

## **HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS**

**Saya, Novia Calista, NIM: 405150161**

**Dengan ini menyatakan, menjamin bahwa skripsi yang diserahkan kepada Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, berjudul Hubungan Konsumsi Kopi Dengan Ansietas pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2016 merupakan hasil karya sendiri, semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar dan tidak melanggar ketentuan plagiarisme dan otoplagiarisme.**

**Saya menyatakan memahami adanya larangan plagiarisme dan otoplagiarisme dan dapat menerima segala konsekuensi jika melakukan pelanggaran menurut ketentuan peraturan perundang-undangan dan peraturan lain yang berlaku di lingkungan Universitas Tarumanagara.**

**Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun.**

**Jakarta, 15 Januari 2018**

**Novia Calista  
405150161**

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh

Nama : Novia Calista

NIM : 405150161

Program Studi : Kedokteran

Judul Skripsi : Hubungan Konsumsi Kopi Dengan Ansietas pada Mahasiswa  
Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2016

**Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran (S. Ked) pada Program Studi Sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara.**

### DEWAN PENGUJI

Pembimbing : Dr. dr. Noer Saelan Tadjudin, Sp.KJ. (.....)

Ketua Sidang : Dr. dr. Arlends Chris, M.Si. (.....)

Penguji 1 : dr. Ernawati, SE., MS., FISCM., FISPH., PKK., Sp.DLP.  
(.....)

Penguji 2 : Dr. dr. Noer Saelan Tadjudin, Sp.KJ. (.....)

### Mengetahui,

Dekan : Dr. dr. Meilani Kumala, MS, Sp.GK(K) (.....)

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal : 15 Januari 2019

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Allah SWT akhirnya dapat menyelesaikan skripsi dengan baik. Skripsi ini merupakan prasyarat agar dapat dinyatakan lulus sebagai Sarjana Kedokteran. Selama proses pendidikan mulai dari awal hingga akhir, banyak sekali pengalaman yang didapatkan oleh penulis untuk berkarir sebagai dokter di kemudian hari.

Selama proses penyusunan skripsi ini penulis mengalami keterbatasan dalam mengerjakan penelitian. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada beberapa pihak yang telah mendukung keberhasilan penyusunan skripsi ini.

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada:

1. dr. Noer Saelan Tadjudin, Sp.KJ. selaku dosen pembimbing skripsi yang telah banyak memberi perhatian, bimbingan petunjuk dan dorongan dalam penulisan skripsi ini.
2. Dr. dr. Meilani Kumala, MS, Sp.GK(K) selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta.
3. dr. Dewi Indah Lestari, MKK selaku dosen Pembimbing Akademik.
4. Orang tua, bapak Thalib dan ibu Melda beserta keluarga yang selalu mendukung dan memotivasi.
5. dr. Yurike Aprina, Jessica Leticia, Adela Calista, Jenny Calista, dan Keyla Calista selaku saudara penulis yang selalu direpotkan dan kurang diprioritaskan lagi selama proses pembuatan skripsi.
6. Cessy Christy yang membantu penulis dalam mengajarkan operasi program SPSS dan membantu proses *grammar* pada skripsi ini.
7. Pute Ayu Misilawaty dan Ika Damayanti yang memberikan penulis perhatian dan bantuan dalam proses pengambilan data.
8. Novitasari, Angeline Vincentia, dan Vincent Vandestyo sahabat terbaik penulis yang selalu memberikan saran dan dukungan terbaik untuk penelitian ini.
9. Werry, Diondi Dinata, Yolanda Cindy Claudia, Hana Natasya, Michael Yaputra, Darwin, dr. Yoel Purnama, dan Felix Jayanto yang merupakan

teman-teman dekat penulis dan selalu memberikan semangat hingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.

10. Sinar Garuda fotokopi yang berjasa dalam pembuatan dari proposal, skripsi, dan sampai menjadi buku hijau.
11. Semua pihak terkait yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu disini yang telah ikut membantu sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, semoga Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan dan ketulusan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan.

