



**PENGARUH PEMBERIAN KOPI ROBUSTA TERHADAP
KEMAMPUAN KOGNITIF PADA PENGUNJUNG
KEDAI KOPI-KOPI DAN KEDAI FAMOUS
TAHUN 2016**

SKRIPSI



**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
JAKARTA
2016**

**PENGARUH PEMBERIAN KOPI ROBUSTA TERHADAP
KEMAMPUAN KOGNITIF PADA PENGUNJUNG
KEDAI KOPI-KOPI DAN KEDAI FAMOUS
TAHUN 2016**

SKRIPSI

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk

Memperoleh Gelar Sarjana Gizi



**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
JAKARTA
2016**



PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi dengan judul

**“Pengaruh Pemberian Kopi Robusta Terhadap Kemampuan Kognitif Pada
Pengunjung Kedai Kopi-Kopi dan Kedai Famous Tahun 2016”**

Merupakan hasil karya sendiri dan sepanjang pengetahuan dan keyakinan saya bukan plagiat dari karya ilmiah yang telah dipublikasikan sebelumnya atau ditulis orang lain. Semua sumber, baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya tulis dengan benar sesuai dengan pedoman dan tata cara pengutipan yang berlaku. Apabila ternyata di kemudian hari Skripsi ini, baik sebagian maupun keseluruhan merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus menerima sanksi berdasarkan perundang-undangan dan aturan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA.

Jakarta, 6 September 2016



Sri Rahayu

1205025080

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR

Saya, yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sri Rahayu

NIM : 1205025080

Program Studi : Gizi

Fakultas : Ilmu-Ilmu Kesehatan

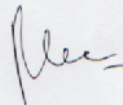
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas skripsi yang berjudul Pengaruh Pemberian Kopi Robusta Terhadap Kemampuan Kognitif Pada Pengunjung Kedai Kopi-Kopi dan Kedai Famous Tahun 2016 beserta perangkat yang ada. Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 6 September 2016

Yang menyatakan,



(Sri Rahayu)


HALAMAN PENGESAHAN

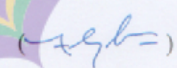
Nama : Sri Rahayu
NIM : 1205025080
Judul Proposal Skripsi : Pengaruh Pemberian Kopi Robusta Terhadap Kemampuan Kognitif Pada Pengunjung Kedai Kopi-Kopi dan Kedai Famous Tahun 2016

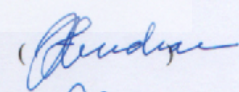
Skripsi dari mahasiswa tersebut di atas telah berhasil dipertahankan di hadapan tim penguji dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana S.Gz pada Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka.

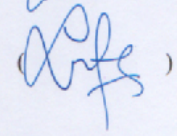
Jakarta, 6 September 2016

TIM PENGUJI

Pembimbing I : Nuraini Susilo Rochani, SKM, M.Sc ()

Pembimbing II : Alibbirwin, SKM, M. Epid ()

Penguji I : Ningti Budiarti Ali, MCN ()

Penguji II : Lintang Purwara Dewanti, M.Gizi ()

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk

komandan rumah tercinta

Ibu Neni Roheni

#titikduabintang

Keluarga besar tersayang mih taseh,

Alm. Anila Aprilia Hanry

Petani Kopi Indonesia

Dan

Kerja keras otak dalam tubuh saya

yang dibantu oleh kopi

sehingga karya ini terwujud



Kopi tidak melulu negatif untuk tubuh, bertemanlah ...

Karena terlalu rugi untuk tidak suruput kopi Indonesia

#MencintaiIndonesiaLewatKopi #DemiKopiIndonesia

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT, berkat izin, rahmat dan hidayah-Nya yang tak terhingga yang telah dilimpahkan akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Pemberian Kopi Robusta Terhadap Kemampuan Kognitif Pada Pengunjung Kedai Kopi-Kopi dan Kedai Famous Tahun 2016”. Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan S1 dan untuk mencapai gelar Sarjana Gizi Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka. Skripsi ini dibuat berkat bantuan dari berbagai pihak mulai dari proses persiapan, pengambilan data, sampai penyusunan laporan ini selesai. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Nuraini Susilo Rochani, SKM, MSc sebagai dosen Pembimbing Utama yang telah meluangkan waktu dan tenaganya untuk membimbing dengan sabar, ikhlas, senyum dan selalu memberikan solusi dari masalah yang penulis tidak bisa memecahkannya.
2. Bapak Alibbirwin, SKM, M. Epid sebagai dosen Pendamping yang telah mengoreksi bagian-bagian skripsi dengan teliti dan membimbing dengan baik hati serta berdiskusi dengan enjoy.
3. Ibu Ningti Budiarti Ali, MCN dan Ibu Lintang Purwara Dewanti, M.Gizi sebagai penguji I dan II yang telah membuat pola pikir penulis semakin berkembang dan semakin luas wawasannya.
4. Kepada owner Kedai Kopi-Kopi dan owner Kedai Famous dengan baik hati sudah melapangkan kedainya untuk menjadi tempat penelitian tanpa dipersulit.
5. Komandan rumah tercinta Ibu Neni Roheni yang selalu sabar, mengerti dan memberikan waktu dan ruangan untuk penulis selalu fokus mengulik skripsi ini serta doa-doa yang selalu dipanjatkan dalam setiap sujudnya.
6. Keluarga besar yang selalu mendoakan penulis untuk segera mendapatkan Gelar Sarjana Gizi.

