

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

1. Gambaran Umum

Sidakarya merupakan salah satu desa di Kecamatan Denpasar Selatan. Perbatasan desa Sidakarya yaitu sebelah utara Kecamatan Panjeri dan Renon, sebelah timur Kecamatan Sanur Kauh. Di sebelah selatan berbatasan dengan perairan Selat Badung, sedangkan di sebelah barat berbatasan dengan Desa Sesetan.

Secara administratif Desa Sidakarya terdiri dari 12 Dusun yang masing-masing dikepalai oleh seorang Kepala Dusun yaitu, Dusun Sari, Dusun Dukuh Mertajati, Dusun Tengah, Dusun Graha Kerti, Dusun Kerta Sari, Dusun Graha Santhi, Dusun Sekar Kangin, Dusun Kerta Dalem, Dusun Suwung Kangin, Dusun Kerta Raharja, Dusun Wira Satya, dan Dusun Kerta Petasikan. Dari aspek keagamaan dan lembaga adat, Desa Sidakarya terdiri dari 5 Banjar Pakraman sebagai berikut a. Banjar Pakraman Tengah b. Banjar Pakraman Sari c. Banjar Pakraman Dukuh Mertajati d. Banjar Pakraman Sekar Kangin e. Banjar Pakraman Suwung Kangin

2. Karakteristik Peminum Kopi di Desa Sidakarya

a. Karakteristik peminum kopi berdasarkan kelompok usia.

Usia peminum kopi yang ada di Desa Sidakarya dikelompokkan menjadi 5 yaitu masa remaja akhir berusia 17-25 tahun, masa dewasa awal berusia 26-35, masa dewasa akhir berusia 36-45, masa lansia awal berusia 46-55, masa lansia akhir berusia 56-65 yang disajikan pada table 3

Tabel 1

Karakteristik Peminum Kopi Berdasarkan Usia

Kategori Usia	Jumlah (orang)	Persen (%)
17-25 tahun	11	25,6
26-35 tahun	6	14
36-45 tahun	8	18,6
46-55 tahun	6	14
56-65 tahun	12	27,9
Total	43	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa berdasarkan kelompok usia Masa Lansia Akhir (56- 65) tahun menjadi kelompok usia dengan jumlah responden terbanyak yaitu sebanyak 12 orang (27,9 %)

b. Karakteristik Peminum Kopi Berdasarkan Jenis Kelamin

Karakteristik jenis kelamin pada peminum kopi di Desa Sidakarya dikategorikan menjadi dua, yaitu laki-laki, dan perempuan yang disajikan pada tabel 4

Tabel 2

Karakteristik Pada Peminum Kopi Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persen (%)
Laki-laki	30	69,8
Perempuan	13	30,2
Total	43	100

Tabel 4 menunjukkan bahwa berdasarkan jenis kelamin laki-laki menjadi kelompok jenis kelamin dengan jumlah responden terbanyak yaitu sebanyak 30 orang (69,8%)

c. Karakteristik Pada Peminum Kopi Berdasarkan Frekuensi Mengonsumsi Kopi

Banyak konsumsi kopi pada peminum kopi di Desa Sidakarya dikategorikan menjadi tiga, yaitu 1-2 gelas sehari, 3-4 gelas sehari, ≥ 5 gelas sehari yang disajikan pada tabel 5 :

Tabel 3

Karakteristik Pada Peminum Kopi Berdasarkan Frekuensi Mengonsumsi Kopi

Banyaknya Mengonsumsi Kopi	Jumlah	Persen (%)
Minum kopi ringan 1-2 gelas sehari.	17	39,5
Minum kopi sedang 3-5 gelas sehari.	21	48,8
Minum kopi berat >5 gelas sehari.	5	11,6
Total	43	100

Berdasarkan data pada tabel 5, diketahui bahwa dari 43 peminum kopi sebagian besar peminum kopi di Desa Sidakarya mengonsumsi kopi 3-4 gelas sehari yaitu sebanyak 21 orang dengan persentase 48,8%.

