

**PENGARUH KONSUMSI KOPI TERHADAP FREKUENSI
DEFEKASI PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA**

KARYA TULIS ILMIAH

Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran di
Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana



Disusun Oleh :

Maldin Perdana

41170138

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA
YOGYAKARTA**

2024

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
SKRIPSI/TESIS/DISERTASI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Kristen Duta Wacana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Maldin Perdana
NIM : 41170138
Program studi : Pendidikan Dokter
Fakultas : Kedokteran
Jenis Karya : Skripsi

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Kristen Duta Wacana **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*None-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**PENGARUH KONSUMSI KOPI TERHADAP FREKUENSI DEFEKASI PADA
MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN DUTA
WACANA**

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti/Noneksklusif ini Universitas Kristen Duta Wacana berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama kami sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta
Pada Tanggal : 4 Juli 2024

Yang menyatakan



(Maldin Perdana)

41170138

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi dengan judul

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP KEBUGARAN FISIK
SAAT PANDEMI MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA**

Telah diajukan dan dipertahankan oleh :

Maldin Perdana

41170138

dalam Ujian Skripsi Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran
Universitas Kristen Duta Wacana dan dinyatakan DITERIMA
untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada
tanggal 26 Juni 2024

Nama Dosen

Tanda Tangan

1. dr. Yustina Nuke Ardiyan, M.Biomed

(Dosen Pembimbing I)

2. dr. Oscar Gilang Purnajati, MHPE

(Dosen Pembimbing II)

3. dr. Lucas Nando Nugraha, M. Biomed

(Dosen Penguji)

Yogyakarta, 26 Juni 2024

Disahkan oleh :

Dekan,

Wakil Dekan Bidang I Akademik,



dr. The Maria Meiwati Widagdo, Ph.D

dr. Christiane Marlene Sooi, M.Biomed

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya menyatakan bahwa sesungguhnya skripsi dengan judul :

PENGARUH KONSUMSI KOPI TERHADAP FREKUENSI DEFEKASI PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA

Yang saya kerjakan untuk melengkapi sebagian syarat untuk menjadi Sarjana pada Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana Yogyakarta, adalah bukan hasil tiruan atau duplikasi dari karya pihak lain di Perguruan Tinggi atau instansi manapun, kecuali bagian yang sumber informasinya sudah dicantumkan sebagaimana mestinya.

Jika dikemudian hari didapati bahwa hasil skripsi ini adalah hasil plagiasi atau tiruan dari karya pihak lain, maka saya bersedia dikenai sanksi yakni pencabutan gelar saya.

Yogyakarta, 26 Juni 2024



(Maldin Perdana)

41170138

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
SKRIPSI/TESIS/DISERTASI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Kristen Duta Wacana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Maldin Perdana
NIM : 41170138
Program studi : Pendidikan Dokter
Fakultas : Kedokteran
Jenis Karya : Skripsi

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Kristen Duta Wacana **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*None-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**PENGARUH KONSUMSI KOPI TERHADAP FREKUENSI DEFEKASI PADA
MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN DUTA
WACANA**

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti/Noneksklusif ini Universitas Kristen Duta Wacana berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama kami sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta
Pada Tanggal : 4 Juli 2024

Yang menyatakan


(Maldin Perdana)

41170138

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas segala berkat dan Rahmat yang telah diberikan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan penulisan karya tulis ilmiah yang berjudul “Pengaruh Konsumsi Kopi Terhadap Frekuensi Defekasi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana” sebagai salah satu syarat yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran dari Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana Yogyakarta.

Selama proses pembuatan ada berbagai faktor hambatan yang penulis hadapi. Penulis juga menyadari bahwa keberhasilan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini tidak terlepas dari dukungan dan doa banyak pihak. Penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada seluruh pihak yang selama ini telah mendukung, menyemangati dan mendoakan penulis. Penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. dr. Yustina Nuke Ardiyan, M.Biomed selaku dosen pembimbing 1 yang senantiasa selalu meluangkan waktu untuk melakukan pertemuan bimbingan penelitian ini. Terima kasih atas saran, masukan, dan arahan selama ini yang sangat membantu dari awal hingga akhir penulisan karya tulis ilmiah.
2. dr. Oscar Gilang Purnajati, MHPE selaku dosen pembimbing 2 yang senantiasa selalu meluangkan waktu untuk melakukan bimbingan penelitian ini. Terima kasih atas masukan dan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan karya tulis ilmiah.
3. dr. Lucas Nando Nugraha, M. Biomed selaku dos yang selalu memberikan motivasi dan saran pada setiap pertemuan. Terima kasih atas masukan dan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan karya tulis ilmiah.
4. dr. MMA Dewi Lesari, M Biomed selaku dosen pembimbing akademik yang memberikan dukungan dan saran pada saat peneliti mengalami hambatan pada saat penulisan karya tulis ilmiah.
5. dr. The Maria Meiwati Widagdo, Ph.D. Selaku dekan Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana Yogyakarta.