7. Teman-teman seperjuangan khususnya tri utami, nurhidayah, tri handayani, cipuy, paul, kisti, iis, kaka danis, endah serta teman-teman Prodi Gizi Angkatan 2012 yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Teman-teman main yaitu dian, gustian, ela, desi, citra, nensi, ema, intan, fadil, badrus, bang roni, aa wowo, hafiz, rindi, epoy, meli, cica yang telah membantu mengunjungi tempat kedai serta memberikan semangat dan motivasi bagi penulis.
9. Teman-teman Kopi yaitu para owner Kampus Kopi (semok, ponga, topik, sumadi), owner Blind Bottle (abah), owner Sasmita (yudha), owner Kopimumana (Chesa) yang telah meluangkan waktu dan pikirannya untuk berdiskusi tentang kopi dan berbagi pengalamannya dalam proses penyeduhan kopi.
10. List lagu dari Nosstress, Sheila On 7, PeeWeeGaskins, Vierratale, Slank, Jamrud, Payung Teduh, Raisa yang selalu menemani penulis dalam mengulik karya ini
11. Semua pihak yang tidak dapat dituliskan namanya satu-persatu yang telah terlihat langsung ataupun tidak langsung dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang dapat membangun, memotivasi dan semangat. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan menambah wawasan serta pengetahuan baik bagi pencinta kopi maupun yang belum mencintai kopi serta kepada para pembaca dan khususnya untuk penulis sendiri.

Jakarta, September 2016

Penulis

ABSTRAK

FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA

PROGRAM SARJANA GIZI

Skripsi, Agustus 2016

Sri Rahayu

Pengaruh Pemberian Kopi Robusta Terhadap Kemampuan Kognitif Pada Pengunjung Kedai Kopi-Kopi dan Kedai Famous Tahun 2016

xv + 70 Halaman + 21 Tabel + 5 Gambar + 16 Lampiran

Kopi merupakan salah satu minuman yang banyak digemari diberbagai negara. Jenis kopi yang paling banyak dibudidayakan yaitu kopi arabika dan kopi robusta. Di Indonesia kopi robusta yang memiliki tingkat produksi lebih tinggi sebanyak 542.519 ton dibandingkan dengan kopi arabika 168.994 ton. Jarang yang mengetahui manfaat kopi bagi kemampuan kognitif, seperti meningkatkan konsentrasi, daya ingat dan berpikir logis.

Tujuan umum penelitian ini adalah menganalisis pengaruh pemberian kopi robusta terhadap kemampuan kognitif (konsentrasi, daya ingat dan logika).

Penelitian ini menggunakan metodologi *True-Experimental* dengan rancangan *Pretest-Posttest Control Group Design*. Sampel penelitian ini dari pengunjung Kedai Kopi-Kopi dan Kedai Famous. Jumlah sampel sebanyak 60 pengunjung dengan pembagian, 30 orang kelompok kontrol dan 30 orang kelompok eksperimen.

Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa rata-rata umur responden pada kelompok eksperimen antara 20-28 tahun sedangkan kelompok kontrol antara 20-36 tahun. Kedua kelompok berdominan responden laki-laki, tingkat pendidikan kedua kelompok sebagian besar perguruan tinggi, kedua kelompok sebagian besar mahasiswa dan frekuensi konsumsi kopi perhari 1-2 cangkir.

Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya perbedaan signifikan hasil tes kognitif sebelum dan sesudah pemberian kopi robusta pada kelompok eksperimen, dan penurunan rata-rata (mean) hasil tes kognitif pada kelompok kontrol. Adanya perbedaan signifikan hasil tes kognitif antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol.

Kata Kunci: kopi, kafein, konsentrasi, logika, daya ingat

Daftar Pustaka 60 (Tahun 2006 – 2015)

ABSTRACT

THE FACULTY OF HEALTH SCIENCES

UNIVERSITY OF MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA

PROGRAM BACHELOR NUTRITION

Essay, August 2016

Sri Rahayu

The Effect of Robusta Coffee On Cognitive Abilities In The Visitors Kopi-Kopi Shop and Famous Shop 2016

xv + 70 Pages + 21 Tables + 5 Pictures + 16 Attachment

Coffee is the one of the most popular drinks in the various countries. Type of coffee are most widely cultivated is arabica coffee and robusta coffee. In Indonesia robusta coffee has a higher production rate is as much 542.519 ton compared with arabica coffee just as much as 168.994 ton. Not many people know the benefits of coffee on cognitive abilities, such as increasing the concentration, memory and logical thinking.

The general purpose of this research was to analyse the effect of robusta coffee on cognitive abilities (concentration, memory and logical).

This research is use the methodology of *True-Experimental* with draft of *Pretest-Posttest Control Group Design*. The research sample from the visitors Kopi-Kopi Shop and Famous Shop. The sample is 60 visitors, 30 people are control group and 30 other are experiment group.

The result of univariat analysis showed that the average age of the respondent in the experiment group between 20-28 year, and in the control group between 20-36 year. Both groups had more male respondent, education level in both groups of mostly college, both groups of respondents mostly student, and frequency of coffee consumption is 1-2 cups a day.

The result of bivariate analysis showed a significant difference in cognitive test results before and after giving of robusta coffee in the experimental group, and a decrease in average (mean) cognitive test results in the control group. Significant differences between the cognitive test result experiment group and the control group.

