

ABSTRAK

PENGARUH KOPI ROBUSTA TERHADAP MEMORI JANGKA PENDEK PADA LAKI-LAKI DEWASA MUDA

Nikko, 2015

Pembimbing I : Pinandojo Djojosoewarno, dr., drs., AIF

Pembimbing II : Hartini Tiono, dr., M.Kes.

Pada jaman sekarang dalam dunia pendidikan untuk mencapai prestasi yang optimal diperlukan kemampuan untuk mengingat, memahami, dan bisa menerapkan ilmu yang diberikan, terutama pada saat akan menghadapi ujian atau tes yang dihadapi pada keesokan harinya dan materi dari ujian tersebut harus dahafalkan dalam waktu sehari sebelum ujian atau tes tersebut diadakan, maka diperlukan memori jangka pendek untuk menghafal dengan cepat. Untuk memperoleh performa yang optimal dapat diperoleh dengan mengonsumsi *caffeine*. *Caffeine* merupakan zat yang terkandung dalam kopi. *Caffeine* dapat meningkatkan memori jangka pendek dengan merangsang sistem saraf pusat. Kopi dapat membuat kita tetap terjaga dan fokus.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh kopi robusta terhadap memori jangka pendek pada laki-laki dewasa muda.

Desain penelitian ini bersifat kuasi eksperimental, dengan menggunakan rancangan *pre-test* dan *post-test*, dilakukan terhadap 30 laki-laki dewasa berusia 18-25 tahun. Data yang diukur adalah jumlah kata yang dapat diingat dari tes memori jangka pendek sebelum dan sesudah meminum kopi robusta. Analisis data menggunakan uji wilcoxon dengan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian yang didapat adalah jumlah kata yang diingat sesudah meminum kopi robusta lebih tinggi, yaitu 44,73 ($SD \pm 4,727$) dibandingkan dengan sebelum diberi minum kopi robusta, yaitu 34,07 ($SD \pm 6,37$), dengan perbedaan yang sangat signifikan ($p < 0,01$).

Simpulan dari penelitian ini adalah kopi robusta dapat meningkatkan memori jangka pendek pada laki-laki dewasa muda.

Kata kunci : memori jangka pendek, kopi, robusta, laki-laki dewasa muda

ABSTRACT

THE EFFECT OF ROBUSTA COFFEE ON SHORT-TERM MEMORY IN YOUNG ADULT MALE

Nikko, 2015

Advisor I : Pinandojo Djojosoewarno, dr., drs., AIF

Advisor II : Hartini Tiono, dr., M.Kes.

Learning Process requires ability to remember, especially at the moment will face the test or tests facing the next day and the material of the test must be memorized within a day before the test or tests are held, it is necessary to short-term memory to memorize it quickly. Optimal performance can be obtained by consuming caffeine. Caffeine is a substance in coffee. Caffeine can improve short-term memory by stimulating the central nervous system. Coffee can keep us awake and stay focused.

The purpose of this study was to determine the effect of Robusta coffee for short-term memory in young adult male.

This study design was quasi-experimental design using pre-test and post-test, conducted on 30 adult males aged 18-25 years. The measured data was the number of words that can be recalled from short-term memory tests before and after drinking coffee robusta . Data analysis used Wilcoxon test with $\alpha = 0.05$.

Results showed that the number of words recalled after drinking coffee robusta were higher, at 44.73 (SD ± 4.727) compared with the prior, which was 34.07 (SD ± 6.37), with a highly significant difference ($p < 0.01$).

The conclusions of this study are robusta coffee can boost short-term memory in young adult male.

Key Words : Short-term memory, coffee, robusta, young adult male

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
ABSTRACT	iv
ABSTRAK	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	3
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. Memori	5
2.1.1. Klasifikasi Memori	7
2.1.2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Memori Jangka Pendek	8

2.1.3. Memori Jangka Pendek.....	9
2.1.4. <i>Working Memory</i>	10
2.2. Kopi	11
2.2.1. Jenis-jenis Kopi dan Sejarahnya.....	11
2.2.2. Kopi Robusta (<i>Coffea Canephora</i>).....	12
2.2.3. Taksonomi	13
2.2.4. Pengolahan Kopi	14
2.2.5. Kandungan Biji Kopi.....	18
2.2.5.1. <i>Caffeine</i>	21
2.3. Anatomi Bagian Otak Sehubungan Dengan Memori Jangka Pendek ..	23
2.3.1. <i>Formatio Reticularis</i>	23
2.3.2. <i>Hippocampus</i>	24
2.3.3. <i>Corpus Mammillare</i>	25
2.3.5. Nukleus Anterior dan Medial Thalamus	26
BAB III BAHAN DAN METODE PENELITIAN	
3.1. Alat dan Bahan	28
3.1.1. Alat dan Bahan Penelitian	28
3.1.2. Subjek Penelitian	28
3.1.3. Lokasi Dan waktu Penelitian.....	28
3.2. Metode Penelitian.....	29
3.2.1. Desain Penelitian	29
3.2.2. Variabel Penelitian.....	29
3.2.3. Definisi Operasional Variabel	29
3.2.4. Besar Sampel Penelitian	29
3.3. Prosedur Penelitian.....	30

3.3.1. Persiapan Subjek Penelitian.....	30
3.3.2. Prosedur Persiapan Bahan Penelitian	30
3.5. Analisis Data	31
3.5. Aspek Penelitian	32
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
4.1. Analisis Deskriptif.....	33
4.2. Uji Perbandingan Memori Jangka Pendek pada Laki- laki Dewasa Sebelum dan Sesudah Diberikan Perlakuan	34
4.2.1. Uji Normalitas	34
4.2.2. Uji Beda Memori Jangka Pendek pada Laki-laki Dewasa Sebelum dan Sesudah Diberikan Perlakuan	35
4.3. Pembahasan	36
4.4. Pengujian Hipotesis Penelitian	37
 BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
5.1. Simpulan.....	39
5.2. Saran	39
 DAFTAR PUSTAKA	 40
LAMPIRAN.....	42
RIWAYAT HIDUP	49

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Komponen Kimia Biji Kopi Robusta yang Disangrai	18
Tabel 4.1. Pretest dan Posttest Memori Jangka Pendek pada Laki-laki Dewasa	33
Tabel 4.2. Uji Normalitas.....	35
Tabel 4.3. Hasil Uji Wilcoxon	36



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Proses Penyimpanan Memori	7
Gambar 2.2. Kopi Robusta	13
Gambar 2.3. Proses Pengolahan Kopi Teknik Basah dan Kering.....	17
Gambar 2.4. Struktur <i>Caffeine</i>	23
Gambar 2.5. <i>Hippocampus</i>	25
Gambar 4.1. Perubahan Memori Jangka Pendek	33



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Soal Tes Memori Jangka Pendek.....	40
Lampiran 2. Surat Pernyataan Persetujuan Untuk Ikut Serta Dalam Penelitian (<i>Informed Consent</i>).....	42
Lampiran 3. Data Hasil Penelitian.....	43
Lampiran 4. Analisis Statistik	44
Lampiran 5. Dokumentasi	45
Lampiran 6. Surat Keputusan Komisi Etik.....	46

