

SKRIPSI

**PENGARUH AROMATERAPI *ESSENTIAL OIL* LEMON MYRTLE
TERHADAP KECEPATAN DAN KETAHANAN KERJA PADA
MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH SURABAYA**



JELITA RACHMAWATI

NIM : 20221880052

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA
SURABAYA**

2026

SKRIPSI

**PENGARUH AROMATERAPI *ESSENTIAL OIL* LEMON MYRTLE
TERHADAP KECEPATAN DAN KETAHANAN KERJA PADA
MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH SURABAYA**



JELITA RACHMAWATI

NIM : 20221880052

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

SURABAYA

2026

**PENGARUH AROMATERAPI *ESSENTIAL OIL* LEMON MYRTLE
TERHADAP KECEPATAN DAN KETAHANAN KERJA PADA
MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya
untuk Memenuhi Kewajiban Persyaratan Kelulusan Guna memperoleh Gelar
Sarjana Kedokteran

OLEH :

JELITA RACHMAWATI

NIM 20221880052

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA
SURABAYA
2026**

PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Jelita Rachmawati
NIM : 20121880052
Fakultas : Kedokteran
Program Studi : S1 Pendidikan Dokter

menyatakan bahwa Tugas Akhir dengan judul **“PENGARUH AROMATERAPI ESSENTIAL OIL LEMON MYRTLE TERHADAP KECEPATAN DAN KETAHANAN KERJA PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA”** yang saya tulis ini benar-benar tulisan karya sendiri bukan hasil plagiasi, baik sebagian atau keseluruhan. Bila dikemudian hari terbukti hasil plagiasi, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Surabaya, 1 Juni 2026

Yang membuat pernyataan,



JELITA RACHMAWATI

NIM. 20221880052

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul "PENGARUH AROMATERAPI *ESSENTIAL OIL* LEMON MYRTLE TERHADAP KECEPATAN DAN KETAHANAN KERJA PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA" yang diajukan oleh mahasiswa atas nama JELITA RACHMAWATI (NIM 20221880052), telah diperiksa dan disetujui isi serta susunannya, sehingga diajukan dalam ujian sidang tugas akhir pada Program Studi S1 Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Surabaya, 24 Juni 2026

Menyetujui,
Pembimbing Utama



Dr. dr. Nova Primadina, Sp. BP-RE, CH, Cht

NIP. 012.09.1.1982.16.198

Pembimbing Kedua



dr. Nenny Triastuti, M.Si

NIP. 012.09.1.1986.14.154

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Pendidikan Dokter



dr. Syafarinah Nur Hidayah Akil, M.Si

NIP. 012.09.1.1986.20.267

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul "**PENGARUH AROMATERAPI *ESSENTIAL OIL* LEMON MYRTLE TERHADAP KECEPATAN DAN KETAHANAN KERJA PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**" telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji pada tanggal 23 Juni 2026 oleh mahasiswa atas nama **JELITA RACHMAWATI (NIM 20221880052)**, Program Studi S1 Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya.

TIM PENGUJI :

Ketua Penguji :

dr. Kartika Prahasanti, M.Si

Anggota :

- 1. Dr. Nova Primadina, dr., Sp. BP-RE, Ch, Cht**
- 2. dr. Nenny Triastuti, M.Si**

**Mengesahkan,
Dekan Fakultas Kedokteran
Universitas Muhammadiyah Surabaya**



dr. Laili Irfana, Sp. S

NIP. 012.09.1.1981.15.156

UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah, segala puji milik Allah SWT, berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dan lancar semata-mata tidak hanya usaha penulis sendiri, melainkan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Allah SWT atas Rahmat serta ridho-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Prof. Dr. Mundakir, S. Kep., Ns, M. Kep., FISQua selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surabaya.
3. dr. Laily Irfana, Sp. S selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya.
4. Dr. dr. Nurma Yuliyanasari, M.Si selaku Wakil Dekan I Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya.
5. dr. Musa Ghufro, MMR selaku Wakil Dekan II Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya.
6. Dr. dr. Nova Primadina, Sp. BP-RE, Ch, Cht selaku dosen pembimbing 1 yang bukan hanya membimbing akademik, tetapi juga menjadi pengarah, penyemangat, dan motivator yang luar biasa. Terima kasih yang sebesar-besarnya atas kesediaannya untuk meluangkan waktu di tengah kesibukan, atas kesabaran, arahan, bantuan, serta nasihat yang disampaikan dengan tutur kata menenangkan sehingga seluruh proses bimbingan dapat dijalani dengan rasa aman dan nyaman. Terima kasih telah mempermudah setiap proses, selalu membuka pintu konsultasi dengan lapang, dan memahami setiap kesulitan yang penulis hadapi. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan kesehatan, mempermudah setiap perjalanan, dilindungi dari segala bentuk kejahatan, diberikan keberkahan, serta balasan terbaik untuk setiap kebaikan yang telah diberikan.
7. dr. Nenny Triastuti, M.Si selaku dosen pembimbing 2 yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam membimbing penulis selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas segala arahan, kesabaran, perhatian, serta sikap yang begitu terbuka dan penuh pengertian dalam

