

ABSTRAK

EFEK KOPI ROBUSTA DAN LUWAK ROBUSTA TERHADAP MEMORI JANGKA PENDEK WANITA DEWASA

Elsyadday dhea, 2020

Pembimbing I : R. Githa Sariwidyantry, dr. M.kes.

Pembimbing II : Sri Nadya J Saanin, dr. M.kes.

Pendahuluan : Kopi merupakan salah satu jenis tanaman yang istimewa karena memiliki karakteristik dalam cita rasa dan aroma serta efek stimulasi kafein yang terkandung di dalamnya. Salah satu efek stimulasi kafein tersebut adalah mampu meningkatkan memori jangka pendek. Kopi robusta merupakan jenis kopi yang paling banyak dikonsumsi di seluruh dunia. Kopi luwak merupakan salah satu jenis kopi yang banyak dikonsumsi masyarakat saat ini karena biji kopinya mengandung kadar kafein yang lebih rendah. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian kopi robusta dan luwak robusta terhadap memori jangka pendek wanita dewasa serta mengetahui perbandingan efeknya.

Metode : Penelitian eksperimental quasi dengan rancangan pre-test dan post-test. Subjek penelitian adalah 30 wanita dewasa usia 18-25 tahun. Data yang diukur adalah jumlah kata yang dapat diingat dari kartu tes memori jangka pendek sebelum dan sesudah meminum kopi Robusta dan kopi luwak robusta. Analisis data menggunakan 't' berpasangan dengan $\alpha = 0,05$.

Hasil : Rerata memori jangka pendek sesudah mengkonsumsi kopi robusta dan kopi luwak robusta lebih tinggi dibandingkan memori jangka pendek sebelum mengkonsumsi kopi robusta dan kopi luwak robusta ($p < 0,05$), serta terdapat perbandingan efek yang signifikan antara pemberian kopi Robusta dan kopi Luwak robusta ($p > 0,05$).

Kesimpulan : kopi robusta dan kopi luwak robusta mampu meningkatkan memori jangka pendek namun efek yang ditimbulkan setelah meminum kopi robusta lebih tinggi dibandingkan kopi luwak robusta

Kata Kunci : Kopi Robusta, Kopi Luwak robusta, Memori, Memori Jangka Pendek, Kafein.

ABSTRACT

THE EFFECT OF ROBUSTA COFFEE AND LUWAK ROBUSTA COFFEE ON SHORT TERM MEMORY IN WOMAN

Elsyadday dhea, 2020

1st Tutor : R. Githa Sariwidyantry, dr. M.kes.

2nd Tutor : Sri Nadya J Saanin, dr. M.kes.

Backgrounds : *Coffee is one kind of special plant because of its characteristic in flavor, aroma and also the stimulation effect of caffeine in it. One of the stimulating effect of caffeine is that caffeine can increase the short term memory. Robusta coffee is the most consumed coffee in the world. Luwak coffee is one kind of coffee that is widely consumed by the people currently because the seeds contain low levels of caffeine. The purpose of this research is to determine the effect of robusta coffee and luwak robusta coffee on short term memory in woman and also to know the comparison of each effect.*

Methods : *This experimental research with pre-test and post-test design. The subject is 30 woman aged 18-25 years with certain criteria. The measured data is the number of words that can be remembered from short term memory test before drinking robusta coffee and luwak robusta coffee. The data were analyzed using 't' paired with $\alpha = 0,05$.*

Results : *The result of short term memory after drinking robusta coffee and luwak robusta coffee is higher than the short term memory before drinking robusta coffee and luwak robusta coffee ($p < 0,05$), also there is a significant comparison of the effects between robusta coffee and luwak robusta coffee ($p > 0,05$).*

Conclutions : *Both robusta coffee and luwak robusta coffee can increase short term memory and robusta coffee has stronger effect compare to luwak robusta coffee on increasing short term memory.*

Keywords : *Robusta Coffee, Luwak robusta Coffee, Memory, Memory Short Term, Caffeine*