6. Kedua orang tua saya yang saya sayangi dan cintai, dr. Fransiscus Abu Rajabto, Sp.B-KBD, MKM dan RR. Nuning Suryani. Terima kasih atas kasih, perhatian, semangat dan doanya selama ini sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan karya tulis ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa pada penyusunan karya tulis ilmiah ini masih terdapat banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan visaran yang dapat menyempurnakan karya tulis ilmiah ini sehingga dapat menambah wawasan dan manfaat bagi semua pihak. Penulis juga menyampaikan permohonan maaf dengan tulus apabila terdapat kesalahan atau hal lainnya yang tidak berkenan dalam proses penyusunan karya tulis ilmiah ini dan selama menjalani proses pendidikan.

Yogyakarta, 26 Juni 2024


Maldin Perdana

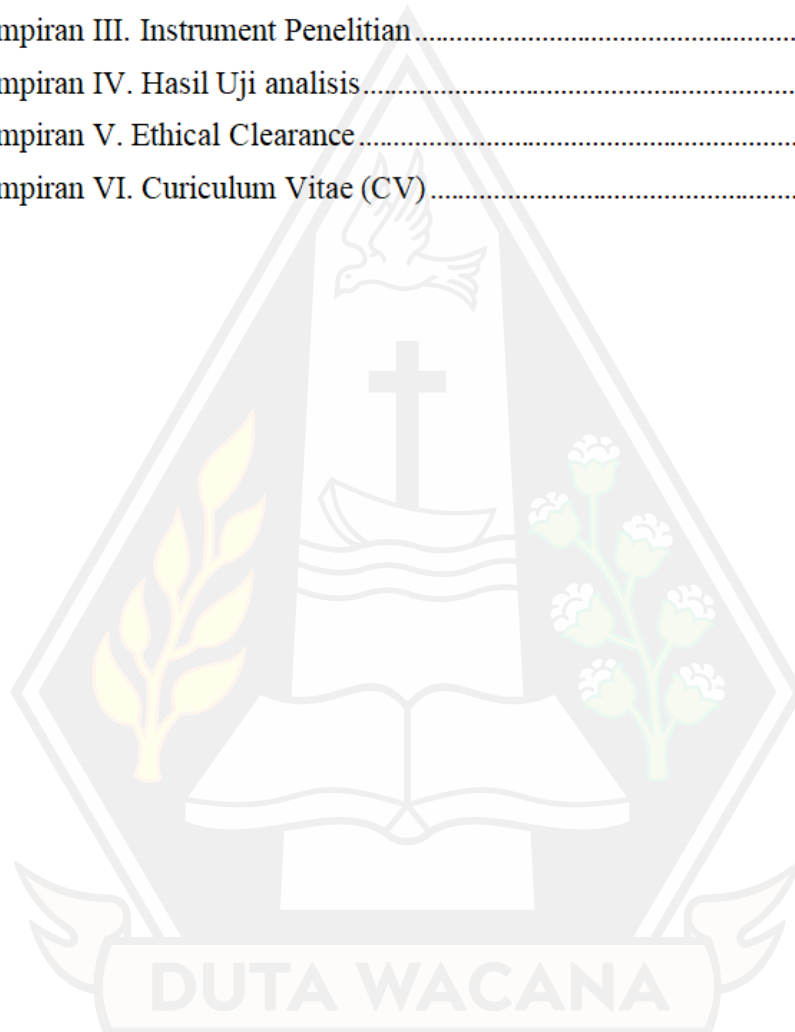
DUTA WACANA

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	i
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
ABSTRAK.....	x
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 LATAR BELAKANG.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	2
1.3 Tujuan Penelitian.....	2
1.3.1 Tujuan umum.....	2
1.3.2 Tujuan khusus.....	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	3
1.4.1 Teoritis.....	3
1.4.2 Praktis.....	3
1.5 Keaslian Penelitian.....	3
BAB II.....	6
TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Kopi.....	6
2.1.1 Kandungan Kopi.....	6
2.1.2 Pengaruh Kafein Pada Tubuh.....	8
2.2 Defekasi.....	9
2.2.1 Frekuensi Defekasi.....	9
2.2.2 Fisiologi Defekasi.....	10
2.2.3 Gangguan Frekuensi Defekasi.....	14
2.2.4 Estimated Food Record.....	16
2.2.5 Bowel Diary.....	17
2.3 Pola Konsumsi Kopi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir.....	18
2.4 Landasan Teori.....	18

