

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Minuman suplemen berenergi bagi kesehatan untuk mengatasi kelelahan, sebagian besar masyarakat modern cenderung untuk menjatuhkan pilihan mudah dan murah yakni mengkonsumsi minuman penambah energi. Padahal dari segi keamanan dan manfaat terhadap kesehatan, masih banyak konsumen yang belum sepenuhnya sadar ataupun paham akan cara penggunaannya yang tepat, selain juga bahaya serta resiko yang ditimbulkannya (Komlim, 2012). Dan produk suplemen yang beredar disinyalir mengandung satu atau lebih bahan yang dapat menimbulkan resiko penyakit Gagal Ginjal kronik pada pengonsumsinya (Djarwoto, 2009).

Mengkonsumsi suplemen sudah menjadi gaya hidup modern tanpa mengenal batas usia. Banyak kesalahan dalam pemahaman khasiatnya. Suplemen tidak diperlukan selama yang bersangkutan menerapkan gizi seimbang. Asupan gizi yang paling bagus lewat makanan sehari-hari. Suplemen hanya diperlukan oleh berusia lanjut, orang sakit, kurang gizi, atau yang memiliki kelaianan tertentu, seperti kelainan darah atau dalam metabolisme. Pemberian suplemen pun tidak boleh sembarangan. Konsumsi suplemen perlu diawasi oleh dokter. Mengkonsumsi suplemen harus hati-hati, terutama bagi para remaja yang masih dalam masa pertumbuhan dan sehat. Pengetahuan minuman suplemen berenergi yang jadi masalah adalah bawasanya minuman suplemen dianggap masyarakat sebagai penambah tenaga yang di butuhkan oleh tubuh kita (Fitria, 2008). Jika

tubuh mengalami kelelahan yang diperlukan adalah istirahat, bukan meminum minuman suplemen berenergi, sebab selain mengandung kafein dan karbohidrat, minuman itu yang mengandung taurin yang memblok kerja saraf sehingga memperlambat kerja saraf (Marlinda, 2008).

Menurut hasil berbagai survey minuman suplemen berenergi dikonsumsi oleh remaja sekitar 30-50% remaja dan dewasa muda. Di Amerika survey pada tahun 2007 dilaporkan sekitar 5448 orang mengalami overdosis kafein, 40% diantaranya 46% pada usia dibawah 19 tahun. Seringkali ditemukan kandungan kafein yang tinggi atau bahkan jumlahnya tidak diketahui, minuman ini dilaporkan oleh berbagai asosiasi kesehatan dunia mempunyai dampak kesehatan yang serius khususnya pada anak, remaja dan dewasa muda dengan gejala diabetes, kelainan jantung, gangguan emosi dan gangguan perilaku (Widodo, 2011).

Sedangkan di Indonesia, majalah SWA online memberitakan bahwasanya penjualan dari salah satu merek minuman suplemen berenergi pada tahun 2009 mencapai Rp268 miliar. Majalah tersebut juga memprediksi penjualan minuman berenergi tersebut akan mengalami peningkatan terus menerus. Minuman suplemen berenergi juga meraih *Indonesian Customer Satisfaction Award* (ISCA) yang kesembilan kalinya pada 2010 sebagai merek terbaik untuk kategori minuman penambah tenaga dan juga meraih penghargaan platinum dari *Indonesian Best Brand Award* (IBBA), gambaran tersebut membuktikan bahwasanya minuman berenergi disini telah cukup diminati masyarakat Indonesia (Rahmawanto, 2011).

Hasil penelitian oleh mahasiswa di IPB pada menunjukkan bahwa lebih dari 50% penduduk kota besar mengkonsumsi suplemen. Dan tampaknya, konsumsi suplemen dalam berbagai bentuk telah menjadi bagian dari gaya hidup masyarakat pekerja-pekerja di kota-kota besar seperti Jakarta, Bogor, Padang, Makasar, dan Banjarmasin. Di Indonesia bisnis dan pemasaran produk suplemen, terutama di daerah perkotaan cenderung meningkat pesat. Rata-rata produksi suplemen 93,2 juta liter per tahun yang terdiri dari dua produsen susu dengan kapasitas 24,2 juta liter per tahun, 14 produsen minuman berenergi dengan kapasitas produksi 10,4 juta liter per tahun, dan tujuh produsen minuman isotonic dengan kapasitas produksi 10,4 juta liter per tahun. Selain itu data registrasi di badan POM menunjukkan bahwa total suplemen sejak tahun 1997 hingga tahun 2000 adalah 3.232, di mana 74,28% (2.399 produk) adalah produk impor dan 25,86% (837 produk) adalah produk lokal (wordpress, 2011).

Menurut Walikota Surabaya Tri Rismaharani, trend penderita gagal ginjal kronik tidak lagi didominasi kaum berumur, pada tahun 2013 misalnya, pasien jamkesmas non kuota untuk hemodialisa sebanyak 281 orang, dari data Dinas Kesehatan surabaya juga menunjukkan jumlah kunjungan pasien GGK di Rumah Sakit dan Puskesmas terus meningkat sejak tahun 2011. Pada tahun 2011 sebanyak 477 kunjungan dan pada tahun 2012 350 kunjungan, pada tahun 2011 pasien GGK usia 25-44 sejumlah 112 orang, usia 45-64 tahun sebanyak 138 dan 65 tahun ke atas sebanyak 227 orang. Sedangkan pada tahun 2012 penderita GGK usia belia yaitu 1-4 tahun sebanyak 3 orang, 5-14 tahun sebanyak 7 orang, yang usia 15-44 tahun 114 orang, 81 orang usia 45-54 tahun, 87 orang usia 55-64 tahun, dan usia lebih dari 65 tahun ada 58 orang (Risma, 2013).

