

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Konsumsi kopi telah menjadi rutinitas masyarakat di seluruh dunia, terutama di Indonesia. Kopi menjadi salah satu minuman yang populer dikarenakan mempunyai efek meningkatkan kewaspadaan dan daya konsentrasi (Stefanello *et al.*, 2019). Namun, jika dikonsumsi secara berlebihan, terutama dalam jangka panjang, konsumsi kopi dapat menimbulkan dampak negatif terhadap kesehatan, salah satunya meningkatkan risiko penyakit gastritis. Menurut data dari *United States Department of Agriculture* (USDA), konsumsi kopi domestik Indonesia pada periode 2024/2025 mencapai sekitar 4,8 juta kantong (60 kg per kantong), menandakan tingginya tingkat konsumsi kopi nasional.

Kafein diketahui dapat mempercepat pembentukan asam lambung di dalam perut. Ini terjadi karena kafein merangsang kontraksi asam lambung, yang selanjutnya mendorong lambung untuk menghasilkan asam dalam jumlah lebih besar, yang pada akhirnya mengiritasi sel-sel lambung. Kafein juga berikatan dengan jalur saraf purinerjik pada manusia dan meningkatkan produksi asam klorida (HCL) di dalam lambung (Stefanello *et al.*, 2019). Batas aman konsumsi kafein harian bagi orang dewasa adalah 300-400 mg per hari, setara 1-2 cangkir kopi, sementara konsumsi di atas 600 mg per hari berisiko menimbulkan efek samping seperti iritasi lambung, diare, gangguan tidur, dan stimulasi berlebih sekresi asam lambung (Grace and Prayoga, 2022).

Gastritis adalah inflamasi pada mukosa lambung yang dapat dipicu oleh berbagai faktor, seperti pola makan yang tidak teratur, asupan kafein yang berlebihan, konsumsi makanan pedas, minum minuman beralkohol, kebiasaan merokok, stres, penggunaan obat-obatan seperti Obat Antiinflamasi Nonsteroid (OAINS) seperti ibuprofen, naproxen, dan piroxicam, serta infeksi oleh bakteri *Helicobacter Pylori* (Bili *et al.*, 2023). Apabila gastritis tidak ditangani, kondisi tersebut akan memburuk dan pada akhirnya dapat menyebabkan tukak lambung, yaitu luka yang dihasilkan oleh asam lambung (Ilham *et al.*, 2019).

Menurut data World Health Organization (WHO) pada tahun 2019 angka kejadian gastritis di Indonesia mencapai 40,8% dan mencapai prevalensi 274.396 kasus dari 238.452.952 jiwa penduduk di beberapa daerah Indonesia (Adityaningrum and Yunus, 2022). Gastritis termasuk sepuluh penyakit terbanyak di rumah sakit di Indonesia. Presentase kasus gastritis di kota Tasikmalaya pada tahun 2023 berjumlah 9.075 kasus, dimana penyakit gastritis menduduki peringkat ke 9 dari 10 besar penyakit terbanyak di Kota Tasikmalaya. (Dinas Kesehatan, 2024).

Mahasiswa merupakan kelompok usia produktif yang memiliki gaya hidup aktif dan sering kali mengalami tekanan akademik. Terutama mahasiswa tingkat akhir, mereka cenderung lebih sering mengonsumsi kopi. Pada tahap ini, mahasiswa tingkat akhir sedang menjalani kegiatan penyusunan tugas akhir, praktik belajar lapangan, praktik kerja lapangan, serta mempersiapkan ujian kompetensi yang memerlukan konsentrasi dan energi ekstra dalam jangka waktu yang panjang. Kondisi ini berdampak

pada peningkatan stres akademik dan perubahan perilaku kesehatan, termasuk pola konsumsi kopi.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir memiliki pola konsumsi kopi yang lebih tinggi, yang terkait dengan durasi tidur yang berkurang, peningkatan stres, dan pola makan yang tidak teratur (Putri, 2022). Selain fakta tersebut, Isnani *et al.*, (2025) juga menemukan bahwa konsumsi kopi secara signifikan terkait dengan gejala gastritis pada mahasiswa tingkat akhir, artinya kelompok ini berpotensi mengalami gangguan pencernaan akibat gaya hidup tidak sehat dan tuntutan akademik.

Tekanan psikologis yang lebih tinggi akibat *deadline* dan ekspektasi kelulusan mendorong mereka untuk mengandalkan kafein sebagai stimulan cepat, berbeda dengan mahasiswa tingkat awal yang masih dalam fase adaptasi kurikulum dasar dengan beban yang relatif lebih ringan. Hal ini diperkuat oleh studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa peningkatan level akademik berkorelasi dengan frekuensi konsumsi kopi sebagai respon terhadap stres kronis (Mukhaira, *et al.*, 2023).