Keywords: Coffee, Caffeine, concentration, Memory, Logica

Bibliography 60 (Year 2006 – 2015)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	Halaman
PERNYATAAN	i
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Ruang Lingkup Penelitian	5
D. Tujuan Penelitian	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus	6
E. Manfaat Penelitian	6
1. Manfaat Bagi Peneliti	6
2. Manfaat Bagi Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka	6
3. Manfaat Bagi Kedai dan Pengunjung Kedai	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kognitif	7
1. Definisi Kognitif	7
2. Konsentrasi	8
3. Logika	9
4. Daya Ingat	10

B. Kopi	13
1. Karakteristik Umum Kopi	13
2. Varietas Kopi	15
3. Proses Pengolahan	16
4. Kandungan Gizi	20
5. Manfaat Kopi	23
6. Teknik Penyajian Kopi	24
7. Batas Konsumsi Kopi Per hari	26
C. Kafein	27
1. Kafein	27
2. Sumber Kafein	27
3. Mekanisme Kerja Kafein	29
D. Penelitian Relevan	31
E. Kerangka teori	32
BAB III KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL DAN HIPOTESIS	
A. Kerangka Konsep	34
B. Definisi Operasional	36
C. Hipotesis	37
BAB IV METODOLOGI PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	38
B. Tempat dan Waktu Penelitian	38
C. Penentuan Populasi dan Sampel	39
1. Populasi	39
2. Sampel	39
D. Teknik Pengumpulan Data, Instrumen Penelitian dan Pengolahan Data	40
1. Pengumpulan Data	40
2. Instrumen Penelitian	41
3. Pengolahan Data	44
E. Analisis Data	47
1. Analisis Univariat	47

2. Analisis Bivariat	47
F. Alur Penelitian	49
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Keterbatasan Penelitian	52
B. Gambaran Umum Kedai Kopi-Kopi dan Kedai Famous	52
C. Analisis Univariat	53
1. Karakteristik Responden	53
D. Analisis Bivariat.....	56
1. Pengaruh Pemberian Kopi Robusta Terhadap Kemampuan Kognitif (Logika, Konsentrasi dan Daya Ingat) Pada Kelompok Eksperimen	56
2. Kemampuan Kognitif (Logika, Konsentrasi dan Daya Ingat) Pada Kelompok Kontrol	61
3. Perbedaan Kemampuan Kognitif (Logika, Konsentrasi dan Daya Ingat) Antara Kelompok Eksperimen dengan Kelompok Kontrol	62
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	64
B. Saran	65
DAFTAR PUSTAKA	66
LAMPIRAN	71-107
RIWAYAT HIDUP	108

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1	Komposisi Kimia Biji Kopi Arabika dan Robusta 23
Tabel 2.2	Kandungan Kafein dalam Beberapa Jenis Minuman 28
Tabel 2.3	Kandungan Kafein dalam Makanan dan Minuman 28
Tabel 2.4	Kandungan Kafein dalam Obat-Obatan 29
Tabel 2.5	Kandungan Kafein dalam Menu Kopi di Kedai Kopi 29
Tabel 3.1	Definisi Operasional 36
Tabel 4.1	Kategori Jenis Kelamin 45
Tabel 4.2	Kategori Pendidikan 45
Tabel 4.3	Kategori Pekerjaan 46
Tabel 4.4	Kategori Frekuensi Konsumsi Kopi 46
Tabel 4.5	Penilaian Tes Logika, Konsentrasi dan Daya Ingat 46
Tabel 5.1	Fasilitas dan Perlengkapan Alat Kopi 53
Tabel 5.2	Distribusi Jenis Kelamin 54
Tabel 5.3	Distribusi Umur 54
Tabel 5.4	Distribusi Pendidikan 54
Tabel 5.5	Distribusi Pekerjaan 55
Tabel 5.6	Perbedaan Hasil Tes Logika Sebelum dan Sesudah Pemberian Kopi Robusta 57
Tabel 5.7	Perbedaan Hasil Tes Konsentrasi Sebelum dan Sesudah Pemberian Kopi Robusta 58
Tabel 5.8	Perbedaan Hasil Tes Daya Ingat Sebelum Dan Sesudah Pemberian Kopi Robusta 59
Tabel 5.9	Hasil Tes Kemampuan Kognitif (Logika, Konsentrasi dan Daya Ingat) Pada Kelompok Kontrol 61

Tabel 5.10 Perbedaan Hasil Tes Kognitif (Logika, Konsentrasi dan Daya Ingat)
Antara Kelompok Eksperimen Dengan Kelompok Kontrol 62



DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kopi	13
Gambar 2.2 Rumus Kimia Formula Molekul Kafein	27
Gambar 2.3 Kerangka Teori	32
Gambar 3.1 Kerangka Konsep	34
Gambar 4.1 Alur Penelitian	49