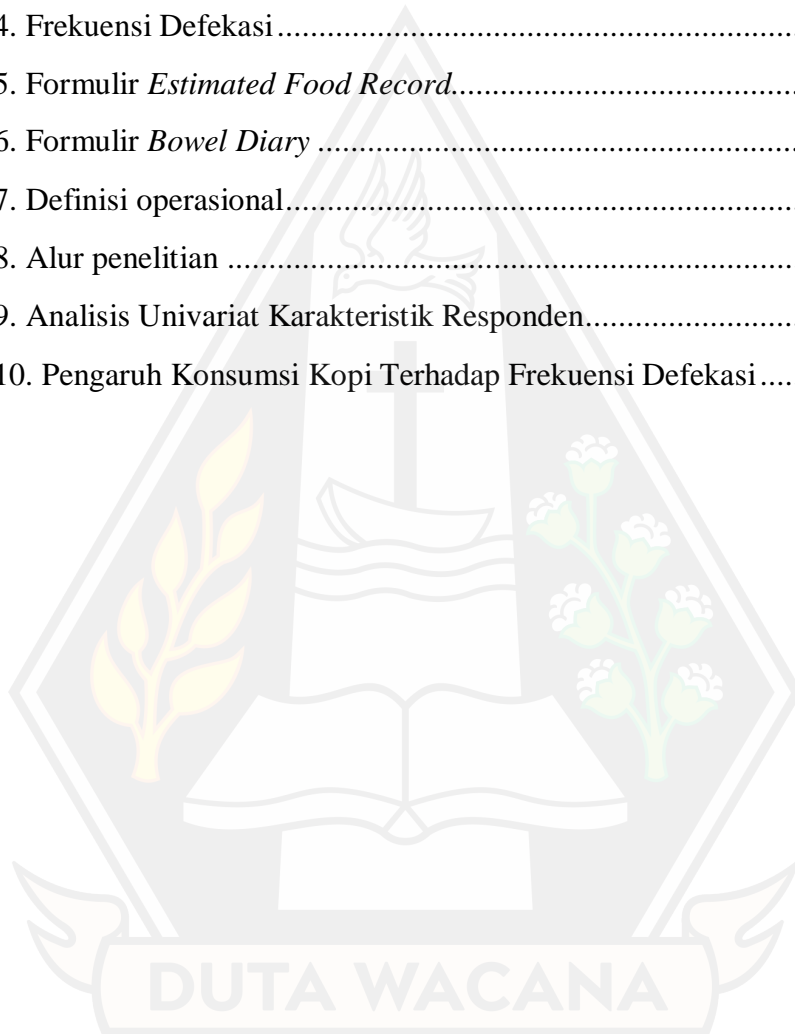
2.5 Kerangka Teori	20
2.6 Kerangka Konsep	21
2.7 Hipotesis	22
BAB III	23
METODE PENELITIAN	23
3.1 Desain Penelitian	23
3.2 Tempat dan waktu penelitian	23
3.3 Populasi dan sampling	23
3.3.1 Kriteria inklusi	23
3.3.2 Kriteria eksklusi	24
3.3.3 Sampling	24
3.4 Variabel penelitian dan definisi operasional	24
3.4.1 Variabel penelitian	24
3.5. Jumlah sampel	28
3.5 Bahan dan alat	29
3.6 Prosedur penelitian	29
3.7 Analisis data	30
3.8 Etika penelitian	31
3.9 Alur penelitian	32
BAB IV	33
HASIL DAN PEMBAHASAN	33
4.1 Hasil Penelitian	33
4.1.1 Karakteristik Responden	33
4.1.2 Hasil pengaruh kopi terhadap frekuensi defekasi	35
4.2 Pembahasan	36
4.2.1 Variabel Tingkat Konsumsi Kopi	36
4.2.2 Variabel Frekuensi Defekasi	37
4.2.3 Konsistensi Feses	37
4.2.4 Pengaruh Konsumsi Kopi Terhadap Frekuensi Defekasi	38
4.3 Keterbatasan Penelitian	42
BAB V	43
5.1 Kesimpulan	43

