

POLITENIK KESEHATAN TANJUNGPUR
PROGRAM STUDI TEKNOLOGI LABORATORIUM MEDIS
Skripsi, Mei 2024

Rianita Gustiana

Hubungan Kebiasaan Minum Kopi Dengan Kadar Kolesterol Total Pada
Mahasiswa
Teknologi Laboratorium Medis Poltekkes Tanjungpur

XV+28 halaman, 3 gambar, 4 gambar, 9 lampiran

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara kebiasaan minum kopi dengan kadar kolesterol total pada mahasiswa Program Studi Teknologi Laboratorium Medis Politeknik Kesehatan Tanjungpur. Kolesterol, sebagai salah satu komponen penting dalam tubuh, berfungsi dalam membran sel dan sintesis hormon steroid serta asam empedu. Namun, kadar kolesterol yang tinggi dapat menyebabkan aterosklerosis, yang merupakan faktor risiko utama untuk penyakit jantung dan stroke. Kopi, yang mengandung senyawa seperti kafein, kafeol, dan kafeol, diketahui dapat mempengaruhi kadar kolesterol dalam darah. Kafein dapat menurunkan trigliserida, sedangkan kafeol dan kafeol dapat meningkatkan kadar kolesterol. Penelitian ini dilakukan untuk mengevaluasi efek konsumsi kopi terhadap kadar kolesterol total pada mahasiswa, mengingat konsumsi kopi yang meningkat di kalangan mahasiswa sebagai pemicu untuk meningkatkan konsentrasi dan semangat belajar. Metode penelitian ini adalah studi observasional dengan desain cross-sectional. Sampel penelitian terdiri dari mahasiswa yang dikategorikan berdasarkan kebiasaan minum kopi dan diukur kadar kolesterol totalnya. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan analisis laboratorium, serta dianalisis menggunakan uji korelasi Spearman untuk menentukan hubungan antara variabel konsumsi kopi dan kadar kolesterol. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kebiasaan minum kopi dengan kadar kolesterol total. Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa peningkatan konsumsi kopi berhubungan dengan peningkatan kadar kolesterol total. Temuan ini mengindikasikan bahwa konsumsi kopi yang berlebihan dapat berpotensi meningkatkan kadar kolesterol, yang dapat berdampak pada kesehatan jangka panjang. Penelitian ini memberikan kontribusi penting terhadap pemahaman mengenai dampak konsumsi kopi terhadap kesehatan, khususnya terkait dengan kadar kolesterol. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi mahasiswa dan masyarakat umum dalam mengelola konsumsi kopi dan menjaga kesehatan kolesterol.

Kata Kunci : Kebiasaan Minum Kopi, Kadar Kolesterol Total, Mahasiswa, Teknologi Laboratorium Medis, Poltekkes Tanjungpur