

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan masyarakat merupakan aspek krusial dalam pembangunan nasional dan menjadi perhatian utama dalam bidang kesehatan global, terutama yang berkaitan dengan gaya hidup yang dapat mempengaruhi kualitas hidup individu. Berbagai faktor gaya hidup, seperti kebiasaan merokok dan konsumsi kopi, telah lama menjadi perhatian karena potensinya mempengaruhi berbagai indikator kesehatan, termasuk kadar hemoglobin (Hb) dalam darah. Beberapa studi mengindikasikan bahwa merokok dalam jangka waktu lama dapat memicu peningkatan kadar hemoglobin dalam tubuh (Hidayat, 2019). Selain itu, kafein yang terkandung dalam kopi dapat menghambat proses penyerapan zat besi, yang merupakan komponen penting dalam pembentukan hemoglobin; penurunan kadar hemoglobin akibat hal ini berisiko menyebabkan anemia (Hidayat, 2021).

Penelitian menunjukkan bahwa merokok dapat meningkatkan kadar hemoglobin (Hb). Karbon monoksida dalam asap rokok memiliki afinitas tinggi terhadap hemoglobin, membentuk karboksihemoglobin yang tidak efektif dalam mengangkut oksigen. Sebagai respons terhadap hipoksia jaringan (kekurangan oksigen di jaringan tubuh), tubuh akan meningkatkan produksi hemoglobin melalui peningkatan jumlah sel darah merah. Kondisi ini dikenal sebagai polisitemia sekunder, yaitu reaksi fisiologis tubuh untuk mengoptimalkan pengangkutan oksigen ke jaringan. Penelitian di Kelurahan Biga, Kotamobagu Utara, menemukan bahwa 23% perokok aktif memiliki kadar Hb tidak normal (Badarab et al., 2023).

Sebaliknya, kebiasaan mengonsumsi kopi dapat berdampak pada penyerapan zat besi, yaitu unsur utama yang berperan dalam proses pembentukan hemoglobin. Kandungan kafein dalam kopi memiliki efek menghambat penyerapan zat besi, yang pada gilirannya dapat menurunkan kadar hemoglobin (Hb) dan meningkatkan risiko terjadinya anemia. Penelitian di Poltekkes Kemenkes Banjarmasin menunjukkan bahwa 23% responden yang mengonsumsi kopi dengan waktu yang tidak tepat mengalami anemia (Nugraheni et al., 2023).

Penelitian oleh Purnadianti et al. (2021) mengkaji perbandingan kebiasaan merokok dan konsumsi kopi terhadap kadar hemoglobin pada remaja di Mojoroto, Kediri. Hasilnya menunjukkan bahwa 50% remaja perokok memiliki kadar hemoglobin di luar rentang normal (abnormal), yang kemungkinan mengarah pada peningkatan kadar hemoglobin. Sementara itu, pada pengonsumsi kopi, 25% juga ditemukan memiliki kadar hemoglobin di luar batas normal, yang berhubungan dengan penurunan kadar hemoglobin. Meskipun penelitian ini tidak secara spesifik meneliti kombinasi kedua kebiasaan tersebut, data ini mengindikasikan bahwa merokok memiliki pengaruh lebih signifikan terhadap kadar hemoglobin dibandingkan konsumsi kopi.

Penelitian yang dilakukan oleh Smith et al. (2018) mengungkapkan bahwa kadar hemoglobin pada perokok aktif cenderung lebih tinggi dibandingkan individu yang tidak merokok, yang diduga merupakan mekanisme kompensasi tubuh terhadap penurunan kemampuan darah dalam mengangkut oksigen. Studi oleh Lee et al. (2020) mengindikasikan bahwa kombinasi merokok dan konsumsi kopi berlebihan dapat meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular, namun penelitian ini tidak secara spesifik meneliti dampaknya terhadap kadar Hb. Riset oleh Ahmad dan Yusuf (2017) menemukan prevalensi merokok yang tinggi di kalangan pemuda Indonesia, terutama di area perkotaan seperti Medan, namun tidak mengkaji dampaknya terhadap kadar Hb. Penelitian oleh Chen et al. (2019) menyatakan bahwa konsumsi kopi yang berlebihan dapat berkontribusi pada defisiensi zat besi, namun studi ini tidak mempertimbangkan faktor merokok.

Di Indonesia, gaya hidup merokok dan mengonsumsi kopi telah menjadi kebiasaan yang umum dijumpai di kalangan remaja dan pemuda dalam aktivitas harian mereka. Banyak anak muda menghabiskan waktu di warung kopi sebagai bagian dari kehidupan sosial mereka, baik untuk bersantai, bekerja, maupun bersosialisasi. Jalan Cerita, salah satu kawasan populer dengan berbagai warung kopi, menjadi pusat aktivitas pemuda dengan berbagai latar belakang. Pengunjung di kawasan ini sering terlihat menghabiskan waktu dengan merokok dan mengonsumsi kopi, sehingga menjadikannya lokasi ideal untuk meneliti hubungan kedua kebiasaan tersebut.