Jakarta, 7 Desember 2018

Penulis

## **HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Novia Calista

NIM : 405150161

Program Studi : Kedokteran

Fakultas : Kedokteran

Jenis Karya : Skripsi

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memublikasikan karya ilmiah saya yang berjudul:

**“Hubungan Konsumsi Kopi dengan Ansietas pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2016”** serta mencantumkan nama Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 15 Januari 2019

Yang menyatakan,

Novia Calista

405150161

## **ABSTRACT**

*Coffee is one of the source of caffeine in beverages which is widely used by students as stimulant to reduce the academic stress. Caffeine as a psychoactive substance may cause anxiety in a certain amount. Therefore, it is necessary to conduct a research of the prevalence and relationship between coffee consumption and anxiety among medical students of Tarumanagara University. The objectives of this study are to assess the prevalence and relationship of coffee consumption coffee and anxiety. This research was a cross-sectional study using observational analytic method. The sample were medical student of Tarumanagara University between the age 17-23 years old and were selected randomly. Data collection was done through coffee and DASS-42 questionnaires. 96 samples were obtained. The result of each questionnaires was analyzed by chi-square test using analysis statistic software. The result showed that 32 people (53,5%) who consumed moderate to high coffee (>250 mg caffeine) have anxiety, while 28 people (24,7%) did not experienced anxiety. Whereas in 10 people (27,8%) who consumed low coffee ( $\leq$ 250 mg caffeine) experienced anxiety and 26 people (76,2%) did not experienced anxiety. P-value obtained 0,026. The conclusion of this research is that there is a relationship between consumption coffee with anxiety.*

*Keywords: Coffee, Caffeine, Anxiety, Students*

## ABSTRAK

Kopi merupakan salah satu sumber kafein yang banyak digunakan mahasiswa sebagai stimulan untuk mengurangi stres akademik. Kafein sebagai zat psikoaktif dapat menyebabkan ansietas pada jumlah tertentu. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian tentang hubungan konsumsi kopi berkafein dengan ansietas pada mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui prevalensi pengonsumsi kopi dan ansietas. Serta mencari hubungan antara konsumsi kopi dengan ansietas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kedokteran Universitas Tarumanagara. Penelitian ini menggunakan metode analitik observasional dengan studi *cross-sectional* ini melakukan pemilihan sampel secara acak kepada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara dan didapatkan 96 responden dengan rentang usia 17-23. Subjek diminta mengisi kuesioner berupa kuesioner kopi dan Kuesioner DASS-42. Hasil kuesioner di analisis menggunakan software analisis statistik dengan uji chi square. Ditemukan pengonsumsi kopi sedang-berat (>250 mg kafein) 32 orang (53,3%) mengalami ansietas dan 28 orang (24,7%) tidak mengalami ansietas. Sedangkan pengonsumsi kopi ringan ( $\leq$ 250 mg kafein) 10 orang (27,8%) mengalami ansietas dan 26 orang (76,2%) tidak mengalami ansietas. Didapatkan hasil *p-value* 0,026. Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan konsumsi kopi dengan ansietas.

Kata – kata kunci: Kopi, Kafein, Ansietas, Mahasiswa

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	vi
ABSTRACK.....	vii
ABSTRAK.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABLE.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR SINGKATAN .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
<b>1. PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	2
1.3 Hipotesis Penelitian.....	2
1.4 Tujuan Penelitian.....	2
1.4.1 Tujuan Umum.....	2
1.4.2 Tujuan Khusus.....	3
1.5 Manfaat Penelitian.....	3
1.5.1 Manfaat Bagi Ilmu Pengetahuan .....	3
1.5.2 Manfaat Bagi Peneliti .....	3
<b>2. TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>4</b>
2.1 Penelusuran Literatur .....	4
2.1.1. Kopi.....	4
2.1.2. Senyawa Kimia pada Biji Kopi.....	4
2.1.2.1 Senyawa Volatil .....	4
2.1.2.2 Senyawa Non-volatil.....	4
2.1.3. Kafein .....	5
2.1.4. Absorpsi dan Mekanisme Kafein di Gastrointestinal.....	5
2.1.5. Hubungan Kafein dengan Ansietas pada Mahasiswa .....	6
2.1.6. Ansietas .....	8
2.1.6.1 Gangguan Panik ( <i>panic disorder</i> ).....	8
2.1.6.2 Gangguan Kecemasan Umum ( <i>generalized anxiety disorder</i> ).....	9
2.1.6.3 Gangguan Ansietas Fobik.....	10
2.1.6.4 Gangguan Kecemasan Sosial ( <i>social anxiety disorder</i> ) .....	10
2.1.7. Pusat Pengatur Kecemasan .....	10
2.1.8. Penyebab Gangguan Kecemasan .....	11
2.1.9. Diagnosis Ansietas.....	11
2.1.9.1 Gangguan Panik.....	11
2.1.9.2 Gangguan Kecemasan Umum/Menyeluruh.....	12
2.1.9.3 Gangguan Kecemasan Sosial.....	12



