

## ABSTRAK

### PENGARUH SEDUHAN KOPI ARABIKA TERHADAP LAMANYA WAKTU KETELITIAN LAKI-LAKI DEWASA MUDA YANG TIDAK GEMAR MINUM KOPI

Arifandi Sanjaya, 2014, Pembimbing I : Dr.Meilinah Hidayat, dr.,M.Kes.  
Pembimbing II: dr. Jo Suherman, MS, AIF.

**Latar belakang** Mengantuk merupakan suatu permasalahan yang umum terjadi pada kalangan mahasiswa. Hal tersebut menyebabkan produktivitas menurun karena kurangnya konsentrasi pada saat melakukan aktivitas. Banyak sekali cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan konsentrasi. Salah satunya dengan meminum kopi.

**Tujuan Penelitian** Mengetahui pengaruh seduhan kopi arabika terhadap lamanya ketelitian laki-laki dewasa muda.

**Metode Penelitian** Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimental semu dengan metode Rancang Acak Kelompok yang bersifat komparatif pada setiap kelompok dengan memakai *pre test* dan *post test* setiap tiga puluh menit menggunakan addition test. Yang dinilai disini adalah berapa lama jangka waktu ketelitian yang dihasilkan pada subjek penelitian yang telah meminum kopi arabika.

Analisis data statistik digunakan “t” berpasangan dengan menggunakan perangkat lunak komputer, kemudian signifikansi ditentukan berdasarkan nilai  $\alpha \leq 0,05$ .

**Hasil** Pada uji “t” berpasangan dapat dilihat bahwa ternyata didapatkan perbedaan yang signifikan ( $p \leq 0.01$ ). Pada waktu enam puluh menit didapatkan signifikansi sebesar 0.000, ini menunjukkan hasil yang sangat signifikan karena  $p \leq 0.01$ . Yang menunjukkan bahwa efek kopi yang dihasilkan pada kopi arabika hanya bertahan sampai rentang waktu enam puluh menit dan didapatkan penurunan ketelitian pada laki-laki dewasa muda pada rentang waktu *post test* ketiga atau sembilan puluh menit.

**Simpulan** Kopi arabika meningkatkan jangka lama waktu ketelitian selama 60 menit pada laki-laki dewasa muda.

Kata kunci :Kopi, ketelitian

**ABSTRACT**  
**THE EFFECT OF ARABICA COFFEE INFUSION TOWARDS  
THOROUGHNESS DURATION IN MALE YOUNG ADULT WHO ARE NOT  
A HEAVY COFFEE CONSUMER**

Arifandi Sanjaya,2014. *Advisor I* : Dr.Meilinah Hidayat, dr.,M.Kes.  
*Advisor II* : Jo Suherman, dr.,M.Kes.

**Background** Doze is a common problem among college students. It also causes decreased productivity due to lack of concentration in time of working. Many ways can be done to restore the concentration. One of them is by drinking coffee.

**Research Objective** Discover the influence of the effect of coffee arabica in young adult.

**Research Method** Experimental with a complete random design with comparative at any group by wearing pre test and post test, every thirty minutes using addition test. The parameter is how long thoroughness duration effect after drunk arabica coffee. Statistical analysis of data used "t" pairs with using a computer software, then significance is based on the value of  $p \leq 0.05$ .

**Results** There is a significant difference ( $p \leq 0.01$ ). On third post test, the significance is 0.000, this is shows a very significant result because  $p \leq 0.01$ . The result showed that the effects Arabica coffee stand for sixty minutes and obtained a decrease in thoroughness in ninety minutes.

**Conclusion** Arabica coffee increase the period of thoroughness for sixty minutes in male young adult who are not a heavy coffee consumer.

**Keywords:** Coffee, Thoroughness

## DAFTAR ISI

<b>JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiii</b>

### **BAB I PENDAHULUAN**

1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	2
1.3 Tujuan .....	2
1.4 Manfaat Penelitian .....	2
1.4.1 Manfaat Akademis .....	2
1.4.2 Manfaat Praktis .....	2
1.5 Kerangka Pemikiran .....	2
1.6 Hipotesis Penelitian .....	4

### **BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

2.1 Kopi .....	5
2.1.1 Sejarah Kopi .....	5
2.1.2 Deskripsi dan Klasifikasi Kopi .....	7
2.1.3 Penggolongan Berkenaan dengan Taksonomi.....	7
2.1.3.1 Biji Kopi Arabika .....	8
2.1.3.2 Biji Kopi Robusta .....	9
2.1.4 Taksonomi .....	9

2.1.5	Morfologi Tanaman Kopi Arabika.....	9
2.1.6	Kandungan Kimia Kopi.....	10
2.2	Kafein .....	10
2.2.1	Manfaat Kafein.....	11
2.2.2	Efek Jangka Pendek Kafein .....	12
2.2.3	Farmakodinamik Kafein .....	12
2.2.4	Farmakokinetik Kafein .....	13
2.2.5	Efek Neurologis kafein .....	14
2.3	Ketelitian dan Ketelitian.....	15
2.3.1	Ketelitian .....	15
2.3.2	Ketelitian .....	15
2.3.3	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Ketelitian dan Ketelitian .....	15
2.4	Fisiologi kesadaran, kewaspadaan dan ketelitian .....	17

### **BAB III BAHAN DAN METODE PENELITIAN**

3.1	Bahan Alat dan Subjek Penelitian .....	18
3.1.1	Bahan Penelitian .....	18
3.1.2	Subjek Penelitian .....	18
3.1.3	Tempat dan Waktu Penelitian .....	19
3.2	Metode Penelitian.....	19
3.2.1	Desain Penelitian .....	19
3.2.2	Variabel Penelitian .....	19
3.2.2.1	Definisi Operasional Variabel .....	19
3.2.3	Perhitungan Besar Sampel .....	20
3.2.4	Prosedur Penelitian .....	21
3.2.4.1	Persiapan Subjek Penelitian .....	21
3.2.4.2	Prosedur Penelitian .....	21
3.2.5	Cara Pemeriksaan .....	22
3.2.5.1	Data yang Diukur	
3.2.6	Metode Analisis .....	22
3.2.6.1	Hipotesis Statistik .....	22

3.2.6.2 Kriteria Uji .....	22
3.2.7 Aspek Etik .....	22
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1 Hasil Penelitian .....	23
4.1.1 Addition Test .....	23
4.2 Pembahasan .....	25
4.3 Pengujian Hipotesis Penelitian .....	26
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN</b>	
5.1 Simpulan .....	27
5.2 Saran .....	27
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>28</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>30</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>32</b>

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 4.1 Rerata Nilai dari <i>Addition Test</i> pada Pre Test, Tiga Puluh Menit Pertama, Tiga Puluh Menit Kedua, dan Tiga Puluh Menit Ketiga.....	23
Tabel 4.2 Hasil Analisis dengan Uji “t” Berpasangan .....	23

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2.1 Biji Kopi Arabika.....	9
Gambar 2.2 Struktur Kafein.....	11

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 Tabel uji tes “t” berpasangan pada <i>pre test</i> , 30 menit pertama, 30 menit kedua, dan 30 menit ketiga .....	30
Lampiran 2 Lembar Addition Test .....	31