menghadapi setiap kesulitan maupun keluhan yang penulis alami. Bimbingan yang diberikan dengan suasana yang nyaman, tenang, dan tidak mempersulit penulis menjadi motivasi tersendiri sehingga proses penyusunan skripsi ini dapat dilalui dengan lebih baik. Semoga segala kebaikan dan ketulusan mendapatkan balasan yang terbaik.

8. dr. Kartika Prahasanti, M.Si selaku dosen penguji yang telah memberikan perhatian, masukan, serta kritik dan saran yang membangun dalam proses penyempurnaan skripsi ini. Penulis juga sangat menghargai setiap evaluasi dan arahan yang diberikan dengan penuh profesionalisme sehingga skripsi ini dapat menjadi lebih baik dan bermanfaat.
9. Terkasih orang tua penulis yakni Ayah dan Bunda. Setiap cucuran keringat, kerja keras, dan tanggung jawab Ayah dalam menafkahi keluarga menjadi jalan bagi penulis untuk dapat mengenyam pendidikan hingga tahap ini, sekaligus menjadi teladan tentang arti keteguhan dan tanggung jawab. Bunda senantiasa menghadirkan do'a, motivasi, nasihat, dan kasih sayang tanpa batas yang terus mengiringi setiap langkah dan ikhtiar penulis. Semoga segala kebaikan, do'a, dan pengorbanan yang telah diberikan mendapatkan balasan terbaik dari Allah SWT.
10. Kepada teristimewa ibu asuh penulis, Almh. Ulfatur Rosidah, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas doa, cinta, motivasi, serta segala pengorbanan yang telah diberikan hingga akhir hayat, meskipun beliau belum sempat menyaksikan hasil dari perjuangannya tersebut. Penulis percaya bahwa setiap langkah dan pencapaian yang diraih saat ini tidak terlepas dari segala bentuk dukungan dan kasih sayang darinya. Semoga Almarhumah mendapatkan tempat terbaik di sisi Allah SWT.
11. Kepada keluarga besar penulis, Mas Febri, Kak Zula, Jelina, dan Edo, penulis banyak mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas segala arahan, masukan, motivasi, serta dukungan yang telah diberikan selama ini. Kehadiran dan dukungan keluarga menjadi sumber kekuatan bagi penulis untuk terus berjuang dan menyelesaikan skripsi ini. Sebagai anak terakhir, penulis bersyukur dan bangga dapat menyelesaikan pendidikan sarjana kedokteran pertama di keluarga.

12. Kepada sahabat penulis di dalam Grup Solar (Keisha Alayda, Shofiyah Rihhadatul ‘Aisy, Aisyah Dewi Araf, Meisa Carlotta, M. Reza Irmansyah, dan A’rasy Sabiq) penulis mengucapkan terima kasih atas kebersamaan, dukungan, semangat, bantuan dan segala cerita yang telah menjadi penguat di tengah tantangan selama masa pre-klinik hingga penyusunan skripsi ini.
13. Kepada sahabat penulis yakni Selusin, penulis mengucapkan terima kasih telah menjadi tempat berkeluh kesah, berbagi cerita dan semangat dalam berproses selama pre-klinik hingga penyusunan skripsi ini telah selesai dengan baik.
14. Terima kasih kepada sahabat penulis di dalam Grup Hamba Allah (Sumayya Amaani dan Nabila Dzaky Zahirah), yang telah memberikan dukungan, bantuan, dan kebersamaannya selama proses pendidikan. Kehadiran dan persahabatan yang terjalin menjadi sumber semangat bagi penulis dalam menjalani berbagai lika-liku masa pre-klinik.
15. Kepada Orhyza Salsabila, teman seperjuangan. Penulis mengucapkan terima kasih untuk seluruh momen dan kenangan yang sudah kebersamai penulis hingga naskah ini dibentuk. Terima kasih sudah berbagi cerita yang tanpa kami sadari banyak sekali pengalaman sama yang kami alami bersama. Setelah ini, penulis berharap harus banyak pengalaman mendaki lainnya sebelum *co-ass*.
16. Kepada pemilik NIM 20221880121, penulis mengucapkan terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidup. Tidak kebersamai dari awal, namun kebersamai saat penulis sedang dalam fase terpuruk hingga bangkit kembali. Terima kasih sudah berkontribusi pada saat sebelum penelitian hingga penyusunan skripsi ini selesai. Semoga pertemuan kita dibentuk untuk tumbuh bersama hingga semua impian terwujud dikemudian hari.
17. Kepada Adinda Ayu, Reyfaldo, Farrel Ardan, dan Krhisna Pramana selaku teman seperjuangan tim penelitian, penulis mengucapkan banyak terima kasih atas dukungan dan motivasi dalam pelaksanaan penelitian.