d. Karakteristik Peminum Kopi Berdasarkan Lama Mengonsumsi Kopi

Banyak konsumsi kopi pada peminum kopi di Desa Sidakarya dikategorikan menjadi dua, yaitu yang disajikan pada tabel 6 :

Tabel 4

Karakteristik pada peminum kopi berdasarkan banyaknya mengonsumsi kopi

Lama mengonsumsi kopi	Jumlah	Persen (%)
≤ 6 tahun	16	37,2
> 6 tahun	27	62,8
Total	43	100

Berdasarkan data pada tabel 6, diketahui bahwa dari 43 peminum kopi sebagian besar peminum kopi di Desa Sidakarya lama mengonsumsi kopi selama > 6 tahun yaitu sebanyak 27 orang dengan persentase 62,8%.

e. Kadar Kolesterol Total pada Peminum Kopi di Desa Sidekarya

Berdasarkan penelitian, didapatkan kadar kolesterol total pada peminum kopi seperti yang disajikan pada Tabel 7 berikut:

Tabel 5

Kadar Kolesterol Total pada Peminum Kopi di Desa Sidakarya

No	Kategori	Jumlah	Persen (%)
1	Normal	19	44,2
2	Ambang batas	11	25,6
3	Tinggi	13	30,2
	Total	43	100

Tabel 7 menunjukkan bahwa dari 43 orang peminum kopi yang diteliti, sebanyak 13 orang (30,2,%) memiliki kadar kolesterol total tinggi.

1. Hasil pengamatan terhadap subjek penelitian berdasarkan karakteristik penelitian

Kadar Kolesterol Total pada peminum kopi di Desa Sidakarya, Kecamatan Denpasar Selatan berdasarkan usia

Tabel 6
Hasil Pengukuran Kadar Kolesterol Total Berdasarkan Usia

Usia	Normal		Ambang batas		Tinggi		Total	
	n	%	n	%	n	%	Σ	%
17-25	8	18,6	3	7	0	0	11	25,6
26-35	2	4,7	1	2,3	3	7	6	14
36-45	3	7	3	7	2	4,7	8	18,6
46-55	1	2,3	1	2,3	4	9,3	6	14
56-65	5	11,6	3	7	4	9,3	12	27,9
TOTAL	19	44,2	11	25,6	13	30,2	43	100

Berdasarkan data pada tabel 8, diketahui bahwa kadar Kolesterol Total kategori tinggi terdapat pada usia 46-55 dan 56-65 tahun yaitu masing-masing sebanyak 4 orang dengan persentase 9,3%.

b. Kadar Kolesterol Total pada peminum kopi di Desa Sidakarya berdasarkan Jenis Kelamin

Hasil pemeriksaan Kolesterol Total pada peminum kopi di Desa Sidakarya berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada tabel 9

Tabel 7

Hasil Pengukuran Kadar Kolesterol Total Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Kadar Kolesterol Total							
	Normal		Ambang Batas		Tinggi		Total	
	n	%	n	%	n	%	∑	%
Laki-laki	15	34,9	6	14	9	20,9	30	69,8
Perempuan	4	9,3	5	11,6	4	9,3	13	30,2
Total	19	44,2	11	25,6	13	30,2	43	100

Berdasarkan data pada tabel 9, diketahui bahwa kadar Kolesterol Total kategori tinggi terdapat pada jenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 9 orang dengan persentase 20,9%.

c. Karakteristik pada Peminum Kopi Berdasarkan Frekuensi Mengonsumsi Kopi

Hasil pemeriksaan Kolesterol Total pada peminum kopi di Desa Antiga berdasarkan Frekuensi Mengonsumsi kopi dapat dilihat pada tabel 10