5.2 Saran	43
5.2.1 Bagi peneliti Selanjutnya	43
DAFTAR PUSTAKA	44
LAMPIRAN	48
Lampiran I. Lembar Informasi Subjek	48
Lampiran II. Lembar Pernyataan informed Consent	52
Lampiran III. Instrument Penelitian	54
Lampiran IV. Hasil Uji analisis	56
Lampiran V. Ethical Clearance	57
Lampiran VI. Curriculum Vitae (CV)	58



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Penelitian mengenai pengaruh konsumsi kopi pada defekasi.....	4
Tabel 2. Perbedaan kandungan kafein, trigonelin, asam klorogenik pada kopi hijau	7
Tabel 3. Perbedaan kandungan kafein dan trigonelin pada kopi robusta dan arabica	7
Tabel 4. Frekuensi Defekasi.....	9
Tabel 5. Formulir <i>Estimated Food Record</i>	24
Tabel 6. Formulir <i>Bowel Diary</i>	25
Tabel 7. Definisi operasional.....	25
Tabel 8. Alur penelitian	29
Tabel 9. Analisis Univariat Karakteristik Responden.....	34
Tabel 10. Pengaruh Konsumsi Kopi Terhadap Frekuensi Defekasi.....	36



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	20
Gambar 2. Kerangka Konsep	21
Gambar 3. Bristol Stool Scale	26
Gambar 4. Prosedur Penelitain	30



PENGARUH KONSUMSI KOPI TERHADAP FREKUENSI DEFEKASI PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA

¹Maldin Perdana, Yustina Nuke Ardiyan¹, Oscar Gilang Purnajati¹

¹*Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana*

Korespondensi : Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana, Jalan Dr.
Wahidin Sudirohusodo No. 5 - 25 Yogyakarta 55224, Indonesia
Telp : 0274-563929, Fax : 0274-513235, email :
penelitianfk@staff.ukdw.ac.id, website : <http://www.ukdw.ac.id>

ABSTRAK

Latar Belakang : Kopi merupakan minuman yang memiliki kadar kafein yang tinggi, pada golongan usia 18-24 tahun terjadi peningkatan jumlah konsumsi kopi menjadi 3,2 cangkir/hari. Kafein yang terkandung di dalam kopi memiliki efek terhadap frekuensi defekasi. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa adanya perbedaan hasil, dan peneliti ingin mengetahui pengaruh konsumsi kopi terhadap frekuensi defekasi pada mahasiswa Universitas Kristen Duta Wacana. Karena belum ada penelitian terkait pengaruh kopi terhadap frekuensi defekasi pada mahasiswa Universitas Kristen Duta Wacana.

Tujuan : Mengetahui hubungan antara pengaruh konsumsi kopi terhadap frekuensi defekasi pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana.

Metode Penelitian : Penelitian ini menggunakan desain penelitian potong lintang menggunakan data kuisioner pada mahasiswa fakultas kedokteran Angkatan 2020. Data yang telah dikumpulkan akan dianalisa secara analitik dengan menggunakan uji saphiro wilk terlebih dahulu, kemudian dilakukan uji bivariat menggunakan uji spearman.

Hasil Penelitian : Tingkat konsumsi kopi yang rendah 90% (37 orang), frekuensi defekasi normal 95% (39 orang). Hasil uji spearman mendapatkan nilai $p=0,762$; $p>0,05$ dan nilai korelasi koefisien 0,049. Nilai $p>0,05$ berarti tidak signifikan, sehingga didapatkan bahwa konsumsi kopi tidak mempunyai korelasi dengan frekuensi defekasi. Nilai korelasi koefisien 0,049 berarti bahwa tingkat korelasinya yang sangat lemah dan memiliki arah hubungan yang positif.

Kesimpulan : Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan bahwa tidak ada korelasi antara konsumsi kopi dan frekuensi defekasi pada mahasiswa Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana.

Kata Kunci : Konsumsi Kopi, Kafein, Frekuensi Defekasi, Konstipasi, Diare

EFFECT OF COFFEE CONSUMPTION ON DEFECATION FREQUENCY IN
MEDICAL FACULTY STUDENTS AT UNIVERSITAS KRISTEN DUTA
WACANA

¹Maldin Perdana, Yustina Nuke Ardiyan¹, Oscar Gilang Purnajati¹

¹*Medical Faculty of Universitas Kristen Duta Wacana*

Correspondence : Medical Faculty of Duta Wacana Christian University, dr. Wahidin
Sudirohusodo street number 5 – 25, Yogyakarta, 55224, Indonesia.

