

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	vi
ABSTRAK.....	vii
<i>ABSTRACT</i> .....	viii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR SINGKATAN DAN LAMBANG.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.3.1 Tujuan Umum.....	3
1.3.2 Tujuan Khusus.....	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	3
1.4.1 Manfaat untuk penulis.....	3
1.4.2 Manfaat untuk institusi.....	3
1.4.3 Manfaat untuk pembaca.....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>5</b>
2.1 Fisiologi Tidur.....	5
2.2 Insomnia.....	6
2.2.1 Definisi dan Penyebab Insomnia.....	6
2.2.2 Tipe Insomnia.....	6
2.2.3 Faktor Resiko dan Akibat Insomnia.....	7
2.2.4 Pengobatan Insomnia.....	8
2.3 Obat Sedatif-Hipnotik.....	9
2.3.1 Turunan Barbiturat.....	10
2.3.2 Turunan Benzodiazepin.....	10
2.4 Tanaman Selada ( <i>Lactuca sativa</i> ).....	12
2.4.1 Taksonomi Tanaman dan Penyebaran.....	12
2.4.2 Morfologi dan Varietas Selada.....	13
2.4.3 Kandungan Kimia, Khasiat Tumbuhan, dan Mekanisme Sebagai Sedatif.....	15
2.5 Ekstraksi.....	16
2.5.1 Cara Dingin.....	16
2.5.2 Cara Panas.....	17

2.6	Metode Pengujian Efek Sedatif .....	18
2.7	Metode Pengujian Efek Hipnotik.....	20
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>		<b>21</b>
3.1	Jenis Penelitian.....	21
3.2	Populasi dan Sampel .....	21
3.3	Tempat dan Waktu Penelitian .....	23
3.4	Metode Pengumpulan Data.....	23
3.5	Rancangan Pengolahan dan Analisis data.....	23
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>		<b>24</b>
4.1	Penapisan Fitokimia <i>Lactuca sativa</i> .....	24
4.2	Aktivitas Farmakologi <i>Lactuca sativa</i> .....	33
4.3	Metode Ekstraksi <i>Lactuca sativa</i> .....	36
4.4	Pengujian Efek Sedatif <i>Lactuca sativa</i> .....	39
4.5	Pengujian Efek Hipnotik <i>Lactuca sativa</i> .....	46
4.6	Toksisitas <i>Lactuca sativa</i> .....	51
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>		<b>54</b>
5.1	Kesimpulan .....	54
5.2	Saran .....	54
DAFTAR PUSTAKA .....		56
LAMPIRAN.....		63