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Naskah Penjelasan Sebelum Persetujuan	71
Lampiran 2	Formulir Persetujuan	72
Lampiran 3	Karakteristik Responden	73
Lampiran 4	Frekuensi Konsumsi Kopi	74
Lampiran 5	Kuesioner Tes Logika, Konsentrasi dan Daya Ingat	75
Lampiran 6	Output SPSS Univariat	88
Lampiran 7	Output SPSS Bivariat	93
Lampiran 8	Hasil Tes Kognitif Kelompok Kontrol	99
Lampiran 9	Hasil Tes Kognitif Kelompok Eksperimen	100
Lampiran 10	Hasil Laboratorium Kadar Kafein Dalam Kopi Robusta Lampung Proses <i>Vietnam Drip</i>	101
Lampiran 11	Surat Pemohonan Izin Penelitian ke Kedai Kopi-Kopi	102
Lampiran 12	Surat Pemohonan Izin Penelitian ke Kedai Famous	103
Lampiran 13	Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian dari Kedai Kopi- Kopi	104
Lampiran 14	Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian dari Kedai Famous	105
Lampiran 15	Dokumentasi Di Kedai Kopi-Kopi	106
Lampiran 16	Dokumentasi Di Kedai Famous	107



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kopi merupakan salah satu minuman yang banyak digemari di dunia. Penyebaran tanaman kopi bermula pada 800 SM di benua Afrika. Seiring dengan popularitas minuman kopi yang mendunia, penyebaran tanaman kopi mulai meluas ke negara-negara Arab, Eropa, Asia, dan Amerika. Sedangkan di Indonesia bibit kopi pertama kali ditanam pada zaman kolonial Belanda, sekitar tahun 1600-an (Anggara & Marini, 2011). Menurut International Coffee Organization (ICO) pada tahun 2014 konsumsi kopi di dunia sebanyak 149.162 ribu karung (1 karung berisi 60 kg).

Pada tahun 2014 Wilayah Eropa menjadi negara tertinggi konsumsi kopi sebesar 50.291 ribu karung, urutan kedua wilayah Asia sebanyak 30.023 ribu karung, urutan ketiga wilayah Amerika Utara sebanyak 27.674 ribu karung, diikuti dengan Amerika Selatan 25.393 ribu karung, Afrika sebanyak 10.809 ribu karung, Amerika Tengah dan Meksiko sebanyak 4.973 ribu karung (International Coffee Organization, 2015).

Berdasarkan catatan Kementerian Perindustrian bahwa masyarakat Indonesia rata-rata konsumsi kopi mencapai 1,2 kg perkapita pertahun dibandingkan dengan negara-negara pengimpor kopi seperti Amerika 4,3 kg, Jepang 3,4 kg, Australia 7,6 kg, Belgia 8,0 kg, Norwegia 10,6 Kg dan Finlandia 11,4 Kg perkapita pertahun. Menurut estimasi Asosiasi Eksportir dan Industri Kopi Indonesia (AEKI) bahwa konsumsi kopi di Indonesia akan mengalami peningkatan setiap tahunnya. Dibuktikan pada tahun 2015 konsumsi kopi di Indonesia meningkat mencapai 1,09 kg perkapita pertahun dengan kebutuhan kopi 280 juta kg dibandingkan dengan tahun sebelumnya 2014 konsumsi kopi mencapai 1,03 kg perkapita pertahun dengan tingkat kebutuhan 260 juta kg. Menurut International Coffee Organization (ICO) dari data "Total Production by all Exporting Countries" tahun 2014/2015 Indonesia menjadi negara penghasil

kopi urutan keempat setelah Brazil, Vietnam, dan Colombia.

Di Indonesia berdasarkan data estimasi AEKI (Asosiasi Eksportir dan Industri Kopi Indonesia) tahun 2014 bahwa produksi kopi robusta lebih tinggi sebanyak 542.519 ton dibandingkan dengan produksi kopi arabika 168.994 ton. Hal tersebut membuat Indonesia merupakan negara yang tinggi produksi kopi robusta. Menurut Slette & Wiyono (2012), menyatakan hal yang sama bahwa di Indonesia, jenis kopi yang paling banyak diproduksi adalah Robusta. Menurut Anggara dan Marini (2011), bahwa kopi robusta lebih resisten terhadap hama dan penyakit dan mampu tumbuh dengan baik pada ketinggian tempat 400-700m dpl dengan suhu 21-24⁰C dan lebih mudah perawatnya. Sedangkan kopi arabika dapat tumbuh di daerah dengan ketinggian 700-1.700 mdpl, suhu 16-20⁰C, dan beriklim kering tiga bulan secara berturut-turut. Namun, kopi arabika memiliki kelemahan, yaitu rentan terhadap penyakit HV sehingga sejak muncul kopi robusta yang tahan terhadap penyakit HV, dominasi kopi arabika mulai tergantikan dengan kopi robusta.

Kopi sekarang bukan hanya sebagai minuman penghilang kantuk namun sudah menjadi bagian gaya hidup masyarakat tidak hanya kalangan orang tua yang mengkonsumsinya melainkan anak-anak muda sudah mulai menyukai kopi. Hal ini dibuktikan dengan makin menjamurnya kedai kopi di perkotaan besar. Café atau kedai kopi saat ini sudah mudah ditemukan dimana-mana seperti di mall, angkringan, bahkan pasar. Kedai kopi saat ini tidak hanya sebagai tempat bersantai melainkan menjadi tempat berkumpulnya anak-anak muda atau tempat nongkrong. Di beberapa kota sudah mulai menjamur kedai kopi, seperti kota Jakarta, Bogor, Bekasi, Tangerang dan Depok.

Salah satu kedai kopi di Jakarta dan di Bekasi yang sudah tidak asing lagi untuk dikunjungi oleh pencinta kopi baik itu dari kalangan yang sudah berumur ataupun anak-anak muda menjadikan Kedai Kopi-Kopi dan Kedai Famous tempat favorit mereka. Baik itu Kedai Kopi-Kopi maupun Kedai Famous setiap hari selalu didatangi oleh mereka-mereka pencinta kopi untuk sekedar bersantai atau mencoba berbagai jenis kopi yang ada disana.

