

---

# GENDER DAN KEBIASAAN MINUM KOPI PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI KEDOKTERAN UNIVERSITAS MALIKUSSALEH

\* Harvina Sawitri<sup>1</sup>, Yuziani<sup>2</sup>

*\*Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh<sup>1</sup>  
Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh<sup>2</sup>*

Corresponding Author : (harvina.sawitri@unimal.ac.id/081376575984)

---

## Info Artikel

Sejarah artikel  
Diterima : 10.11.2021  
Disetujui : 21.11.2021  
Dipublikasi : 30.11.2021

---

**Keywords:** *Coffee-Drinking-Habits; Gender; Student*

---

---

## Abstrak

Kedai kopi sekarang ini telah dijadikan sebagai tempat beraktivitas bagi mahasiswa, disinilah mahasiswa berinteraksi, bersosialisasi satu sama lain, mengerjakan tugas kuliah bahkan kuliah online selama masa pandemi. Perilaku konsumsi dipengaruhi oleh usia dan gender terutama pada perilakunya dalam mengkonsumsi kopi. Laki-laki muda dilaporkan minum lebih banyak kopi daripada perempuan muda. Namun minum kopi mempunyai dampak yang buruk bagi kesehatan khususnya bagi laki-laki yang mempunyai risiko lebih tinggi untuk terkena hipertensi dan PJK. Tujuan Penelitian ini adalah melihat hubungan gender dengan kebiasaan minum kopi pada mahasiswa. Metode penelitian Disain studi menggunakan disain potong lintang untuk menilai paparan dan dampak dalam satu waktu, uji yang digunakan adalah uji chi-square Hasil penelitian terdapat 30% mahasiswa Program Studi Kedokteran yang minum kopi lebih dari tiga kali seminggu dan sebagian besar dari mereka adalah laki-laki. Terdapat hubungan yang bermakna antara jenis kelamin dengan hipertensi dengan p value (0,001). Uji bivariat menunjukkan laki-laki yang mengkonsumsi kopi lebih dari tiga kali dalam seminggu lebih banyak (57,1%) dibandingkan dengan wanita (15,4%). Kesimpulan Laki-laki dewasa muda mempunyai risiko untuk terkena hipertensi, PJK, gastritis dan insomnia karena kebiasaan minum kopi pada mereka.

**Kata Kunci :** *Kebiasaan-Minum-Kopi; Gender; Mahasiswa*

---

***Gender and Coffee Drinking Habits in Students of Medicine Faculty, Malikussaleh University***

---

---

## Abstark

*Coffee shop has now become a place of activity for students, where students interact, socialize with each other, do college assignments and even online course during the pandemic. Consumption behavior influenced by age and gender, especially in their behavior in consuming coffee. Young men reported drinking more coffee than young women. However, drinking coffee has a bad impact on health, especially for men who have a higher risk of developing hypertension and CHD. The purpose of this study was to see the relationship between gender and coffee drinking habits in college students. Research method The study design used a cross-sectional design to assess exposure and impact at one time, the test used was the test chi-square. The results showed that 30% of students of the Medical Study Program drank coffee more than three times a week and most of them were male. Conclusion Young adult men are at risk for hypertension, CHD, gastritis and insomnia because of their coffee drinking habits.*

## Pendahuluan

Warung kopi pada masa sekarang ini merupakan tempat yang umum dikunjungi oleh masyarakat. Pengunjung telah menjadikan warung kopi tidak hanya sebagai konsumsi, namun juga sebagai tempat media akses wifi, tempat berinteraksi antar individu, serta alternatif lain sebagai tempat hiburan masyarakat (Sari, 2018). Aceh mempunyai julukan 'negeri seribu kedai kopi'. Kedai kopi di Aceh telah berkembang sangat pesat dengan berbagai ragam gaya dan fasilitas dan perbedaan penyajian. Begitu pula halnya dengan kebiasaan "ngopi" dalam masyarakatnya dengan intensitas minum kopi yang tinggi sampai 5 kali dalam sehari (Kamil, 2019).

