

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Asam urat (hiperurisemia) adalah kondisi medis yang ditandai oleh peningkatan kadar asam urat serum melebihi batas normal. Peningkatan kadar asam urat ini dapat menyebabkan pengendapan kristal monosodium urat (MSU) pada persendian dan jaringan lunak, yang memicu peradangan seperti gout arthritis. Secara global, prevalensi gout dilaporkan sekitar 1-2% pada populasi dewasa, dengan angka yang lebih tinggi pada pria di atas usia 40 tahun. Di Indonesia, prevalensi hiperurisemia bervariasi, mencapai 14,5% di Bali dan hingga 29,2% di beberapa wilayah seperti Minahasa Utara (Febrianti, 2020). Kondisi ini menjadi perhatian serius karena hiperurisemia yang tidak terkontrol dapat berujung pada komplikasi serius, seperti tofus gout kronis, kerusakan ginjal, dan penurunan kualitas hidup.

Konsumsi kopi telah menjadi bagian dari gaya hidup masyarakat global, termasuk di Indonesia. Warkop (warung kopi) sebagai salah satu tempat konsumsi kopi yang populer menjadi pilihan utama banyak orang, terutama mahasiswa, untuk menikmati kopi. Kopi yang disajikan di warkop mengandung senyawa aktif seperti kafein, asam klorogenat, dan antioksidan lainnya yang diketahui memiliki efek terhadap metabolisme purin, senyawa prekursor asam urat. Penelitian menunjukkan bahwa konsumsi kopi dalam jumlah sedang dapat menurunkan risiko hiperurisemia melalui peningkatan ekskresi asam urat urin (Hasfika *et al.*, 2023). Namun, konsumsi kopi berlebihan atau jenis kopi tertentu yang dicampur dengan gula dan susu tinggi kalori justru dapat memperburuk kadar asam urat. Dengan meningkatnya pola konsumsi kopi di kalangan anak muda, terutama mahasiswa, hubungan antara konsumsi kopi dan kadar asam urat menjadi topik yang relevan untuk dikaji lebih lanjut. Sebagai contoh, penelitian di kalangan mahasiswa di Indonesia menunjukkan bahwa 60% dari mereka mengonsumsi kopi secara rutin, namun hanya 25% yang memperhatikan kadar gula dan kalori tambahan dalam kopi mereka (Maulinda and Eni Purwani, 2023).

Selain konsumsi kopi, beberapa faktor lain turut memengaruhi kadar asam urat dalam tubuh, seperti usia, jenis kelamin, dan pola hidup. Pria memiliki risiko lebih tinggi dibandingkan wanita untuk mengalami hiperurisemia, terutama setelah usia 40 tahun. Pada wanita, risiko meningkat setelah menopause karena berkurangnya efek protektif estrogen terhadap ekskresi asam urat (Romli, 2021). Di kalangan mahasiswa, gaya hidup sedentari, pola makan tinggi purin, kurang olahraga, dan stres akademik sering menjadi faktor pemicu hiperurisemia. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa stres akademik dapat meningkatkan kadar kortisol, yang secara tidak langsung berkontribusi pada gangguan metabolisme, termasuk peningkatan kadar asam urat (Riswana and Mulyani, 2022).

Konsumsi kopi juga memiliki kaitan dengan kolesterol dan indeks massa tubuh (BMI). Senyawa dalam kopi, seperti kafein, dapat memengaruhi metabolisme lipid. Studi menunjukkan bahwa konsumsi kopi tanpa filter (seperti kopi tubruk) dapat meningkatkan kadar LDL (kolesterol jahat) karena kandungan cafestol dan kahweol, sementara kopi yang disaring cenderung lebih aman bagi metabolisme lipid (Setiawan, 2021). Peningkatan kadar LDL akibat konsumsi kopi tanpa filter dapat menyebabkan akumulasi plak di pembuluh darah, yang meningkatkan risiko aterosklerosis dan penyakit kardiovaskular. Sementara itu, konsumsi kopi dengan tambahan gula tinggi tidak hanya meningkatkan kadar kolesterol secara tidak langsung tetapi juga memicu resistensi insulin, yang memperburuk profil lipid tubuh (Sholihah, 2014).