Biasanya kedai kopi menggunakan biji kopi arabika dan robusta sebagai racikan menu kopinya. Biji arabika biasanya disajikan dalam bentuk minuman

seperti *Iced Latte*, *Mochaccino*, *Cappuccino* dan lain-lain sedangkan biji robusta biasanya dibuat *House Blend* yaitu campuran antara biji robusta dengan arabika dan *Vietnam Drip* berupa campuran antara kopi robusta dengan susu kental manis. Kini banyak orang yang sudah mulai menikmati kopi bahkan menjadi minuman setiap paginya atau minuman setiap kali santai.

Konsumsi kopi setiap orang berbeda-beda. Begitu pula setiap kopi yang disajikan memiliki kadar kafein yang beda-beda tergantung dari jenis kopinya. Menurut BPOM No.HK.00.05.23.3644 “bahwa batas konsumsi kafein maksimum 150 mg/hari yang dibagi minimal dalam 3 dosis. Dalam kopi mengandung 50-200 mg kafein tergantung penyeduhan” (<http://ik.pom.go.id/>).

Menurut *The Wall Street Journal* “mengonsumsi 14.000 miligram kafein yang setara dengan 8 cangkir kopi dalam sehari sudah terlalu banyak, bahkan, meminum kopi sebanyak 6 gelas sehari akan meningkatkan risiko kematian di bawah umur 55 tahun. Dan menurut Dr. Johnson, Profesor dari *Johns Hopkins University*, mengonsumsi 2-4 cangkir kopi sehari dapat menurunkan tingkat depresi” (<http://health.liputan6.com/>).

Sebagian orang tidak mengetahui manfaat dari kopi itu sendiri khususnya manfaat bagi kesehatan. Kopi menjadi minuman yang tidak hanya memiliki aroma khas tapi kopi juga sebagai minuman yang memiliki manfaat baik bagi kesehatan tubuh. Kandungan kafein dalam kopi memberikan efek beragam (positif atau negatif) pada setiap manusia. Kafein juga kaya akan senyawa antioksidan seperti, *polifenol*, *flavonoid*, *proantosianidin*, *kumarin*, *asam klorogenat*, dan *tokoferol* (Anggara dan Marini, 2011). “Manfaat kopi bagi kesehatan diantaranya, mengobati disentri, migrain, mengatasi keracunan, insomnia, kopi juga dapat menghaluskan telapak tangan, menghilangkan bau mulut setelah makan petai/jengkol, pemulihan tubuh setelah bersalin, menjaga agar perut tetap ramping dan mempengaruhi pola pikir seseorang dalam berpendapat tentang suatu topik pembicaraan” (<http://sumut.kemenag.go.id/>). Selain baik bagi kesehatan tubuh, kopi juga memberikan manfaat bagi kemampuan otak. Menurut Weinberg dan Bealer (2010), menyatakan bahwa kandungan kafein yang berada di kopi dapat memperbaiki performa kognitif mayoritas manusia di banyak bidang. Teori tersebut mendukung bahwa kafein dapat meningkatkan fungsi kognitif dalam berbagai pekerjaan (Brunye *et al.*, 2010). Sedangkan menurut Gelder *et al* (2007), bahwa pada orang yang

mengonsumsi kopi memiliki 10 tahun lebih kecil mengalami penurunan kemampuan kognitif ketimbang orang yang tidak mengonsumsi kopi. Berdasarkan hasil penelitian Purdiani (2014), bahwa terdapat hubungan bermakna antara responden yang mengonsumsi minuman berkafein (teh, kopi instan, kopi buatan, cappuccino dan sebagainya) dengan yang tidak mengonsumsi minuman berkafein, hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang mengonsumsi minuman berkafein ditemukan mempunyai semangat kerja/belajar yang baik dibandingkan yang tidak mengonsumsi minuman berkafein. Tingkat konsumsi kafein pada responden beranekaragam, diantaranya 79,38% mengonsumsi kafein 1 cangkir sehari, 17,53% mengonsumsi kafein 2-3 sehari dan 3,09% mengonsumsi kafein lebih dari 3 cangkir sehari.

Hasil penelitian lain menyebutkan bahwa kafein mempengaruhi terhadap tingkat konsentrasi, daya ingat dan logika. Menurut Kamimori *et al* (2014), dalam penelitiannya kafein memiliki pengaruh terhadap logika, dilihat dari hasil statistik menunjukkan P-value <0,001. Pada penelitiannya terdapat hasil yang berbeda pada kelompok yang menerima kafein dan kelompok yang menerima plasebo. Hasil penelitian menunjukkan pada kelompok kafein saat melakukan sesi *Logical Reasoning Test* (LRT) merespon lebih cepat terhadap soal-soal yang diujikan dibandingkan dengan kelompok plasebo. Penelitian lain menunjukkan terdapat perbedaan signifikan ($P < 0,05$) antara kelompok mahasiswa yang diberi kafein dengan kelompok mahasiswa tanpa kafein. Hasil penelitian terdapat perbedaan antara kelompok mahasiswa yang diberikan kafein merasa lebih mampu berkonsentrasi dan memiliki tingkat gairah tinggi dibandingkan dengan kelompok konsumsi plasebo, hal ini membuktikan kafein berpengaruh terhadap tingkat konsentrasi mahasiswa (Peeling & Dawson, 2007). Kafein juga mempengaruhi terhadap tingkat daya ingat manusia. Suatu penelitian dengan melakukan pengujian pada dua kelompok dimana satu kelompok dibiarkan makan atau minum yang berkafein dan diberikan 200 mg kafein setelah mempelajari serangkaian gambar. Keesokan harinya, kedua kelompok diuji kemampuan mereka dengan mengenali gambar dari tes hari sebelumnya. Pada waktu tes menampilkan beberapa gambar yang sama dari hari sebelumnya, beberapa tambahan baru dan beberapa yang serupa tapi tak sama dengan gambar