Telp : 0274-563929, Fax : 0274-513235, email : penelitianfk@staff.ukdw.ac.id,
website : <http://www.ukdw.ac.id>

ABSTRAK

Background : There has been an increase in the number of coffee drinkers in Indonesia by 6%. In the 18-24 age group, there was an increase in the amount of coffee consumed to 3.2 cups/day. The caffeine contained in caffeine has an effect on the frequency of defecation. Several studies show that coffee consumption has an effect on defecation frequency. Some researchs showed that there was still some different on the results, and the researcher want to know about the effect of coffee consumption on defecation frequency in medical students of Duta Wacana Christian University. And there was no one that did research about coffee consumption on defecation frequency in medical students of Duta Wacana Christian.

Objective : To determine the relationship between the effect of coffee consumption on defecation frequency in medical faculty students at Duta Wacana Christian University.

Methods : This researcher was used a cross sectional research design using questionnaire data on medical students of 2020. data that has been collected will be analyzed analytical. And using saphiro wilk to determine the normality of the data, and then using spearman test to determined the p value.

Results : Low level of coffee consumption was 90% (37 people), normal defecated frequency was 95 % (39 people). The Spearman test obtained a value of $p=0.762$; $p=>0.05$, it's mean that consumed of coffee has no correlation with defecated frequency.

Conclusion : Based on the results of research that has been conducted, it was found that there was no correlation between consumed coffee and defecated frequency in Medical students at Duta Wacana Christian University.

Keyword : Coffee consumption, Caffeine, Defecation Frequency, Constipation, Diarrhea.

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 LATAR BELAKANG

Kebanyakan populasi di dunia mengonsumsi minuman yang memiliki kadar kafein yang tinggi, karena itulah kopi dijadikan sebagai salah satu minuman sumber kafein (Cornelis, 2019). Menurut *International Coffee Organization* tercatat bahwa terjadi peningkatan pertumbuhan peminum kopi di Indonesia sebesar dari 8%, angka ini sedikit lebih banyak dari peningkatan pertumbuhan peminum kopi secara global yang hanya meningkat sebesar 6%. Peningkatan peminum kopi ini yang kemudian mendorong banyaknya *coffee shop* di berbagai kawasan seperti kampus, perkantoran, dan area perumahan (Assegaf, Tseng, & Mamlukah, 2021). Menurut *National Coffee Association* dari Amerika mengungkapkan terjadinya peningkatan konsumsi kopi pada golongan usia 18-24 tahun, dari rata-rata 2,7 cangkir/hari menjadi 3,2 cangkir/hari (Assegaf, Tseng, & Mamlukah, 2021)

Kafein yang terkandung di dalam kopi memiliki beberapa efek negatif dan efek positif, pada konsumsi kafein dengan kadar rendah sebanyak 100 mg membantu efek kognitif seperti meningkatkan kewaspadaan, dan perhatian yang sebelumnya menurun karena kurangnya waktu tidur. Konsumsi kafein secara berlebihan dapat mengganggu pola tidur, dan menyebabkan kantuk pada siang hari (Purdiani, 2014). Kafein juga mempengaruhi kerja pada sistem saraf

parasimpatis (Surma, 2021). Efek saraf parasimpatis menyebabkan peristaltik usus meningkat (Sherwood, 2014).

Masih terdapat perbedaan pada penelitian-penelitian sebelumnya. Pada suatu penelitian disebutkan bahwa kafein memiliki dampak diuresis sehingga menyebabkan terjadinya konstipasi (Koochakpoor *et al*, 2021), sedangkan pada penelitian lain menunjukkan hasil kafein tidak meningkatkan frekuensi defekasi (Hutasuhut, 2018).

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas masih terdapat ketidaksamaan hasil penelitian, maka peneliti ingin mengetahui pengaruh konsumsi kopi terhadap frekuensi defekasi pada mahasiswa Universitas Kristen Duta Wacana. Karena belum ada penelitian terkait pengaruh kopi terhadap frekuensi defekasi pada mahasiswa Universitas Kristen Duta Wacana dan trend yang berkembang saat ini bahwa mahasiswa cenderung mengkonsumsi kopi, maka penelitian ini penting untuk dilakukan.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan antara pengaruh konsumsi kopi terhadap frekuensi defekasi pada mahasiswa Universitas Kristen Duta Wacana ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Mengetahui hubungan antara pengaruh konsumsi kopi terhadap frekuensi defekasi pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana ?

1.3.2 Tujuan khusus

- a. Untuk mengetahui konsumsi kopi harian pada mahasiswa.
- b. Untuk mengetahui jumlah konsumsi kopi yang dapat berakibat pada frekuensi defekasi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Teoritis

Melalui penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan pengetahuan bagi sejawat maupun peneliti lain yang ingin melakukan penelitian yang serupa.