Tabel 8

Hasil Pengukuran Kadar Kolesterol Total Berdasarkan frekuensi Konsumsi Kopi

Banyak mengonsumsi kopi	Kadar Kolesterol Total							
	Normal		Ambang Batas		Tinggi		Total	
	n	%	n	%	n	%	∑	%
1-2 gelas sehari	11	25,6	5	11,6	1	2,3	17	39,5
3-4 gelas sehari	8	18,6	5	11,6	8	18,6	21	48,8
≥ 5 gelas sehar	0	0	1	2,3	4	9,3	5	11,6
Total	19	44,2	11	25,6	13	30,2	43	100

Berdasarkan data pada tabel 10, dapat dilihat bahwa kadar Kolesterol Total kategori tinggi terdapat pada jumlah konsumsi kopi 3-4 gelas sehari yaitu sebanyak 8 orang dengan persentase 18,6%.

d. Karakteristik pada Peminum Kopi Berdasarkan Lama Mengonsumsi Kopi

Hasil pemeriksaan Kolesterol Total pada peminum kopi di Desa Sidakarya berdasarkan lama konsumsi kopi dapat dilihat pada tabel 11 :

Tabel 9
Hasil Pengukuran Kadar Kolesterol Total Berdasarkan Lama Konsumsi Kopi

Kadar Kolesterol Total								
Lama mengonsumsi kopi	Normal		Ambang Batas		Tinggi		Total	
	n	%	n	%	n	%	∑	%
≤ 6 tahun	11	25,6	2	4,7	3	7	16	37,2
> 6 tahun	8	18,6	9	20,9	10	23,3	27	62,8
Total	19	44,2	11	25,6	13	30,2	43	100

Berdasarkan data pada tabel 11, dapat dilihat bahwa kadar Kolesterol Total kategori tinggi terdapat pada lama mengonsumsi kopi selama >6 tahun yaitu sebanyak 10 orang dengan persentase 23,3%.

B. Pembahasan

1. Kadar kolesterol total pada peminum kopi di Desa Sidakarya Kecamatan Denpasar Selatan

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 7, diketahui bahwa hasil pengukuran kadar Kolesterol Total pada peminum kopi di Desa Sidakarya dari 43 responden menunjukkan hasil dimana kadar Kolesterol Total pada peminum kopi lebih

banyak ditemukan dalam kategori normal yaitu sebanyak 19 orang dengan persentase 44,2%, batas ambang tertinggi sebanyak 11 orang dengan persentase 25,6%, dan kategori tinggi sebanyak 13 orang dengan persentase 30,2%.

Kadar kolesterol total penelitian Darmayani, dkk (2018) mendeskripsikan kadar kolesterol total pecandu kopi di Kecamatan Poasia Kota Kendar menemukan bahwa pecandu kopi kadar kolesterol total tinggi sebanyak 24 orang (63,16%).

Menurut Arjani dkk. (2017), terdapat dua faktor yang mempengaruhi kolesterol dalam tubuh yaitu faktor yang dapat dikontrol dan faktor yang tidak dapat dikontrol. Faktor yang dapat dikendalikan antara lain obesitas, terlalu banyak minum kopi, kurang olahraga, makanan berlemak, stres dan gaya hidup yang tidak sehat. Faktor yang tidak dapat dikendalikan seperti usia dan genetika. Pola hidup sehat atau aktivitas fisik yang aktif, seperti berolahraga misalnya, dapat membantu tubuh menurunkan kolesterol total.

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan ini tidak sejalan dengan penelitian Darmayani, dkk (2018) sebab sebagian besar peminum kopi di Desa Sidakarya memiliki kadar Kolesterol Total normal. Hal ini karena dipengaruhi oleh beberapa faktor lain dari responden yang tidak dapat diamati oleh peneliti seperti pola konsumsi makanan, IMB, merokok, dan faktor keturunan dari responden, dan hal ini yang menjadi hambatan dalam penelitian ini.