sebelumnya. Penelitian ini membuktikan pada kelompok yang diberi kafein mampu mengidentifikasi dengan baik gambar baru yang mirip dengan gambar sebelumnya sedangkan pada kelompok tanpa diberikan kafein mengalami keliru terhadap gambar yang sama dengan gambar pada hari sebelumnya. Hasil penelitian ini bahwa kafein berdampak positif terhadap memori jangka panjang manusia (Borota *et al.*, 2014).

Uraian di atas menggambarkan bahwa kopi memberikan pengaruh terhadap kognitif. Kandungan salah satu zat dalam kopi yaitu kafein yang dapat memberikan dampak positif terhadap tingkat konsentrasi, logika maupun daya ingat. Melalui penelitian ini peneliti ingin mengetahui pengaruh kopi terhadap kemampuan kognitif pada peminum kopi.

B. Rumusan Masalah

Belum diketahuinya perbedaan kemampuan kognitif antara kelompok yang tidak diberikan kopi robusta dengan kelompok yang diberikan kopi robusta.

C. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini akan meneliti tentang pengaruh pemberian kopi robusta terhadap kemampuan kognitif yang meliputi konsentrasi, daya ingat dan logika. Pada penelitian ini akan dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen (diberikan kopi robusta). Sampel dalam penelitian ini sebanyak 60 responden dari pengunjung Kedai Kopi-kopi berlokasi di Jakarta Selatan dan Kedai Famous yang berlokasi di Bekasi. Penelitian akan dilaksanakan pada Bulan April sampai Juli Tahun 2016. Metode penelitian yang digunakan berupa *True-Experimental* dengan pendekatan *Pretest-Posttest Control Group Design*.

D. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk menganalisis pengaruh pemberian kopi robusta terhadap kemampuan kognitif pada peminum kopi.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik frekuensi konsumsi kopi per hari pada sampel penelitian
- b. Mengidentifikasi tes logika sebelum diberikan kopi robusta
- c. Mengidentifikasi tes konsentrasi sebelum diberikan kopi robusta
- d. Mengidentifikasi tes daya ingat sebelum diberikan kopi robusta
- e. Mengidentifikasi tes logika setelah diberikan kopi robusta
- f. Mengidentifikasi tes konsentrasi setelah diberikan kopi robusta
- g. Mengidentifikasi tes daya ingat setelah diberikan kopi robusta
- h. Menganalisis efek pemberian kopi robusta terhadap peningkatan kemampuan kognitif pada sampel penelitian.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Menjadi suatu penambahan wawasan keilmuan dan pengembangan kompetensi diri sesuai dengan keilmuan yang diperoleh selama perkuliahan serta menjadi bahan bacaan dan bahan referensi bagi penelitian lain.

2. Bagi Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka

Meningkatkan perkembangan ilmu pengetahuan tentang kopi dan menjadi suatu referensi kasus bagi mahasiswa/mahasiswi yang akan melakukan penelitian tentang kopi serta memberikan informasi mengenai pengaruh kopi robusta terhadap kemampuan kognitif.

3. Bagi Kedai dan Pengunjung Kedai

Memberikan informasi kepada pengunjung Kedai tentang pengaruh pemberian kopi robusta terhadap kemampuan kognitif. Hasil penelitian ini dapat dijadikan pengetahuan baru untuk penikmat kopi dan menjadi bahan untuk berbagi ilmu kepada penikmat kopi lainnya tentang manfaat kopi.



