JOURNAL OF Medical Surgical Concerns, Volume 5, No.1, June 2025: 1-6

Hubungan frekuensi konsumsi kopi dengan gejala gastritis pada mahasiswa

Rizal Indera Permana Bayu Murti, Fajar Alam Putra, Sutrisno*

Program Studi Keperawatan, Universitas Sahid Surakarta
Korespondensi Penulis:Sutrisno. *Email: roshansutrisno@gmail.com

Abstract

Background: Gastritis is a disorder of the human digestive system. It is a lifelong, serious disease that many people experience. Coffee drinking is a contributing factor to gastritis due to its caffeine content, which can affect stomach acid. Common symptoms of gastritis include abdominal discomfort, bloating, nausea, headaches that interfere with daily activities, vomiting, and burning or stinging pain.
Purpose: To determine the relationship between coffee consumption frequency and gastritis symptoms in students at the Faculty of Science, Technology, and Health, Sahid University, Surakarta.
Method: This is a descriptive analytical study with a cross-sectional design, with a population of 93 students. A sample size of 56 was used, with a non-probability sampling method. The instruments used were a gastritis symptom questionnaire and a coffee consumption frequency questionnaire. The statistical test used was the Kendall-tau test.
Results: The Kendall-tau correlation test showed a relationship between the frequency of coffee consumption and gastritis symptoms. The p-value was 0.002, lower than 0.05, and the r-value was 0.401.
Conclusion: There is a correlation between the frequency of coffee consumption in college students and their gastritis symptoms, with a moderate correlation.

Keywords: College Students; Frequency of Coffee Consumption; Gastritis Symptoms.

Pendahuluan: Gastritis merupakan salah satu gangguan yang terjadi pada sistem pencernaan manusia. Gastristis menjadi salah satu penyakit sepanjang umur hidup, penyakit cukup serius yang banyak dialami seseorang. Kebiasaan minum kopi menjadi salah satu faktor penyebab terjadinya gastritis karena kandungan kafein didalamnya yang dapat mempengaruhi asam lambung. Gejala umum yang terjadi pada penderita gastritis adalah rasa tidak nyaman pada perut, perut kembung, mual dan sakit kepala yang menggangu aktivitas sehari – hari, muntah, perih atau sakit seperti terbakar pada perut.
Tujuan: Untuk mengetahui hubungan antara frekuensi konsumsi minum kopi dengan gejala gastritis pada mahasiswa Fakultas Sains , Teknologi dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta.
Metode: Jenis penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan desain studi potong lintang, dengan jumlah populasi 93 mahasiswa. Sampel yang digunakan 56, dengan metode pengambilan sampel menggunakan *non-probability sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesiner gejala gastritis dan kuesioner frekuensi konsumsi kopi. Uji ststistik yang digunakan dengan uji *Kendall tau*
Hasil: Hasil uji korelasi *kendall tau* menunjukan hubungan frekuensi konsumsi kopi dan gejala gastritis didapatkan nilai p sebesar 0.002, lebih rendah dari 0.05, dan nilai *r* sebesar 0.401.
Simpulan: Terdapat korelasi antara frekuensi konsumsi kopi pada mahasiswa dengan gejala gastritis yang dialami, hubungan pada tingkat sedang.

Kata Kunci: Frekuensi Konsumsi Kopi; Gejala Gastritis; Mahasiswa.

PENDAHULUAN

Gastritis, yang umumnya banyak orang menyebut sebagai maag merupakan salah satu kondisi masalah pencernaan paling umum dan berpotensi parah yang memengaruhi populasi dunia. Kondisi kronis, ditandai dengan peradangan pada mukosa lambung, yang seringkali dipicu oleh kebiasaan makan yang tidak teratur, konsumsi alkohol, dan kopi. Meskipun dapat memengaruhi individu dari segala usia, statistik menunjukkan kejadiannya lebih tinggi pada remaja, terutama mereka yang berusia 15-24 tahun, dengan puncaknya pada usia 19-20 tahun di kalangan mahasiswa (Sipponen & Maaroos, 2015). Di seluruh dunia, tukak lambung merupakan masalah kesehatan utama, memengaruhi 50.8% individu di negara berkembang dan 34.7% di negara maju. Perempuan dilaporkan lebih rentan daripada laki-laki

