

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kafein merupakan stimulan yang dapat ditemukan pada berbagai minuman ataupun makanan. Kopi adalah salah satu jenis tumbuhan yang termasuk mengandung kafein dan dapat dimanfaatkan untuk minuman (Cornelis, 2019). Menurut Purdiani (2014), bahwa frekuensi dan jumlah konsumsi kafein mengambil peranan penting terhadap semangat belajar atau kerja dan aspek psikologis ini dan ketika kafein digunakan berulang kali atau secara berkelanjutan memiliki efek negatif yang signifikan terhadap suasana hati dan performa kerja seseorang.

Remaja adalah tahapan yang ditandai dengan perubahan secara fisik, perilaku, kognitif, biologi dan emosi yang ditandai dengan perubahan fisik. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), di Indonesia ada sekitar 60 juta jiwa penduduk remaja, dengan sekitar 900 juta jiwa remaja tinggal di wilayah berkembang (Saraswatia, 2015). Di Indonesia kalangan usia remaja sampai usia manula merupakan salah satu penikmat kopi terbanyak. Persentase remaja di Indonesia yang mengkonsumsi kopi sekitar 46,5%, itu artinya masih banyak remaja indonesia yang mengalami kesulitan tidur dan pola tidur yang tidak baik yang akan berpengaruh pada tingkah lakunya (Nurlatifah, 2018).

Jrakah adalah salah satu desa yang terletak di timur Kecamatan Taman Kabupaten Pemalang. Jrakah terdiri dari empat dusun atau kampung yaitu Jrakah, Kepuh, Karangsempu dan Terban. Petani dan pedagang nasi goreng diperantauan atau di daerah setempat adalah sebagian besar penduduknya. Setiap hari, mayoritas penduduk mendambakan kopi. Berdasarkan survei awal, diperoleh hasil wawancara dari 15 remaja mayoritas masyarakat, memiliki kebiasaan meminum kopi tanpa mengenal usia terutama remaja yang berkisar dari 3 cangkir per hari sampai 5 cangkir per hari, dan dari hasil wawancara 5 dari 15 remaja mengalami gangguan tidur yang mengakibatkan tingkah laku mereka menjadi berubah seperti gelisah, lesu dan tremor. Masyarakat mengkonsumsi kopi sebelum atau saat melakukan aktivitas sering bahkan setiap hari.

Kandungan kafein pada kopi yang diminum terus-menerus dapat mempengaruhi pola tidur seseorang yang secara otomatis akan mempengaruhi tingkah laku individu dikemudian harinya (Purdiani, 2014). Berdasarkan uraian di atas menjadi dasar untuk dilakukan penelitian pengaruh penggunaan minuman berkafein (kopi) terhadap efek farmakologi pola tidur dan tingkah laku remaja di Desa Jrakah yang tujuannya untuk mengetahui pengaruh penggunaan minuman berkafein terhadap efek farmakologi pola tidur dan tingkah laku remaja di Desa Jrakah berdasarkan beban kerja atau sekolah, jenis kelamin, faktor lingkungan dan kebiasaan di keluarga.

B. Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat pengaruh penggunaan minuman berkafein (kopi) terhadap efek farmakologi pola tidur dan tingkah laku remaja Desa Jrakah ?
2. Apakah terdapat pengaruh penggunaan minuman berkafein (kopi) pada remaja Desa Jrakah berdasarkan jenis kelamin, jumlah konsumsi kopi yang dihabiskan, beban bekerja, beban sekolah, faktor lingkungan dan kebiasaan di keluarga ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh penggunaan minuman berkafein (kopi) terhadap efek farmakologi pola tidur dan tingkah laku remaja Desa Jrakah.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh penggunaan kafein (kopi) pada remaja Desa Jrakah berdasarkan jenis kelamin, jumlah konsumsi kopi yang dihabiskan, beban bekerja, beban sekolah, faktor lingkungan dan kebiasaan di keluarga
- b. Untuk mengetahui pengaruh penggunaan kafein (kopi) terhadap efek farmakologi pola tidur yang terjadi pada remaja Desa Jrakah
- c. Untuk mengetahui Pengaruh dari penggunaan kafein (kopi) terhadap efek farmakologi tingkah laku remaja di Desa Jrakah.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Akademisi

- a. Meningkatkan referensi akademik tentang pengaruh penggunaan minuman berkafein (kopi) terhadap efek farmakologi pola tidur dan tingkah laku sebagai bahan bacaan literatur di perpustakaan
- b. Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar referensi penelitian selanjutnya atau sebagai pembandingan agar mendapatkan hasil yang lebih baik.

2. Manfaat Bagi Responden

Manfaat bagi responden yaitu memberikan informasi mengenai pengaruh penggunaan minuman berkafein (kopi) terhadap efek farmakologi pola tidur dan tingkah laku pada masyarakat.

3. Manfaat Bagi Peneliti

Manfaat bagi peneliti yaitu meningkatkan dan menambah wawasan baru serta ilmu pengetahuan bagi peneliti dalam berfikir kritis dan ilmiah. Khususnya dalam pemberian informasi terkait pengaruh penggunaan minuman berkafein (kopi) terhadap efek farmakologi pola tidur dan tingkah laku

