\alpha=0,05$), and toward text increased from 65,33% to 93,73% with $p=0,000^{**}$ ($\alpha=0,05$). In conclusion the study showed that Rosemary aromatherapy oil (*Rosmarinus officinalis* L.) increases young adult male's short-term memory.

Keywords; Rosemary, short-term memory

DAFTAR ISI

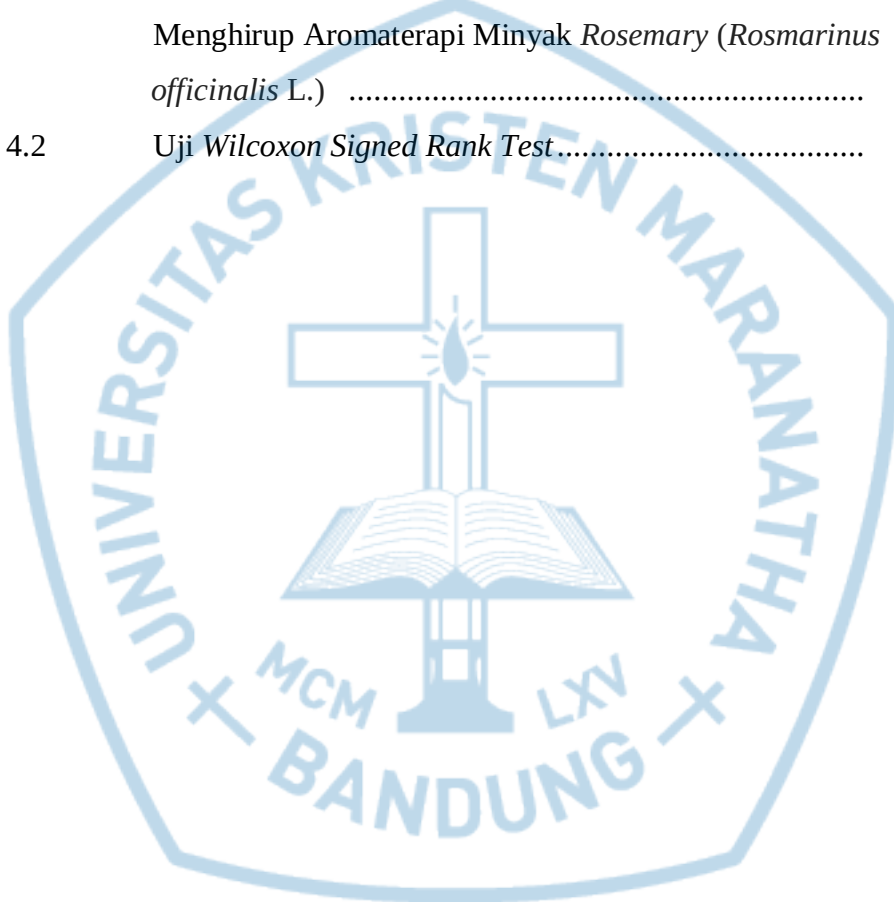
	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
<i>ABSTRACT</i>	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
 BAB I PENDAHULUAN	 1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	3
1.3 Tujuan	3
1.4 Manfaat Penelitian	3
1.4.1 Manfaat Akademis	3
1.4.2 Manfaat Praktis	3
1.5 Kerangka Pemikiran	4
1.6 Hipotesis Penelitian	7
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 8
2.1 Anatomi	8
2.1.1 Otak	8
2.1.1.1 Sistem Limbik	8
2.1.1.2 Hipokampus	10
2.1.1.3 Amigdala	11
2.1.1.4 Hipotalamus	12

