

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kopi menjadi salah satu minuman yang sedang naik daun dan dinikmati oleh semua kalangan, salah satunya remaja. Banyaknya kedai kopi yang beredar di setiap sudut kota memberikan dampak besar dalam memengaruhi kebiasaan meminum kopi instan. Kebanyakan orang beranggapan kopi instan itu hanya mengandung kafein, namun di era baru ini bahkan kopi pun sudah mulai berevolusi dan memiliki banyak perubahan dengan berbagai varian rasanya yang mungkin memiliki komposisi yang beragam seperti pemanis buatan ataupun sirup perasa untuk membuat cita rasa kopi itu menjadi lebih modern (Assegaf dkk., 2021).

Peningkatan konsumsi kopi di kalangan remaja di Indonesia dalam beberapa tahun terakhir menjadi perhatian penting, baik dari segi kesehatan maupun pola hidup (Sari dkk., 2018). Namun, hal yang perlu diperhatikan adalah penambahan pemanis dalam kopi instan, yang sering kali menjadi faktor penting dalam peningkatan kadar glukosa darah. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pemanis tambahan, baik yang berbentuk gula maupun pemanis buatan, dapat mempengaruhi respons glukosa tubuh setelah konsumsi kopi instan, adapun penelitian menunjukkan bahwa pemanis tambahan dalam kopi dapat memperburuk respons glukosa setelah makan pada individu dengan faktor risiko diabetes tipe 2 (Liu et al., 2017).

Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa konsumsi kopi instan yang mengandung gula atau pemanis tambahan meningkatkan asupan kalori dan glukosa. Hal berpotensi memperburuk kontrol glukosa tubuh dan meningkatkan risiko berkembangnya diabetes tipe 2, terutama pada individu dengan gaya hidup sedentari atau pola makan yang kurang sehat (Yuan et al., 2020).

Diabetes melitus merupakan sebuah penyakit metabolik yang ditandai dengan dengan gejala tingginya kadar gula darah pada seseorang, yang biasanya disebabkan oleh gangguan sekresi insulin, gangguan kerja insulin, atau keduanya. Diabetes melitus merupakan penyakit tidak menular dan penderita tidak dapat secara otomatis mengontrol kadar gula dalam darah. Dalam tubuh yang sehat, pankreas melepaskan hormon insulin yang mengangkut gula melalui darah ke otot dan jaringan lain untuk menyediakan energi. Penderita yang mengalami diabetes dalam jangka waktu lama akan berisiko mengalami kerusakan ginjal. Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar Bali tahun 2018 (RISKESDAS, 2018) dan Survey Kesehatan Indonesia tahun 2023 (SKI 2023, 2023), prevalensi diabetes melitus pada remaja di provinsi Bali mengalami peningkatan dari 1,3% menjadi 1,7%.

Berdasarkan latar belakang tersebut dan hasil pencarian dari *Google Scholar* dan beberapa jurnal lainnya, belum terdapat banyak penelitian yang mengkaji gambaran mengenai konsumsi kopi instan dan kadar glukosa pada remaja di SMA N 9 Denpasar.

Berdasarkan hasil pra survei pendahuluan yang telah dilakukan pada siswa/i di SMA N 9 Denpasar sebanyak 23 responden, dari 23 responden tersebut didapatkan hasil siswa/i yang mengonsumsi kopi sebanyak 22 orang (95,7%).

Sedangkan jumlah kopi yang dikonsumsi sehari sebanyak 23 orang (100%) dengan dengan banyak kopi yang dikonsumsi 1-3 gelas. Berdasarkan penjelasan yang sudah dipaparkan Dimana siswa/i lebih banyak mengonsumsi kopi instan dibanding kopi hitam yaitu sebanyak 21 orang (91,3%). Sehingga, peneliti merasa terdorong untuk melakukan studi tentang “Gambaran Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pada Remaja Pengonsumsi Kopi Instan di SMA N 9 Denpasar” untuk memberikan pemahaman yang lebih baik mengenai dampak konsumsi kopi instan terhadap kesehatan remaja di SMA N 9 Denpasar. Metode POCT digunakan untuk memeriksa kadar glukosa selama prosedur penelitian sesuai dengan standar oleh *International Committee for Standardization in Hematology* (ICSH).

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka permasalahan yang akan diteliti adalah bagaimanakah “Gambaran Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pada Remaja Yang Mengonsumsi Kopi Instan di SMA N 9 Denpasar”?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan umum**

Untuk mengetahui gambaran kadar glukosa darah sewaktu pada remaja yang mengonsumsi kopi instan di SMA N 9 Denpasar.

### **2. Tujuan khusus**

- a. Mengetahui karakteristik remaja yang mengonsumsi kopi instan di SMA N 9 Denpasar berdasarkan jenis kelamin, jumlah konsumsi kopi, Indeks Massa Tubuh (IMT), dan lama konsumsi kopi.

- b. Mengukur kadar glukosa darah sewaktu pada remaja yang mengonsumsi kopi instan di SMA N 9 Denpasar.
- c. Mendeskripsikan kadar glukosa darah sewaktu pada remaja mengonsumsi kopi instan di SMA N 9 Denpasar berdasarkan karakteristiknya.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat teoritis**

Untuk menambah wawasan dan menerapkan ilmu pengetahuan yang didapatkan dalam penelitian mengenai gambaran kadar glukosa darah sewaktu pada remaja yang mengonsumsi kopi instan di SMA N 9 Denpasar.

##### **2. Manfaat praktis**

- a. Bagi institusi pendidikan

Sebagai bahan referensi yang diharapkan nantinya akan bermanfaat dalam menambah wawasan pengetahuan, pustaka, serta untuk pengembangan ilmu pengetahuan khususnya di bidang kimia klinik pada mahasiswa Jurusan Teknologi Laboratorium Medis Poltekkes Kemenkes Denpasar dan menambah koleksi bagi perpustakaan Poltekkes Kemenkes Denpasar.

- b. Bagi masyarakat

Menambah wawasan pengetahuan bagi para remaja di SMA N 9 Denpasar tentang pengaruh kebiasaan konsumsi kopi instan terhadap kadar glukosa yang berdampak terhadap organ-organ tubuh dan kesehatan tubuh.

- c. Bagi penulis

Manfaat hasil penelitian bagi penulis yaitu diharapkan dapat memberikan wawasan tambahan dan melatih keterampilan dalam melakukan pemeriksaan

Gambaran kadar glukosa darah sewaktu pada remaja yang mengonsumsi kopi instan di SMA N 9 Denpasar.