

ABSTRAK

PENGARUH KOPI (*Coffea arabica*) TERHADAP MEMORI JANGKA PENDEK

Liviera Grace Surya Chandra, 2012

Pembimbing I : Ellya Rosa Delima, dr., MKes

Pembimbing II : Dr. Iwan Budiman, dr., MS, MM, MKes, AIF

Latar belakang Kopi merupakan salah satu minuman yang tersebar luas dan termasuk minuman yang mayoritas banyak diminum di dunia. Kopi dapat membantu kita agar tetap terjaga dan fokus. Kopi mengandung *caffeine* yang dapat merangsang sistem saraf pusat.

Tujuan Penelitian Untuk mengetahui pengaruh kopi terhadap memori jangka pendek

Metode Tipe penelitian ini eksperimental sungguhan. Subjek penelitian terdiri atas 40 orang dengan jenis kelamin perempuan usia 19-23 tahun. Data yang diukur adalah skor memori jangka pendek, sesudah dan sebelum minum kopi. Analisis data menggunakan uji "t" berpasangan dengan $\alpha = 0,05$.

Hasil Rata-rata skor memori jangka pendek setelah minum kopi sebesar 44.4 lebih besar daripada rata-rata skor memori jangka pendek sebelum minum kopi yaitusebesar 35.4 ($p < 0.01$). Terdapat perbedaan selisih peningkatan memori jangka pendek yang sangat signifikan antara sesudah dan sebelum minum kopi.

Kesimpulan Kopi meningkatkan memori jangka pendek

Kata kunci: kopi, memori jangka pendek

ABSTRACT

THE EFFECT OF COFFEE (Coffea arabica) ON SHORT TERM MEMORY

Liviera Grace Surya Chandra, 2012

Supervisor I : Ellya Rosa Delima, dr., MKes

Supervisor II : Dr. Iwan Budiman, dr., MS., MM., MKes., AIF

Backgrounds *Coffee is one of the most widespread drink and is also the drink that is drank by majority in the world. Coffee can help us stay awake and focus. Coffee contain caffeine that stimulate Central Nervus System.*

Objectives *To determine the effect of coffee on short term memory.*

Methods *The characteristics of this research is true experimental design with 30 female age range from 19–23 years old, was examined to determine the short term memory before and after drink coffee. The statistical analysis used paired t test with $\alpha=0.05$.*

Results *The mean of short term memory's score after inhaled drinking coffee was 44.4 larger than the mean of short term memory's score before drinking coffee was 35.4 ($p<0.01$).*

Conclusions *Coffee improve short term memory.*

Key words: Coffee, short term memory.

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
<i>ABSTRACT</i>	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	1
1.3. Maksud dan Tujuan	1
1.4. Kegunaan Penelitian	2
1.5. Kerangka Pemikiran	2
1.6. Hipotesis Penelitian	3
1.7. Metodologi	3
1.8. Lokasi dan Waktu Penelitian	4
1.9. Tahap Rencana Kegiatan.....	4

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Memori	5
2.1.1 Klasifikasi Memori.....	6
2.1.2 Penyimpanan Memori	7
2.1.3 Fungsi Otak dalam Memori	8

2.1.4 Faktor yang Mempengaruhi Daya Ingat	12
2.2. Kopi.....	17
2.2.1 Taksonomi Kopi	17
2.2.2 Jenis Kopi	18
2.2.3 Kandungan Kopi	19
2.2.3.1 <i>Caffeine</i>	20
2.2.3.2 Metabolisme <i>Caffeine</i>	21
2.2.3.3 Manfaat <i>Caffeine</i>	22
2.2.3.4 Kerugian <i>Caffeine</i>	22

BAB III BAHAN DAN METODE PENELITIAN

3.1. Alat, Bahan, Subjek Penelitian, Ukuran Sampel	24
3.1.1 Alat dan Bahan Penelitian	24
3.1.2 Subjek Penelitian	24
3.1.3 Ukuran Sampel	24
3.2. Metode Penelitian	25
3.2.1 Desain Penelitian	25
3.2.2 Data yang Diukur	25
3.2.3 Analisis Data	25
3.3. Variabel Penelitian	25
3.4. Prosedur Penelitian	25
3.4.1. Persiapan Penelitian	25
3.4.2. Prosedur Test	26
3.4.2. Uji Pendahuluan	26

BAB IV HASIL , PEMBAHASAN, DAN PENGUJIAN HIPOTESIS

4.1. Hasil Penelitian	27
4.2. Pembahasan	28
4.3. Hipotesis Penelitian	29
4.4. Pengujian Hipotesis Penelitian	29

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Simpulan	30
5.2. Saran	30
DAFTAR PUSTAKA	31
LAMPIRAN	33
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	41

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4.1 Karakteristik Subjek Penelitian.....	27
Tabel 4.2 Hasil Pengolahan Data Rata-Rata Skor Setelah dan Sebelum Minum Kopi	27
Tabel 4.4 Hasil Pengolahan Data Skor Setelah Minum Kopi	28

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1.1 Bagan Kerangka Pemikiran	3
Gambar 2.1 Proses Memori	8
Gambar 2.2 Otak	9
Gambar 2.3 <i>Hippocampus</i>	12
Gambar 2.4 Biji Kopi	17
Gambar 2.5 Struktur Kimia <i>Caffeine</i>	21

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
LAMPIRAN 1	Soal Tes Memori 33
LAMPIRAN 2	Data Hasil Percobaan 35
LAMPIRAN 3	Surat Persetujuan..... 37
LAMPIRAN 4	Analisis Statistik 38
LAMPIRAN 5	Dokumentasi Penelitian 40