

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1. Latar Belakang

Kolesterol adalah suatu senyawa yang sangat penting di dalam tubuh. Kolesterol merupakan penyusun membran semua sel-sel tubuh, kolesterol juga merupakan prekursor berbagai senyawa penting di dalam tubuh, termasuk hormon-hormon steroid dan asam-asam empedu. Tubuh manusia yang sehat memerlukan kurang lebih 1 gram kolesterol per hari. Kolesterol total merupakan susunan dari banyak zat, termasuk trigliserida, kolesterol *Low Density Lipoprotein* (LDL), dan kolesterol *High Density Lipoprotein* (HDL). Dua pertiga dari seluruh kolesterol yang ada di dalam tubuh diproduksi oleh hati dan sepertiga dari seluruh kolesterol dalam tubuh diserap oleh sistem pencernaan dari makanan yang dikonsumsi. Kelebihan jumlah kolesterol di dalam pembuluh darah akan menyebabkan penumpukan kolesterol, yang dikenal sebagai aterosklerosis, merupakan faktor resiko utama penyakit jantung koroner dan *stroke* (Diarti, 2013).

Kelainan metabolisme lipid yang ditandai dengan peningkatan maupun penurunan fraksi lipid dalam darah hal ini berupa peningkatan kadar kolesterol total, *Low Density Lipoprotein* (LDL), trigliserida darah, dan penurunan *High Density Lipoprotein* (HDL) (Sari, 2012).

*Low Density Lipoprotein* (LDL) dan *High Density Lipoprotein* (HDL) merupakan jenis lipoprotein. Pada keadaan setelah penyerapan, setelah semua kilomikron dikeluarkan oleh darah, lebih dari 95% seluruh lipid di dalam plasma berada dalam bentuk lipoprotein. *Low Density Lipoprotein* (LDL) plasma adalah

kendaraan untuk membawa kolesterol dan ester kolesterol ke banyak jaringan. Kolesterol bebas dikeluarkan dari jaringan oleh *High Density Lipoprotein* (HDL) plasma dan diangkut ke hati, tempat senyawa ini dieliminasi dari tubuh tanpa diubah atau setelah diubah menjadi asam empedu dalam proses yang dikenal sebagai “transport kolesterol terbalik”. Peran utama kolesterol dalam proses patologis adalah sebagai faktor pembentukan aterosklerosis arteri-arteri vital, yang menimbulkan penyakit pembuluh darah perifer, koroner dan serebrovaskular (Sabtida, 2014).

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013 di Indonesia khususnya Jawa Tengah, prevalensi penyakit jantung koroner sebesar 1,4%. Riskesdas juga menyebutkan bahwa prevalensi penyakit jantung koroner meningkat seiring bertambahnya usia, tertinggi pada kelompok usia 65-74 tahun yaitu sebesar 3,6%. Bertambahnya usia seseorang berhubungan dengan kenaikan kadar kolesterol *Low Density Lipoprotein* (LDL) karena kemampuan atau aktifitas reseptor *Low Density Lipoprotein* (LDL) yang berkurang (Rahman, 2014).

Peningkatan kolesterol darah terutama *Low Density Lipoprotein* (LDL) kolesterol dalam jangka waktu lama menyebabkan terjadinya penimbunan lemak di dalam lapisan pembuluh darah yang membentuk plak kolesteol. Plak kolesterol mengakibatkan terjadinya pengerasan dan penyempitan pembuluh darah sehingga suplai darah ke otot jantung berkurang yang menyebabkan penyakit jantung (Sari, 2012).

Salah satu faktor penyebab *Low Density Lipoprotein* (LDL) adalah kopi, Indonesia merupakan negara produsen kopi keempat terbesar dunia setelah Brazil, Vietnam dan Colombia. Dari total produksi, sekitar 67% kopinya diekspor

sedangkan sisanya (33%) untuk memenuhi kebutuhan dalam negeri .Tingkat konsumsi kopi dalam negeri berdasarkan hasil survei LPEM UI tahun 1989 adalah sebesar 500 gram/kapita/tahun. Dewasa ini kalangan pengusaha kopi memperkirakan tingkat konsumsi kopi di Indonesia telah mencapai 800 gram/kapita/tahun. Dengan demikian dalam kurun waktu 20 tahun peningkatan konsumsi kopi telah mencapai 300 gram/kapita/tahun (Kahar, 2016).