18. Seluruh pihak yang terlibat, yang tidak dapat disebutkan namanya satu per satu, penulis mengucapkan terima kasih atas do'a serta dukungan dalam proses penyusunan skripsi.
19. Terakhir, kepada diri saya sendiri Jelita Rachmawati. Terima kasih telah bertahan dan terus melangkah hingga sampai pada titik ini. Terima kasih karena tetap berusaha kuat di tengah rasa lelah, *overthinking*, dan kepanikan yang sering datang selama proses penelitian hingga penyusunan skripsi ini. Meski tidak selalu berjalan dengan mudah, penulis tetap percaya bahwa setiap kesulitan dapat dilewati dengan usaha, do'a, dan keyakinan untuk terus maju. *I have survived every difficult moment so far, and that is proof that I am stronger than I think.* Semoga segala proses yang telah dilalui menjadi pelajaran berharga untuk langkah kehidupan selanjutnya.

DAFTAR ISI

	Halaman
Sampul Depan	i
Halaman Prasyarat	iii
Pernyataan Mahasiswa	iv
Persetujuan Pembimbing.....	v
Halaman Pengesahan Penguji	vi
Ucapan Terima Kasih.....	vii
Daftar Isi	xi
Daftar Tabel	xiv
Daftar Gambar.....	xv
Daftar Lampiran	xvi
Daftar Singkatan dan Istilah.....	xvii
Abstrak	xviii
<i>Abstract</i>	xix
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	3
1.3. Tujuan.....	3
1.3.1 Tujuan Umum.....	3
1.3.2 Tujuan Khusus.....	4
1.4. Manfaat.....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis	4
1.4.2 Manfaat Praktis.....	4
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 6
2.1 Konsep Aromaterapi <i>Essential Oil</i> Lemon Myrtle	6
2.1.1 Definisi <i>Essential Oil</i>	6
2.1.2 Lemon Myrtle (<i>Backhousia Citriodora</i>)	6
2.1.3 Kandungan <i>Essential Oil</i> Lemon Myrtle.....	7
2.1.4 Efek Fisiologi	8
2.1.5 Cara Penggunaan Aromaterapi.....	9
2.1.6 Mekanisme Minyak Atsiri Masuk dalam Tubuh.....	11
2.2 Kecepatan Kerja	14
2.3 Ketahanan Kerja	14
2.4 Konsep Tes Kraepelin.....	14
2.4.1 Definisi Tes Kraepelin.....	14
2.4.2 Tujuan Tes Kraepelin	15
2.4.3 Prosedur Pelaksanaan Tes Kraepelin	16
 BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN..	 21
3.1 Kerangka Konseptual	21
3.2 Penjelasan Kerangka Konseptual	22
3.3 Hipotesis Penelitian.....	23