DAFTAR PUSTAKA

- AEKI (Asosiasi Eksportir dan Industri Kopi Indonesia). *Konsumsi Kopi Indonesia*. November 23, 2015. <http://www.aeki-aiice.org/uploads/TABEL.KONSUMSIKOPI%20INDONESIA.pdf>.
-
- _____. *Luas Tanaman Menghasilkan dan Produksi Kopi Robusta Menurut Provinsi dan Pengusahaan Tahun 2014***. Januari 26, 2016. sphpaeki@gmail.com.
- Abdillah R, Arfan. (2010). *Sukses Menghadapi Tes Gambar untuk Psikotes & Tes CPNS*. Jakarta: PT. Tangga Pusaka.
- Agustin L & Izzah, Kinanthi Nur. (2011). *All Test (Kumpulan Soal Psikotes, TPA, TKU, & CPNS Terlengkap)*. Jakarta: PT. Tangga Pustaka.
- Anggara, Anies., & Marini, Sri. (2011). *Kopi Si Hitam Menguntungkan Budi Daya dan Pemasaran*. Yogyakarta: Cahaya Atma Pustaka.
- Anggara, Rehan. *Jurus Sakti Taklukan Tes Gambar*. Jakarta: Penerbit HB.
- Anonim. (2012). *Proses Pembuatan Kopi Luwak*. Agustus 30, 2016. <http://proses-pembuatan-kopiluwak.html>.
- Atmojo, Danang., & Wulandari, Dini. (2013). *Full Strategi Lolos Tes CPNS Lima Departemen*. Jakarta: Wahyu Media.
- Bohn, SK., Ward, NC., Hodgson, JM., & Croft, KD. (2012). Effects Of Tea and Coffee On Cardiovascular Disease Risk. National Institutes Of Health, DOI: 10.1039/c2fo10288a.
- Borota, Daniel., Murray, Elizabeth., Keceli, Gizem., Chang, Allen., Watabe, Joseph M., Ly, Maria., Toscano, John P., & Yassa, Michael A. (2014). Post-Study Caffeine Administration Enhances Memory Consolidation In Humans. *Nature Neuroscience*, 17, 201–203.
- Brown, J.E. (2011). *Nutrition Through The Life Cycle 4th Edition*. Wadsworth USA: Cengage Learning.
- Brunye, Tad T., Mahoney, Caroline R., Lieberman, Harris R., Giles, Grace E., & Taylor, Holly A. (2010). Acute Caffeine Consumption Enhances The Executive Control Of Visual Attention In Habitual Consumers. *Journal Elsevier*, 74, 186-192.
- Caffeine: How much is too much?: Caffeine Has It's Perks, But It Can Pose Problems Too. Find Out How Much Is Too Much and If You Need To Curb Your Consumption. *Mayo Clinic Staff*. Februari 28, 2016. <http://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/nutrition-and-healthy-eating/in-depth/caffeine/art-20045678?pg=1>.

- Chawla, Jasvinder. at al. (2015). *Neurologic Effect Of Caffeine*. Februari 15, 2016. <http://emedicine.medscape.com/article/1182710-overview#a2>.
- Coffee and Age-Related Cognitive Decline*. Februari 16, 2016. <http://coffeeandhealth.org/>
- Daswin, Nurdiana Binti T., & Samosir, Nelly E. (2009). *Pengaruh Kafein Terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara* (Vol. 1 No.1 Tahun 2013). Universitas Sumatra Utara Fakultas Kedokteran.
- Davies, Emma. (2011). *Chemistry In Every Cup*. Royal Society Of Chemistry. Februari 15, 2016. <http://www.rsc.org/chemistryworld/Issues/2011/May/ChemistryInEveryCup.asp>.
- Djamarah, S. B. (2008). *Rahasia Sukses Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Engkoswara. (2012). *Ciri-ciri Siswa yang Dapat Berkonsentrasi Belajar*. September 9, 2016. <http://id.shvoong.com>.
- Fall. (2007). *Caffeine and Your Body*. Februari 28, 2016. <http://www.fda.gov/downloads/UCM200805.pdf>.
- Gelder, BM Van., Buijsse, B., Tijhuis, M., Kalmijn, S., Giampaoli, S., Nissinen, A., & Kromhout, D. (2007). Coffee consumption is inversely associated with cognitive decline in elderly European men: the FINE Study. *European Journal of Clinical Nutrition*, 61, 226–232.
- Hartono. (2013). *Siaran Pers: Produksi Kopi Nusantara Ketiga Terbesar Di Dunia*. Desember 1, 2015. <http://www.kemenperin.go.id/artikel/6611/Produksi-Kopi-Nusantara-Ketiga-Terbesar-Di-Dunia>.
- Hays, Jeffrey. (2009). *Coffee: It's History, Health and Caffeine*. Februari 9, 2016. <http://factsanddetails.com/world/cat54/sub346/item1568.html>.
- Hidayat, A.Aziz Alimul. (2010). *Metode Penelitian Kesehatan Paradigma Kuantitatif*. Surabaya: Health Books Publishing.
- Ibrahimi, Muhammad Nur. (2012). *Logika Lengkap*. Jogjakarta: IRCiSoD
- International Coffee Organization (ICO). (2015). *World Coffee Consumption*. November 24, 2015. <http://www.ico.org/prices/new-consumption-table.pdf>.
- _____. (2015). *Total Production By All Exporting Countries*. November 24, 2015. <http://www.ico.org/historical/1990%20onwards/PDF/1a-total-production.pdf>.