2. Kadar kolesterol total pada peminum kopi di Desa Sidakarya berdasarkan usia

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 8, dimana hasil pengukuran kadar

kolesterol total responden yang mengonsumsi kopi di Desa Sidakarya didapatkan hasil responden dengan kadar Kolesterol Total tinggi terbanyak pada kategori usia 46-55 dan 56-65 tahun yaitu masing-masing sebanyak 4 orang (9,3%). Temuan ini sejalan dengan penelitian Rahmayani (2016) yang mana hasilnya terdapat 24 orang pecandu kopi, dengan usia rata-rata 36 tahun ke atas, dan 63,16% di antaranya memiliki kadar kolesterol total yang tinggi..

Demikian pula, sebuah penelitian oleh Yoeantafara dan Martini (2017) menemukan bahwa kejadian kolesterol total di atas normal paling banyak terjadi pada orang yang berusia 45-75 tahun ke atas, yaitu 75%. Secara teoritis, seiring bertambahnya usia, metabolisme secara alami melambat, dan berkurangnya kapasitas olahraga dapat mempercepat proses penggantian massa otot dengan lemak tubuh. Kehilangan massa otot mengurangi konsumsi kalori dan mengubah hampir semua makanan menjadi lemak. Hal ini karena seiring bertambahnya usia, manusia mengalami proses yang disebut penuaan (Ujiani, 2015).

Banyak peminum kopi yang berusia di atas 36 tahun mengalami peningkatan kadar kolesterol total akibat melemahnya organ tubuh, dan metabolisme tubuh melambat, yang dapat menyebabkan penurunan kinerja dan fungsi reseptor kolesterol. Terjadi peningkatan konsentrasi kolesterol total dalam tubuh yang cepat merusak darah (Rahmayani, 2016). Pria di atas 45 tahun dan wanita di atas 55 tahun memiliki risiko peningkatan kadar kolesterol total yang lebih besar, yang disebabkan oleh penuaan dan penebalan plak kolesterol yang menumpuk di dalam darah (2010). Hal ini sesuai dengan penelitian Saputri dan Novitasar (2021) yang menunjukkan bahwa usia berhubungan dengan kadar

kolesterol. Artinya, semakin tua seseorang, semakin besar risiko peningkatan kolesterol totalnya.

3. Kadar kolesterol total pada peminum kopi di Desa Sidakarya berdasarkan jenis kelamin

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 9, dapat dilihat bahwa ukuran kolesterol total tinggi tertinggi terdapat pada laki-laki, atau 20,9% dari 9 orang. Hasil penelitian ini konsisten dengan penelitian yang dilakukan oleh Hendra (2016) yang menemukan peningkatan kolesterol sebesar 70,0% pada laki-laki atau hasil menunjukkan bahwa jenis kelamin mempunyai hubungan signifikan yang berarti peningkatan kolesterol berpeluang sebesar 4,7 kali terjadi pada laki-laki dibandingkan perempuan pada kelompok usia >30 tahun di Kota Banda Aceh.

Menurut Ujani, jenis kelamin mempengaruhi kolesterol darah. Seperti halnya anak-anak, wanita memiliki kadar kolesterol yang lebih tinggi daripada pria. Kadar kolesterol pada pria menurun secara signifikan selama masa pubertas, yang disebabkan oleh aksi hormon testosteron yang meningkat saat ini. Pria di atas usia 20 tahun biasanya memiliki kadar kolesterol yang lebih tinggi daripada wanita. Ketika wanita mengalami menopause, mereka memiliki kadar kolesterol lebih tinggi daripada pria. Hal ini disebabkan menurunnya aktivitas hormon estrogen setelah menopause pada wanita. Menurut WHO, laki-laki lebih cenderung mengalami obesitas, salah satu penyebab utama kematian di dunia, daripada kurus. Pada tahun 2008, terdapat 1,5 miliar orang dewasa obesitas di atas usia 20 tahun di seluruh dunia, dimana lebih dari 200 juta pria dewasa dan 300 juta wanita mengalami obesitas.