BAB IV METODE PENELITIAN	25
4.1 Jenis dan Rancangan Penelitian	25
4.2 Populasi, Sampel, Besar Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel	25
4.2.1 Populasi	25
4.2.2 Sampel	25
4.2.3 Besar Sampel	27
4.2.4 Teknik Pengambilan Sampel	28
4.3. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel	28
4.3.1 Variabel <i>Independent</i>	28
4.3.3 Definisi Operasional Variabel	28
4.4 Instrumen Penelitian	29
4.5 Lokasi dan Waktu Penelitian	30
4.6 Prosedur Pengambilan atau Pengumpulan Data	30
4.6.1 Bagan Alur Penelitian	33
4.7 Cara Pengolahan dan Analisis Data	33
4.7.1 Pengolahan Data	33
4.7.2 Analisis Data	34
BAB V HASIL PENELITIAN	36
5.1 Gambaran Umum Penelitian	36
5.2 Karakteristik Responden Penelitian	36
5.3 Kecepatan Kerja Subjek Penelitian	37
5.3.1 Kecepatan Kerja Kelompok A	39
5.3.2 Kecepatan Kerja Kelompok B	40
5.4 Ketahanan Kerja Subjek Penelitian	41
5.4.1 Ketahanan Kerja Kelompok A	43
5.4.2 Ketahanan Kerja Kelompok B	44
5.5 Uji Normalitas Data Ordinal	45
5.6 Pengaruh <i>Essential Oil</i> Lemon Myrtle Terhadap Kecepatan Kerja	46
5.7 Pengaruh <i>Essential Oil</i> Lemon Myrtle Terhadap Ketahanan Kerja	48
5.8 Uji Statistik	49
BAB VI PEMBAHASAN	51
6.1 Karakteristik Responden	51
6.1.1 Usia Responden	51
6.1.2 Jenis Kelamin	52
6.2 Pengaruh Aromaterapi <i>Essential Oil</i> Lemon Myrtle Terhadap Kecepatan Kerja	53
6.3 Pengaruh Aromaterapi <i>Essential Oil</i> Lemon Myrtle Terhadap Ketahanan Kerja	55
6.4 Keterbatasan Penelitian	57
BAB VII PENUTUP	60
7.1 Kesimpulan	60
7.2 Saran	60
DAFTAR PUSTAKA	63

LAMPIRAN.....	67
----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Interpretasi Kecepatan.....	19
Tabel 2.2 Interpretasi Ketelitian.....	19
Tabel 2.3 Interpretasi Keajegan	19
Tabel 4.1 Definisi Operasional Variabel.....	29
Tabel 5.1 Karakteristik Subjek Penelitian.....	37
Tabel 5.2 Kecepatan Kerja Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya angkatan 2025	38
Tabel 5.3 Distribusi Kecepatan Kerja Kelompok A pada Periode I dan Periode II.....	39
Tabel 5.4 Distribusi Kecepatan Kerja Kelompok B pada Periode I dan Periode II.....	40
Tabel 5.5 Ketahanan Kerja Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya angkatan 2025	42
Tabel 5.6 Distribusi Ketahanan Kerja Kelompok A pada Periode I dan Periode II	43
Tabel 5.7 Distribusi Ketahanan Kerja Kelompok B pada Periode I dan Periode II.....	44
Tabel 5.8 Tabel Uji Normalitas.....	46
Tabel 5.9 Uji Wilcoxon Perbedaan Kecepatan Kerja Sebelum dan Sesudah diberi <i>Essential oil</i> Lemon Myrtle.....	47
Tabel 5.10 Uji Wilcoxon Perbedaan Ketahanan Kerja Sebelum dan Sesudah diberi <i>Essential oil</i> Lemon Myrtle.....	48
Tabel 5.11 Tabel Uji Statistik Kecepatan dan Ketahanan Kerja.....	49

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 3.1 Kerangka Konseptual Penelitian	21
Gambar 4.1 Bagan Alur Penelitian	33
Gambar 5.1 <i>Bar Chart</i> Kecepatan Kerja Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya Angkatan 2025	39
Gambar 5.2 Diagram Batang Kecepatan Kerja Kelompok A Pada Periode I dan Periode II.....	40
Gambar 5.3 Diagram Batang Kecepatan Kerja Kelompok B pada Periode I dan Periode II.....	41
Gambar 5.4 <i>Bar Chart</i> Ketahanan Kerja Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya angkatan 2025.....	43
Gambar 5.5 Diagram Batang Ketahanan Kerja Kelompok A pada Periode I dan Periode II.....	44
Gambar 5.6 Diagram Batang Ketahanan Kerja Kelompok B pada Periode I dan Periode II.....	45
Gambar 5.7 Peningkatan Kecepatan Kerja Sesudah Diberikan <i>Essential Oil</i> Lemon Myrtle	46
Gambar 5.8 Peningkatan Ketahanan Kerja Sesudah Diberikan <i>Essential Oil</i> Lemon Myrtle	48