1.4.2 Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi tambahan informasi kepada masyarakat untuk lebih memperhatikan konsumsi kopi.

1.5 Keaslian Penelitian

Dari daftar karya ilmiah dari Universitas Kristen Duta Wacana, peneliti tidak menemukan penelitian dengan judul yang sama. Peneliti kemudian melakukan pencarian artikel penelitian yang relevan dengan penelitian yang akan dilakukan. Artikel penelitian dicari melalui (<https://scholar.google.com/>) dari tahun 2014 – 2023 dengan hasil sebagai berikut :

1. “Kafein dan Defekasi” ditemukan 476 artikel
2. “ *Coffee and Colon Motility* “ ditemukan 7.430 artikel
3. “*coffee irritable bowel syndrome*” ditemukan 13.500 artikel

Menghasilkan beberapa artikel penelitian terdahulu yang menyerupai penelitian yang akan dilakukan, kemudian penelitian yang serupa disajikan dalam 1 tabel berikut :

Tabel 1. Penelitian mengenai pengaruh konsumsi kopi pada defekasi

Peneliti, Tahun	Judul penelitian	Desain, Populasi, Variabel, Metode ukur	Hasil penelitian
Nurfitria, 2018	Hubungan Asupan Serat, Cairan dan Kafein dengan Frekuensi BAB pada Remaja di SMPN 1 Teras Boyolali	Desain : <i>cross sectional</i> Populasi : 51 orang siswa SMPN Boyolali Variabel : Asupan serat, Asupan cairan, Asupan kafein, Frekuensi BAB Metode ukur : Wawancara	44 siswa (86,7%) mempunyai asupan kafein yang cukup, 43 siswa (84,3%) mengalami frekuensi defekasi yang normal
Hutasuhut, 2018	Hubungan Asupan Kafein dengan Pola Defekasi Pada Mahasiswa Universitas Brawwijaya Malang	Desain : <i>cross sectional</i> Populasi : 70 orang mahasiswa Universitas Brawijaya Malang Variabel : Pola defekasi, Asupan kopi Metode ukur : <i>Form Weight Food Record, Form Stool Diary, Bristol Stool Chart</i>	67 mahasiswa (95,7%) mempunyai asupan kafein dengan dosis ringan, 68 mahasiswa (97,1%) mengalami frekuensi defekasi yang normal
Koochakpoor et al, 2021	<i>Association of Coffee and Caffeine Intake With Irritable Bowel Syndrome in Adults</i>	Desain : <i>cross sectional</i> Populasi : 3.362 orang iran dewasa Variabel : Konsumsi Kopi, Konsumsi kafein, keparahan <i>irritable bowel syndrome</i> Metode ukur : <i>semi-quantitative food frequency questionnaire (DS-FFQ)</i>	1122 orang dewasa (33,37%) Mempunyai asupan kafein dengan dosis tinggi, 1122 orang dewasa (33,37) mengalami konstipasi

Nehlig <i>et al</i> , 2022	<i>Effects of Coffee on the Gastro- Intestinal Tract: A Narrative Review and Literature Update</i>	Desain : <i>narrative literatur</i> review Populasi : 196 pustaka	Beberapa penelitian menyatakan bahwa konsumsi kopi tidak berhubungan dengan frekuensi defekasi, sedangkan Sebagian lainnya menyatakan bahwa konsumsi kopi berhubungan dengan frekuensi defekasi
-------------------------------	--	---	--



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan bahwa tidak ada korelasi antara konsumsi kopi dan frekuensi defekasi pada mahasiswa Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi peneliti Selanjutnya

1. Membatasi untuk hanya mengonsumsi pada 1 jenis minuman kopi yang sama
2. Memberikan 1 jenis minuman kopi yang sama dan diberikan dengan jumlah yang sama kepada seluruh responden
3. Menggunakan populasi yang lebih besar dengan melibatkan beberapa institusi lain
4. Jenis makanan dan minuman yang dikonsumsi oleh subjek penelitian harus dibatasi yang boleh dan tidak boleh dimakan
5. Menambahkan variabel konsumsi air mineral, konsumsi serat dan aktivitas fisik untuk dapat membandingkan hasilnya dan untuk melihat hasil dengan lebih rinci
6. Membatasi jumlah maksimal pada makanan dan minuman yang dikonsumsi oleh subjek penelitian
7. Pengamatan dengan durasi selama 2 minggu

DAFTAR PUSTAKA

Assegaf, H. H., Tseng, S., Mamlukah, M. (2021). Korelasi antara konsumsi kopi dengan tekanan dan gula darah, imt, Hb, lama tidur dan screen time barista di kabupaten Majalengka tahun 2021. *Journal of Public Health Innovation*, 1(2), 160–170.

