



INTISARI

Latar Belakang: Konsumsi minuman energi pada mahasiswa sangat tinggi. Hal ini dipengaruhi oleh gencarnya promosi yang dilakukan oleh produsen minuman energi, lemahnya pengawasan terhadap minuman energi, pilihan minuman energi yang bervariasi, dan konsumsi minuman energi yang menjadi salah satu gaya hidup sehari-hari. Kandungan minuman energi diakui dapat meningkatkan energi, kewaspadaan dan performa fisik. Namun demikian kandungan kafein, taurin dan gula memiliki banyak efek samping. Efek samping yang dapat ditimbulkan antara lain insomnia, sakit kepala, gelisah, nyeri perut, hipertensi, takikardi, diuresis, natriuresis, kejang, kegemukan dan diabetes militus. Konsumsi minuman energi dipengaruhi oleh beberapa faktor. Salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku konsumsi minuman energi adalah pengetahuan.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan mahasiswa tentang efek samping minuman energi.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian non eksperimental dengan menggunakan analisis *cross sectional survey* menggunakan instrumen kuesioner dan wawancara mendalam.

Hasil: Dari penelitian didapatkan, sebagian besar mahasiswa pendidikan dokter angkatan 2012 memiliki tingkat pengetahuan yang cukup tentang efek samping minuman energi. Namun demikian tingkat aplikasi mahasiswa pendidikan dokter angkatan 2012 masih rendah.

Kesimpulan: Pengetahuan mahasiswa terhadap efek samping minuman energi tergolong cukup. Sedangkan pada aplikasi mahasiswa terhadap pengetahuan tentang efek samping minuman energi masih buruk.

Kata kunci: *tingkat pengetahuan, minuman energy, efek samping, konsumsi*



ABSTRACT

Background: The consumption of energy drinks among students is very high. This is influenced by the incessant promotion by manufacturers of energy drinks, weak oversight of energy drinks, wide variety of energy drinks consumption, and energy drinks consumption practice which becoming a lifestyle. The content of energy drinks are recognized to increase energy, alertness and physical performance. However, the content of caffeine, taurine and sugar have many side effects, include insomnia, headaches, nervousness, abdominal pain, hypertension, tachycardia, diuresis, natriuresis, convulsions, obesity and diabetes mellitus. Energy drinks consumption behavior is influenced by several factors. One of the factors that influence behavior of energy drinks consumption is knowledge.

Objective: This study aimed to determine the level of students' knowledge of the side effects of energy drinks.

Methods: This study is a non-experimental research by using descriptive cross sectional design with a questionnaire and in depth interview as the instruments.

Results: The research shows most students have enough knowledge about the side effects of energy drinks. However, the application of energy drinks consumption among students who have good knowledge is low.

Conclusion: Knowledge of students to the side effects of energy drinks is enough. While the students' application of knowledge about the side effects of energy drinks is bad.

Keywords: *knowledge, energy drinks, side effects, consumption*