

ABSTRAK

PENGARUH TEH *PEPPERMINT* (*Mentha piperita* L.) DIBANDINGKAN DENGAN TEH HITAM (*Camellia sinensis*) TERHADAP KETELITIAN DAN KEWASPADAAN PADA PRIA DEWASA AWAL KARYAWAN KANTOR RPX CABANG BANDUNG

Mirabelle Eugenia Artanti, 2020,

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

Pembimbing II: Mariska Elisabeth, dr., M.Kes.

Teh hitam merupakan teh yang memiliki kandungan kafein lebih banyak dari teh lainnya dan efeknya terhadap ketelitian dan kewaspadaan telah banyak diteliti. Teh *peppermint* merupakan teh herbal yang tidak banyak penelitiannya, sehingga efeknya terhadap ketelitian dan kewaspadaan perlu diteliti. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh teh *peppermint* dibandingkan dengan teh hitam terhadap ketelitian dan kewaspadaan pada pria dewasa awal karyawan kantor RPX cabang Bandung. Desain penelitian analitik eksperimental semu, jumlah subjek penelitian 36 orang dibagi 2 kelompok. Minggu pertama diberikan teh *peppermint* pada kelompok 1 dan teh hitam pada kelompok 2, kemudian di *cross-over* pada minggu ke-dua. Data diukur menggunakan *Addition Sheet Test* untuk ketelitian dan *Johnson Pascal Test* untuk kewaspadaan. Analisis data menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test* dan *Mann-Whitney Test* dengan $\alpha=0,05$. Hasil tes ketelitian teh *peppermint* $p=0,001$ dan teh hitam $p=0,002$. Hasil tes kewaspadaan teh *peppermint* $p=0,006$ dan teh hitam $p=0,000$. Hasil uji perbandingan tes ketelitian $p=0,0879$ dan tes kewaspadaan $p=0,879$ menunjukkan tidak terdapat perbedaan signifikan antara teh *peppermint* dan teh hitam. Simpulan penelitian terdapat perbedaan pengaruh pemberian teh *peppermint* dan teh hitam terhadap ketelitian dan kewaspadaan, serta teh *peppermint* memiliki efek yang setara dengan teh hitam dalam meningkatkan ketelitian dan kewaspadaan pada pria dewasa awal.

Kata Kunci: teh *peppermint*, teh hitam, ketelitian, kewaspadaan, pria dewasa awal

ABSTRACT

THE EFFECT OF PEPPERMINT TEA (*Mentha piperita* L.) COMPARED TO BLACK TEA (*Camellia sinensis*) TOWARDS ACCURACY AND ALERTNESS IN EARLY ADULTS MEN EMPLOYEES AT RPX BRANCH OFFICE IN BANDUNG

Mirabelle Eugenia Artanti, 2020

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

Supervisor II: Mariska Elisabeth, dr., M.Kes.

Black tea is known to contain more caffeine than other teas and its effect on accuracy and alertness has been investigated by many researchers. Peppermint tea is a herbal tea and there is not much research on peppermint tea, so its effect on accuracy and alertness needed further investigation. The purpose of this research was to know the effect of peppermint tea compared to black tea towards accuracy and alertness in early adults men employees at RPX branch office in Bandung. The design of this research was quasi-experimental, 36 people research subjects which divided into 2 groups. In the first week, peppermint tea was given to group 1 and black tea was given to group 2, then we did the cross-over on the second week. The data measured using the Addition Sheet Test for accuracy and Johnson Pascal Test for alertness. Data analysis was done using Wilcoxon Signed Ranks Test continued by Mann Whitney Test with $\alpha=0.05$. The results of the accuracy test $p=0.001$ for peppermint tea and $p=0.002$ for black tea. The results of alertness test $p=0.006$ for peppermint tea and $p=0.000$ for black tea. The results of the comparison test $p=0.879$ for accuracy and $p=0.085$ for alertness indicating there was no significant difference between peppermint tea and black tea towards accuracy and alertness. The conclusion of this research was peppermint tea and black tea has given different effect towards accuracy and alertness, also peppermint tea has an equal effect as black tea towards increasing accuracy and alertness in early adults men.