2.2 <i>Neurotransmitter</i> Pada Aktivitas Otak	14
2.3 Fisiologi Penghidu	15
2.4 Memori	19
2.4.1 Memori Positif dan Negatif – “Sensitasi” atau “Habitulasi” Transmisi Sinaps	20
2.4.2 Klasifikasi Memori	21
2.4.3 Proses Memori	24
2.4.4 Proses Konsolidasi Memori	24
2.4.5 Dasar Molekuler Memori	25
2.4.6 Tes Memori Jangka Pendek.....	26
2.4.7 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Memori Jangka Pendek.....	27
2.5 Aromaterapi dan Minyak Essential	29
2.5.1 Sejarah Aromaterapi	30
2.5.2 Cara Pemakaian Minyak Esensial	31
2.6 <i>Rosemary (Rosmarinus officinalis L.)</i>	34
2.6.1 Taksonomi	35
2.6.2 Kandungan	35
2.6.3 Mekanisme <i>Rosemary</i>	36
2.6.4 Kegunaan <i>Rosemary</i> di Masyarakat.....	37
 BAB III BAHAN METODE PENELITIAN	 39
3.1 Alat dan Bahan Penelitian	39
3.1.1 Alat Penelitian	39
3.1.2 Bahan Penelitian	39
3.2 Subjek Penelitian	39
3.2.1 Kriteria Inklusi	39
3.2.2 Kriteria Eksklusi	40
3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian	40
3.4 Metode Penelitian	40
3.4.1 Desain Penelitian	40

3.4.2 Definisi Konsepsional Variabel	40
3.4.3 Definisi Operasional Variabel	41
3.4.4 Besar Sampel Penelitian	41
3.5 Prosedur Penelitian	42
3.5.1 Persiapan Subjek Sebelum Test	42
3.5.2 Prosedur dan Cara Penelitian Memori Jangka Pendek ..	42
3.6 Metode Analisis	44
3.7 Aspek Etik Penelitian	45
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	 46
4.1 Hasil Penelitian	46
4.2 Pembahasan	48
4.3 Pengujian Hipotesis Penelitian	50
 BAB V SIMPULAN DAN SARAN	 51
5.1 Simpulan	51
5.2 Saran	51
 DAFTAR PUSTAKA	 52
LAMPIRAN	56
RIWAYAT HIDUP	74

DAFTAR TABEL

		Halaman
Tabel 1.1	Bagan Kerangka Pemikiran	7
Tabel 4.1	Rerata Persentase Jawaban Benar Uji Memori Jangka Pendek terhadap Gambar, Angka, dan Kata Sebelum dan Setelah Menghirup Aromaterapi Minyak <i>Rosemary</i> (<i>Rosmarinus officinalis</i> L.)	46
Tabel 4.2	Uji <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i>	47



DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Sistem Limbik	9
Gambar 2.2 Sistem Limbik	9
Gambar 2.3 Hipokampus	11
Gambar 2.4 Amigdala	12
Gambar 2.5 Hipotalamus	13
Gambar 2.6 Lokasi dan Struktur Sel Reseptor <i>Olfactorius</i>	16
Gambar 2.7 Ringkasan Transduksi Sinyal Penghidu	17
Gambar 2.8 Susunan Membran dan Bulbus <i>Olfactorius</i> dan Hubungannya dengan Traktus <i>Olfactorius</i>	18
Gambar 2.9 Jaras <i>Olfactorius</i>	19
Gambar 2.10 Berbagai Lintasan Minyak Esensial dalam Tubuh Manusia	32
Gambar 2.11 <i>Rosemary</i>	35

DAFTAR LAMPIRAN

		Halaman
Lampiran I	Surat Keputusan Etik Penelitian.....	56
Lampiran II	Surat Pernyataan Persetujuan Untuk Ikut Serta Dalam Penelitian (<i>Informed Consent</i>)	57
Lampiran III	Lembar Soal Memori <i>PRE-IMAGE TEST</i>	58
Lampiran IV	Hasil Pengumpulan Data	68
Lampiran V	Hasil Analisis Data Statistik	69
Lampiran VI	Dokumentasi Penelitian	73

