



DAFTAR ISI

SKRIPSI	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN	iii
NASKAH SOAL	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
UCAPAN TERIMA KASIH	vii
DAFTAR NOTASI DAN SINGKATAN	ix
INTISARI	x
ABSTRACT	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Asumsi dan Batasan	3
1.4 Tujuan Penelitian	4
1.5 Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Efek suplementasi kafein terhadap fisiologis dan kognitif	5
2.2 Perbedaan pemberian suplementasi terhadap fisiologis dan kognitif	7
BAB III LANDASAN TEORI	8
3.1 Kopi dan Kafein	8
3.2 Pengaruh Kafein pada fisiologi manusia	11
3.3 Jenis Peminum Kopi	12
3.4 PVT (Psychomotor Vigilance Task)	13
3.5 Alertness	14



3.6 HRV	15
BAB IV METODE PENELITIAN	17
4.1 Subjek Penelitian	17
4.2 Tempat penelitian	17
4.3 Alat yang Digunakan	17
4.4 Tahapan Penelitian	19
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	23
5.1 Alertness	23
5.2 HRV	26
5.3 Korelasi antara RT dan HRV	31
5.4 Pembahasan	31
BAB VI PENUTUP	34
6.1 Kesimpulan	34
6.2 Saran	34
DAFTAR PUSTAKA	35
LAMPIRAN	38