Barret, K. E., Barman S. M., Boitano, S., Brooks, H. L. (2016). *Ganong's review of medical physiology Edisi 25*. New York: McGraw-Hill.

Blake, M. R., Raker, J. M., Whelan, K. (2016). Validity and reliability of the Bristol Stool Form Scale in healthy adults and patients with diarrhoea-predominant irritable bowel syndrome. *44(7):693-703*.

Camilleri, M., Rothman, M., Etropolski, M. (2010). Validation of a Bowel Function Diary for Assessing Opioid-Induced Constipation. *The American Journal of Gastroenterology*. 106(3):497-506

Cornelis, M. C. (2019). The Impact of Caffeine and Coffee on Human Health. *11(2):416*.

Chinnock, A. (2006) Validation of an estimated food record. *Public Health Nutrition* 9: 934–941

Choung, R. S., Locke, G. R., Zinsmeister, A. R., Schlek, C. D., Talley, N. J. Epidemiology of slow and fast colonic transit using a scale of stool form in a community. *26(7):1043-1050*.

Crozier, T. W. M., Stalmach, A., Lean, M. E. J. (2012) Espresso coffees, caffeine and chlorogenic acid intake: potential health implications. *Food & Function*. 3(1):30-33.

Drancourt, M. (2017). Acute Diarrhea. 335-340.

FAO. (2018). *Dietary Assessment: A resource guide to method selection and application in low resource settings*. Rome.

Feng, M. G., Navar, L. G. (2010). Afferent arteriolar vasodilator effect of adenosine predominantly involves adenosine A2B receptor activation. *American journal of physiology*. 299(2):310-315.

Foorotan, M., Bageri, N., Darvishi, M.. (2018). Chronic Constipation. *J Medicine*. 97:20.

Gibson, R. S., Wawer, A. A., Fairweather-Tait, S. J., Hurst, R., Young, S D., Broadley, M. R., Chilimba, A. D., Ander, E. L., Watts, M. J., Kalimbira, A. (2015). Dietary iron intakes based on food composition data may underestimate the contribution of potentially exchangeable contaminant iron from soil. *Journal of Food Composition and Analysis*. 40: 19–23.

Hall, John E. (2016). *Guyton and Hall: Textbook of Medical Physiology Edisi 13*. Philadelphia: Elsevier.

Hutasuhut, A. V. (2018). Hubungan Asupan Kafein Dengan Pola Defekasi Pada Mahasiswa Universitas Brawijaya Malang. *Brawijaya Knowledge Garden*.

Jangid, V., Godhia, M., Sanwalka, N., Shukla, Akash. (2016). Water Intake, Dietary Fibre, Defecatory Habits and its Association with Chronic Functional Constipation. *4(2):90-95*.

Kang, Y., Yan, J. (2024). Exploring the connection between caffeine intake and constipation: a cross-sectional study using national health and nutrition examination survey data. *24:3*.

Komeno, Y., Kuchiki, T., Onodera, Y., Machida, U. (2023). Defecation Habits in Preschoolers Are Associated with Physical Activity: A Cross-Sectional and Isotemporal Substitution Analysis. *10(6):951*.

Koochakpoor, G., Moghaddam, A. S., Keshteli, A. H., Esmailzadeh, A., Adibi, P. (2021). Association of Coffee and Caffeine Intake With Irritable Bowel Syndrome in Adults. *8: 632469*.

Kwon, H. J., Lim, J. H., Kang, D., Lim, S., Park, S. J., Kim, J. H. (2019). Is stool frequency associated with the richness and community composition of gut microbiota?. *17(3):419-426*.

Liveina., Artini, I. G. A. (2015). Pola Konsumsi Dan Efek Samping Minuman Mengandung Kafein Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *E-Jurnal Medika Udayana, 3(14):414-426*.

Loftfield, E., Freedman, N. D., Graubard, B. L., Guertin, K. A., Black, A., Huang, Y., Shebi, F. M., Sinha, R. (2015). Association of Coffee Consumption With Overall and Cause-Specific Mortality in a Large US Prospective Cohort Study. *American journal of epidemiology. 182(12):1010-1022*.

McKeown, N. M., Day, N. E., Welch, A. A., Runswick, S. A., Luben, R. N., Mulligan, A. A., McTaggart, A., Bingham, S. A. (2001) Use of biological markers to validate self-reported dietary intake in a random sample of the European Prospective Investigation into Cancer United Kingdom Norfolk cohort. *The American Journal of Clinical Nutrition. 74: 188–196*.