DAFTAR ISI

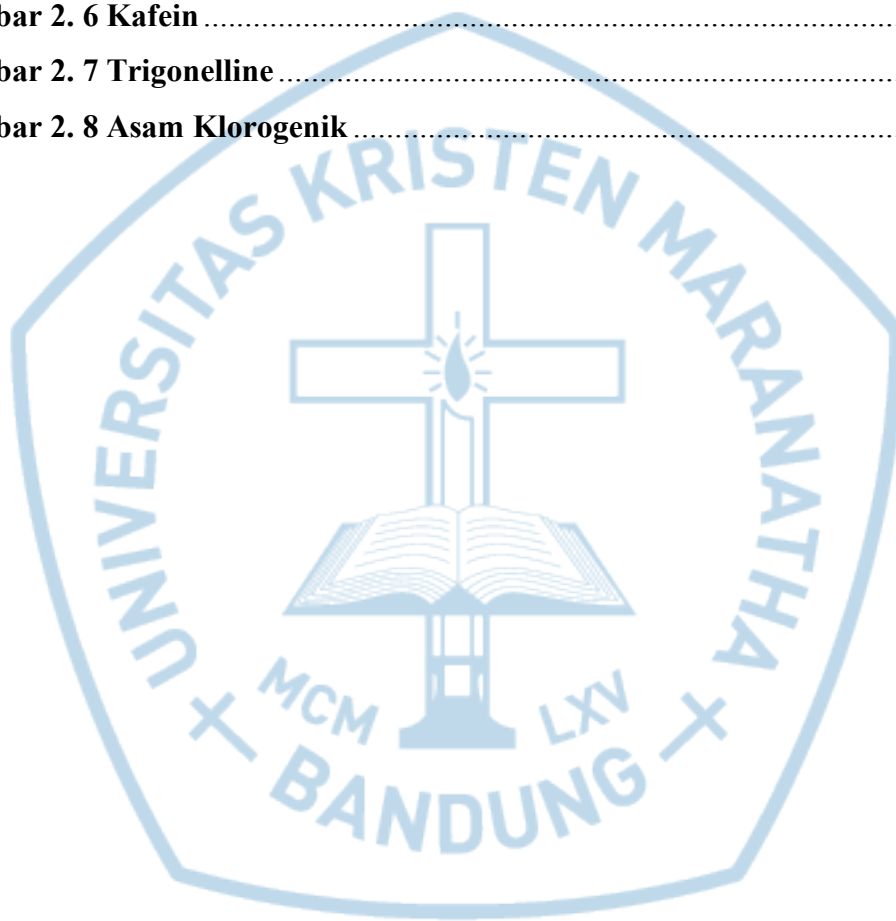
SURAT PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	3
1.3 Tujuan.....	3
1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah.....	3
1.5 Kerangka Pemikiran.....	4
1.6 Hipotesis Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Memori.....	6
2.1.1 Definisi Memori.....	6
2.1.2 Klasifikasi Memori.....	7
2.1.2.1 Klasifikasi Memori Secara Umum.....	7
2.1.2.2 Klasifikasi Memori Berdasarkan Jenis Informasi.....	10
2.1.3 Konsolidasi Memori.....	10
2.1.4 Jenis Makanan yang Mampu Meningkatkan Daya Ingat.....	12
Makanan dan minuman yang dikonsumsi sehari-hari tentunya mampu mempengaruhi proses kerja memori di dalam otak kita. Berikut ini merupakan makanan dan minuman yang mampu meningkatkan memori :..	12
2.1.5 Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Memori.....	13
2.2 Fungsi Otak terhadap Proses Memori.....	15
2.2.1 Korteks Serebri.....	15
2.2.2 Serebelum.....	16

2.2.3	Sistem Limbik.....	17
2.2.3.1	Hipokampus	17
2.2.3.2	Amigdala.....	18
2.2.3.3	Hipotalamus	18
2.3	Kopi.....	19
2.3.1	Sejarah Kopi	19
2.3.2	Taksonomi Kopi.....	20
2.3.3	Jenis-jenis Kopi.....	21
2.3.3.1	Kopi Robusta.....	21
2.3.3.2	Kopi Luwak.....	22
2.3.4	Kandungan Kopi	23
2.3.4.1	Kafein	23
2.3.4.2	Trigonelline.....	24
2.3.4.3	Asam Klorogenik	25
2.3.4.4	Karbohidrat	26
2.3.4.5	Protein Peptida dan Asam Amino Bebas.....	26
2.3.4.6	Mineral.....	26
2.3.4.7	Lemak	27
2.4	Kafein.....	27
2.4.1	Farmakokinetik Kafein.....	27
2.4.2	Mekanisme Kafein terhadap Memori Jangka Pendek.....	27
BAB III BAHAN DAN METODE PENELITIAN		30
3.1	Alat dan Bahan Penelitian	30
3.1.1	Alat Penelitian.....	30
3.1.2	Bahan Penelitian	30
3.2	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	30
3.3	Prosedur Penelitian	30
3.3.1	Subjek Penelitian.....	30
3.3.2	Persiapan Subjek Penelitian.....	31
3.3.3	Prosedur Penelitian.....	31
3.4	Rancangan Penelitian	32
3.4.1	Desain Penelitian.....	32

3.4.2	Variabel Penelitian.....	32
3.4.2.1	Definisi Operasional Variabel.....	33
3.4.3	Data yang Diukur.....	33
3.4.4	Besar Sampel Penelitian.....	33
3.4.5	Analisis Data.....	34
3.4.6	Hipotesis Statistik.....	34
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	37
4.1	Hasil Penelitian.....	37
4.2	Pembahasan.....	39
4.3	Pengujian Hipotesis Penelitian.....	40
BAB V	SIMPULAN DAN SARAN.....	42
5.1	Simpulan.....	42
5.2	Saran.....	42
	DAFTAR PUSTAKA.....	43
	LAMPIRAN 2.....	48
	LAMPIRAN 3.....	48
	LAMPIRAN 4.....	51
	LAMPIRAN 5.....	52
	LAMPIRAN 6.....	54
	RIWAYAT HIDUP.....	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Lobus Korteks Serebri (Sherwood, 2013)	16
Gambar 2. 2 Sistem Limbik (Sherwood, 2013)	17
Gambar 2. 3 Kopi	20
Gambar 2. 4 Kopi Robusta	22
Gambar 2. 5 Kopi Luwak robusta	23
Gambar 2. 6 Kafein	24
Gambar 2. 7 Trigonelline	25
Gambar 2. 8 Asam Klorogenik	26



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Keputusan Etik Penelitian.....	47
Lampiran 2. Lembar Persetujuan Menjadi Subjek Penelitian.....	48
Lampiran 3. Soal Tes Memori	48
Lampiran 5. Analisis Statistik.....	52
Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian	54