Kedai kopi juga dapat dijadikan sebagai tempat beraktivitas bagi mahasiswa, disinilah mahasiswa berinteraksi dan bersosialisasi satu sama lain (Ruhadi & Herlina, 2013). Bentuk aktivitas yang dilakukan oleh para mahasiswa adalah "nongkrong" bersama teman, mengobrol, berdiskusi, dan mengerjakan tugas kuliah (Sucitra et al., 2020). Pada masa pandemi covid-19, berbagai aktivitas mulai dikurangi, maka dari itu pembelajaran kuliah dilakukan secara online atau virtual. Pembelajaran beralih dari ruang kelas di kampus menjadi tempat rumah masing-masing individu. Akan tetapi terdapat suatu problema yaitu masih banyak dijumpai mahasiswa yang berada di lokasi sekitar kampus untuk ngopi di warung kopi atau kedai kopi pada masa pandemi covid-19 (Biroli, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian pada mahasiswa kedokteran, dapat disimpulkan angka kejadian insomnia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana adalah sebesar 56,8%, sedangkan depresi, cemas dan konsumsi kopi berhubungan signifikan dengan kejadian insomnia (Suartiningsih et al., 2018). Perilaku konsumsi dipengaruhi oleh usia dan gender terutama pada perilakunya dalam mengkonsumsi kopi. Faktor gender berpengaruh terhadap kesukaan terhadap kopi, jenis kopi yang diminum dan frekuensi minum kopi setiap hari. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara perilaku waktu minum kopi pada setiap level usia dan gender (Hanafi & Sulaiman, 2018). Hasil studi lain juga menunjukkan bahwa perbedaan gender memang terjadi setidaknya dalam beberapa bentuk

konsumsi kopi (Tifferet et al., 2013)

Laki-laki muda dilaporkan minum lebih banyak kopi daripada perempuan muda. Di antara nonkonsumen kopi, wanita lebih sering tidak menyukai rasa kopi daripada pria. Banyak anak muda yang tahu bahwa kopi mengandung kafein, namun sedikit yang tahu tentang komponen lain dari minuman ini. Selain itu, hanya sedikit orang yang mengetahui dampak positif dan negatif kopi bagi kesehatan (Demura et al., 2013). Namun penelitian di Yogyakarta menunjukkan jumlah penikmat kopi dari kaum hawa juga mengalami peningkatan. Saat ini, kaum hawa merupakan salah satu konsumen

kopi dan sebagian besar dari mereka tidak hanya sering mengunjungi gerai atau kedai kopi; melainkan juga terlibat aktif dalam pekerjaan yang berhubungan dengan kopi seperti bekerja sebagai barista, penyuplai kopi, atau pemilik kedai kopi. (Angelianawati, 2017).

Minum kopi dapat mengakibatkan dampak kesehatan pada manusia. Studi di Rumah Sakit Zainoel Abidin Banda Aceh, menunjukkan bahwa ada hubungan antara minum kopi dengan PJK (Penyakit Jantung Koroner), risiko individu yang peminum kopi berat yaitu lebih dari 2 kali dalam seminggu akan meningkatkan risiko hampir 4-5 kali mengalami PJK dibandingkan individu yang minum kopi hanya sekali-kali (Marniati et al., 2019). Penelitian di Gresik menunjukkan adanya hubungan sangat kuat antara kebiasaan minum kopi terhadap tingkat hipertensi (Rahmawati & Daniyati, 2016). Kebiasaan minum juga mempunyai hubungan dengan kejadian gastritis (Safii & Andriani, 2019)

Mahasiswa mempunyai kebiasaan buruk sering begadang dan minum kopi disaat tugas kuliah sedang banyak. Minum kopi dapat menyebabkan berbagai penyakit. Oleh karena itu peneliti tertarik pada topik ini, khususnya hubungan gender dengan kebiasaan minum kopi.