- Kamimori, Gary H., McLellan, Tom M., Tate, Charmaine M., Voss, David M., Niro, Phil., & Lieberman, Harris R. (2014). Caffeine Improves Reaction Time, Vigilance and Logical Reasoning During Extended Periods With Restricted Opportunities For Sleep. *Psychopharmacology*, DOI 10.1007/s00213-014-3834-5.
- Kopi Berkelanjutan*. Desember 1, 2015. <http://ditjenbun.pertanian.go.id/pascapanen/berita-203-kopi-berkelanjutan.html>.
- Kumala, Anisia., Trihandayani, Dewi., Rozi, Fahrul., Mundzir, Ilham., Nahrowi, Izza R., Archianti, Puti., Ghulam, Rifma., Hafiz, Subhan El., Tohirin., & Tentramin, Yulmaida Amir. (2013). *Dasar-Dasar Psikologi*. Jakarta: UHAMKA Press
- Misra, H., Mehta, D., Mehta, B.K., Soni, M., & Jain, D.C. (2008). Study Of Extraction and HPTLC – UV Method For Estimation of Caffeine in Marketed Tea (*Camellia sinensis*) Granules. *International Journal of Green Pharmacy*, DOI: 10.4103/0973-8258.49374.
- Najiyati, Sri & Danarti. (2006). *Kopi, Budi Daya & Penanganan Pasca Panen*. Jakarta: Penebar Swadaya.
- Nehlig, Astrid. (2010). Is Caffeine a Cognitive Enhancer?. *Journal of Alzheimer's Disease*, DOI 10.3233/JAD-2010-091315.
- Netzer, William J. A Few Cups Of Coffee A Day May Lower Alzheimer's Risk. *The Alzheimer's Information Site*. Februari 28, 2016. <https://www.alzinfo.org/articles/prevention/a-few-cups-of-coffee-a-day-may-lower-alzheimers-risk/>.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Panggabean, Edy. (2011). *Buku Pintar Kopi*. Jakarta: AgroMedia Pustaka.
- Peeling, Peter., & Dawson, Brian. (2007). Influence Of Caffeine Ingestion On Perceived Mood States, Concentration, and Arousal Levels During a 75-min University Lecture. *The American Physiological Society*, DOI:10.1152/advan.00003.2007.
- Purdiani, Monica. (2014). *Hubungan Penggunaan Minuman Berkafein Terhadap Pola Tidur dan Pengaruhnya Pada Tingkah Laku Mahasiswa/I Universitas Surabaya*. Universitas Surabaya.
- Ranjabar, Jacobus. (2014). *Dasar-Dasar Logika: Sebuah Langkah Awal Untuk Masuk ke Berbagai Disiplin Ilmu dan Pengetahuan*. Bandung: Alfabeta.
- Redaksi Health Secret. (2012). *Khasiat Bombastis Kopi*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo Kelompok Gramedia.

- Reinhardt, Donald. (2009). *Caffeine Chemistry and Caffeine Effects*. Februari 9, 2016. <https://suite.io/donald-reinhardt/1z7124v>.
- Rejo, Amin., Rahayu, Sri., & Panggabean, Tamaria. *Karakteristik Mutu Biji Kopi Pada Proses Dekafeinasi*. Universitas Sriwijaya.
- Slameto. (2010). *Belajar & Fakto-Faktor Yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta
- Setiono, Kusdwiratri. (2008). *Psikologi Perkembangan: Kajian Teori Piaget, Selman, Kohlberg & Aplikasi Terapannya Dalam Riset*. Bandung: Widya Padjadjaran.
- Simanjuntak, Ruth Elizabeth Violita. (2011). *Kopi*. Universitas Diponegoro Fakultas Kedokteran.
- Slette, Jonn., & Wiyono, Ibnu E. (2012). *Indonesia Coffee Annual: This Report Contains Assessments Of Commodity And Trade Issue*. Global Agricultural Information Network. (GAIN Report Number: IDI1215).
- Smith, Andrew P. (2012). Caffeine, Extraversion and Working Memory. *Journal of Psychopharmacology*, DOI: 10.1177/0269881112460111.
- Solfrizzi V., Panza F., Imbimbo B.P., D'Introno A., Galluzzo L., Gandin C., Misciagna G., Guerra V., Osella A., Baldereschi M., Di Carlo M., Inzitari D., Seripa D., Pilotto A., Sabba C., Logroscino G., & Scafato E. (2015). Coffee Consumption Habits and The Risk Of Mild Cognitive Impairment: The Italian Longitudinal Study On Aging. *National Institutes Of Health*, DOI: 10.3233/jad-150333.
- Sternberg, Robert J. (2008). *Psikologi Kognitif* (Yudi Santoso, Penerjemah.). Yogyakarta : Pustaka Belajar.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: AFABETA, cv.
- Susilawati & Robiartini, L. (2008). *Pertumbuhan Bibit Kopi Robusta (Coffea canephora Pierre) Pada Media Kompos Lumpur Sungai*. Universitas Sriwijaya.
- Tangga Pustaka, Redaksi. (2008). *Pintar Psikotes & TPA*. Jakarta: PT. Tangga Pustaka.
- TransMedia, Redaksi. (2009). *Sukses Menembus Psikotes dan Tes Kemampuan Umum*. Jakarta: TransMedia Pustaka.
- Tika. (2014). *Hal-hal yang Perlu Diwaspadai untuk Menghindari Keracunan Kafein dalam Minuman*. 21 Februari 2016. <http://ik.pom.go.id/v2014/artikel/Waspadai-Keracunan-Kafein-dalam-Minuman-Berenergi.pdf>.

Tiwari, Trayambak., Singh, Anju L., & Singh, Indramani L. (2009). Effect of Caffeine on Sensory Vigilance Task Performance-I: Under Low Demanding Condition. *Indian Journal of Social Science Researches*, ISSN: 0974-9837.

Walgito, Bimo. (2010). *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: ANDI.

Wartana, Eka. (2012). *MINDWEB: Konsep Berfikir Tanpa Mikir*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.

Wawa. (2012). *Minum Kopi karena Merek atau Kesegarannya?*. 25 Maret 2016. <http://female.kompas.com/read/2012/01/30/2136164/Minum.Kopi.karena.Merek.atau.Kesegarannya>.

Weinberg, Bennett Alan., & Bealer, Bonnie K. (2010). *Manfaat Tak Terduga Kafein Berdasarkan Penelitian Paling Mutakhir* (Warastuti, Penerjemah.). Bandung: Qanita.

Widoyoko, Eko Putro. (2012). *Teknik Penyusunan Instrument Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

