

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit kardiovaskular masih menjadi salah satu penyebab utama kematian dan permasalahan kesehatan masyarakat di dunia, termasuk di Indonesia. Berdasarkan *Global Burden of Disease (GBD) 2025*, sebesar 54,57% kejadian penyakit kardiovaskular berkaitan dengan hipertensi. Salah satu faktor risiko hipertensi adalah hiperkolesterolemia, yaitu kondisi meningkatnya kadar kolesterol yang dapat memicu pembentukan plak aterosklerosis pada dinding pembuluh darah. Penumpukan plak menyebabkan penyempitan dan penurunan elastisitas pembuluh darah sehingga meningkatkan tekanan darah dan risiko penyakit jantung koroner, stroke, serta komplikasi kardiovaskular lainnya (Febrilia *et al.*, 2025). Oleh karena itu, pengendalian kadar kolesterol merupakan salah satu upaya penting dalam pencegahan penyakit kardiovaskular.

Hiperkolesterolemia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di Indonesia. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, sebanyak 27,8% penduduk memiliki kadar kolesterol total kategori sedikit tinggi (*borderline*) dan 11,7% berada pada kategori tinggi. Di Provinsi Jawa Timur, prevalensi hiperkolesterolemia mencapai 35,9%, menempatkan provinsi ini pada peringkat ketujuh tertinggi secara nasional (SKI, 2023). Di Kabupaten Jember, jumlah kasus hiperkolesterolemia juga terus meningkat, yaitu dari 1.860 kasus pada tahun 2023 menjadi 4.116 kasus pada tahun 2024 dan 5.090 kasus pada tahun 2025 berdasarkan data studi pendahuluan di Puskesmas Kabupaten Jember. Peningkatan tersebut menunjukkan perlunya identifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan kadar kolesterol total sebagai dasar upaya pencegahan dan pengendalian.

Hiperkolesterolemia merupakan kondisi ketika kadar kolesterol total mencapai ≥ 200 mg/dL (NCEP ATP III, 2002). Kondisi ini dipengaruhi oleh faktor yang tidak dapat dimodifikasi, seperti usia, jenis kelamin, dan riwayat keluarga, serta faktor yang dapat dimodifikasi, antara lain aktivitas fisik, status gizi, kebiasaan merokok, pola makan, kebiasaan minum kopi, dan asupan zat gizi

tertentu, termasuk kalsium (Muhammad A., 2025). Faktor-faktor yang dapat dimodifikasi tersebut penting dikaji karena berpotensi menjadi sasaran intervensi dalam pengendalian kadar kolesterol.

Salah satu faktor yang diduga berhubungan dengan kadar kolesterol total adalah kebiasaan minum kopi. Kopi merupakan minuman yang banyak dikonsumsi masyarakat Indonesia dan mengandung senyawa bioaktif cafestol dan kahweol. Terutama cafestol, senyawa ini diketahui dapat meningkatkan kadar kolesterol melalui penghambatan pembentukan asam empedu sehingga kolesterol lebih banyak tertahan di dalam tubuh (Guercia *et al.*, 2024). Namun, pengaruh kopi terhadap kadar kolesterol tidak hanya dipengaruhi oleh jumlah konsumsi, melainkan juga oleh jenis kopi dan metode penyeduhannya. Kopi tanpa penyaringan, seperti kopi tubruk dan French press, mengandung cafestol lebih tinggi dibandingkan kopi yang disaring atau kopi instan sehingga berpotensi memberikan efek yang berbeda terhadap kadar kolesterol (Ary Astuti *et al.*, 2025).