Doi: 10.56922/msc.v5i1.1297

(Rodliya, 2022). Di Indonesia, statistik menunjukkan kejadian yang signifikan, menempati peringkat 10 besar penyakit yang paling banyak diderita pasien rumah sakit pada tahun 2015, dengan prevalensi nasional sekitar 40.8% (Meisya, 2024).

Gastritis merupakan salah satu penyakit yang dapat diderita oleh semua kalangan, yang dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti pola makan yang tidak teratur, makanan yang tidak sehat, gaya hidup yang tidak sehat, meningkatnya aktivitas, mengonsumsi minuman beralkohol dan kopi. Gejala umum yang terjadi pada penderita gastritis adalah rasa tidak nyaman pada perut, perut kembung, mual dan sakit kepala yang menggangu aktivitas sehari – hari, muntah, perih atau sakit seperti terbakar pada perut bagian atas yang dapat menjadi lebih baik atau lebih buruk saat makan, hilang selera makan, bersandawa (Rahmawati, 2023). Asam lambung yang meningkat diluar batas normal akan membuat iritasi dan kerusakan pada lapisan mukosa dan submoka lambung, apabila peningkatan asam lambung ini di biarkan begitu saja, maka akan terjadi kerusakan pada lapisan lambung yang semakin parah atau penyakit gastristis ini terus dibiarkan, akan berakibat semakin parah dan akhirnya asam lambung akan membuat luka – luka (ulkus) yang dikenal dengan tukak lambung (Tussakinah, Masrul, & Burhan, 2018). Gastritis yang tidak ditangani dengan tepat akan menimbulkan komplikasi yang mengarah kepada keparahan yaitu kanker lambung (Ilham, 2019).

Kebiasaan minum kopi menjadi salah satu faktor penyebab terjadinya gastritis karena kandungan kafein di dalam kopi dapat mempercepat produksi asam lambung. Saat ini kopi menjadi minuman yang populer dan digemari oleh masyarakat diseluruh dunia termasuk di Indonesia. Minuman kopi ini juga tidak hanya disukai oleh kalangan remaja atau usia muda saja, melainkan disukai oleh orang dewasa ataupun orang tua (Andrea, 2024). Konsumsi kopi yang meningkat di indonesia, melebihi pertumbuhan global, menjadi perhatian khusus mengingat kafein dapat mempercepat produksi asam lambung dan memicu gastritis (Liunima, Sutriningsih, & Af, 2017). Jika tidak ditangani, gastritis dapat menyebabkan komplikasi serius seperti kerusakan lambung, tukak lambung, hingga kanker (Hoesny, & Nurcahaya, 2019). Mengingat dampak kesehatan yang serius dan tingginya prevalensi, penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor pemicu gastritis, khususnya kebiasaan minum kopi, menjadi krusial (Hermawan, Amrullah, & Lilis, 2023).

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang berjenis deskriptif korelatif. Desain penelitian yang digunakan adalah *cross-sectional.* Subjek penelitian adalah mahasiswa semester delapan Fakultas Sains, Teknologi, dan Kesehatan (FSTK) Universitas Sahid, Surakarta. Sampel penelitian berjumlah 56 mahasiswa. Analisis yang digunakan berupa analisis univariat dan bivariate. Analisis univariat dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui distribusi frekuensi karakteristik responden, seperti usia, jenis kelamin, dan program studi. Analisis bivariat menggunakan uji *Kendall-Tau_b* dan tabel kontingensi. Uji *Kendall-Tau_b* mengevaluasi korelasi untuk menguji hubungan antara frekuensi konsumsi kopi dengan gejala gastritis.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden (N=56)