## Bahan dan Metode

### *Lokasi, Populasi, dan Sampel*

Penelitian ini adalah penelitian analitik observasional dengan menggunakan desain cross sectional, yaitu. Sampel pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh angkatan 2017-2020 sebanyak 60 orang yang diambil secara acak menggunakan metode simple random sampling. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner yang dilakukan melalui wawancara. Data deskriptif disajikan dalam bentuk tabel, sedangkan analisis bivariat menggunakan uji statistik Chi-square untuk melihat perbandingan proporsi pada dua kelompok

### *Pengumpulan Data*

1. Data Primer  
data yang diperoleh secara langsung oleh peneliti melalui wawancara dengan menggunakan kuesioner.
2. Data Sekunder  
data yang didapat lewat dinas kesehatan provinsi maupun dinas kesehatan kota serta instansi pemerintah di wilayah kerja Puskesmas Ranomut.

### *Pengolahan Data*

1. *Editing*  
*Editing* adalah tahapan kegiatan memeriksa validitas data yang masuk seperti memeriksa kelengkapan pengisian kuesioner, kejelasan

- jawaban, relevansi jawaban dan keseragaman suatu pengukuran.
2. *Coding*  
*Coding* adalah tahapan kegiatan mengklasifikasikan data dan jawaban menurut

- kategori masing-masing sehingga memudahkan dalam pengelompokan data.
3. *Tabulating*  
*Mengelompokkan data ke dalam suatu data tertentu menurut sifat yang dimiliki sesuai dengan tujuan penelitian.*

## Hasil Penelitian

**Tabel 1** Gambaran jenis kelamin dan kebiasaan minum kopi pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Malikussaleh Tahun 2021(n = 60)

Variabel	Jumlah	Persen
<b>Kebiasaan Minum Kopi dalam Seminggu</b>		
Kurang sama dengan 3 kali	42	70
Lebih dari 3 kali	18	30
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	21	35
Perempuan	39	65

Berdasarkan hasil penelitian, mahasiswa yang mengkonsumsi kopi lebih dari 3 kali dalam seminggu sebanyak 30% dan yang kurang dari 3 kali seminggu sebanyak 70% (tabel 1), dan mahasiswa yang mengkonsumsi kopi lebih dari 3 kali dalam seminggu sebanyak 30% serta yang kurang dari 3 kali seminggu sebanyak 70% (tabel 1.2). Hasil analisis bivariat menggunakan uji *chi-square*, didapatkan bahwa ada hubungan antara jenis kelamin dengan kebiasaan minum kopi pada mahasiswa (tabel 2).

**Tabel 2** Hubungan jenis kelamin dengan kebiasaan minum kopi pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Malikussaleh 2021

Jenis Kelamin	Kebiasaan Minum Kopi		Total	p value
	≤ 3 kali	> 3kali		
Laki-laki	9 (42,9%)	12 (57,1%)	21	0,001
Perempuan	33 (84,6%)	6 (15,4%)	39	
Total	42	18	60	

Uji bivariat menunjukkan laki-laki yang mengkonsumsi kopi lebih dari tiga kali dalam seminggu lebih banyak (57,1%) dibandingkan dengan wanita (15,4%). Hal ini membuktikan bahwa lelaki punya kebiasaan minum kopi lebih sering.

## Pembahasan

Dalam penelitian ini diperoleh hasil bahwa terdapat 30% mahasiswa yang mengkonsumsi kopi lebih dari tiga kali dalam seminggu. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Universitas Muhammadiyah Parepare dimana tingkat kegembiraan konsumsi kopi sangat tinggi karena para mahasiswa sudah menjadikan kopi sebagai minuman *trendsetter*, bahkan kopi sudah menjadi daya tarik tersendiri buat para mahasiswa dikala senggang, baik pada saat mengerjakan tugas maupun diskusi bersama teman teman mahasiswa (Ilham et al., 2019). Analisis bivariat membuktikan adanya hubungan antara jenis kelamin dengan kebiasaan minum kopi. Dimana laki-laki mempunyai persentase 57,1% untuk minum kopi lebih dari tiga kali seminggu. Penelitian di Pare-pare menunjukkan studi yang sama, bahwa dalam perbandingannya jumlah laki laki lebih banyak dibandingkan perempuan, sehingga persentasenya mencapai 76,8%, dibandingkan responden pria. Penelitian di Jepang juga sejalan, bahwa laki-laki lebih banyak minum kopi (50,8%) dibandingkan