Selain kebiasaan minum kopi, asupan kalsium juga diduga berhubungan dengan kadar kolesterol total. Kalsium dapat membantu menurunkan kadar kolesterol dengan mengikat asam lemak dan asam empedu di usus sehingga meningkatkan ekskresinya melalui feses. Kondisi tersebut mendorong hati menggunakan kolesterol untuk membentuk asam empedu baru sehingga kadar kolesterol darah menurun. Namun, manfaat tersebut juga dipengaruhi oleh sumber pangan kalsium yang dikonsumsi. Sumber kalsium rendah lemak seperti susu rendah lemak, ikan bertulang lunak, tahu, tempe, dan sayuran hijau lebih dianjurkan dibandingkan produk tinggi lemak jenuh, seperti keju tinggi lemak dan susu full cream, yang berpotensi meningkatkan kadar kolesterol apabila dikonsumsi secara berlebihan (Astuti. M. N, *et al.* 2023).

Hasil penelitian mengenai hubungan konsumsi kopi maupun asupan kalsium dengan kadar kolesterol masih menunjukkan hasil yang beragam. Krispila *et al.* (2022) melaporkan bahwa konsumsi kopi berhubungan dengan peningkatan kadar kolesterol, sedangkan Ary Astuti *et al.* (2025) menemukan tidak terdapat perbedaan kadar kolesterol total antara kelompok pengonsumsi kopi dan bukan

pengonsumsi kopi. Di sisi lain, Astuti *et al.* (2023) menunjukkan bahwa semakin tinggi asupan kalsium maka semakin rendah kadar kolesterol darah. Perbedaan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa hubungan kedua faktor tersebut dengan kadar kolesterol masih memerlukan kajian lebih lanjut.

Sebagian besar penelitian sebelumnya hanya mengkaji hubungan konsumsi kopi atau asupan kalsium secara terpisah. Penelitian yang menganalisis kedua faktor tersebut secara bersamaan pada penderita hiperkolesterolemia, khususnya di Puskesmas Kabupaten Jember, masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan kebiasaan minum kopi dan asupan kalsium terhadap kadar kolesterol total pada penderita hiperkolesterolemia di Puskesmas Kabupaten Jember. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi yang lebih komprehensif sebagai dasar penyusunan upaya pencegahan dan pengendalian hiperkolesterolemia.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan antara kebiasaan minum kopi dan asupan kalsium terhadap kadar kolesterol total pada penderit hiperkolesterolemia di Puskesmas Kabupaten Jember?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara kebiasaan minum kopi dan asupan kalsium dengan kadar kolesterol total pada penderita hiperkolesterolemia di Kabupaten Jember.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran karakteristik responden penderita hiperkolesterolemia di Kabupaten Jember
- b. Mengetahui gambaran kebiasaan konsumsi kopi pada penderita hiperkolesterolemia di Kabupaten Jember.

- c. Mengetahui gambaran asupan kalsium pada penderita hiperkolesterolemia di Kabupaten Jember.
- d. Mengetahui gambaran kadar kolesterol total pada penderita hiperkolesterolemia di Kabupaten Jember
- e. Menganalisis hubungan antara kebiasaan konsumsi kopi dengan kadar kolesterol total pada penderita hiperkolesterolemia di Kabupaten Jember.
- f. Menganalisis hubungan antara asupan kalsium dengan kadar kolesterol total pada penderita hiperkolesterolemia di Kabupaten Jember.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti

Peneliti dapat memperoleh data terkait kebiasaan minum kopi dan asupan kalsium, serta kadar kolesterol total dalam darah pada penderita hiperkolesterolemia di Kabupaten Jember.

1.4.2 Manfaat Bagi Politeknik Negeri Jember

Dapat menambah sumber referensi di bidang gizi klinik terkait faktor yang berpengaruh terhadap kadar kolesterol total untuk penelitian selanjutnya dengan variabel yang lebih luas serta detail.

1.4.3 Manfaat Bagi Puskesmas

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan data terbaru yang dapat dijadikan sebagai dasar dalam perencanaan program promotif dan preventif, serta digunakan sebagai bahan evaluasi dan pengembangan layanan kesehatan, khususnya dalam pengelolaan penyakit tidak menular, terutama hiperkolesterolemia.