Kopi bermanfaat mengurangi resiko parkinson, mencegah kanker, meningkatkan fungsi kognitif, mengobati liver, meningkatkan kerja fisik dan membuka peredaran darah. Namun di sisi lain kopi memiliki dampak negatif karena mengandung kafein dan tidak bagus untuk kesehatan. Kafein sebagai kandungan utama kopi bersifat stimulan yang mencandu. Kafein yang berlebihan dapat mempengaruhi sistem kardiovaskuler seperti peningkatan detak jantung dan tekanan darah. Konsumsi kopi lebih dari dua atau tiga cangkir menimbulkan jantung berdebar-debar, sulit tidur dan kepala pusing (Hastuti, 2014).

Walaupun ada efek baiknya, tetapi kopi juga mempunyai efek buruk, seperti meningkatkan efek kecanduan, baik secara psikologis maupun fisiologis, menyebabkan gangguan kehamilan, meningkatkan resiko terkena stroke, meningkatkan kolesterol jahat dan trigliserida. Kolesterol atau yang disebut juga dengan lemak tak jenuh merupakan substansi seperti lilin yang warnanya putih, kolesterol secara alami sudah ada dalam tubuh kita. Hati yang memproduksi kolesterol. Kolesteorol berfungsi untuk membangun dinding sel dan juga untuk membuat hormon-hormon tertentu. Sebenarnya tubuh manusia sudah bisa menghasilkan kolesterol sendiri, namun karena manusia mengkonsumsi makanan yang mengandung kolesterol sehingga menyebabkan kadar lemak dalam tubuhnya

berlebih. Ada beberapa penyebab tingginya *Low Density Lipoprotein* (LDL), misalnya obesitas, kurang bergerak, konsumsi makanan yang kaya karbohidrat sederhana (gula, tepung) dan lemak jenuh. Pada beberapa kasus, lonjakan *Low Density Lipoprotein* (LDL) juga terkait dengan penyakit diabetes, penyakit ginjal atau hati, serta faktor keturunan dalam keluarga (Kahar, 2016).

Di Jawa Timur khususnya di Surabaya banyak terdapat warung kopi, yang dikunjungi orang saat akan berangkat kerja atau pulang kerja untuk sekedar melepas lelah. Fenomena warung kopi telah lama mewarnai pola kehidupan masyarakat kita terutama di sebagian wilayah Indonesia seperti di Jawa Timur di Surabaya. Hampir semua sudut kota dapat dipastikan ada warung kopi. Biasanya pengunjung akan berlama-lama berada di warung kopi untuk menikmati secangkir kopi, kue-kue, serta berbincang-bincang atau mengobrol. Seiring dengan berkembangnya zaman, masyarakat kota pada saat ini mengalami perubahan gaya hidup. Salah satu manifestasi gaya hidup modern saat ini adalah kebiasaan kelompok masyarakat tertentu yang nongkrong di cafe atau *coffeeshop*. Hal ini didukung oleh pendapat Renald Kasali, seorang pakar dibidang pemasaran yang berkata, ngopi kini bukan lagi sekedar untuk menghilangkan kantuk, tapi sebagai bagian gaya hidup, dimana *coffeeshop* menjadi tempat nongkrong yang amat diminati. Gaya hidup ini sesuai dengan karakter orang Indonesia yang suka berkumpul. Tanpa disadari kafein dalam kopi dapat meningkatkan stamina tubuh, sehingga memungkinkan resiko meningkatnya kadar *Low Density Lipoprotein* (LDL) dalam tubuh, karena kebanyakan masyarakat Indonesia kurang mementingkan kesehatan dan dampak dari apa yang dikonsumsi terus menerus (Adzim, 2016).

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut diatas, maka masalah yang akan diteliti dirumuskan sebagai berikut, “Apakah ada hubungan lama mengkonsumsi kopi terhadap kadar *Low Density Lipoprotein* (LDL) kolesterol?”.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut diatas, rumusan masalahnya sebagai berikut : “Apakah ada hubungan lama mengkonsumsi kopi terhadap kadar *Low Density Lipoprotein* (LDL) kolesterol? “.

## **1.3. Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan lama mengkonsumsi kopi terhadap kadar *Low Density Lipoprotein* (LDL) kolesterol.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Untuk mengetahui hasil kadar *Low Density Lipoprotein* (LDL) kolesterol pada mengkonsumsi kopi.

## **1.4. Manfaat Penelitian**

### **1.4.1. Manfaat Teoritis**

1. Untuk mengetahui hubungan lama mengkonsumsi kopi terhadap kadar *Low Density Lipoprotein* (LDL) kolesterol.

2. Untuk menambah ilmu pengetahuan bagi peneliti dan pembaca terhadap hubungan lama mengkonsumsi kopi terhadap kadar *Low Density Lipoprotein* (LDL) kolesterol.

#### **1.4.2. Manfaat Praktis**

Masyarakat dapat mengetahui hubungan lama mengkonsumsi kopi terhadap kadar *Low Density Lipoprotein* (LDL) kolesterol.