dengan wanita (32,8%) pada umur dewasa muda ((Demura et al., 2013). Fenomena ini disebabkan pria cenderung lebih sering mengkonsumsi kopi dibandingkan wanita.

Lelaki mempunyai pilihan prevalensi minum kopi yang lebih tinggi melalui untuk meningkatkan status sosial mereka. Sedikit wanita yang mampu membeli kopi bermerk mahal yang mulai menjamur sekarang ini, disebabkan perempuan memiliki penghasilan yang lebih rendah dan laki-laki muda lebih banyak yang bekerja daripada perempuan muda. Alasan lain mungkin muncul. Karena laki-laki lebih kurang berorientasi pagi daripada perempuan, terutama dalam sampel mahasiswa. Mungkin perbedaan gender sensorik memotivasi pria untuk lebih memilih minum kopi kualitas lebih tinggi daripada wanita (Tifferet et al., 2013).

Penelitian di Banda Aceh menunjukkan warung kopi didominasi oleh konsumen laki-laki sehingga pengunjung perempuan cenderung lebih sedikit atau jarang. Warung kopi di Aceh belum responsif gender dikarenakan fasilitas belum cukup dan tidak memadai. Seperti jumlah toilet yang terkadang

hanya terdapat satu unit toilet, ruangan masih umum digunakan oleh perokok, tidak ada ruangan pemisah khusus merokok. Ruang ibadah juga masih tidak terpisah, sehingga membuat perempuan risih (Bestari & Fadlia, 2019).

Namun kebiasaan minum kopi mempunyai dampak yang buruk bagi kesehatan. Lelaki mempunyai risiko lebih tinggi untuk terjangkit hipertensi dan PJK dibandingkan wanita. Kandungan kafein yang terdapat didalam kopi dipercaya dapat meningkatkan tekanan darah dan stress terutama jika di konsumsi di pagi hari karena dapat memicu hormon penyebab stress (Kurnia & Malinti, 2020). Efek kafein dan nikotin menyebabkan peningkatan aktivitas kardiovaskuler seperti peningkatan denyut jantung dan tekanan darah sehingga menyebabkan pasien dalam keadaan terjaga. Perubahan pada kualitas tidur pada pasien gagal jantung juga dipengaruhi oleh tingkat keparahan penyakit yang menyebabkan perubahan secara patologis pada pasien seperti timbulnya sesak nafas dan adanya pembatasan pada saat aktivitas (Suwartika & Cahyati, 2015). Kejadian insomnia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana yaitu sebesar 56,8%, angka tersebut tergolong tinggi. Hal ini bisa disebabkan karena prevalensi depresi mahasiswa kedokteran lebih tinggi dibandingkan populasi umum. Tingginya kejadian depresi pada mahasiswa kedokteran dikaitkan dengan lamanya waktu yang diperlukan untuk menuntun pendidikan di kedokteran yaitu 5-6 tahun stress yang dialami oleh mahasiswa selama periode ini dapat menyebabkan depresi. Konsumsi kopi merupakan salah satu penyebab insomnia (Suartiningsih et al., 2018). Depresi dan insomnia ditemukan dalam persentase yang tinggi di antara mahasiswa kedokteran. Kurikulum kedokteran yang luas, kesulitan dalam mengatasi lingkungan bisa menjadi penyebab depresi serta insomnia (Jose et al., 2016). Proporsi konsumsi kopi pada mahasiswa kedokteran sangat tinggi. Peminum kopi mengalami efek samping meliputi kesulitan tidur, palpitasi, peningkatan frekuensi urinasi, nyeri kepala, tremor, mual dan muntah, gejala anxietas, nyeri ulu hati, peningkatan frekuensi defekasi dan gejala lain (Liveina & A, 2014)

