

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Belakangan ini, penyakit kronis semakin meningkat, terutama penyakit DMT2. Pada tahun 2011 – 2019, orang yang mengidap DMT2 meningkat dari 7,2 juta sampai 19,4 juta dan diperkirakan hampir 30 juta penduduk akan mengidap DMT2 pada tahun 2045⁽¹⁾. Dengan meningkatnya kesadaran penduduk Indonesia akan DMT2, maka, penduduk Indonesia mulai menjaga kadar gula darah masing-masing.

Kopi adalah minuman yang paling sering dikonsumsi di seluruh dunia. Dari statistik, penduduk Indonesia mengonsumsi 4,8 juta kantong kopi pada tahun 2019/2020⁽²⁾. Beberapa penelitian menyatakan bahwa kopi berpengaruh positif pada kadar gula darah jika digunakan jangka panjang, walaupun memiliki efek samping negatif seperti insomnia. Kopi dapat bisa menurunkan kadar gula darah karena memiliki zat-zat yang meningkatkan metabolisme glukosa atau meningkatkan metabolisme tubuh, seperti meningkatkan sensitivitas insulin. Kandungan utama yang mempengaruhi kadar gula darah adalah kafein dan asam klorogenat (CGA)⁽³⁾

Dalam penelitian Geetha, kopi bisa menurunkan kadar gula darah pada orang diabetik dan non-diabetik. Di penelitian tersebut, Geetha membandingkan peserta yang tidak minum kopi dengan peserta yang minum 3 gelas kopi selama 15 tahun⁽⁴⁾. Penelitian analisis meta Bidel menyatakan bahwa kadar gula peserta yang minum kopi selama 16 minggu menurun. Penelitian tersebut menyatakan bahwa pengaruh kopi terhadap toleransi glukosa menyebabkan kadar gula darah menurun⁽⁵⁾.

1.2. Rumusan Masalah

Walaupun ada studi tentang kopi dan penurunan kadar gula darah pada pengidap DMT2, penelitian ini jarang dilakukan di Indonesia. Banyak penelitian menyatakan bahwa kopi dapat mempengaruhi kadar gula darah, tetapi belum ada

penelitian yang mencari efektivitas konsumsi kopi dalam penurunan kadar gula darah pada orang DMT2.

1.3. Pertanyaan Peneliti

Apakah ada hubungan kadar gula darah puasa dengan pasien DMT2 *Coffee Drinker* dan *non-Coffee Drinker*.

1.4. Tujuan Peneliti

1.4.1. Tujuan Umum

Melihat adanya hubungan kopi dengan kadar gula darah puasa di pasien DMT2 *Coffee Drinker* dan *non-Coffee Drinker*.

1.4.2. Tujuan Khusus

Melihat prevalensi *non-Coffee Drinker* dan *Light, Moderate, and HeavyCoffee Drinker* pada pasien DMT2.

1.5. Manfaat Peneliti

1.5.1. Manfaat Akademik

- Penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi di bidang keilmuan terhadap hubungan mengkonsumsi kopi dengan kadar gula darah.
- Penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan untuk peneliti selanjutnya dalam menganalisis hubungan konsumsi kopi dengan kadar gula darah.

1.5.2. Manfaat Praktis

- Penelitian ini diharapkan untuk bisa menambahkan ilmu tentang bagaimanakopi bisa mempengaruhi kadar gula darah