Variabel	Hasil	R	P-value
Usia (Mean±SD)(Rentang)(Usia) (n/%)	(21.7±0.6)(21-23)		
21 Tahun	20/35.7		
22 Tahun	28/50.0		
23 Tahun	8/14.3		
Jenis Kelamin (n/%)	23/41.1		
Laki-laki	33/58.9		

Rizal Indera Permana Bayu Murti, Fajar Alam Putra, Sutrisno*

Program Studi Keperawatan, Universitas Sahid Surakarta
Korespondensi Penulis:Sutrisno. *Email: roshansutrisno@gmail.com

Doi: 10.56922/msc.v5i1.1297

Perempuan			
Program Studi (n/%)			
Keperawatan	17/30.4		
Farmasi	12/21.4		
Teknik Industri	7/12.5		
Teknik Informatika	20/35.7		
Frekuensi Konsumsi Kopi (n/%)			
Rendah	5/8.9		
Sedang	43/76.8	0.401	0.002
Tinggi	8/14.3		
Gejala Gastritis (n/%)			
Mengalami	54/96.4		
Tidak Mengalami	2/3.6		

Berdasarkan tabel 1 di atas, dapat dicatat bahwa karakteristik demografi responden berdasarkan jenis kelamin sebagian besar adalah perempuan, dengan 33 orang (58.9%). Karakteristik peserta berdasarkan program studi didominasi oleh teknik informatika, yaitu 20 orang (35.7%). Karakteristik peserta berdasarkan usia menunjukkan bahwa kelompok usia terbanyak pada usia 22 tahun 28 orang (50.0%). Konsumsi kopi sebagian besar berada dalam rentang sedang, sebagaimana ditunjukkan oleh 43 responden (76.8%). Selanjutnya, 8 partisipan (14.3%) menunjukkan frekuensi konsumsi kopi yang tinggi, sementara 5 partisipan (8.9%) termasuk dalam kategori frekuensi konsumsi kopi rendah. Distribusi gejala gastritis paling banyak pada mengalami gejala gastritis yaitu sebanyak 54 responden (96.4%). Kemudian untuk kategori tidak mengalami gejala gastritis sebanyak 4 reponden (3.6%). Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji korelasi Kendall, nilai korelasi yang dihitung adalah = 0.401, yang menunjukkan bahwa korelasi tersebut memadai. Nilai A.Sig. (nilai ρ) ditentukan sebesar 0.002 < 0.05, sehingga hipotesis diterima, yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi kopi dan gejala gastritis.

PEMBAHASAN

Berdasarkan temuan penelitian, karakteristik gender responden menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan adalah perempuan, yaitu sebanyak 33 responden (58.9%), sementara sebagian kecil adalah laki-laki, yaitu sebanyak 23 responden (41.1%). Temuan penelitian mengenai karakteristik responden berdasarkan gender menunjukkan bahwa mayoritas adalah perempuan, yaitu sebanyak 33 orang (58.9%), yang sejalan dengan distribusi mahasiswa FSTK Universitas Sahid, di mana jumlah perempuan lebih banyak daripada laki-laki. Jenis kelamin yang paling rentan terhadap gastritis adalah perempuan, yang 6.667 kali lebih rentan dibandingkan laki-laki; akibatnya, perempuan berisiko lebih tinggi terkena gastritis (Aldelina, 2019).

Karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan bahwa 20 (35.7%) responden berusia 21 tahun, 28 (50.0%) responden berusia 22 tahun, dan 8 (14.3%) responden berusia 23 tahun. Temuan penelitian mengenai karakteristik responden berdasarkan usia merupakan yang paling umum, yaitu 28 responden (50.0%) yang berusia 22 tahun. Gastritis dapat memengaruhi individu dari segala usia dan jenis kelamin, meskipun khususnya memengaruhi mereka yang berada di usia produktif (Merita, Sapitri, & Sukandar, 2016). Berbagai faktor dapat menyebabkan gastritis, salah satunya adalah masuk dalam kelompok usia kerja, yang mengakibatkan peningkatan aktivitas. Penyebab gastritis antara lain kebiasaan makan yang tidak teratur atau tidak terkontrol dan konsumsi kopi (Musyafra & Irawan, 2024). Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa profil responden berdasarkan program studinya adalah Teknik Informatika sebanyak 20 responden (37.5%),