Berdasarkan penelitian ini sudah dilakukan di Puskesmas Sabutung Kabupaten Pangkep

## Referensi

- Arifin, B., Zaenal, S., & Irmayani. (2020). Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Sabutung Kabupaten Pangkep. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 15(3), 227–231.
- Bestari, V. J., & Fadlia, F. (2019). Perbandingan Warung Kopi Tradisional versus Modern (Sebuah Analisis Terhadap Konsep Responsif Gender). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa FISIP Unsyiah*, 3(1), 168–179.
- Biroli, A. (2021). Perilaku ngopi mahasiswa di sekitar kampus Universitas Trunojoyo Madura (UTM) pada masa pandemi Covid-19. *Prosiding Konferensi Nasional Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia*, 01(01), 125–130.

menunjukkan ada hubungan antara gaya hidup pola makan dengan kejadian hipertensi (Arifin et al., 2020). Penelitian di Gresik menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang memiliki kebiasaan minum kopi berat, mengalami tingkat hipertensi derajat 2 (Rahmawati & Daniyati, 2016). Perilaku merokok dan minum kopi terbukti mampu meningkatkan tekanan darah sistolik maupun diastolik dalam 15 menit pertama, sehingga perilaku ini tentunya akan meningkatkan resiko serangan jantung dan stroke bagi seseorang dengan riwayat hipertensi maupun riwayat arteriosclerosis (Rijal & Suprihatin, 2014). Sejalan dengan penelitian di Jakarta pada mahasiswa Universitas Tarumanegara, konsumsi kopi meningkatkan tekanan darah sistolik, diastolik, serta frekuensi nadi dan bermakna secara statistik (Chandra & Halim, 2020). Selain peningkatan kerja jantung, konsumsi kopi yang berlebih juga berdampak pada penurunan konsentrasi dan kelabilan emosi pada usia dewasa muda (Rahayu, 2019). Studi di Aceh Tenggara juga membuktikan ada hubungan antara kebiasaan minum kopi dengan kejadian gastritis pada pasien laki-laki. Artinya adalah seseorang yang tidak minum kopi ternyata sangat banyak mengalami kejadian gastritis (Safii & Andriani, 2019).

## Kesimpulan

Terdapat tiga puluh persen mahasiswa Fakultas Kedokteran yang mengkonsumsi kopi lebih dari tiga kali seminggu dan sebagian besar dari mereka adalah laki-laki. Konsumsi kopi dapat menyebabkan risiko penyakit jantung dan hipertensi, juga risiko gastritis, insomnia serta depresi khususnya pada laki-laki yang mempunyai risiko lebih tinggi.

## Saran

1. Bagi Pemerintah  
Diharapkan secara berkelanjutan melaksanakan sosialisasi dalam upaya pencegahan penyakit jantung akibat mengkonsumsi kopi.
2. Bagi masyarakat  
Diharapkan masyarakat secara proaktif dalam membatasi minum kopi dan rajin olahraga.
3. Bagi Peneliti Lanjutan  
Diharapkan penelitian ini dapat dilanjutkan untuk melihat penyebab penyakit penyakit jantung lainnya.

