

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Di Indonesia, mengonsumsi kopi sudah menjadi *trend* bagi kalangan masyarakat saat ini terutama dikalangan mahasiswa khususnya pada mahasiswa fakultas kedokteran. Banyak faktor yang menjadi penyebab seseorang mengonsumsi kopi. Selain dari rasa, aroma, dan kebiasaan gaya hidup saat ini, kopi juga diminati karena manfaatnya terhadap kesehatan. Kopi ditemukan dapat meningkatkan aktivitas neuron di lobus frontal, dimana yang merupakan tempat kerja memori yang mengatur kemampuan seseorang untuk tetap waspada.¹ Kandungan kafein yang terdapat didalam kopi memiliki peran penting dalam hal tersebut. Kafein adalah stimulan yang paling banyak digunakan dan dikonsumsi setiap hari oleh 80% populasi dunia.² Dalam 1 cangkir kopi terkandung kurang lebih 60 sampai 200 mg kafein. Hal ini tergantung dari proses penggilingan dan kandungan alkaloid didalamnya.³

Ada beberapa teori mengatakan bahwa kandungan kafein yang terdapat di dalam kopi dapat mempengaruhi memori jangka pendek, karena adanya peningkatan atensi. Selain itu, kafein memiliki efek langsung pada fungsi otak dimana dapat merangsang area otak yang mencakup memori jangka pendek dan kewaspadaan. Neuron di otak bekerja lebih cepat ketika dipengaruhi oleh kafein karena meningkatnya aktifitas neurotransmitter asetilkolin. Ini menyebabkan reaksi berantai yang mengarah pada kewaspadaan mental yang memungkinkan konsentrasi yang lebih baik dan akibatnya, terjadi peningkatan ingatan informasi.⁴

Teori tersebut juga didukung dari beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya. Penelitian yang dilakukan Capek dan Guenther

menjelaskan bahwa kombinasi dari kafein dan gula yang terdapat dalam kopi dapat meningkatkan kemampuan fungsi kognitif dan memori. Pada penelitian Capek dan Guenther subjek yang meminum kopi memiliki kemampuan mengingat lebih kuat dibandingkan dengan subjek yang tidak meminum kopi.⁵ Selain itu penelitian yang dilakukan Hindmarch, dkk. juga mendapatkan perbedaan skor memori jangka pendek dimana hasil skor memori jangka pendek setelah minum kopi didapatkan skor lebih besar dibandingkan sebelum minum kopi.⁶ Di sisi lain terdapat hasil yang mengontradiksi teori ini yaitu penelitian yang dilakukan oleh Bre'al Loree Hillery. Pada penelitian Hillary, tes memori jangka pendek yang menggunakan matematika (angka) ditemukan hasil yang tidak bermakna antara kelompok intervensi kafein dan kelompok kontrol.⁷ Penelitian lain yang mengontradiksi teori ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Ferdinan. Dari hasil penelitian Ferdinan, skor memori jangka pendek pada subjek yang meminum kopi dan subjek yang tidak meminum kopi tidak didapatkan perbedaan yang signifikan. Jadi dari hasil penelitian Ferdinan, tidak terdapat hubungan yang bermakna antara kafein dan memori jangka pendek. Menurut Ferdinan ketidakkonsistenan ini disebabkan oleh kurangnya kriteria inklusi seperti imbauan untuk tidak makan dan merokok sebelum tes serta konsentrasi yang menjadi faktor perancu.⁸

Mengetahui bahwa konsumsi kopi bukanlah hal yang asing bagi mahasiswa kedokteran apalagi saat menjelang ujian akhir ataupun OSCE dan hasil penelitian terdahulu yang masih bersifat kontradiksi, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut dengan tujuan untuk mengetahui perbedaan skor memori jangka pendek pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan yang mengonsumsi dan tidak mengonsumsi kafein.

1.2 Rumusan Masalah

Ada teori yang menjelaskan bahwa kafein memiliki hubungan terhadap daya ingat jangka pendek. Mengonsumsi kopi yang mengandung kafein akan meningkatkan kinerja neuron di otak melalui peningkatan aktifitas neurotransmitter asetilkolin. Hal inilah yang membuat seseorang untuk tetap waspada dan berkonsentrasi sehingga terjadi peningkatan daya ingat. Selain itu, juga terdapat beberapa penelitian yang berfokus pada hubungan konsumsi kafein terhadap memori jangka pendek. Walaupun beberapa penelitian sebelumnya menemukan adanya hubungan antara kafein dengan memori jangka pendek, penelitian ini masih bersifat kontroversial. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai perbedaan skor memori jangka pendek pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan yang mengonsumsi dan tidak mengonsumsi kafein.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Apakah terdapat perbedaan skor memori jangka pendek pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan yang mengonsumsi dan tidak mengonsumsi kafein?

1.4 Tujuan

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui perbedaan skor memori jangka pendek pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan yang mengonsumsi dan tidak mengonsumsi kafein.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui kemampuan memori jangka pendek mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan yang tidak mengonsumsi kafein.

2. Mengetahui kemampuan memori jangka pendek mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan yang mengonsumsi kafein.

1.5 Manfaat

1.5.1 Manfaat Akademik

1. Memperoleh pengetahuan tentang perbedaan skor memori jangka pendek pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan yang mengonsumsi dan tidak mengonsumsi kafein.
2. Memberikan dasar pengetahuan tentang perbedaan skor memori jangka pendek pada yang mengonsumsi dan tidak mengonsumsi kafein bagi penelitian lebih lanjut.

1.5.2 Manfaat Praktis

Menjadi tambahan pengetahuan bagi masyarakat luas, khususnya untuk mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan mengenai hubungan konsumsi kafein terhadap memori jangka pendek.