Key Words: peppermint tea, black tea, accuracy, alertness, early adults men

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	<i>i</i>
SURAT PERNYATAAN.....	<i>ii</i>
ABSTRAK.....	<i>iii</i>
<i>ABSTRACT</i>	<i>iv</i>
KATA PENGANTAR	<i>v</i>
DAFTAR ISI	<i>vii</i>
DAFTAR TABEL.....	<i>ix</i>
DAFTAR GAMBAR	<i>x</i>
DAFTAR LAMPIRAN.....	<i>xi</i>
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	3
1.3 Maksud dan Tujuan.....	4
1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah	4
1.4.1 Manfaat Akademis	4
1.4.2 Manfaat Praktis	4
1.5 Kerangka Penelitian dan Hipotesis	5
1.5.1 Kerangka Pemikiran.....	5
1.5.2 Hipotesis.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Anatomi.....	8
2.1.1 Otak	8
2.1.2 Formasio Retikularis	9
2.2 Jaras Penghidung	10
2.3 Ketelitian dan Kewaspadaan	11
2.3.1 Ketelitian.....	11
2.3.2 Kewaspadaan.....	11
2.3.3 Proses Ketelitian dan Kewaspadaan.....	12
2.3.4 Neurotransmitter Yang Berperan Dalam Ketelitian dan Kewaspadaan.....	13
2.3.5 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Ketelitian dan Kewaspadaan.....	14
2.4 Teh (<i>Camellia sinensis L.</i>)	15
2.4.1 Taksonomi Teh.....	16
2.4.2 Morfologi Teh	16
2.4.3 Jenis-Jenis Teh	17
2.4.4 Komposisi Teh	17
2.4.5 Manfaat Teh	18
2.4.6 Efek Teh Terhadap Ketelitian dan Kewaspadaan	18

2.4.7 Efek Samping Teh.....	19
2.5 Peppermint (<i>Mentha piperita L.</i>)	20
2.5.1 Taksonomi <i>Peppermint</i>	20
2.5.2 Morfologi <i>Peppermint</i>	21
2.5.3 Komposisi <i>Peppermint</i>	21
2.5.4 Manfaat <i>Peppermint</i>	21
2.5.5 Efek <i>Peppermint</i> Terhadap Ketelitian dan Kewaspadaan.....	22
2.5.6 Efek Samping <i>Peppermint</i>	23
2.6 Farmakokinetik Teh Hitam dan Teh Peppermint	23
2.7 Pengukuran Ketelitian dan Kewaspadaan	24
2.7.1 Pengukuran Ketelitian.....	24
2.7.2 Pengukuran Kewaspadaan	24
BAB III BAHAN DAN METODE PENELITIAN.....	25
3.1 Alat dan Bahan Penelitian.....	25
3.1.1 Alat Penelitian.....	25
3.1.2 Bahan Penelitian.....	25
3.2 Subjek Penelitian.....	25
3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	26
3.4 Metode Penelitian.....	26
3.4.1 Desain Penelitian.....	26
3.4.2 Variabel Penelitian.....	26
3.4.3 Definisi Operasional.....	27
3.4.3 Besar Sampel Penelitian.....	27
3.4.4 Prosedur Penelitian.....	28
3.5 Metode Analisis	31
3.5.1 Hipotesis Statistik.....	31
3.5.2 Kriteria Uji	32
3.6 Aspek Etik Penelitian.....	32
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	34
4.1 Hasil Penelitian.....	34
4.1.1 Addition Sheet Test.....	34
4.1.2 Johnson Pascal Test.....	35
4.1.3 Perbandingan Teh Peppermint dan Teh Hitam.....	36
4.2 Pembahasan	36
4.3 Uji Hipotesis Penelitian.....	39
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	42
5.1 Simpulan	42
5.2 Saran.....	42
DAFTAR PUSTAKA.....	43
RIWAYAT HIDUP.....	69

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Nilai Skor Untuk Menyelesaikan <i>Addition Sheet Test</i> Teh <i>Peppermint</i>	34
Tabel 4.2 Nilai Skor Untuk Menyelesaikan <i>Addition Sheet Test</i> Teh Hitam.....	35
Tabel 4.3 Nilai Waktu Untuk Menyelesaikan <i>Johnson Pascal Test</i> Teh <i>Peppermint</i>	35
Tabel 4.4 Nilai Waktu Untuk Menyelesaikan <i>Johnson Pascal Test</i> Teh Hitam.....	35
Tabel 4.5 Perbandingan Teh <i>Peppermint</i> dan Teh Hitam Pada <i>Addition Sheet Test</i>	36
Tabel 4.6 Perbandingan Teh <i>Peppermint</i> dan Teh Hitam Pada <i>Johnson Pascal Test</i>	36



DAFTAR GAMBAR

GAMBAR 2.1.1 ANATOMI OTAK.....	8
GAMBAR 2.1.2 FORMASIO RETIKULARIS.....	9
GAMBAR 2.4.1 TEH (<i>Camellia sinensis</i>).....	16
GAMBAR 2.5.1 PEPPERMINT (<i>Mentha piperita L.</i>)	20



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1	47
LAMPIRAN 2	48
LAMPIRAN 3	49
LAMPIRAN 4	51
LAMPIRAN 5	56
LAMPIRAN 6	60
LAMPIRAN 7	61
LAMPIRAN 8	67