- Chandra, V. V., & Halim, S. (2020). Pengaruh kopi terhadap tekanan darah dan denyut nadi mahasiswa Universitas Tarumanagara. *Tarumanagara Medical Journal*, 3(1), 221–225.
- Demura, S., Aoki, H., Mizusawa, T., Soukura, K., Noda, M., & Sato, T. (2013). Gender Differences in Coffee Consumption and Its Effects in Young People. *Food and Nutrition Sciences*, 04(07), 748–757. <https://doi.org/10.4236/fns.2013.47096>
- Ilham, M. I., Haniarti, & Usman. (2019). Hubungan Pola Konsumsi Kopi Terhadap Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Muhammadiyah Parepare. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 2(3), 433–446.
- Jose, R., Gore Chaitali, A., Plathottam, J., Priyanka, M., & Nikitha, H. (2016). Depression and Insomnia among Medical Students in Bengaluru, India. *International Journal of Preventive and Public Health Sciences*, 2(1), 22–24. <https://doi.org/10.17354/ijpphs/2016/22>
- Kurnia, S. H. T., & Malinti, E. (2020). Hubungan Kebiasaan Konsumsi Kopi Dan Merokok Dengan Tekanan Darah Laki-Laki Dewasa. *Nutrix Journal*, 4(1), 1. <https://doi.org/10.37771/nj.vol4.iss1.420>
- Liveina, & A, A. I. G. (2014). Pola Konsumsi dan Efek Samping Minuman Mengandung Kafein pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Medika Udayana*, 3(4), 1–12.
- Marniati, Notoatmodjo, S., Kasiman, S., & Rochadi, R. K. (2019). Gaya Hidup Penderita Penyakit Jantung Life Style of Coronary Heart Disease in Zainoel. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 5(2), 193–203.
- Rahayu, M. (2019). Analisis Pengaruh Konsumsi Kopi Dengan Denyut Jantung Pada Pemuda. *Jurnal Keilmuan Dan Aplikasi Teknik*, 6(2), 5–12. <https://doi.org/10.33592/unistek.v6i2.172>
- Rahmawati, R., & Daniyati, D. (2016). Hubungan Kebiasaan Minum Kopi Terhadap Tingkat Hipertensi. *Journal of Ners Community*, 7(2), 149–161.
- Rijal, F. K., & Suprihatin. (2014). Peningkatan Tekanan Darah Setelah Minum Kopi Dan Merokok. *Jurnal Stikes RSBK*, 7(1), 63–72.
- Ruhadi, R., & Herlina, H. (2013). Dampak keberadaan kedai kopi bagi IPK mahasiswa di Kota Banda Aceh. *Jurnal Serambi Ilmu*, 14(2), 106–118. <http://ojs.serambimekkah.ac.id/serambi-ilmu/article/view/543>
- Safii, M., & Andriani, D. (2019). Faktor–Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gastritis Pada Pasien Yang Berobat Di Puskesmas. *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi (Jkf)*, 2(1), 52–60. <https://doi.org/10.35451/jkf.v2i1.281>
- Sari, S. N. (2018). Warung kopi dan perilaku sosial masyarakat (Studi pengaruh warung kopi terhadap perkembangan perilaku dan interaksi sosial masyarakat di Gampong Kota Baru Kecamatan Kuta Alam). Universitas Syiah Kuala.
- Suartiningsih, N. M., Putri, W. C. W. S., & Ani, L. S. (2018). Depresi, cemas dan konsumsi kopi berhubungan dengan kejadian insomnia pada mahasiswa PSPD FK UNUD angkatan 2016. *E-Jurnal Medika*, 7(8), 1–6.
- Sucitra, I. D., Tasik, F. C. M., & Kandowanko, N. (2020). Gaya Hidup Mahasiswa Di Kelurahan Wenang Selatan Kecamatan Wenang Kota Manado Provinsi Sulawesi Utara (Studi Di Warung Kopi Van Omen). *Jurnal Holistik*, 13(1), 1–13.
- Suwartika, I., & Cahyati, P. (2015). Analisis Faktor yang Berpengaruh terhadap Kualitas Tidur Pasien Gagal Jantung di RSUD Kota Tasikmalaya. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 1(01), 7–13. <https://doi.org/10.35974/jsk.v1i01.32>
- Tifferet, S., Shani, N., & Cohen, H. (2013). Gender differences in the status consumption of coffee. *Human Ethology Bulletin*, 28(3), 5–9.