Rizal Indera Permana Bayu Murti, Fajar Alam Putra, Sutrisno*

Program Studi Keperawatan, Universitas Sahid Surakarta
Korespondensi Penulis:Sutrisno. *Email: roshansutrisno@gmail.com

Doi: 10.56922/msc.v5i1.1297

Keperawatan sebanyak 17 responden (30.4%), Farmasi sebanyak 12 responden (21.4%), dan Teknik Industri sebanyak 7 responden (12.5%). Berdasarkan temuan penelitian dan hasil uji bivariat, nilai p mencapai 0.002, turun di bawah 0.05, dan nilai *r* yang terukur adalah 0.401. Nilai *ρ* di bawah 0.05 menunjukkan hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi kopi dan gejala gastritis, dengan nilai *r* 0.401, menunjukkan hubungan yang moderat (Miftahussurur, PD-KGEH, Rezkitha, & I'tishom, 2021).

Kopi terkenal karena memiliki kandungan kafein yang tinggi. Satu cangkir kopi dengan volume 120-480 ml bisa mengandung kafein antara 75-400 mg atau lebih, tergantung pada jenis biji kopi, cara pengolahan, dan metode pembuatan minuman. Kafein adalah senyawa hasil metabolisme sekunder dari kelompok alkaloid yang terdapat pada tanaman kopi dan memiliki rasa yang pahit. Berbagai dampak kesehatan yang berhubungan dengan kopi umumnya disebabkan oleh aktivitas kafein dalam tubuh (Novitayanti, 2023). Dosis kafein yang aman, menurut beberapa dokter, adalah 100-200 mg per hari, setara dengan 1-2 cangkir kopi. Namun, jumlah yang aman ini berbeda-beda tergantung pada individu. Para ahli sepakat bahwa konsumsi 600 mg kafein atau lebih per hari, yang setara dengan 4-7 cangkir kopi, merupakan jumlah yang berlebihan karena dapat menyebabkan overdosis kafein yang berbahaya dan bahkan bisa menyebabkan kematian (Bili, Prawito, & Vidhiastutik, 2023).

Kafein, atau trimetilxantin, adalah senyawa stimulan yang alami dan terdapat dalam berbagai jenis makanan. Kafein sering dikaitkan dengan zat seperti amfetamin, kokain, bahkan heroin. Hal ini karena kafein dan zat-zat tersebut memiliki cara kerja yang mirip, yaitu dengan mempercepat fungsi otak. Kafein termasuk senyawa yang memengaruhi sistem saraf pusat. Setelah dikonsumsi, kafein masuk ke dalam darah lalu diserap ke dalam jaringan tubuh. Konsentrasi kafein dalam darah mencapai puncaknya antara 15 hingga 120 menit setelah dikonsumsi. Kerja kafein berhubungan erat dengan adenosin, sebuah senyawa neurotransmiter yang berperan sebagai penghambat. Dalam kondisi normal, adenosin membantu proses tidur dan mengurangi aktivitas sistem saraf. Adenosin juga dapat melebarkan pembuluh darah di otak agar otak dapat menyerap banyak oksigen ketika tidur (Oktaviani, Achwandi, & Merbawani, 2022). Sistem saraf melihat kafein mirip dengan adenosin sehingga kafein kemudian akan berikatan dengan reseptor adenosin di otak. Tetapi kerja kafein bertolak belakang dengan kerja adenosin. Kafein akan menggunakan semua reseptor adenosin yang ada di otak sehingga sel-sel tubuh kita tidak lagi dapat mendeteksi adenosin. Hasilnya, kerja sel-sel tubuh akan menjadi lebih aktif karena tidak ada adenosin yang bersifat merelaksasi. Ini membuat otak menginterpretasi terjadi bahaya pada tubuh sehingga memicu dihasilkannya adrenalin (Novitasari, 2024).

