



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Aromaterapi

2.1.1 Definisi Aromaterapi

Aromaterapi seringkali dijadikan alternatif pengobatan dalam bentuk uap dan *essential oil* dari tanaman yang bertujuan untuk mengurangi stress, menenangkan diri, membuat mood menjadi baik, dan dapat membuat seseorang merasakan relaksasi setelah menghirup aromaterapi tersebut. (Primadina, 2012)

2.1.2 Kandungan *Essential Oil* Atsiri Gaharu

Minyak atsiri mempunyai banyak manfaat di antaranya sebagai merelaksasikan tubuh, pereda rasa nyeri, dapat menjaga daya tahan tubuh, meredakan hidung yang tersumbat dan masih banyak manfaat lainnya. (Pratiwi and Subarnas, 2020). Kandungan *Aetoxylon Sympetalum* terdiri dari *Gamma Eudesmol*, *Alpha Eudesmol*, *Esani*, *Dien selina*, *Beta Eudesmane*, *Alloaromadendrene*, *Alpha Selinene*, *Chamigren*, *Alpha Guaine*, *Alpha Eudesmane*, *Methyl Octadecyne*, *11 diene*, *KW3 Aus Epiglobuol*, *Beta Eudesmane*, *Beta Octahydro*, *Alpha Gurjunene*, *Aromadendrene*, *Tetramethyl*, *Gamma Gurjunene*, *Elemol*, *Hedycaryol*, *Alpha Caryophyllene*, *Beta Selinene*, *Trans Ocimene*, *2-aminobenzoate*, *3,7-dimethyl- 1,6-Octadien-3-ol*, *7-Pentadecen-5-yne*, *10-epi-gamma.-eudesmol*, *Guaiol beta.-Maaliene*, *Naphthalenemethanol Dimethyl-Adamantan*, *Naphthalin*, *Bicyclo[2.2.2]octa-2,5-diene*, *1,3-Dimethyl-Buta-1,3-Dienyl)-1,6,6-Trimethyl-3,8-Dioxa-Tricylo*, *beta.-Ylangene*, *beta.-elemene*, *Caryophyllene*, Senyawa dominan di dalam kandungan *essential oil*



tersebut adalah *Gamma Eudesmol*, *Alpha Eudesmol*, *Esani*, *Dien selina*, *Beta Eudesmane*.

2.1.3 Proses Pembuatan Aromaterapi *Essential Oil Aetoxylon sympetalum*

Dalam proses pembuatan aromaterapi, terdapat metode yang digunakan yaitu metode *Microwave Assisted Extraction*, diantaranya *Microwave Steam Diffusion* (MSDf), *Microwave Steam Distillation* (MSD), *Microwave Hydrodistillation* (MHD), dan lain-lain (Mahfud, 2017)

Proses pembuatan aromaterapi *essential oil* ini melalui metode *Microwave Hidrodistilaltion* (MHD), dimana gaharu di proses dengan cara menggunakan bahan baku 10 gram gaharu yang berbentuk serbuk lalu di masukkan ke dalam distiller berbentuk labu sebanyak 1000 ml dan dicampur sebanyak 50 ml air. (Mahfud, 2017)

2.1.4 Respon Tubuh terhadap Aromaterapi

Penerimaan molekul yang terhirup kedalam pernafasan manusia yang diantaranya masuk dalam proses penciuman yang masuk pada olfactory. Yang diteruskan dalam berbagai sel neuron yang ditangkap pada pusat penciuman belakang, nantinya akan diteruskan ke sistem limbik, lalu diteruskan ke hipotalamus untuk dilakukan penghantaran respon seluruh unsur yang dihirup dalam hal ini kandungan minyak essensial akan masuk ke sistem sirkulasi ke gerbang spinal cord pada organ tubuh tertentu yang membutuhkan. Pada proses ini aromaterapi akan membantu melakukan pencegahan proses transmisi impuls nyeri, serta beberapa respon fisiologis dari tubuh akan terpengaruh untuk

terjadinya perubahan sel-sel tubuh, dan efek relaksasi pada tubuh akan terasa pada responden (Primadina, 2012)

2.2 Konsep Stress

2.2.1 Definisi Stress

Stress sering kali diartikan sebagai tekanan, tuntutan yang berasal dari luar diri seseorang, stress juga tidak dapat di hindari dan dapat muncul dalam kehidupan sehari-hari. (McEwen and Karatsoreos, 2019)

2.2.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stress

Pemicu terjadinya stress disebut sebagai stressor, stressor disebabkan dari beberapa faktor, salah satunya faktor yang bersifat internal serta faktor eksternal yang dapat diartikan sebagai tekanan tuntutan yang berasal dari luar diri seseorang, seperti diantaranya faktor psikologis, fisik, sosial, ekonomi, di dalam dunia sekolah (akademik/non akademik), di dalam rumah atau di dalam dunia kerja. (Gunarya, Tamar and Fadjarwati, 2017)

2.3 Tes Kraepelin dan Prosedur

Tes krapelin diciptakan oleh Emilie Kraepelien, beliau merupakan psikiater asal Jerman yang membuat tes kraepelin pada tahun 1856-1926. Tujuan tes ini berguna untuk mengetahui seberapa maksimal *performance* dari seseorang. *Performance* yang dimaksud bertujuan untuk menilai beberapa aspek meliputi ketelitian, kecepatan, ketelitian, dan ketahanan seseorang saat mengerjakan. Durasi tes krapelin diperlukan waktu kurang lebih 10-15 menit. Ukuran tes krapelin menggunakan kertas A4 atau F4 yang sudah tercetak angka-angka.

Kreapelin tes merupakan alat ukur untuk menilai maksimal *performance* dari seseorang dengan cara melakukan penjumlahan angka dari atas ke bawah dan dalam waktu tertentu.

Prosedur tes kreapelin:

1. Instruktur membagikan lembar kerja tes kreapelin
2. Responden mulai untuk mengisi identitas diri pada lembar kerja tes kreapelin
3. Instruktur akan memulai mendemonstrasikan tes kreapelin dan bertanya kepada responden apakah sudah dapat dipahami
4. Responden memulai uji coba mengerjakan pada baris awal lembar kerja tes kreapelin
5. Responden dapat menjumlahkan angka dengan menulis hasil satuanya saja (misalnya 8 dengan 7 hasilnya 15 tetapi dapat ditulis 5 saja) yang diletakan di tengah-tengah antara penjumlahan 8 dan 7
6. Apabila terdapat kesalahan (contoh seharusnya 3 tetapi di tulis 8) maka responden tidak perlu menghapus namun cukup di coret saja dan menuliskan angka yang benar di sebelahnya
7. Setelah dapat dipahami oleh responden maka tes kreapelin dapat dimulai dan responden mulai mengerjakan tes kreapelin
8. Instruktur akan mengatakan aba-aba “pindah” dan kemudian responden mengerjakan tes selanjutnya dari bawah ke atas.