

ABSTRAK
**PENGARUH SEDUHAN TEH PU-ERH (*Camellia sinensis .L*) TERHADAP
WAKTU REAKSI SEDERHANA LAKI-LAKI DEWASA**

Adam Destra , 2014, Pembimbing I : Pinandojo Djojosoewarno, dr., Drs., AIF.
Pembimbing II: Dra.Endang Evacuasiany, Apt., MS., AFK

Masyarakat senantiasa berinteraksi dengan lingkungannya. Reaksi ini menjadi penting apabila dihadapkan dengan berbagai keadaan yang memerlukan tindakan yang tepat dan cepat. Teh disini jenisnya adalah teh Pu-Erh. Teh Pu-Erh memiliki kandungan kafein yang bersifat psikostimulan yang dapat merangsang pusat eksitasi di formatio reticularis yang meningkatkan kewaspadaan dan konsentrasi sehingga dapat mempersingkat waktu reaksi.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh meminum seduhan teh Pu-Erh terhadap waktu reaksi laki-laki dewasa.

Metode penelitian ini bersifat eksperimental semu, dengan menggunakan rancangan pre-test dan post-test, dilakukan pada 30 laki-laki dewasa berusia 18-25 tahun. Data yang diukur adalah waktu reaksi dengan menggunakan kronoskopi yang dilengkapi dengan *stopwatch* sebelum dan 30 menit sesudah minum 220 ml seduhan teh Pu-Erh. Analisis data menggunakan uji t-berpasangan dengan $\alpha = 0,05$. Data yang tidak berdistribusi normal dianalisis menggunakan uji Wilcoxon.

Hasil penelitian didapatkan sebelum dan setelah meminum seduhan teh Pu-Erh dengan perbedaan yang sangat signifikan ($p < 0,01$).

Simpulan dari penelitian ini adalah teh Pu-Erh meningkatkan waktu reaksi pada laki-laki dewasa.

Kata kunci : teh Pu-Erh, waktu reaksi, waktu reaksi sederhana, laki-laki dewasa

ABSTRACT
THE EFFECT OF PU-ERH (*Camellia sinensis* .L) TEA BREWED
TOWARDS SIMPLE REACTION TIME IN ADULT MALE

Adam Destra, 2014 1st Co-Investigator Pinandojo Djojosoewarno, dr., Drs., AIF.
2nd Co-Investigator Dra.Endang Evacuasiany, Apt., MS., AFK

Tehre is always interaction between human and its environment Reaction is an important thing especially in a condition which need an appropriate and fast action. One of herbs that used to increasing the reaction time was Pu-Erh tea. Pu-Erh tea contain a caffein, which has a psychostimulan effect that stimulating an excitation control in formatio reticularis that increasing an alertness and concentration effect.

The aim of this research is to determine the effect of Pu-Erh tea brewed towards simple reaction time in adult male.

Research methods is quasi experimental design which using a pre test and post test model. This research has been done in 30 adult male, aged 18-25 years old. The measured data is reaction time that counted with kronoskopi equipped by stopwatch before and 30 minutes after drinks 220 mL Pu-Erh tea infused. Statistic analysis uses t dependent test ($\alpha = 0,05$).

The result of this research is statistic analysis shows a highly significant differences between pretest and posttest ($p < 0,01$).

The conclution is Pu-Erh tea brewed increasing the simple reaction time in adult male.

Keywords : Pu-Erh tea, reaction time, simple reaction time, adult male

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

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	2
1.3 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	4

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Waktu Reaksi	5
2.1.1 Waktu Reaksi	5
2.1.2 Pengertian Waktu Reaksi	5
2.1.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi waktu reaksi	6

2.1.4 Rangkain Saraf untuk Mengolah Informasi	11
2.2 Stimulus	11
2.2.1 Proses Pengolahan Stimulus Cahaya Menjadi Respon Dalam Susunan Saraf Manusia	11
2.2.2 Indera Peraba	12
2.2.3 Fisiologi Pendengaran	14
2.3 Teh.....	16
2.3.1 Taksonomi.....	16
2.3.2 Jenis-jenis Teh.....	16
2.3.3 Manfaat Teh	18
2.4 Kafein.....	19
2.4.1 Sintesis Kafein	19
2.4.2 Absorpsi, Distribusi, dan Farmakokinetik Kafein.....	20
2.4.3 Mekanisme Efek Kafein.....	20
2.5 Teh Pu-Erh	21
2.5.1 Definisi teh Pu-Erh dan Sejarah teh Pu-Erh.....	21
2.5.2 Jenis produk teh Pu-Erh dan hubungan mereka.....	21
2.5.3 Proses Pembuatan Teh Pu-Erh.....	22
2.5.4 Manfaat Teh Pu-Erh.....	26
2.5.5 Kandungan Kimia Teh Pu-Erh.....	26

BAB III METODE PENELITIAN

3.1. Bahan dan Subjek Penelitian.....	28
3.1.1. Alat dan Bahan yang Digunakan.....	28
3.1.2 Subjek Penelitian.....	28
3.2 Metode Penelitian.....	29
3.2.1 Desain Penelitian.....	29
3.2.2 Variabel Penelitian	29
3.2.2.1 Definisi Konseptual	29
3.2.2.2 Definisi Operasional Variabel.....	29
3.2.3 Besar Sampel Penelitian.....	30
3.2.4 Prosedur Penelitian.....	30

3.2.5 Metode Analisis	32
3.2.5.1 Hipotesis Statistik.....	32
3.2.5.2 Kriteria Uji	32
3.2.6 Aspek Etik Penelitian.....	33
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil Penelitian	34
4.2 Pembahasan.....	36
4.3 Pengujian Hipotesis Penelitian.....	36
 BAB V SIMPULAN	
5.1 Simpulan	37
5.2 Saran.....	37
 DAFTAR PUSTAKA	38
LAMPIRAN.....	41
RIWAYAT HIDUP	47

DAFTAR TABEL

halaman

Tabel 4.1 Rerata Waktu Reaksi Sederhana Pada Laki-Laki Dewasa Untuk Stimulus Cahaya Suara, dan Taktil	34
--	----

DAFTAR GAMBAR

	halaman
Gambar 2.1 Fisiologi Pendengaran	5
Gambar 2.2 Struktur kimia kafein.....	11
Gambar 2.3 Nukleus accumbens.....	18
Gambar 2.4 Proses pengolahan menjadi teh Pu-Erh.....	20
Gambar 2.5 Arus diagram dari proses manufaktur modern teh Pu-Erh.....	25
Gambar 4.1 Selisih Waktu Reaksi Sederhana sebelum dan setelah meminum seduhan teh Pu-Erh	35

DAFTAR LAMPIRAN

	halaman
Lampiran 1 Data Waktu Reaksi	41
Lampiran 2 Data Waktu Reaksi	42
Lampiran 3 Uji T-Test berpasangan	43
Lampiran 4 Dokumentasi Penelitian.....	44
Lampiran 5 Informed Consent	45
Lampiran 6 Surat Keputusan Komisi Etik Penelitian	46