

ABSTRAK

Latar Belakang : Minuman kopi merupakan minuman yang sangat populer dan mudah didapatkan untuk dikonsumsi karena terdapat kandungan kafein di dalamnya. Kafein memberikan efek positif antara lain dapat meningkatkan kewaspadaan dan energi, kesejahteraan, relaksasi, suasana hati yang baik, sedangkan efek negatif adalah kecemasan, gugup, gelisah, insomnia, takikardia dan gemetar.

Tujuan : Menganalisis perbedaan konsentrasi belajar mahasiswa yang mengkonsumsi kopi dengan yang tidak mengkonsumsi kopi pada mahasiswa Fakultas Teknik Prodi Teknik Sipil Universitas Islam Sumatera Utara.

Metode : Kuantitatif dengan desain *Quasi Experimental* yang menggunakan perbandingan kelompok. Subjek penelitian terdiri atas 32 responden yang dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok intervensi (meminum kopi) sebanyak 16 orang dan kelompok kontrol (tidak meminum kopi) 16 orang. Sampel dipilih dengan teknik *purposive/judgmental sampling*. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur tingkat konsentrasi yaitu *Stroop Test*.

Hasil : Hasil *Mann Whitney* antara kelompok intervensi dengan kontrol menunjukkan perbedaan signifikan dengan nilai *sign* 0.000 ($p < 0.05$).

Kesimpulan : Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan tingkat konsentrasi kelompok intervensi dengan kelompok kontrol setelah diberikan kopi.

Kata Kunci : Kafein, kopi, dan konsentrasi belajar

ABSTRACT

Background: *Coffee drinks are very popular and easy to consume because they contain caffeine. Caffeine has positive effects, including increasing alertness and energy, well-being, relaxation, good mood, while negative effects include anxiety, nervousness, restlessness, insomnia, tachycardia and tremors.*

Objective: *To analyze the difference in study concentration of students who consume coffee and those who do not consume coffee among students at the Faculty of Engineering, Civil Engineering Study Program, Islamic University of North Sumatra.*

Method: *Quantitative with a Quasi Experimental design that uses group comparisons. The research subjects consisted of 32 respondents who were divided into 2 groups, namely the intervention group (drinking coffee) with 16 people and the control group (not drinking coffee) with 16 people. The sample was selected using purposive/judgmental sampling technique. The measuring instrument used to measure concentration levels is the Stroop Test.*

Results: *The Mann Whitney results between the intervention and control groups showed a significant difference with a sign value of 0.000 ($p < 0.05$).*

Conclusion: *This study concluded that there was a significant difference in the concentration levels of the intervention group and the control group after being given coffee.*

Keywords : *Caffeine, coffee, and study concentration.*