

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Perkembangan dalam bermasyarakat di perkotaan atau pedesaan pada dekade ini banyak memunculkan fenomena kebiasaan meminum olahan dan produk. Kopi merupakan minuman hasil seduhan biji kopi yang telah disangrai dan dihaluskan menjadi bubuk. Pada tahun 2013 konsumsi kopi di Indonesia sebanyak 260.000.000 kg kopi (Kemenperin, 2016). Fenomena ini seiring waktu tidak hanya berkembang di kalangan orang tua, namun mulai merambah pada usia produktif kerja dan dewasa muda, hal ini kemudian memunculkan peningkatan pada konsumsi kopi diiringi dengan berbagai tujuan dalam konsumsinya. Pada kalangan pekerja mengonsumsi kopi banyak ditengarai untuk mendapatkan efek koping akibat tekanan kerja yang tinggi. Tekanan kerja tinggi sering kali mengakibatkan stress sehingga memunculkan kebiasaan mekanisme koping pada tiap individu pekerja dan pada fenomena ini mengonsumsi kopi menjadi metode koping yang lumrah dan marak terjadi (Atnesia A, 2020).

Gangguan stress berat dapat menyebabkan turunnya produktivitas pasien dan akhirnya menimbulkan beban biaya besar yang dapat membebani keluarga, masyarakat, serta pemerintah. Lebih jauh lagi gangguan jiwa ini dapat berdampak pada penambahan beban negara dan penurunan produktivitas manusia untuk jangka panjang. Kondisi neuropsikiatrik menyumbang 13% dari total Disability Adjusted Life Years (DALYs) yang hilang karena semua penyakit dan cedera di dunia. Stress yang berkepanjangan sangat rawan menjadi depresi, kasus depresi saja

menyumbang 4,3% dari beban penyakit dan merupakan salah satu yang terbesar penyebab kecacatan di seluruh dunia (Ayuningtyas, Misnaniarti and Rayhani, 2018). Konsumsi kopi akibat stress dalam bekerja kemudian memunculkan fenomena kesehatan mental pada kalangan pekerja (Stephanie Br Ginting *et al.*, 2022).

Konsumsi kopi dalam mengatasi stress pada pekerja ternyata memiliki beberapa alasan ilmiah. Pertama, pada konsumsi kopi ternyata memunculkan *placebo effect* atau perasaan lebih waspada dan perasaan peningkatan performa setelah mengkonsumsinya. Kemudian kandungan pada kopi salah satunya ialah kafein yang berperan dalam peningkatan adrenalin. Kafein juga sering digunakan pada terapi preventif dan kuratif pada gangguan kejiwaan (Kawada, 2021; Putri, 2023). Pada penelitian yang dilakukan oleh Nippon Medical School di Tokyo didapati bahwa pada pekerja pabrik di Jepang tidak merasakan efek signifikan pada konsumsi kopi terhadap perubahan psikologis mereka namun menurunkan terhadap risiko gangguan psikologis dan meningkatkan kepercayaan diri pada pekerja (Kawada, 2021). Penelitian yang dilakukan Riandana dkk pada tahun 2015 dengan sampel penelitian adalah mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada diperoleh hasil konsumsi kafein memberikan peluang 2 kali lipat lebih besar untuk tidak depresi dibandingkan dengan sampel yang tidak mengonsumsi kafein (Riandana, 2015).

Pada Universitas Muhammadiyah Surabaya disinyalir banyak dari civitas akademika yang mengonsumsi kopi pada jam bekerja maupun luar jam bekerja. Hal ini tentunya berpengaruh terhadap bagaimana kondisi neuropsikiatrik pada civitas yang tentunya akan sangat berdampak pada bagaimana kontrol dalam bekerja. Perlu untuk diketahui bahwa kebiasaan minum kopi dapat mengurangi tingkat depresi dan

gangguan kejiwaan lain akibat bekerja pada civitas akademika di Universitas Muhammadiyah Surabaya (Mitchell *et al.*, 2014).

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah terdapat hubungan antara konsumsi kopi dengan tingkat stress pada civitas akademika di lingkungan Universitas Muhammadiyah Surabaya?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Menganalisis hubungan dari konsumsi kopi terhadap tingkat stress pada civitas akademika Universitas Muhammadiyah Surabaya.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Untuk mengetahui pengaruh kopi terhadap penurunan gejala dan preventif akibat stress
2. Untuk mengetahui seberapa banyak konsumsi kopi sebagai mekanisme pertahanan stress berujung depresi pada civitas akademika Universitas Muhammadiyah Surabaya

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi rujukan untuk penelitian selanjutnya serta menambah hipotesis baru mengenai penelitian topik ini.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi terkait hubungan kopi dengan tingkat stress pada kalangan pekerja sehingga dapat menjadi langkah preventif dan kuratif pada gangguan kejiwaan akibat stress seperti depresi pada kerja pun secara ilmiah dapat dibuktikan menurut dasar sains.