McRorie, J. W., Jr, McKeown, N. M. (2017) Understanding the Physics of Functional Fibers in the Gastrointestinal Tract: An Evidence-Based Approach to Resolving Enduring Misconceptions about Insoluble and Soluble Fiber. *J. Acad. Nutr. Diet. 117:251–264*.

Mitchel, D. C., Knight, C. A., Hockenberry, J., Teplansky, R., Hartman, T. J. (2014). Beverage Caffeine Intake In U.S. *63:136-142*

Naumann, J., Sadaghiani, C., Alt, F., Huber, R. (2016). Effects of Sulfate-Rich Mineral Water on Functional Constipation: A Double-Blind, Randomized, Placebo-Controlled Study. *Forsch Komplementmed. 23:356–363*.

Nehlig, A. (2022). Effects of Coffee on the Gastro-Intestinal Tract: A Narrative Review and Literature Update. 14(2):399

Nurfitria, U. A. (2018). Hubungan Asupan Serat, Cairan dan Kafein dengan Frekuensi BAB pada Remaja di SMPN 1 Teras Boyolali. Its Pku Repository.

Purdiani, M. (2014). Hubungan Penggunaan Minuman Berkafein Terhadap Pola Tidur dan Pengaruhnya Pada Tingkah Laku Mahasiswa/i Universitas Surabaya. 3(1).

Putri, P. A. (2022). Hubungan Pola Konsumsi Makanan Tinggi Kalori dan Kopi, Durasi Tidur, dan Tingkat Stress dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. Media Gizi Kesmas. 11(2):464-474.

Rafael, C., Canales, M. C., Hadchouel, Juliette. (2016). A new view of the role of WNK1 and WNK4 in the regulation of NaCl reabsorption and potassium secretion by the distal nephron. Med Sci (Paris). 32:274–280.

Rehm, C. D., Ratliff, J. C., Riedt, C. S., Drewnowski, A. (2020). Coffee Consumption among Adults in the United States by Demographic Variables and Purchase Location: Analyses of NHANES 2011-2016 Data. 12(8):2463.

Ricci, E., Noli, F., Cipriani, S., Vecchia I. L., Chiaffarino, F., Ferrari S., Mauri, P. A., Reschini M., Fedele L., Parazzini F. (2018). Maternal and Paternal Caffeine Intake and ART Outcomes in Couples Referring to an Italian Fertility Clinic: A Prospective Cohort. 10(8):1116.

Sherwood, L., Pendit, Brahm U. (2014). Fisiologi Manusia dari Sel ke Sistem Edisi 8. Jakarta: EGC.

Slavin, J. (2010). Cereal Chemistry. 87 : 292-296

Storz, M. A., Lombardo, M., Rizzo ,G., Müller, A, Lederer, A. K. (2022). Bowel Health in U.S. Shift Workers: Insights from a Cross-Sectional Study (NHANES). Int J Environ Res Public Health. 19(6):3334

Szilagyi, A., Ishayek, N. (2018). Lactose Intolerance, Dairy Avoidance, and Treatment Options. 10(12):1994

Sualeh, A., Tolessa, K., Mohammed, A. (2020). Biochemical composition of green and roasted coffee beans and their association with coffee quality from different districts of southwest Ethiopia. 6(12)

Surma, S., Oparil, S. 2021. Coffee and Arterial Hypertension. 23 : 38

Szilagyi, A., Ishayek, N. (2018). Lactose Intolerance, Dairy Avoidance, and Treatment Options. 10(12):1994

Vignoli, J. A., Viegas, M. C., Bassoli, D. G., Benassi, M. D. T. (2014). Roasting process affects differently the bioactive compounds and the antioxidant activity of arabica and robusta coffees. Food Research International. 61 : 279-285.

Walter, S. A., Kjellstrom, L., Nyhlin, H., Talley, N. J., Agreus, L. (2010) Assessment of normal bowel habits in the general adult population: the Popcol study. *Scand J Gastroenterol.* 45(5):556-66.

Yurtdaş, G., Acar-Tek, N., Akbulut, G., Cemali, Ö., Arslan, N., Beyaz Coşkun, A., Zengin, F. H. (2020). Risk Factors for Constipation in Adults: A Cross-Sectional Study. *Journal of the American College of Nutrition*, 39(8), 713–719.

Zhang, Y., Coca, A., Casa, D. J., Antonio, J., Green, J. M., Bishop, P. A. (2015). Caffeine and diuresis during rest and exercise: A meta-analysis. *Journal of science and medicine in sport*, 18(5), 569–574.

