

ABSTRAK

PERBANDINGAN PENGARUH KAKAO (*Theobroma cacao*) DAN TEH HITAM (*Camellia sinensis*) TERHADAP PENINGKATAN MEMORI JANGKA PENDEK PADA WANITA DEWASA

Fenetta Franscis Augusty Masinambow, 2014

Pembimbing I : Stella Tinia Hasianna, dr., M.Kes

Pembimbing II : Dedeh Supantini, dr., Sp.S., MPd.Ked

Dalam aktivitas sehari-hari, setiap orang memerlukan memori yang baik. Upaya untuk meningkatkan memori dapat dilakukan dengan mengonsumsi obat-obatan yang bersifat stimulan SSP. Masyarakat mulai banyak beralih ke tanaman herbal, karena menghindari efek samping obat-obatan. Salah satu jenis herbal yang berefek stimulan SSP adalah kakao yang merupakan bahan dasar coklat dan teh hitam. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbandingan pengaruh kakao dalam coklat dan teh hitam dalam peningkatan memori jangka pendek pada wanita dewasa. Dalam penelitian ini digunakan desain eksperimental semu dengan metode penelitian pra dan pos tes menggunakan Tes Silabel dengan subjek penelitian sebanyak 20 orang perempuan yang memenuhi kriteria inklusi. Data dianalisis dengan metode t berpasangan dengan $\alpha = 0,05$. Uji t berpasangan pada percobaan kakao menunjukkan perbedaan yang bermakna sebelum dan sesudah diberi kakao ($p=0,000$), pada percobaan teh hitam menunjukkan perbedaan yang bermakna sebelum dan sesudah diberi teh hitam ($p=0,000$), pada percobaan membandingkan kakao dan teh hitam menunjukkan perbedaan yang tidak bermakna ($p=0,870$). Simpulan dari penelitian ini adalah kakao dan teh hitam meningkatkan memori jangka pendek, dan kakao sama baiknya dengan teh hitam dalam meningkatkan memori jangka pendek.

Kata kunci: kakao, coklat, teh hitam, memori jangka pendek

ABSTRACT

THE EFFECT BETWEEN CACAO (*Theobroma cacao*) AND BLACK TEA (*Camellia sinensis*) IN ADULT FEMALE'S INCREASING SHORT-TERM MEMORY

Fenetta Franscis Augusty Masinambow, 2014

Supervisor I : Stella Tinia Hasianna, dr., M.Kes

Supervisor II : Dedeh Supantini, dr., Sp.S., MPd.Ked

Humans need memory to do their daily activities. The consumption of central nervous system stimulant may help increasing the memory span. People start consuming herbal medicine which is less harmful to health and low in side effect. Cacao in chocolate and black tea are two example of CNS Stimulant herbal medicine. The aim of this research is to determine the effect between cacao in chocolate and black tea in adult female's increasing short-term memory. Quasy experimental design was applied to this research, with pre and post research method test using Syllable Test involving twenty adult female who met inclusive criteria requirements as the objects studied. The process' comparative data before and after consumption of respective cacao and black tea were analyzed. The result was analyzed by using T-method with $\alpha = 0,05$. The pair T-test on cacao research showed a significant difference before and after the females were given cacao ($p=0,000$) to consume. The pair T-test on black tea research showed a significant difference before and after the females were given black tea ($p=0,000$) to consume. The pair T-test on comparing cacao and black tea signified an insignificant difference ($p=0,870$). The conclusion that can be drawn from this research is that cacao and black tea can increase short-term memory, and both cacao and black tea sustain the increasing of short-term memory

Key words: cacao, chocolate, black tea, short-term memory.

