

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar belakang

Dalam beberapa tahun terakhir, kopi telah berkembang menjadi gaya hidup anak muda. Hampir setiap saat kita melihat dan mendengar banyaknya kopi kontemporer di kalangan anak muda. Pertumbuhan beberapa kafe atau kedai kopi kontemporer seperti Kopi Janji Jiwa, Kopi Lain Hati, *Starbucks*, Kopi Kenangan, dan Kopi Kenangan menunjukkan banyaknya penggemar kopi di kalangan anak muda. *Maxx Coffee* dan kafe modern di Indonesia. Kafe dan kedai kopi modern semakin banyak terutama di beberapa kota Medan seperti House Of Brew, Coffe Box, Sosmed Café. Kafe merupakan tempat paling nyaman bagi anak muda untuk berkumpul dan melakukan berbagai hal. Pada akhir Agustus 2019, terdapat 275 kedai kopi di kota Medan. Pemasaran yang menarik perhatian anak muda masa kini, seperti penjualan diskon atau *cashback* yang biasa dilakukan melalui *Grab Food* atau *Gofood*, *Instagram*, dan media sosial lainnya.

Kopi adalah minuman populer di seluruh dunia. Banyak orang menikmati kopi untuk bersantai, memberi energi atau sekedar untuk menjalani hari. Namun, terdapat berbagai jenis kopi dengan karakteristik, rasa, dan cara penyajian yang berbeda yaitu: *Black coffee*/kopi hitam, *latte*, *americano*, *espresso*, *mocha*, *iced coffee*/ es kopi, *cold brew* dan beberapa jenis kopi kekinian lainnya. Kopi meningkatkan stamina dan energi, meningkatkan mood, meningkatkan metabolisme, meningkatkan konsentrasi, dan mencegah kantuk. Selain itu, kopi dikatakan dapat menurunkan risiko diabetes tipe 2, Alzheimer, Parkinson, penyakit jantung, dan stroke jika dikonsumsi dalam dosis yang tepat. (Merdeka.com, 2023).

Asam urat adalah salah satu jenis radang sendi yang disebabkan oleh penimbunan kristal asam urat. Kondisi ini dapat terjadi pada persendian mana pun, seperti jari kaki, pergelangan kaki, lutut, dan yang paling umum adalah jempol kaki. Asam urat dapat menimbulkan rasa sakit yang luar biasa, bengkak, dan rasa terbakar pada area persendian. Secara umum, penyakit asam urat lebih mudah menyerang pria, terutama yang berusia di atas 30 tahun. Wanita bisa terserang asam urat setelah menopause. Nyeri pada penderita asam urat dapat berlangsung selama 3-10 hari, dan gejala berkembang sangat cepat pada jam-jam pertama. Seringkali orang salah

mengira dengan menyamakan asam urat dan rematik. Faktanya, rematik adalah istilah yang menggambarkan nyeri pada sendi atau otot yang meradang. (Rumah Sakit Haji Jakarta, 2023).

Pola makan berperan penting dalam mencegah serangan asam urat. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kopi dapat bermanfaat bagi penderita asam urat. Namun, temuan penelitian tidak selalu konsisten. Tinjauan sistematis menyimpulkan bahwa minum kopi mengurangi konsentrasi asam urat dan risiko asam urat pada pria dan wanita. Selain itu, minum setidaknya 1 cangkir kopi per hari dikaitkan dengan risiko lebih rendah terkena asam urat. Namun, para ilmuwan belum sepenuhnya memahami bagaimana kopi menurunkan kadar asam urat. Salah satu penjelasan penting adalah senyawa dalam kopi yaitu asam klorogenat dapat mencegah pemecahan purin menjadi asam urat. Tinjauan sistematis lain pada tahun yang sama menemukan hubungan antara konsumsi kopi dan rendahnya risiko asam urat. Namun, para peneliti tidak menemukan hubungan signifikan antara konsumsi kopi dan kadar asam atau hiperurisemia. Selanjutnya, sebuah penelitian tahun 2021 di Korea mengamati hubungan antara kopi dan hiperurisemia. Konsumsi kopi ditemukan tidak berhubungan dengan kadar asam urat. Mungkin ada hubungan antara minum kopi dan risiko asam urat, namun hasilnya bertentangan ketika meneliti hubungan antara kopi dan kadar asam urat atau hiperurisemia. (Muacevic Alexander & Adler R John, 2023)

Di Indonesia, jumlah penderita kolesterol bisa dikatakan cukup tinggi yaitu 28%. Yang lebih mengejutkan lagi adalah 7,9% orang di dunia meninggal karena penyakit ini. Kolesterol tinggi yang terlambat ditangani, sungguh berbahaya bagi kesehatan bahkan bisa menyebabkan kematian. Secara umum, kolesterol tinggi dapat diartikan sebagai suatu kondisi dimana kadar kolesterol dalam darah lebih tinggi dari biasanya. Seiring waktu, kolesterol yang tidak terkontrol dapat menyumbat pembuluh darah, yang pada akhirnya menyebabkan penyakit jantung, dan stroke. Kolesterol merupakan senyawa lemak yang menyerupai lilin. Tidak ada tanda-tanda khusus yang menunjukkan kadar kolesterol meningkat, namun tubuh tetap memberikan sinyal sebagai indikator yang patut waspada. (Klaten Soeradji Tirtonegoro, 2022)