4. Kadar Kolesterol Total Pada Peminum Kopi di Desa Sidakarya Berdasarkan Frekuensi Mengonsumsi Kopi

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 10, menunjukkan hasil pengukuran kadar Kolesterol Total tinggi terbanyak pada peminum kopi yang mengonsumsi kopi 3-4 gelas sehari yaitu sebanyak 8 orang dengan persentase 18,6%. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Menurut penelitian Sari (2019), responden yang minum kopi sebanyak 4-5 cangkir memiliki kadar kolesterol total tertinggi yaitu H. tidak kurang dari 5 responden dengan share 16,7%. Sebuah studi oleh Williams et al. (2010) dimana 77 pria meminum lebih dari 2 cangkir kopi bubuk hingga 7 cangkir per hari ditemukan peningkatan kolesterol total. Dan dalam penelitian Diarti et al. (2018) kadar kolesterol total tertinggi ditemukan pada responden yang minum kopi 7 cangkir yaitu 9 persen responden (60%). .

Semula diketahui bahwa konsumsi kopi dalam kehidupan sehari-hari hanya berdampak sedikit negatif bagi kesehatan, sehingga tidak ada larangan penggunaan kafein dalam kehidupan sehari-hari. Secara tidak langsung, efek kopi terhadap peningkatan kolesterol total diduga menjadi salah satu mekanisme penyakit kardiovaskular. Penyebabnya adalah senyawa diterpene yang banyak terdapat pada minuman kopi tanpa filter. Cafestol adalah pemicu kolesterol paling efektif. Pengaruh kopi terhadap kadar kolesterol berbanding lurus dengan jumlah kopi yang dikonsumsi (Mestiwani, 2017).

Menurut Diarti dkk. (2018) peningkatan kadar kolesterol total akibat kandungan cafestol dan kahweol pada minyak biji kopi. Cafestol dan kahweol adalah alkohol diterpen pentasiklik dengan efek samping berupa

hiperkolesterolemia. Ketika kopi dikonsumsi dalam jumlah banyak, maka lebih banyak cafestol yang masuk ke dalam tubuh sehingga cafestol melanjutkan aktivitasnya dalam menghambat proses beta-oksidasi yang meningkatkan kadar kolesterol total (Diarti et al, 2016). Kopi memang tidak mengandung kolesterol, tapi kopi mengandung zat yang menaikkan kolesterol. Zat tersebut adalah festol kafein diterpen dan kahweol alami (Anggraeni dan Banamtuan, 2016).

5. Kadar kolesterol total pada peminum kopi di Desa Sidakarya berdasarkan lama mengonsumsi kopi

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 11, menunjukkan hasil pengukuran kadar Kolesterol Total tinggi terbanyak pada peminum kopi selama > 6 tahun yaitu sebanyak 10 orang dengan persentase 23,3%. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh engkus(2022), Berdasarkan lama mengonsumsi kopi pada responden yang mengonsumsi kopi kurang dari 6 tahun sebagian besar memiliki kadar kolesterol normal dan yang mengonsumsi kopi lebih dari 6 tahun 43% responden Abnormal. Pada penelitian Darmayani et al (2018) Pecandu kopi yang telah minum kopi selama lima tahun atau lebih memiliki kadar kolesterol total yang lebih tinggi. Hal ini disebabkan karena kopi mengandung cafestol yang mengganggu kestabilan cara kerja tubuh dan mempengaruhi metabolisme kolesterol di dalam tubuh, sehingga konsumsi kopi dapat menyebabkan peningkatan kolesterol total di dalam tubuh dalam jangka waktu yang lama. Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa terdapat hubungan seksualitas (Graha, 2010).

Efek peningkatan kadar kolesterol ini bersifat sementara. Kadar kolesterol akan kembali normal ketika konsumsi kopi dihentikan (Anggraeni dan Banamtuan, 2016). Kelebihan kolesterol ini tidak disertai dengan peningkatan kolesterol HDL. Oleh karena itu, kolesterol HDL tidak dapat mengangkut kolesterol total plasma yang berlebih dan dihancurkan di dalam hati, sehingga terjadi penumpukan kadar kolesterol LDL di dalam pembuluh darah (Diarti et al., 2016).