

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Menurut (Yusfita., 2019) Penyakit Tidak Menular (PTM) yakni sebuah penyakit yang berkembang dengan perlahan, mempunyai rentang waktu yang panjang, serta yang tidak menular diantara manusia. Setiap tahunnya kasus PTM mengalami peningkatan. Pada tahun 2012 kasus PTM menurut *World Health Organization* (WHO) sejumlah 68% ataupun 38 juta penduduk meninggal dikarenakan PTM, dengan 80% mortalitas ini berlangsung pada negara-negara berkembang maupun miskin. PTM di tahun 2015 naik hingga 70% ataupun 56,4 juta mortalitas di seluruh dunia.

Sindroma Metabolik adalah kombinasi dari beberapa kondisi medis, di dalamnya terdapat dislipidemia, kenaikan tekanan darah, resistensi insulin, dan kelebihan berat badan (Yamagata, 2018). Kriteria dari diagnosis sindroma metabolik sekarang mengarah terhadap kriteria dari WHO, ATP (*Adult Treatment Panel*) III, NCEP (*National Cholesterol Education Program*), serta *International Diabetes Federation* (IDF) yang mencakup hipertrigliseridemia, obesitas sentral, hipertensi, hiperglikemia, dan dislipidemia (menurunnya HDL serta meningkatkan kadar trigliserida) dan seorang individu dapat disebut memiliki sindrom metabolic bila mendapati tiga dari lima komponen tersebut. Prevalensi sindroma metabolik berdasar dari data epidemiologi yakni 2025%. *Framingham Offspring Study* mendapati prevalensi hasil responden dengan usia 26-82 tahun 23,1% untuk perempuan serta 29,4% untuk laki-laki.

Prevalensi sindroma metabolik untuk individu dewasa yang berlangsung di Amerika sekarang ini berkisar 24%, Korea Selatan 14,2%, serta Eropa 15%. Sindroma metabolik di Indonesia sendiri sejumlah 23,34% dengan 21,4% dari perempuan serta 26,2% laki-laki. Studi di Iran mendapati *insiden rate* sejumlah 550,9/10.000 *person years* (95% CI:519,5-584,2). Perempuan memiliki *insidens rate* sebesar 433,5/10.000 *person years* (95% CI:689,9-813,5). Secara global insiden sindroma metabolik relative memiliki peningkatan yang cepat. (Rustika et al., 2019)

Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) 2020 memperlihatkan prevalensi PTM terus meningkat, terutama pada penyakit darah tinggi (hipertensi), kegemukan (obesitas), dan kencing manis (diabetes melitus). PTM termasuk penyakit yang dapat ditekan angkanya penderitanya dengan terselenggaranya program GERMAS melalui posbindu PTM. Kegiatan deteksi PTM dapat dilakukan pada usia 15-59 tahun (usia produktif) dengan melakukan pemeriksaan berupa cek tekanan darah, indeks massa tubuh dan gula dalam darah. Prevalensi Jawa Timur pada tahun 2020 untuk penderita hipertensi di daerah Kabupaten Jember sekitar 741.735 penduduk, sedangkan untuk penderita diabetes melitus sekitar 35.951 penduduk. (Kementrian Kesehatan., 2016).

Kondisi sindroma metabolik diperparah dengan pergeseran pola hidup (urbanisasi) serta makan, input keloari yang berlebih, meningkatnya fenomena kegemukan, pola hidup *sedentary*, dan berkaitan pada imbas yang diciptakannya. Perubahan gaya hidup tersebut terlihat jelas pada kalangan usia

remaja yang dimana pada masa tersebut seorang remaja memiliki ketertarikan lebih dalam mengeksplorasi hal-hal baru, yang dimana untuk mendukung hal tersebut dibutuhkan suasana tempat yang mendukung. Suasana yang mendukung banyak di temui di tempat-tempat yang menyajikan pemandangan indah atau memiliki makanan dan tempat yang enak untuk berlama-lama di dalamnya. Tempat dengan pemandangan indah dan menyajikan makanan serta tempat yang enak banyak di adopsi oleh warung-warung kopi (cafe) (Irwanti, 2017).

Cafe di era saat ini menjadi tempat favorit anak remaja berkumpul hanya sekedar melepas penat atau bahkan menjadi tempat diskusi bagi banyak kalangan, hal tersebut di dukung dengan banyaknya varian menu makan dan minuman yang mereka sajikan. Semakin berkembangnya zaman maka semakin berfariasinya menu-menu yang ditawarkan didalamnya, tidak terkecuali kopi yang menjadi primadona di café. Cita rasa pahit serta kandungan kafein di dalamnya menjadi salah satu daya tarik dan hal banyak di cari untuk memunculkan ide-ide.