Secara umum, temuan survei menunjukkan bahwa mahasiswa yang minum kopi dalam jumlah sedang cenderung menunjukkan gejala gastritis. Hal ini diperkuat oleh temuan bahwa asupan kopi yang tinggi, terutama 100-200 mg kafein (sekitar dua cangkir) setiap hari dalam jangka waktu tertentu, dapat meningkatkan produksi asam lambung dan berpotensi mengganggu sistem pencernaan, sehingga memperburuk atau memicu gejala gastritis (Maharani, Wibowo, & Ardian, 2020). Gastritis merupakam suatu ketidak nyamanan, misalnya seperti nyeri bagian kepala, tidak semangat dalam beraktivitas, merasa mual dan mutah serta tidak nafsu makan. Gastritis kronis: tipe A terjadi secara asimtomatik sedangkan pada tipe biasanya terjadi penurunan nafsu makan,ulu hati terasa sakit, terasa penuh pada perut, mulut terasa asam, mengalami gejala seperti mual dan mutah (Ardila, Dahlia, & Wijayanti, 2023). Hubungan yang signifikan antara kebiasaan minum kopi dan risiko gastritis (nilai *ρ* 0.003 < 0,005). Responden yang mengonsumsi banyak kopi (lebih dari dua cangkir setiap hari) dan mereka yang mengonsumsi kopi dalam jumlah sedang memiliki persentase risiko yang lebih tinggi (Griffiths, 2019).

SIMPULAN

Penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa mayoritas frekuensi konsumsi kopi di kalangan mahasiswa FSTK berada dalam kategori sedang. Mayoritas mahasiswa mengalami gejala gastristis seperti mual, kembung, perut perih. Ada hubungan positif antara frekuensi konsumsi kopi dengan munculnya gejala gastritis yang dialami mahasiswa,

Rizal Indera Permana Bayu Murti, Fajar Alam Putra, Sutrisno*

Program Studi Keperawatan, Universitas Sahid Surakarta
Korespondensi Penulis:Sutrisno. *Email: roshansutrisno@gmail.com

Doi: 10.56922/msc.v5i1.1297

Semakin tinggi frekuensi gejala gastritis yang muncul semakin lebih berat.

DAFTAR PUSTAKA

Aldelina, H. (2019). Evaluasi Pola Makan sebagai Upaya Pengurangan Kambuh pada Penderita Gastritis Usia Remaja. *INA-Rxiv. June*, *25*.

Andrea, C. (2024). *Hubungan Pengetahuan, Tingkat Stres Dan Polamakan Dengan Kejadian Gastritis* (Doctoral Dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang).

Ardila, B. N., Dahlia, Y., & Wijayanti, L. W. R. (2023). Hubungan Konsumsi Kopi Dengan Keluhan Gastritis Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Angkatan 2019 Dan 2022. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Institut Medika Drg. Suherman*, *5*(01), 22-29.

Bili, O. S., Prawito, P., & Vidhiastutik, Y. (2023). Hubungan Pola Konsumsi Kopi Dengan Resiko Kejadian Gastritis Pada Masyarakat Di Rt 10 Rw 03 Desa Mancar Kecamatan Peterongan Kabupaten Jombang. *Literasi Kesehatan Husada: Jurnal Informasi Ilmu Kesehatan*, *7*(2), 39-46.

Griffiths, M. (2019). *Crash Course Gastrointestinal System, Hepatobiliary and Pancreas− 1st Indonesian edition: Crash Course Gastrointestinal System, Hepatobiliary and Pancreas− 1st Indonesian edition*. Elsevier Health Sciences.

Hermawan, S., Amrullah, J. F., & Lilis Hadiyati, A. S. (2023). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Diploma Tiga Keperawatan di Stikes Dharma Husada The. *Jurnal Keperawatan*, 1-24.

Hoesny, R., & Nurcahaya, N. (2019). Stres Dan Gastritis: Studi Crss Sectional Pada Pasien Di Ruang Rawat Inap Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Bone-Bone Tahun 2018. *Journal Fenomena Kesehatan*, *2*(2), 302-308.