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran 1. Sertifikat Etik.....	67
Lampiran 2. Pernyataan Persetujuan Publikasi.....	68
Lampiran 3. Surat Permohonan Uji Etik.....	69
Lampiran 4. Surat Permohonan Izin Pengambilan Data.....	71
Lampiran 5. Surat Bukti Telah Melakukan Penelitian.....	72
Lampiran 6. Lembar <i>Informed Consent</i>	73
Lampiran 7. Instrumen yang Digunakan.....	74
Lampiran 8. Dokumentasi Saat Melakukan Penelitian	76
Lampiran 9. Hasil Analisis Statistik.....	77
Lampiran 10. Bukti Bimbingan.....	78

DAFTAR SINGKATAN DAN ISTILAH

FK = Fakultas Kedokteran
UMS = Universitas Muhammadiyah Surabaya
WHO = *World Health Organization*
EO = *Essential Oil*
BP = *Blood Pressure*
HR = *Heart Rate*
RR = *Respiratory Rate*
KEPK = Komite Etik Penelitian Kesehatan
SPSS = *Statistic Product and Service Solution*

ABSTRAK

Pendahuluan: Kecepatan dan ketahanan kerja merupakan komponen penting dalam menunjang performa akademik mahasiswa kedokteran yang dituntut mampu mempertahankan konsentrasi dan produktivitas dalam waktu yang lama. Penurunan kecepatan dan ketahanan kerja dapat berdampak pada efektivitas belajar. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang berpotensi meningkatkan performa kerja adalah aromaterapi essential oil Lemon Myrtle yang mengandung senyawa sitral dengan aktivitas biologis, seperti antioksidan, antimikroba, dan antiinflamasi, serta diduga memiliki efek menyegarkan dan meningkatkan kewaspadaan.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh aromaterapi essential oil Lemon Myrtle terhadap kecepatan dan ketahanan kerja mahasiswa kedokteran menggunakan Tes Kraepelin.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain quasi-eksperimental crossover yang melibatkan 34 mahasiswa kedokteran sebagai responden. Setiap responden memperoleh perlakuan aromaterapi essential oil Lemon Myrtle dan kontrol sesuai urutan yang telah ditentukan. Kecepatan dan ketahanan kerja diukur menggunakan Tes Kraepelin sebelum dan sesudah perlakuan. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna pada kecepatan dan ketahanan kerja setelah pemberian aromaterapi essential oil Lemon Myrtle dibandingkan sebelum perlakuan ($p = 0,001$). Analisis lebih lanjut menunjukkan peningkatan signifikan pada kecepatan kerja ($p = 0,001$) dan ketahanan kerja ($p = 0,035$).

Kesimpulan: Aromaterapi essential oil Lemon Myrtle secara signifikan meningkatkan kecepatan dan ketahanan kerja mahasiswa kedokteran sehingga berpotensi menjadi intervensi nonfarmakologis sederhana untuk mendukung performa akademik.

Kata kunci: Kecepatan kerja, Ketahanan kerja, Minyak Atsiri, Lemon Myrtle.

ABSTRACT

Introduction: *Work speed and work endurance are essential components of academic performance, particularly among medical students who are required to maintain concentration and productivity during demanding learning activities. Reduced work performance may negatively affect academic achievement. One promising non-pharmacological intervention is Lemon Myrtle essential oil aromatherapy, which contains citral, a bioactive compound with antioxidant, antimicrobial, and anti-inflammatory properties that may promote alertness and improve work performance.*

Objective: *This study aimed to determine the effect of Lemon Myrtle essential oil aromatherapy on work speed and work endurance among medical students using the Kraepelin Test.*

Methods: *A quasi-experimental crossover study was conducted involving 34 medical students. Each participant received both Lemon Myrtle essential oil aromatherapy and control treatment according to the crossover sequence. Work speed and work endurance were assessed using the Kraepelin Test before and after each intervention. Data were analyzed using the Wilcoxon signed-rank test with a significance level of $p < 0.05$.*

Results: *The findings demonstrated a significant difference in work speed and work endurance following the administration of Lemon Myrtle essential oil aromatherapy compared with the pre-intervention condition ($p = 0.001$). Further analysis revealed significant improvements in work speed ($p = 0.001$) and work endurance ($p = 0.035$).*

Conclusion: *Lemon Myrtle essential oil aromatherapy significantly improved work speed and work endurance among medical students. Therefore, it may serve as a simple, safe, and effective non-pharmacological intervention to enhance academic work performance.*

Keywords: *Work speed, Work endurance, Essential Oil, Lemon Myrtle.*