Menurut penelitian Bili (2023) menunjukkan bahwa konsumsi kopi dapat meningkatkan produksi asam lambung, yang berpotensi menyebabkan gejala gastritis seperti nyeri ulu hati, mual, dan kembung. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Ilham (2019), responden yang sering minum kopi beresiko 3,57 kali menderita gastritis dibandingkan dengan yang tidak sering mengonsumsi kopi. Efek ini dipicu oleh

kandungan kafein dalam kopi yang merangsang produksi asam lambung serta meningkatkan kontraksi otot lambung, yang jika tidak diimbangi dengan asupan makanan, dapat menyebabkan peradangan mukosa lambung. (Musrah dan Hanifah, 2022).

Dengan maraknya *coffee shop* khususnya di Indonesia, hal tersebut berdampak di berbagai wilayah, termasuk Tasikmalaya. Kondisi ini ditunjukkan oleh semakin banyaknya bisnis *coffee shop* yang muncul akibat tingginya minat terhadap kopi. Tidak hanya di *coffee shop* saja, di berbagai tempat makan mulai dari warung hingga restoran pun menyediakan menu minuman yang mengandung kafein ini. Variasi jenis kopi pun beragam, mulai dari kopi hitam baik instan maupun racikan hingga kopi dengan berbagai tambahan seperti kopi susu, kopi aren, dan lainnya.

Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pola konsumsi minuman kopi dengan kejadian gastritis pada Mahasiswa Tingkat Akhir Program Diploma Tiga Jurusan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih jelas mengenai pola konsumsi kopi pada mahasiswa dan dampaknya terhadap kesehatan lambung, serta memberikan rekomendasi bagi masyarakat dan tenaga kesehatan dalam mengelola konsumsi kopi untuk mencegah terjadinya gastritis. Penelitian ini juga diharapkan dapat mengisi kekurangan dalam literatur yang ada dan memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu kesehatan masyarakat.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Gambaran Konsumsi Minuman Kopi dan Risiko Kejadian Gastritis pada Mahasiswa Tingkat Akhir Program Diploma Tiga Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum:

Untuk mengetahui Gambaran Pola Konsumsi Minuman Kopi Dan Risiko Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Program Diploma Tiga Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.

2. Tujuan Khusus:

- 1) Untuk mengetahui pola konsumsi minuman kopi pada Mahasiswa Tingkat Akhir Program Diploma Tiga Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, meliputi jenis kopi yang dikonsumsi, jumlah kopi yang dikonsumsi, dan waktu konsumsi kopi.
- 2) Untuk mengetahui risiko kejadian gastritis pada Mahasiswa Tingkat Akhir Program Diploma Tiga Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, meliputi risiko kejadian gastritis, seperti nyeri ulu hati, perut kembung, lemas, bersendawa dan sesak.

D. Ruang Lingkup

Lingkup keilmuan dalam penelitian ini adalah Farmasi Klinik dan Komunitas.

E. Manfaat Penelitian

a. Manfaat bagi Peneliti

Menambah pengetahuan di bidang farmasi dan kesehatan masyarakat, khususnya mengenai hubungan konsumsi minuman kopi dengan kejadian gastritis.

b. Manfaat bagi Institusi

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber atau data mengenai hubungan konsumsi minuman kopi dengan kejadian gastritis.

c. Manfaat bagi Masyarakat

- 1) Meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai gambaran pola konsumsi minuman kopi dengan kejadian gastritis.
- 2) Menambah wawasan kepada masyarakat bagaimana pola konsumsi minuman kopi yang baik, yaitu dengan membatasi dan mengontrol jumlah kafein yang dikonsumsi untuk mencegah terjadinya penyakit gastritis.

F. Keaslian Penelitian

Sebelumnya telah dilakukan beberapa penelitian yang memiliki kesamaan topik dengan penelitian ini. Terdapat sejumlah persamaan maupun perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian-penelitian terdahulu tersebut, di antaranya adalah:

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Peneliti	Judul Penelitian	Persamaan	Perbedaan
Inna Mukhaira, Sri Nurmayanti, & Siti Pujiningtyas (2023)	<i>The Relationship Between Coffee Consumption and the Incident of Gastritis in Adolescents at Siere Cendekia Vocational School</i>	1. Desain penelitian <i>cross sectional</i> 2. Teknik pengambilan sampel <i>purposive sampling</i>	Tempat penelitian dan waktu penelitian
Muhammad Ishak Ilham, Haniarti, Usman. (2019)	Hubungan Pola Konsumsi Kopi Terhadap Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Muhammadiyah Parepare	1. Jenis penelitian menggunakan metode deskriptif analitik dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . 2. Teknik pengambilan sampel <i>purposive sampling</i> 3. Instrumen kuesioner.	Tempat penelitian dan waktu penelitian
Olvia S. Bili, Prawito, & Yusiana Vidhiastutik (2019)	Hubungan Pola Konsumsi Kopi Dengan Resiko Kejadian Gastritis Pada Masyarakat Di RT 10 RW 03 Desa Mancar Kecamatan Peterongan Kabupaten Jombang	1. Desain penelitian <i>cross sectional</i> 2. Teknik pengambilan sampel <i>purposive sampling</i> . 3. Instrumen kuesioner	Tempat penelitian dan waktu penelitian