Dalam kaitannya dengan BMI, konsumsi kopi tanpa tambahan gula dan susu dapat mendukung kontrol berat badan karena efek termogeniknya, yaitu meningkatkan pembakaran kalori tubuh. Namun, konsumsi kopi yang dicampur dengan susu kental manis atau sirup dengan kandungan gula tinggi justru berkontribusi pada kenaikan berat badan dan peningkatan BMI. Kelebihan kalori dari konsumsi kopi manis secara berulang dapat menyebabkan obesitas, yang merupakan faktor risiko utama untuk hiperurisemia. Obesitas meningkatkan tekanan intra-abdomen, yang pada gilirannya mengurangi ekskresi asam urat melalui ginjal. Selain itu, adiposit yang berlebih pada individu dengan BMI tinggi menghasilkan sitokin pro-inflamasi seperti TNF- α dan IL-

6, yang berkontribusi pada gangguan metabolisme purin dan memperburuk kadar asam urat (RIZKI, 2022; Andriyani *et al.*, 2024).

Penelitian ini menjadi penting karena prevalensi hiperurisemia, kolesterol tinggi, dan pengaruh terhadap *body mass index* (BMI) tidak hanya menjadi masalah kesehatan pada populasi usia lanjut tetapi juga mulai meningkat pada usia produktif. Menjadi bagian dari generasi muda, sering mengabaikan kesehatan mereka karena fokus pada studi dan aktivitas lainnya. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru tentang hubungan antara kebiasaan konsumsi kopi dengan kadar asam urat, kolesterol, dan BMI, sehingga dapat menjadi dasar bagi intervensi edukasi dan promosi gaya hidup sehat. Langkah ini diharapkan mampu menurunkan prevalensi hiperurisemia dan risiko kesehatan terkait di usia produktif (Rahman *et al.*, 2023). Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru tentang hubungan antara kebiasaan konsumsi kopi dengan kadar asam urat, kolesterol, dan *body mass index* (BMI) sehingga dapat menjadi dasar bagi intervensi edukasi dan promosi gaya hidup sehat.

1.2 Rumusan Masalah

Dari latar belakang diatas maka rumusan masalah adalah bagaimanakah hubungan antara konsumsi kopi dengan kadar asam urat, kolesterol, dan *body mass index* (BMI).

1.3 Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis hubungan antara konsumsi kopi di warkop dengan kadar asam urat, kolesterol, dan *body mass index* (BMI) di Warkop Asli Medan.

2. Tujuan Khusus

- Menganalisis pola konsumsi kopi pada sampel di Di Warkop Agem Multatuli Medan

- Mengukur hasil asam urat, kolesterol, dan *body mass index* (BMI) pada sampel di Warkop Asli Medan.
- Mengidentifikasi hubungan antara tingkat konsumsi kopi dengan hasil asam urat pada sampel di Warkop Asli Medan.
- Mengidentifikasi hubungan antara tingkat konsumsi kopi dengan hasil kolesterol pada sampel di Warkop Asli Medan.
- Mengidentifikasi hubungan antara tingkat konsumsi kopi dengan hasil *body mass index* (BMI) pada sampel di Warkop Asli Medan.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teori

Memberikan kontribusi ilmiah dalam bidang kesehatan masyarakat mengenai hubungan konsumsi kopi di warkop dengan kadar asam urat, kolesterol, dan *body mass index* (BMI).

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi bagi mahasiswa tentang risiko dan manfaat konsumsi kopi terhadap kesehatan, khususnya kadar asam urat, kolesterol, dan *body mass index* (BMI). Dengan memahami dampaknya, menjadi dasar edukasi untuk pencegahan hiperurisemia di kalangan usia produktif.

3. Manfaa Klinis

Dari segi klinis, penelitian ini dapat memberikan informasi kepada tenaga kesehatan alam memberikan saran mengenai pola konsumsi kopi yang aman untuk usia produktif Begitu pula dapat memberikan masukan untuk pengelolaan dan pencegahan hiperurisemia sejak dini.