

Intisari

Latar Belakang: Kopi adalah salah satu jenis minuman yang banyak dikonsumsi masyarakat secara luas. Remaja hingga dewasa muda yang didominasi mahasiswa diketahui lebih sering mengonsumsi kopi dibanding kelompok umur lainnya. Menjamurnya kedai kopi di kota menjadikan tempat tersebut sering dikunjungi Mahasiswa Fakultas Kedokteran yang memanfaatkan waktu dengan belajar sambil minum kopi untuk meningkatkan performa kerja, menjaga *mood*, dan mencegah kantuk. Sementara itu, kopi mengandung zat psikoaktif berupa kafein. Padahal konsumsi kafein dalam kopi yang berlebihan dapat menyebabkan ansietas. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian tentang hubungan konsumsi kopi dengan ansietas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui prevalensi ansietas serta mencari hubungan antara konsumsi kopi dengan kejadian ansietas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* pada 197 mahasiswa. Subjek penelitian secara *consecutive* diminta mengisi kuesioner berupa *Lie Minnesota Multiphasic Personality Inventory* (L-MMPI), kuesioner gaya hidup, dan *Taylor Manifest Anxiety Scale* (TMAS). Hasil kuesioner dianalisis menggunakan *software* SPSS versi 19 dengan uji *chi-square*.

Hasil: Ditemukan bahwa 36,5% dari mahasiswa ($n=197$) mengalami ansietas. Tidak terdapat perbedaan prevalensi ansietas yang signifikan antara kelompok yang mengonsumsi kopi melebihi ambang batas dengan kelompok yang mengonsumsi kopi tidak melebihi ambang batas ($p > 0,05$). Namun, faktor pola makan dan olahraga secara signifikan mempengaruhi kejadian ansietas.

Kata Kunci: Konsumsi kopi, Olahraga, Pola Makan, Organisasi, Ansietas, Prevalensi Ansietas, *Taylor Manifest Anxiety Scale*, TMAS, Mahasiswa Fakultas Kedokteran

Abstract

Background: Coffee is one of the beverages which is widely consumed by society. Adolescent and young adult, predominately by the students, consumed coffee more than any other age group. There are many coffee shops in the city, and they become the most frequent destination by medical students in order to enhance work performance, keep the mood, and prevent drowsiness during studying by drinking coffee. However, coffee contains psychoactive substances such as caffeine. Whereas, the excessive consumption of caffeine may precipitate anxiety. Therefore, it is necessary to conduct a study of the relationship between coffee consumption and anxiety occurrence among medical students of Gadjah Mada University

Objectives: The objectives of this study are to assess the prevalence of anxiety and identify the relationship between coffee consumption and anxiety occurrence in medical students of Gadjah Mada University.

Method: In this cross-sectional designed study, we evaluated 197 students consecutively. They were asked to fill out three questionnaires: Lie Minnesota Multiphasic Personality Inventory (L-MMPI), life-style questionnaire, and Taylor Manifest Anxiety Scale (TMAS). The result of this study was analyzed by chi-square test using SPSS version 19.0 for windows.

Result: It revealed that 36,5% of the students (n=197) suffered from anxiety. The anxiety prevalence between the two groups which are divided by the threshold of coffee consumption didn't vary significantly ($p > 0,05$). However, pattern of diet and exercise significantly influence the occurrence of anxiety.

Key Words: Coffee Consumption, Exercise, Pattern of Diet, Organization, Anxiety, Prevalence of Anxiety, Taylor Manifest Anxiety Scale, TMAS, Medical Student