

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kolesterol merupakan komponen lemak atau zat lipid. Sumber energi yang memberikan kalori tertinggi adalah lemak. Kolesterol Total adalah jumlah dari semua kolesterol dalam darah (Selvam, 2017). Kadar Kolesterol Total yang berlebihan dalam darah akan disimpan pada lapisan dinding pembuluh darah arteri yang disebut dengan plak atau ateroma yang bersumber dari LDL Kolesterol (Naim dkk, 2019). Faktor risiko dari berbagai macam penyakit tidak menular salah satunya disebabkan karena tingginya kadar Kolesterol Total yang ada di dalam darah dan menjadi permasalahan yang serius. Berdasarkan dari penelitian yang telah dilakukan, risiko terjadinya aterosklerosis yang merupakan penyebab PJK akan meningkat apabila kadar kolesterol total di dalam darah melebihi batas normal (Yoeantafara and Martini, 2017).

Kopi merupakan salah satu minuman yang sangat disenangi oleh masyarakat karena aroma, memiliki cita rasa yang khas, dan jenis kopi yang mereka senangi. Kopi mengandung berbagai zat diantaranya kahweol, kafestol, kafein, dan *chlorogenic acid* yang berhubungan dengan metabolisme dan mempengaruhi profil lipid yang dapat meningkatkan Kolesterol Total, LDL Kolesterol, HDL Kolesterol, dan trigliserida (Rohmah, 2021). Kopi mempunyai bermacam jenis dan tersebar di seluruh penjuru Indonesia, sehingga menghasilkan beraneka ragam minuman dengan bahan dasar kopi (Setiadi, 2019). Penelitian menyatakan bahwa penambahan 10 mg kafestol per hari selama 4 minggu meningkatkan Kolesterol Total 0,13 mmol/l. Terdapat peningkatan sekitar 2% dengan rata-rata Kolesterol

Total darah 5,5 mmol/l (Anggraeni dan Banamtuan, 2016). Kadar Kolesterol Total menjadi meningkat karena disebabkan oleh kandungan *kafestol*, dengan cara menghambat mekanisme beta oksidasi akhirnya mencegah pemecahan Kolesterol Total menjadi energi (Rahmayani, 2016).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Darmayani, Rosanty dan Rahmayani, (2018) tentang Gambaran Kadar Kolesterol Total Pada Pecandu Kopi Kecamatan Poasia Kota Kendari, kadar Kolesterol Total pada pecandu kopi di wilayah kerja Puskesmas Poasia Kecamatan Poasia dari 38 orang pecandu kopi yang telah mengkonsumsi kopi lebih dari lima tahun, diperoleh hasil pecandu kopi yang memiliki kadar kolesterol total tinggi lebih banyak dengan persentase 63,16% dibanding pecandu kopi dengan kadar Kolesterol Total normal dengan persentase 36,84%.

Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa konsumsi kopi dalam jangka waktu panjang bisa menyebabkan peningkatan kadar Kolesterol Total dalam tubuh. Kandungan minyak *kafestol* dapat mengganggu metabolisme kolesterol di dalam tubuh (Graha, 2010). Seseorang dengan aktivitas yang berat bisa membantu menurunkan kadar Kolesterol Total, aktivitas tubuh memberikan dampak baik pada profil lipid plasma (Nadimin dkk, 2015).

Data (Risikesdas, 2013), menyatakan prevalensi persentase tingkat konsumsi kopi di Provinsi Bali sebesar 49,0%, dan prevalensi persentase tingkat konsumsi kopi di Kabupaten Karangasem sebesar 58,8%. Desa Antiga Kelod terletak di Kecamatan Manggis, Kabupaten Karangasem, sebagian besar penduduk disana bekerja sebagai karyawan swasta sebesar 46,4%, sebesar 25,1% sebagai petani/pekebun, 11,5% sebagai nelayan, 11,1% sebagai buruh harian lepas, dan

6,0% sebagai pedagang. Pekerjaan tersebut membuat mereka mudah merasa lelah. Untuk tetap menjaga kebugaran tubuh, mereka memilih cara yang sederhana yaitu dengan meminum kopi. Beberapa penelitian menyatakan, ada enam alasan utama orang minum kopi, yaitu untuk mencegah rasa kantuk, merelaksasi pikiran, menyegarkan napas, rasanya nikmat, alasan kesehatan, dan dapat mengurangi depresi (Demura *et al.*, 2013). Meskipun demikian, jika kopi di konsumsi secara berlebihan dan dalam waktu yang lama bisa mengakibatkan efek negatif yang berbahaya bagi kesehatan, seperti efek kecanduan. Ciri-ciri umum orang yang sudah kecanduan pada kopi antara lain lesu, mengantuk jika sehari tidak meminum kopi, dan merasa lelah (Rosyidi, 2018)

Terkait dengan latar belakang dan permasalahan tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Gambaran Kadar Kolestrol Total pada Peminum Kopi di Desa Antiga Kelod Kecamatan Manggis Kabupaten Karangasem Tahun 2022”.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang di atas, maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: Bagaimana gambaran kadar Kolesterol Total pada peminum kopi di Desa Antiga Kelod Kecamatan Manggis Kabupaten Karangasem Tahun 2022?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui kadar Kolesterol Total pada peminum kopi di Desa Antiga Kelod Kecamatan Manggis Kabupaten Karangasem Tahun 2022 secara umum.

2. Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus penelitian ini adalah :

- a. Untuk mengidentifikasi karakteristik peminum kopi berdasarkan usia, aktivitas fisik, dan jumlah konsumsi kopi di Desa Antiga Kelod Kecamatan Manggis Kabupaten Karangasem Tahun 2022.
- b. Untuk mengukur kadar Kolesterol Total pada peminum kopi yang ada di Desa Antiga Kelod Kecamatan Manggis Kabupaten Karangasem Tahun 2022.
- c. Untuk mendeskripsikan kadar Kolesterol Total pada peminum kopi di Desa Antiga Kelod Kecamatan Manggis Kabupaten Karangasem Tahun 2022 berdasarkan karakteristik usia, aktivitas fisik, dan jumlah konsumsi kopi.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, dan pengetahuan tentang pemeriksaan kadar Kolesterol Total pada peminum kopi di masyarakat, dan khususnya kepada peminum kopi di Desa Antiga Kelod Kecamatan Manggis Kabupaten Karangasem Tahun 2022.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan bisa sebagai informasi dan bermanfaat untuk masyarakat khususnya peminum kopi di Desa Antiga Kelod Kecamatan Manggis Kabupaten Karangasem Tahun 2022, agar bisa meminimalisir terjadinya peningkatan pada kadar kolesterol total.