

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Minuman kopi secara luas diminati oleh penduduk Indonesia. Kebiasaan minum kopi, khususnya dipagi hari, telah menjadi rutinitas sehari-hari bagi masyarakat. Kegemaran ini tidak terbatas hanya pada pagi hari, melainkan juga meluas ke berbagai waktu, seperti selama istirahat siang, dimana masyarakat cenderung berkumpul dan menikmati kopi sebagai teman untuk melepas penat dan menghabiskan waktu Bersama. Pada awalnya, budaya minum kopi melibatkan minuman berwarna hitam pekat, memiliki rasa pahit dan disajikan panas (Oktaviani, 2018). Penggunaan kopi seperti ini sedang menjadi kebiasaan populer di kalangan pelajar dan mahasiswa di Indonesia, digunakan sebagai sumber stimulasi, penambah energi, dan penangkal kantuk menjelang ujian (Oktasiva Ferinada Andian Putri et al. 2022).

Hasil studi di UPP Poltekes Semarang kampus Kendal menunjukkan bahwa 4 orang (5%) dari peserta menyatakan memiliki kebiasaan minum kopi untuk meningkatkan konsentrasi belajar (Hamu et al., 2022). Sementara itu, penelitian pada mahasiswa TPB-IPB yang melibatkan 354 responden menemukan bahwa 92,3% dari mereka mengakui bahwa mengonsumsi minuman berkafein, seperti kopi, membantu mengatasi rasa kantuk, membuat mereka lebih bugar (24,4%), mengurangi kelelahan (16,0%), dan sekitar 20,5% responden menyatakan bahwa kopi dapat meningkatkan daya konsentrasi (Candranita Dharmadi et al., 2021).

Kopi memiliki dampak positif dan negative pada tubuh manusia. Kafein merupakan methylxanthine utama yang terdapat dalam kopi, dan perannya yang signifikan adalah meningkatkan tekanan darah. Kafein dalam kopi disinyalir dapat menghambat reseptor adenosine dan menghambat fosfodiesterase, sehingga dapat meningkatkan tekanan darah. Adenosin, yang bertindak sebagai vasodilator dan mengatur tekanan darah, diyakini terpengaruh oleh kafein dalam mekanisme regulasi tekanan darah setelah mengonsumsi kopi. Sifat stimulan kafein juga dapat menyebabkan palpitasi dan aritmia jantung pada individu dengan hipertensi. (Yusuf & Yusni, 2020) (Oktasiva Ferinada Andian Putri et al., 2022a)

Dalam penelitian terhadap 22 wanita yang sehat, ditemukan bahwa konsumsi kopi secara akut menghasilkan peningkatan tekanan darah sistolik sekitar 10-20mmHg, atau sekitar 14,09%, setelah 60 menit. Namun, tidak ada pengaruh yang signifikan terhadap tekanan darah diastolic (Yusuf & Yusni, 2020).

Dari hasil penelitian terhadap mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI, ditemukan bahwa sebanyak 107 mahasiswa (71,3%) mengonsumsi kopi, dengan mayoritas termasuk dalam kategori konsumsi ringan, yaitu sebanyak 75 orang (50,0%). Dari peminum kopi ringan, 11 orang (14,7%) mengalami hipertensi. Persentase tekanan darah tinggi mencakup 10 orang (6,7%) dengan hipertensi stadium 1 dan 3 orang (2,0%) dengan hipertensi stadium 2. Pada kategori prehipertensi, terdapat 24 orang (16%). Namun, analisis statistik menunjukkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara konsumsi kopi dan tekanan darah (Oktasiva Ferinada Andian Putri et al., 2022).

Mahasiswa kedokteran cenderung mengonsumsi kafein sebagai stimulan karena jadwal istirahat yang terbatas, menyebabkan mereka merasa lelah atau mengantuk selama menjalani aktivitas sehari-hari. Motivasi di balik konsumsi kafein oleh mahasiswa ini disebabkan oleh pengalaman peningkatan fungsi kognitif setelah mengonsumsi kafein, termasuk peningkatan konsentrasi, daya ingat, dan performa fisik. (Rian Adnan & Lontoh, 2023)

Sistem pembelajaran pada mahasiswa kedokteran secara umum menggunakan metode blok, karena batasan waktu yang singkat dan kesibukan mahasiswa di luar jam perkuliahan. Hal ini mendorong mahasiswa untuk memanfaatkan waktu belajar mereka dengan efektif. Sistem blok ini mengandung berbagai kompetensi yang harus dikuasai oleh mahasiswa, dengan harapan bahwa mereka dapat menguasai seluruh kompetensi yang sesuai dengan Standar Kompetensi Dokter Indonesia. Sistem yang intens ini menyebabkan mahasiswa mengalami kekurangan waktu, dan mendorong mereka untuk menerapkan pola belajar semalam sebelum menyelesaikan tugas atau menghadapi ujian blok. Mahasiswa menghadapi berbagai cara untuk melawan rasa kantuk dan kelelahan, dan salah satu solusinya adalah dengan mengonsumsi minuman yang mengandung kafein, seperti kopi (Candranita Dharmadi et al., 2021).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kebiasaan konsumsi kopi pada mahasiswa dan apakah ada peningkatannya pada tekanan darah mahasiswa/i angkatan 21 kedokteran UNPRI.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut
“Hubungan Kebiasaan Konsumsi Kopi Terhadap Tekanan Darah Pada Mahasiswa/I Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia Angkatan 21”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kebiasaan konsumsi kopi terhadap peningkatan tekanan darah pada mahasiswa/i fakultas kedokteran Universitas Prima Indonesia Angkatan 21.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui kebiasaan minum kopi pada mahasiswa/I Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia Angkatan 21.
2. Mengetahui peningkatan tekanan darah pada mahasiswa/I Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia Angkatan 21.
3. Menganalisa hubungan kebiasaan minum kopi dengan peningkatan tekanan darah pada Mahasiswa/I Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia Angkatan 21.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi Penulis

Guna meningkatkan dan memperluas kemampuan, pemahaman, serta keterampilan dalam penyusunan tugas akhir (skripsi).

2. Bagi Universitas Prima Indonesia.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai kebiasaan minum kopi terhadap peningkatan tekanan darah.

3. Bagi Responden

Untuk menambah pengetahuan dan tingkat kesadaran untuk mahasiswa/i mengenai dampak positif dan negatif terhadap kopi.