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
ABSTRAK.....	iv
ABSTRACT.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii

1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	2
1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian	2
1.4 Manfaat Penelitian	2
1.4.1 Manfaat Akademis	2
1.4.2 Manfaat Praktis	2
1.5 Kerangka Pemikiran dan Hipotesis Penelitian	3
1.5.1 Kerangka Pemikiran	3
1.5.2 Hipotesis Penelitian	5

2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Fisiologi Memori	
2. 1. 1 Proses Terbentuknya Memori.....	6
2. 1. 2 Jenis-Jenis Memori.....	10
2. 1. 3 Dasar Molekular Memori.....	13
2. 1. 4 Peran Bagian Spesifik Otak.....	15
2. 1. 5 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Memori.....	19
2.2 Kakao	
2. 2. 1 Sejarah Adanya Cokelat.....	20
2. 2. 2 Taksonomi Cokelat.....	21
2. 2. 3 Zat Aktif.....	22
2. 2. 4 Khasiat.....	26
2. 2. 5 Efek Terhadap Sistem Saraf Pusat.....	27
2. 2. 6 Efek Samping.....	28
2.3 Teh Hitam	
2. 3. 1 Sejarah Adanya Teh.....	28

2. 3. 2 Taksonomi Teh.....	29
2. 3. 3 Zat Aktif.....	31
2. 3. 4 Khasiat.....	33
2. 3. 5 Efek Terhadap Sistem Saraf Pusat.....	34
2. 3. 6 Efek Samping.....	34
3. BAHAN DAN METODE PENELITIAN	
3. 1 Alat dan Subjek Penelitian	35
3.1. 1 Alat dan Bahan Penelitian	35
3. 1. 2 Subjek Penelitian	35
3. 1. 3 Lokasi dan Waktu Penelitian	35
3. 2 Metode Penelitian	36
3. 2. 1 Desain Penelitian	36
3. 2. 2 Variabel Penelitian	36
3. 2. 2. 1 Definisi Konseptual Variabel	36
3. 2. 1. 2 Definisi Operasional Variabel	36
3. 2. 3 Besar Sampel Penelitian	36
3. 2. 4 Prosedur Penelitian	37
3. 2. 4. 1 Persiapan Sebelum Tes.....	37
3. 2. 4. 2. Prosedur Kerja.....	37
3. 2. 5 Analisis Data.....	38
3. 2. 5. 1 Hipotesis Statistik.....	38
3. 2. 5. 2 Kriteria Uji.....	39
3. 3 Aspek Etik Penelitian.....	39
4. HASIL DAN PEMBAHASAN	
4. 1 Hasil dan Pembahasan Penelitian.....	40
4. 1. 1 Kakao.....	40
4. 1. 2 Teh Hitam.....	40
4. 1. 3 Kakao dan Teh Hitam.....	41
4. 2. Pengujian Hipotesis Penelitian.....	43
4. 2. 1 Kakao terhadap Memori Jangka Pendek.....	43
4. 2. 2 Teh Hitam terhadap Memori.....	44
4. 2. 3 Perbandingan Cokelat Hitam dan Teh Hitam terhadap Memori Jangka Pendek.....	44
5. KESIMPULAN DAN SARAN	
5. 1 Kesimpulan.....	45
5. 2 Saran.....	45
DAFTAR PUSTAKA	46

RIWAYAT HIDUP.....	59
---------------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.1 Perbedaan Eksplisit dan Implisit Memori.....	11
2.2 Perbedaan Memori Jangka Pendek dan Jangka Panjang.....	12
4. 1 Hasil Uji T Berpasangan Peningkatan Memori Jangka Pendek menggunakan Kakao.....	40
4.2 Hasil Uji T Berpasangan Peningkatan Memori Jangka Pendek menggunakan Teh Hitam.....	41
4.3 Hasil Uji T Berpasangan Perbandingan Kakao dan Teh Hitam terhadap Peningkatan Memori Jangka Pendek.....	42

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Proses Penyimpanan Memori Secara Umum.....	7
2.2 Lokasi Area Asosiasi Utama Korteks Serebri.....	9
2.3 Sistem Limbik.....	15
2.4 Pre-frontal Cortex.....	18
2.5 Cerebellum.....	19
2.6 Biji Kakao.....	21
2.7 Daun Teh.....	29
2.8 Teh Hitam.....	30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Keputusan Komisi Etik Penelitian.....	51
2. Lembar Tes Memori.....	52
3. Data Hasil Percobaan.....	56
4. Informed Consent.....	57
5. Dokumentasi.....	58