2.1.10. Akibat dari Ansietas.....	12
2.1.11. Cara Mengukur Kecemasan.....	12
2.1.12. Interpretasi kuesioner DASS .....	13
2.2 Kerangka Teori .....	14
2.3 Kerangka Konsep.....	15
3. <b>METODOLOGI PENELITIAN</b> .....	16
3.1 Desain Penelitian .....	16
3.2 Tempat Dan Waktu Penelitian .....	16
3.2.1 Tempat Penelitian .....	16
3.2.2 Waktu Penelitian .....	16
3.3 Populasi Dan Sampel Penelitian .....	16
3.3.1 Populasi Target .....	16
3.3.2 Populasi Terjangkau .....	16
3.3.3 Sampel Penelitian .....	16
3.4 Perkiraan Besar Sampel .....	17
3.5 Kriteria Inklusi Dan Eksklusi .....	18
3.5.1 Kriteria Inklusi .....	18
3.5.2 Kriteria Eksklusi .....	18
3.6 Prosedur Kerja Penelitian .....	18
3.7 Variabel Penelitian.....	18
3.7.1 Variabel Bebas.....	18
3.7.2 Variabel Tergantung .....	18
3.8 Definisi Operasional .....	19
3.9 Pengumpulan Data .....	19
3.9.1 Tahap Persiapan.....	19
3.9.2 Tahap Pelaksanaan .....	20
3.10 Analisa Data .....	20
3.11 Alur Penelitian.....	20
4. <b>HASIL PENELITIAN</b> .....	21
4.1 Karakteristik Responden.....	21
4.2 Kuesioner Kopi dan DASS-42 .....	22
4.2.1 Hasil Kuesioner Kopi .....	22
4.2.2 Hasil Kuesioner DASS-42.....	23
4.3 Hasil Data Bivariat .....	24
5. <b>PEMBAHASAN</b> .....	26
5.1 Temuan Penelitian .....	26
5.1.1 Karakteristik Subjek Penelitian .....	26
5.1.2 Hubungan Konsumsi Kopi dengan Ansietas .....	26
5.2 Keterbatasan Penelitian .....	28
5.2.1 Jenis Sampel Penelitian .....	28
5.2.1 Bias Perancu .....	28
5.2.2 Bias Informasi .....	28
6. <b>KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....	29
6.1 Kesimpulan.....	29
6.2 Saran .....	30
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	31
<b>LAMPIRAN</b> .....	34

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1.11	Interpretasi Hasil Kuesioner DASS-42.....	13
Tabel 4.1	Karakteristik Responden .....	21
Tabel 4.2.1	Hasil Kuesioner Kopi .....	22
Tabel 4.2.2	Hasil Kuesioner DASS-42.....	23
Tabel 4.3	Hubungan Konsumsi Kopi dengan Ansietas.....	24

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1.5	Diagram Paparan Kafein dengan Respon Ansietas .....	7
Gambar 2.2	Kerangka teori .....	14
Gambar 2.3.	Kerangka konsep .....	15
Gambar 3.1.	Alur Penelitian Hubungan Konsumsi Kopi dengan Ansietas pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2016.....	20

## DAFTAR SINGKATAN

ARAS	<i>Body Mass Index</i>
BDNF	<i>Brain Derived Neurotrophic Factor</i>
BSI	<i>Brief Symptom Inventory</i>
CYP450	<i>Cytochrome P450 Oksidase</i>
DASS-42	<i>Depression Anxiety Stress Scale-42</i>
DSM	<i>Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders</i>
GABA	<i>Gamma-aminobutyric Acid</i>
LC	<i>Locus Coeruleus</i>
LOEL	<i>Lowest Observed Effect Level</i>
MAPSS	<i>Mood, Alertness, and Physical Sensations</i>
MSN	<i>Medium Spiny Neuron</i>
NOEL	<i>No Observed Effect Level</i>
PET	<i>Positron Emission Tomography</i>
PPDGJ	<i>Pedoman Penggolongan dan Diagnosis Gangguan Jiwa</i>
TMN	<i>Tuberomamillary Nucleus</i>
VmPFC	<i>Ventromedial Prefrontal Cortex</i>
WHO	<i>World Health Organization</i>

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 <i>Informed Consent</i> .....	34
Lampiran 2 Kuesioner Kopi.....	35
Lampiran 3 Kuesioner DASS-42 .....	38
Lampiran 4 Surat Ijin Penelitian .....	42
Lampiran 5 Daftar Riwayat Hidup.....	43