Minuman suplemen berenergi termasuk ke dalam minuman suplemen yang didefinisikan sebagai minuman yang mengandung vitamin, mineral serta stimulant seperti kafein, taurin, variasi bentuk ginseng, *maltodextrin*, *carnitine*, *creatine* (Wikipedia, 2006). Pada produk ini ditambahkan zat-zat tertentu yang dapat meningkatkan energi tubuh. Sumber lainnya yang juga mempengaruhi kecepatan reaksi adalah kandungan zat stimulant seperti kafein dan taurin. Kedua zat ini berfungsi untuk memperlancar metabolisme tubuh (Marlinda, 2001). Kombinasi taurin dan kafein dalam minuman suplemen berenergi akan merangsang sistem saraf pusat untuk memicu reaksi katabolisme (reaksi untuk menghasilkan energi) di otot. Mekanismenya melalui pengaktifan kerja saraf yang menghasilkan percepatan denyut jantung untuk memompa darah dan oksigen, sambil menstimulasi peningkatan kadar gula darah (Iheathin, 2008).

Minuman suplemen berenergi bertujuan untuk memberikan consumer peningkatan energy dengan mengkombinasi zat-zat stimulant termasuk kafein, ekstrak herba seperti guarana, ginseng, vitamin B, asam amino seperti taurine. Menurut penelitian didapati bahwa kandungan kafein dalam minuman berenergi merupakan pemicu terjadinya efek peningkatan energi. Menurut penelitian, dikatakan bahwa dosis kafein yang minimal sebanyak 12.5-100 mg dapat menyebabkan peningkatan prestasi kognitif dan mood (Smit, 2000). Penelitian yang dilakukan oleh Riesenhuber, menyatakan bahwa kafein dalam minuman berenergi menyebabkan diuresis. Beberapa penelitian menunjukkan konsumsi kafein yang akut menurunkan sensitivitas insulin dan meningkatkan rata-rata tekanan darah arteri (Riesenhuber, 2006). Konsumsi kafein yang tinggi

dihubungkan dengan nyeri kepala kronik harian terutamanya dikalangan wanita berumur kurang dari 40 tahun (Scher, 2004).

Asupan kafein secara berlebihan dikatakan berhubungan dengan system saraf pusat, kardiovaskuler, gastrointestinal. Kafein dalam minuman berenergi akan memberi efek yang diinginkan pada penggunanya seperti meningkatkan konsentrasi dan memori namun dapat menimbulkan banyak efek samping yang berbahaya (Benitez, 2000).

Pencegahan yang perlu dilakukan masyarakat agar tidak terjadi efek samping atau mengakibatkan gagal ginjal kronik yaitu menghindari minuman suplemen berenergi, menghindari jamu jangka panjang, menghindari obat-obat sembarang (Ernawati, 2011). Berdasarkan fenomena diatas peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana pengetahuan masyarakat tentang bahaya minuman suplemen berenergi.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah, “Bagaimana pengetahuan masyarakat tentang minuman suplemen berenergi?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengetahuan masyarakat tentang minuman suplemen berenergi dikalangan masyarakat Dusun pelemgurih, Desa Jenangan, Kecamatan Jenangan, Kabupaten Ponorogo.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat teoritis

- a. Bagi Peneliti meningkatkan pengetahuan, pengalaman dan wawasan.
- b. Bagi Tenaga Kesehatan sebagai masukan dan wawasan kepada tenaga/pekerja dalam memberikan pelayanan kesehatan khususnya pada penderita GGK.
- c. Bagi IPTEK Keperawatan ,sebagai pengetahuan untuk mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan medikal bedah.

### 1.4.2 Manfaat Praktisi

#### 1. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk penelitian tentang minuman suplemen berenergi.

#### 2. Bagi masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan masyarakat tentang bahaya minuman suplemen berenergi.

#### 3. Bagi peneliti

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bahaya minuman suplemen berenergi jika dikonsumsi secara berlebihan.

## 1.5 Keaslian Penulisan

1. Andriyono, Gigih (2012). Dengan judul *Pengetahuan Masyarakat Dalam Mengkonsumsi Minuman Berkafein*. Desain penelitian ini adalah deskriptif untuk mengetahui tingkat pengetahuan masyarakat dalam mengkonsumsi minuman berkafein. Populasi penelitian ini adalah seluruh masyarakat yang mengkonsumsi minuman berkafein sebanyak 80 orang. Jumlah sampel dalam

penelitian ini adalah 67 responden sesuai dengan kriteria sampel. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisa data menggunakan deskriptif statik.

Dari hasil penelitian terhadap 67 responden pada pengetahuan masyarakat dalam mengkonsumsi minuman berkafein didapatkan hasil baik (43,2%) atau 29 responden, sedangkan pengetahuan buruk 38 responden (56,7%).

2. Rahmawanto, Dedi (2011). Dengan judul *Persepsi Label Halal Terhadap Keputusan Pembelian Konsumen pada Produk Minuman Berenergi*. Tujuan dari riset ini adalah untuk mengetahui pengaruh dari persepsi konsumen label halal pada produk hidangan energi di keputusan pembelian dan untuk mengetahui kolerasi persepsi konsumen label halal. Metode analisis menggunakan kemunduran Tinier ganda. Variabel-variabel persepsi konsumen termasuk perhatian, mengerti, dan memori. Hasil dari analisa menunjukkan persepsi konsumen itu (perhatian, mengerti, dan memori). Koefisien kolerasi untuk perhatian, mengerti dan variabel-variabel memori dengan keputusan variabel pembelian didalam tingkatan yang kuat.