Kolesterol adalah zat yang serupa dengan plak yang secara alami ada di dalam tubuh manusia. Tubuh menghasilkan kolesterol baik (HDL) dan kolesterol jahat (LDL). Penderita kolesterol disarankan untuk mengonsumsi makanan dan minuman sehat untuk mencegah naiknya kolesterol jahat. Jenis kopi yang berbeda dapat memiliki rasa dan tekstur yang berbeda, tetapi kopi umumnya diolah dalam dua cara: disaring dan tanpa filter. (Wikanto Adi, 2023). Kopi saring disajikan dengan air panas di atas kopi bubuk di atas saringan kertas atau kain khusus. Kopi tanpa filter, juga dikenal sebagai “kopi rebus”, tidak membutuhkan penyaring. *Moka pot*, *espresso*, dan *french press* adalah jenis kopi tanpa filter.

Menurut beberapa penelitian, kopi tanpa filter lebih berbahaya bagi kolesterol dibandingkan kopi yang disaring. Salah satu penelitian yang diterbitkan dalam *European Journal of Clinical Nutrition* menunjukkan bahwa konsumsi kopi tanpa filter dapat meningkatkan kadar kolesterol jahat dalam tubuh, dan peningkatan jumlah kopi yang diminum juga berkorelasi positif dengan peningkatan kolesterol. Studi lain, diterbitkan dalam *International Journal of Clinical Nutrition*, menemukan bahwa konsumsi kopi tanpa filter lebih berbahaya dibandingkan kopi yang disaring. Jika kedua cara ini digabungkan, ada peningkatan kadar kolesterol jahat dan penurunan kadar kolesterol baik dalam darah. Bagaimana kopi terutama kopi tanpa filter bisa meningkatkan kolesterol masih belum jelas. Namun, para ahli percaya bahwa senyawa dalam kopi, *cafestol* dan *kahweol*, yang lebih banyak ditemukan dalam kopi tanpa filter, berkontribusi langsung pada peningkatan kolesterol. Selain itu, ada faktor tambahan yang dapat menyebabkan kolesterol tinggi pada peminum kopi. Ini termasuk pola makan, olahraga, gaya hidup, dan genetika. Hal ini karena banyak zat aditif dapat meningkatkan risiko kolesterol tinggi dan komplikasi selanjutnya seperti penyakit *kardiovaskular*. Selain pengaruh kopi terhadap kadar kolesterol darah, ingatlah manfaat kopi lainnya. (*Bolehkah Penderita Kolesterol Tinggi Minum Kopi? Ini Na'imah Shylma*, 2021)

Parapat adalah salah satu desa di Kecamatan Girsang Sipangan Bolon, Kabupaten Simalungun, Provinsi Sumatera Utara, Indonesia. Kelurahan ini adalah salah satu akses menuju Danau Toba dan Kabupaten Samosir, yang berjarak sekitar 48 kilometer dari kota Pematangsiantar. Parapat adalah titik persinggahan penting di jalan raya utama Sumatera yang menghubungkan kota Medan dan Padang.

Kelurahan Parapat terbagi menjadi 3 lingkungan yaitu Parapat, Bangun Dolok dan Buntu Pasir.

## **1.2 Rumusan masalah**

Apakah terdapat hubungan kebiasaan minum kopi dengan peningkatan kadar asam urat dan kolesterol di Lingkungan Parapat Kabupaten Simalungun?

## **1.3 Tujuan penelitian**

### **1.3.1 Tujuan umum**

Untuk mengetahui hubungan kebiasaan minum kopi dengan peningkatan kadar asam urat dan kolesterol di Lingkungan Parapat Kabupaten Simalungun.

### **1.3.2 Tujuan khusus**

1. Untuk mengetahui karakteristik kebiasaan minum kopi dengan kadar asam urat dan kolesterol di Lingkungan Parapat Kabupaten Simalungun.
2. Untuk menentukan kadar asam urat dan kolesterol pada peminum kopi di Lingkungan Parapat Kabupaten Simalungun.
3. Untuk mengetahui hubungan kadar asam urat dan kolesterol pada peminum kopi di Lingkungan Parapat Kabupaten Simalungun.

## **1.4 Manfaat penelitian**

1. Sebagai informasi tentang kebiasaan minum kopi dengan Peningkatan Kadar Asam Urat dan Kolesterol
2. Sebagai kajian pustaka untuk penelitian berikutnya tentang Hubungan Kebiasaan Minum Kopi dengan Peningkatan Kadar Asam Urat dan Kolesterol
3. Sebagai data informasi jumlah peminum kopi dengan peningkatan kadar Asam Urat dan Kolesterol