Ilham, M. I. (2019). Hubungan pola konsumsi kopi terhadap kejadian gastristis pada mahasiswa muhammadiyah parepare. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, *2*(3), 433-446.

Liunima, M. G., Sutriningsih, A., & Af, S. M. (2017). Hubungan antara konsumsi kopi dengan tingkat stres pada dewasa muda ikatan keluarga besar (ikb) nekmese di kota malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, *2*(3).

Maharani, D., Wibowo, P. A., & Ardian, H. (2020). Hubungan Pola Makan Dan Konsumsi Kopi Dengan Kejadian Gastritis Pada Lansia Di Kelurahan Manisrejo Kecamatan Taman Kota Madiun. *Surya Medika: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan dan Ilmu Kesehatan Masyarakat*, *15*(2), 56-63.

Meisya, E. K. (2024). *Hubungan Kebiasaan Minum Kopi Dengan Peningkatan Tekanan Darah Dan Kadar Gula Darah Di Lingkungan Parapat Kabupaten Simalungun* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Medan).

Merita, M., Sapitri, W. I., & Sukandar, I. (2016). Hubungan tingkat stress dan pola konsumsi dengan kejadian gastritis di Puskesmas Pakuan Baru Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, *5*(1), 51-58.

Miftahussurur, M., PD-KGEH, S., Rezkitha, Y. A. A., PD, S., I'tishom, R., & Pi, S. (2021). *Buku ajar aspek klinis gastritis*. Airlangga University Press.

Musyafra, N., & Irawan, D. (2024). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Al-Fuad Seruway Kabupaten Aceh Tamiang. *Public Health Journal*, *1*(3), 1-14.

Novitasari, Y. (2024). *Hubungan Frekuensi Makan, Konsumsi Kopi Dan Teh Dengan Kejadian Gastritis Di Puskesmas Jenggawah Jember* (Doctoral dissertation, Politeknik Negeri Jember).

Rizal Indera Permana Bayu Murti, Fajar Alam Putra, Sutrisno*

Program Studi Keperawatan, Universitas Sahid Surakarta
Korespondensi Penulis:Sutrisno. *Email: roshansutrisno@gmail.com

Doi: 10.56922/msc.v5i1.1297

Novitayanti, E. (2023). Hubungan Jenis Kelamin Dengan Skala Nyeri Pada Pasien Gastritis. *INFOKES: Jurnal Ilmiah Rekam Medis Dan Informatika Kesehatan*, *13*(1), 31-34.

Oktaviani, C. A., Achwandi, M., & Merbawani, R. (2022). *Asuhan Keperawatan Nyeri Akut Pada Pasien Gastritis Di RSU Anwar Medika Krian Sidoarjo* (Doctoral dissertation, Perpustakaan Universitas Bina Sehat).

Rahmawati, A. (2023). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gastritis Pada Usia Dewasa Di Kelurahan Krukut Kota Depok Tahun 2022* (Doctoral dissertation, Universitas Nasional).

Rodliya, H. F. (2022). Hubungan pola makan dan stres dengan gejala gastritis pada remaja di MA Ibnul Qoyyim Putri Sleman. *Universita Islam Negeri Walisongo Semarang Sebagai*.

Sipponen, P., & Maaroos, H. I. (2015). Chronic gastritis. *Scandinavian journal of gastroenterology*, *50*(6), 657-667.

Tussakinah, W., Masrul, M., & Burhan, I. R. (2018). Hubungan Pola Makan dan Tingkat Stres terhadap Kekambuhan Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Tarok Kota Payakumbuh Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Andalas*, *7*(2), 217-225.

Rizal Indera Permana Bayu Murti, Fajar Alam Putra, Sutrisno*

Program Studi Keperawatan, Universitas Sahid Surakarta
Korespondensi Penulis:Sutrisno. *Email: roshansutrisno@gmail.com

Doi: 10.56922/msc.v5i1.1297