

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Simpulan

1. Kopi Arabika meningkatkan ketelitian
2. Teh hijau meningkatkan ketelitian
3. Kopi Arabika meningkatkan kewaspadaan
4. Teh hijau meningkatkan kewaspadaan
5. Kopi Arabika meningkatkan ketelitian lebih tinggi daripada teh hijau
6. Kopi Arabika meningkatkan kewaspadaan lebih tinggi daripada teh hijau

5.2. Saran

1. Kopi Arabika dan teh hijau dapat dikonsumsi untuk masyarakat yang membutuhkan kewaspadaan dan ketelitian dalam aktivitas sehari-hari
2. Perlu dilakukan penelitian lebih jauh untuk pengaruh kopi Arabika dan teh hijau seperti perbandingan pengaruh kopi Arabika dan teh hijau terhadap waktu reaksi dan fungsi kognitif
3. Perlu dilakukan penelitian lebih jauh mengenai dosis dan cara penyeduhan teh atau kopi yang tepat dalam meningkatkan kewaspadaan dan ketelitian