Kopi mengalami banyak perubahan yang dimana pada zaman dahulu kopi hanya di sajikan dengan gula sebagai pemanis buatan, dengan perubahan gaya hidup terutama di kalangan remaja maka kopi juga banyak mengalami modifikasi dari perubahan cara pengolahan hingga kandungan kopi itu sendiri. Penambahan pemanis buatan serta bahan-bahan lainnya menjadikan kopi semakin digemari oleh kalangan remaja karena selain meminimalisir cita rasa pahit yang terkandung di dalamnya juga menjadi ajang adu gengsi. Perubahan

tersebutlah yang menjadikan kalangan remaja menjadi semakin suka dengan minuman kopi, hingga mereka menjadi berlebihan dalam mengkonsumsinya yang dimana segala sesuatu hal yang berlebihan tidaklah baik bagi kesehatan. Anjuran dalam mengonsumsi kopi (kafein) yang seharusnya berkisar 300 mg perhari ataupun sekitar kopi hingga tiga cangkir (Huang., 2019), menjadi tidak berarti bagi mereka.

Kafein sendiri memiliki manfaat bagi tubuh jika dikonsumsi dalam dosis yang telah dianjurkan, seperti meningkatkan kinerja fisik juga memberikan efek antiperlipidemia (penurunan penyimpanan trigliserida dan kolesterol) dan menghambat lipogenesis serta merangsang lipolisis melalui regulasi ekspresi gen yang bertanggung jawab untuk metabolisme lipid dalam sel hati. Mengonsumsi kafein dalam jumlah yang berlebih dapat mengganggu kondisi tubuh berupa gangguan tidur. Gangguan tidur dapat mengakibatkan meningkatnya tekanan darah, gangguan metabolisme tubuh, dan lain sebagainya yang dimana hal tersebut dapat memicu terjadinya stroke, kanker, dan lain sebagainya. Efek tersebut akan menaikkan prevalensi sindroma metabolik (Br Ginting & Mufidah., 2021).

Fenomena di atas dapat disimpulkan bahwa sindroma metabolik telah menjadi topik permasalahan di bidang kesehatan serta menjadi tantangan klinis dalam keseluruhan dunia yang berhubungan pada urbanisasi serta pola hidup *sedentary* serta dampak yang diberikan oleh mengonsumsi kopi lebih dari dosis yang dianjurkan akan berdampak langsung pada peningkatan penyakit tidak menular. Berdasarkan kajian yang telah dilakukan oleh peneliti

terdahulu, didapati bahwa pola konsumsi kopi sesuai dengan anjuran yang telah ditetapkan dapat menurunkan risiko sindroma metabolik. Lantas bagaimana jika mengkonsumsi lebih dari anjuran yang telah ditetapkan?, apakah dampak yang di berikan kopi akan tetap menjadi positif atau menjadi negatif?. Dengan demikian dibutuhkan penelitian terkait data mengenai “Hubungan Konsumsi Kopi Terhadap Risiko Peningkatan Sindroma Metabolik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember”.

## **B. Rumusan Masalah**

### **1. Pernyataan Masalah**

Prevalensi PTM berdasarkan epidemiologi sebesar 20-25% di dunia dan di Indonesia sejumlah 23,34% dari keseluruhan populasi menderita sindroma metabolik dan untuk pria sebanyak 26,2%. Pergeseran gaya hidup tradisional menjadi gaya hidup modern akibat perkembangan globalisasi. Melalui pergeseran gaya hidup tersebut, menjadikan individu lebih rentan terhadap penyakit tidak menular, terutama sindroma metabolik. Penelitian sebelumnya menunjukkan potensi yang di miliki kopi dalam penurunan risiko sindroma metabolik memiliki presentase yang cukup memuaskan, tetapi dalam batas anjuran yang telah di tetapkan.

## 2. Pertanyaan Masalah

Adakah hubungan antara tingkat konsumsi kopi terhadap risiko peningkatan sindroma metabolik pada mahasiswa tingkat akhir?..

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Utama

Menganalisis hubungan dari konsumsi kopi terhadap risiko peningkatan sindroma metabolik pada mahasiswa tingkat akhir semester 8 angkatan 2018.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat konsumsi kopi pada mahasiswa semester 8 angkatan 2018.
- b. Mengidentifikasi sindroma metabolik pada mahasiswa semester 8 angkatan 2018.
- c. Mengidentifikasi seberapa besar risiko kenaikan sindroma metabolik yang terjadi akibat konsumsi kopi pada mahasiswa semester 8 angkatan 2018

### **D. Manfaat penelitian**

#### 1. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan mampu memberi wawasan untuk masyarakat dalam mengonsumsi kopi dengan kadar yang tepat guna memberikan manfaat yang di inginkan kepada kesehatan.

## 2. Bagi Peneliti Mendatang

Penelitian ini dapat membantu peneliti mendatang untuk bisa melaksanakan penelitian lebih mendalam untuk mengurangi risiko sindrom metabolik.

## 3. Bagi Pemerintah

Penelitian ini bisa berperan sebagai upaya peningkatan pemahaman kepada khalayak umum terhadap manfaat mengkonsumsi kopi dengan anjuran yang telah di tetapkan.