Mengacu pada data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2023, sekitar 24,75% pemuda Indonesia berusia 15 hingga 24 tahun tercatat memiliki kebiasaan merokok tembakau, dengan rata-rata konsumsi harian antara 11 hingga 12 batang. Dari angka tersebut, sebanyak 22,37% merupakan perokok harian, sedangkan 2,38% merokok secara tidak rutin. Tren ini menunjukkan peningkatan dibandingkan tahun-tahun sebelumnya. Sebagai contoh, pada kelompok usia 15-19 tahun, proporsi perokok mengalami peningkatan dari 9,36% pada tahun 2022 menjadi 9,84% di tahun 2024. Demikian pula, pada kelompok usia 20-24 tahun, terjadi peningkatan dari 25,99% menjadi 27,54% pada periode yang sama (Badan Pusat Statistik, 2023).

Namun, kombinasi antara merokok dan konsumsi kopi dapat memiliki implikasi kesehatan yang serius. Kombinasi antara kebiasaan merokok dan minum kopi berpotensi memberikan dampak terhadap kadar hemoglobin dalam darah, yang merupakan indikator penting dalam fungsi transportasi oksigen dalam tubuh. Penelitian menunjukkan bahwa perilaku merokok dan minum kopi telah menjadi kebiasaan yang mendarah daging di masyarakat Indonesia, terutama di kalangan pemuda, dan dapat mempengaruhi berbagai indikator kesehatan, termasuk kadar hemoglobin (Riyandi et al., 2021).

Dengan adanya tren meningkatnya jumlah pemuda yang aktif dalam kebiasaan merokok dan konsumsi kopi terhadap kadar hemoglobin khususnya di kalangan pemuda, maka kita melakukan penelitian tersebut. Meskipun berbagai penelitian telah mengkaji efek merokok dan konsumsi kopi secara terpisah terhadap kesehatan, studi yang meneliti pengaruh kombinasi kedua kebiasaan ini terhadap kadar hemoglobin, terutama dalam konteks pada pemuda yang sering mengunjungi warung kopi di daerah tertentu, seperti Jalan Cerita, Medan masih sangat terbatas.

Melalui penelitian ini, diharapkan dapat diperoleh data yang valid tentang pengaruh kebiasaan merokok dan konsumsi kopi pada kadar hemoglobin pemuda pengunjung warung kopi di Jalan Cerita, Medan. Temuan pada penelitian ini dapat dijadikan landasan untuk Upaya edukasi kesehatan dan intervensi yang bertujuan mencegah dampak buruk dari kebiasaan tersebut terhadap kesehatan pemuda. Selain itu, hasilnya juga memberikan Gambaran yang lebih komprehensif mengenai potensi risiko kesehatan yang ditimbulkan, serta dapat dimanfaatkan sebagai pijakan dalam menyusun program edukasi kesehatan di Masyarakat.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka didapatkan rumusan masalah yaitu “Bagaimana gambaran kadar hemoglobin pada pemuda perokok dan peminum kopi yang menjadi pengunjung Warung Kopi Jalan Cerita Medan?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran kadar hemoglobin pada pemuda perokok dan peminum kopi yang menjadi pengunjung Warung Kopi Jalan Cerita Medan.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk menentukan kadar hemoglobin pada pemuda perokok dan peminum kopi yang menjadi pengunjung warung kopi Jalan Cerita, Medan
2. Untuk menentukan kadar hemoglobin berdasarkan lama kebiasaan merokok dan jumlah rokok per hari, lama kebiasaan konsumsi kopi dan jumlah kopi per hari pada pemuda pengunjung warung kopi Jalan Cerita, Medan.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini antara lain:

1. Menambah wawasan dan keterampilan bagi penulis mengenai gambaran kadar hemoglobin pada pemuda yang memiliki kebiasaan merokok dan mengonsumsi kopi, serta meningkatkan kemampuan dalam melakukan analisis data kesehatan.
2. Meningkatkan kesadaran masyarakat, khususnya pemuda, akan pentingnya menjaga pola hidup sehat dan memahami dampak kebiasaan merokok serta konsumsi kopi terhadap kadar hemoglobin.
3. Sebagai sumber referensi ilmiah tambahan bagi institusi, khususnya untuk Jurusan Teknologi Laboratorium Medis Poltekkes Kemenkes Medan, serta sebagai acuan bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang terkait topik hemoglobin dan kebiasaan gaya hidup.