

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
Lembar Pengesahan	v
KATA PENGANTAR	vi
RINGKASAN.....	ix
ABSTRACT	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR BAGAN	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	6
1.3. Tujuan Penelitian	7
1.4. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1. Tanaman Pala (<i>Myristica fragrans</i> Houtt.).....	8
2.1.1. Klasifikasi Tanaman Pala (<i>Myristica fragrans</i> Houtt.)	8
2.1.2. Morfologi Tanaman Pala (<i>Myristica fragrans</i> Houtt.)	8
2.1.3. Kandungan Senyawa Pala (<i>Myristica fragrans</i> Houtt.).....	9
2.1.4. Kegunaan Tanaman Pala (<i>Myristica fragrans</i> Houtt.)	11
2.1.5. Standar Minyak Atsiri Biji Pala (<i>Myristica fragrans</i> Houtt.)12	
2.2. Tinjauan Minyak Atsiri.....	14
2.2.1. Definisi Minyak Atsiri	14
2.2.2. Komponen Penyusun Minyak Atsiri	15
2.2.3. Metode Ekstraksi Minyak Atsiri	16

2.3.	Tinjauan Tentang Aromaterapi.....	20
2.3.1.	Definisi Aromaterapi.....	20
2.3.2.	Kegunaan Aromaterapi	20
2.3.3.	Mekanisme Aromaterapi	21
2.3.4.	Rute Penggunaan Aromaterapi.....	21
2.3.5.	Klasifikasi Aromaterapi	23
2.4.	Tinjauan Tentang Insomnia	24
2.4.1.	Definisi dan Diagnosa Insomnia	24
2.4.2.	Epidemiologi	25
2.4.3.	Terapi Insomnia	26
2.4.4.	Evaluasi Terapi Insomnia.....	30
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL.....		32
3.1.	Uraian Kerangka Konseptual.....	32
3.2.	Hipotesis Penelitian	33
3.3.	Kerangka Konseptual.....	34
BAB IV METODE PENELITIAN		35
4.1.	Bahan Penelitian	35
4.1.1.	Bahan Tanaman.....	35
4.1.2.	Bahan Kimia.....	35
4.1.3.	Alat.....	35
4.2.	Metode Penelitian	36
4.2.1.	Destilasi Minyak Pala.....	36
4.2.2.	Uji Kualitas Mutu Minyak Pala.....	36
4.2.3.	Uji Aktivitas Minyak Pala Terhadap Kualitas Tidur	36
4.2.4.	Subjek Penelitian.....	37
4.3.	Variabel Peneitian dan Definisi Operasional	39
4.3.1.	Variabel Peneilitian	39
4.3.2.	Definisi Operasional.....	40
4.4.	Rancangan Penelitian.....	40

4.5.	Rancangan Penelitian.....	42
4.6.	Tahapan Kerja.....	43
4.6.1.	Penyiapan Bahan.....	43
4.6.2.	Penyulingan Minyak Atsiri <i>Myristica fragrans</i> Houtt. Dengan Destilasi Air - Uap Air	43
4.6.3.	Isolasi Minyak Atsiri Biji <i>Myristica fragrans</i> Houtt.	44
4.6.4.	Pembuatan Profil KLT Minyak Atsiri	44
4.6.5.	Uji Kualitas Minyak Atsiri Biji Pala (<i>Myristica fragrans</i> Houtt.)	45
4.6.6.	Identifikasi Kandungan Senyawa Minyak Atsiri Produk Aromaterapi.....	49
4.6.7.	Uji Aktivitas Produk Aromaterapi Minyak <i>Myristica fragrans</i> Houtt. Terhadap Kualitas Tidur Pasen Insomnia.....	49
BAB V HASIL PENELITIAN		53
5.1.	Bahan Penelitian	53
5.2.	Penyulingan Minyak Atsiri Biji Pala (<i>Myristica fragrans</i> Houtt.)	54
5.3.	Profil KLT Minyak Pala (<i>Myristica fragrans</i> Houtt.).....	55
5.4.	Uji Kualitas Minyak Atsiri	56
5.4.1.	Uji Organoleptis	56
5.4.2.	Bobot Jenis	57
5.4.3.	Indeks Bias	58
5.4.4.	Kelarutan Minyak dalam Etanol 90 %	59
5.4.5.	Putaran Optik	60
5.4.6.	Sisa Penguapan.....	61
5.4.7.	Kandungan Miristisin Minyak Pala.....	61
5.5.	Identifikasi Kandungan Senyawa Minyak Atsiri Biji Pala (<i>Myristica fragrans</i> Houtt.)	62
5.5.1.	Minyak Pala <i>Home Industry</i>	62
5.5.2.	Minyak Pala Hasil Destilasi	65
5.6.	Uji Aktivitas Minyak Pala Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur	67

5.6.1.	Kelompok Kontrol	67
5.6.2.	Kelompok Minyak <i>Home Industry</i>	69
5.6.3.	Kelompok Minyak Pala Hasil Destilasi	71
5.6.4.	Uji Statistik <i>One Way ANOVA</i>	73
5.6.5.	Hasil Analisis <i>Post – Hoc</i>	73
BAB VI PEMBAHASAN		75
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN		84
7.1.	Kesimpulan.....	84
7.2.	Saran	84
DAFTAR PUSTAKA		85
LAMPIRAN		88