

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Minuman kopi telah meraih popularitas yang luas di seluruh dunia sejak abad yang ke-9.¹ Kopi memiliki beberapa senyawa kompleks yang di mana salah satunya merupakan zat kafein.^{2,3} Kafein merupakan salah satu jenis zat psikoaktif yang paling banyak di konsumsi di seluruh dunia.⁴ Menurut *International Coffee Organization* (ICO), jumlah konsumsi kopi di seluruh dunia mencapai 10 juta ton biji kopi pada tahun 2022.⁵ Sedangkan, menurut Portal Informasi Indonesia, jumlah konsumsi kopi di Indonesia mencapai 300,000 ton biji kopi pada tahun 2021.⁶

Kebiasaan konsumsi kopi pada setiap orang berbeda, rata-rata orang mengonsumsi kopi untuk mengatasi rasa kantuk atau menemani aktivitas begadang khususnya pada pelajar, di sisi lain kopi merupakan minuman yang wajib dikonsumsi setiap harinya bagi sebagian orang, hingga beberapa orang menjadi ketergantungan yang akhirnya mengonsumsi kopi dalam jumlah dan frekuensi yang tinggi.^{1,7}

Penelitian di *Puerto Rico* menyatakan bahwa 83% dari 275 responden mahasiswa *Puerto Rico Medical Science Campus* (PR-MSU) mengonsumsi kopi, dan menggunakan cara ini untuk menghadapi tantangan akademis yang menimbulkan tekanan.⁸ Khususnya, pada mahasiswa kedokteran yang memiliki tuntutan akademis, emosional, dan tekanan yang berat. Tuntutan dan tekanan tersebut dapat memiliki berbagai macam dampak negatif pada kesehatan psikologis seperti tingkat kecemasan yang tinggi, stres, dan juga depresi.⁹

Kecemasan yang dialami mahasiswa kedokteran ditandai dengan perasaan khawatir, takut, tidak nyaman, dan sering kali melibatkan antisipasi terhadap ancaman di masa depan atau perasaan adanya bahaya, bahkan ketika tidak ada ancaman langsung atau nyata.¹⁰ Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh *International Journal of Environmental Research and Public Health* pada tahun 2019, menyatakan bahwa terdapat 33.8% prevalensi gangguan kecemasan pada mahasiswa kedokteran di seluruh dunia yang telah melebihi prevalensi gangguan kecemasan pada skala global.⁹ Menurut riset yang dilakukan di *Puerto Rico Medical Science Campus* dan juga Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanegara, salah satu cara untuk mengatasi beban dan tekanan tersebut adalah dengan cara mengonsumsi kopi.^{9,11}

Pada penelitian yang dilakukan di Fakultas Kedokteran Tadulako terdapat hasil dimana tidak terdapat hubungan pada kebiasaan minum kopi dengan tingkat kecemasan, namun, pada penelitian yang dilakukan pada Fakultas Kedokteran Tarumanegara terdapat hubungan pada kebiasaan minum kopi dengan tingkat kecemasan, dengan hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan dari hasil penelitian.^{11,12}

Melihat fenomena yang terdapat di atas, dinyatakan bahwa terdapat banyak mahasiswa kedokteran yang memiliki kebiasaan minum kopi dan mengalami gangguan kecemasan, dan di sisi lain terdapat penelitian yang mempunyai hasil berbeda-beda dan kontradiktif. Maka dari itu, peneliti ingin menemukan seberapa besar hubungan kebiasaan minum kopi dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa kedokteran, agar dapat memberikan suatu gambaran mengenai hubungan kebiasaan

minum kopi terhadap tingkat kecemasan dan juga memberikan pembaharuan untuk meningkatkan kualitas hidup.

1.2 Rumusan Masalah

Penelitian yang berkaitan dengan tema di atas belum banyak dilakukan. Dari hasil penelitian di atas tertulis bahwa mahasiswa fakultas kedokteran banyak mengalami gangguan kecemasan dan banyak mahasiswa fakultas kedokteran yang memiliki kebiasaan minum kopi, maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan kebiasaan minum kopi terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa pre-klinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Apakah terdapat hubungan kebiasaan minum kopi dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan kebiasaan minum kopi dengan tingkat kecemasan mahasiswa pre-klinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui jumlah dan frekuensi konsumsi minuman kopi pada mahasiswa pre-klinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

2. Mengetahui tingkat kejadian kecemasan pada mahasiswa pre-klinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Akademik

1. Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang hubungan minum kopi dengan tingkat kecemasan.
2. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi kepustakaan untuk penelitian selanjutnya.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Penelitian ini diharapkan dapat menambah pemahaman kepada masyarakat mengenai hubungan kebiasaan minum kopi dengan tingkat kecemasan
2. Hasil penelitian ini dapat berguna dan memberikan informasi bagi pembaca.