

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Perubahan jaman saat ini membuat terjadinya perubahan kebutuhan hidup dari masyarakat yang membuat meningkatnya peluang bisnis baru di masyarakat (Ngafifi, 2014). Secara umum globalisasi membawa dampak pada perubahan budaya lokal, gaya hidup, dan membuat perbedaan dalam perilaku seseorang dalam mengkonsumsi suatu produk dan jasa (Rahim dkk, 2019). Produk dan jasa yang dikonsumsi saat ini juga berbeda seiring dengan perkembangan jaman, terutama pada produk-produk yang dapat dikonsumsi secara bersama-sama. Minat dalam mengkonsumsi suatu produk akan dapat ditimbulkan ketika seseorang merasa memiliki kesukaan dan keinginan yang kuat dalam mengkonsumsinya (Kotler dan Armstrong, 2014).

Trend mengkonsumsi kopi di Indonesia saat ini mengalami perkembangan yang cukup pesat dalam beberapa tahun terakhir ini. Kopi merupakan komoditas unggulan di Indonesia yang memegang peranan dalam peningkatan ekonomi di Indonesia dimana 92% produksi kopi di Indonesia dilakukan oleh petani dan UMKM, konsumsi kopi di Indonesia saat ini juga mengalami peningkatan hingga 7,7% dalam satu tahun yang lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata konsumsi kopi dunia sebesar 2,5% dalam satu tahun (Rahmah dkk, 2018).

Saat ini di Indonesia muncul berbagai *coffee shop*, baik dari *coffee shop* yang memiliki merk terkenal seperti Starbucks hingga kedai kopi maupun kopi yang dijual di gerobak. Trend anak muda saat ini adalah nongkrong dan bersantai bersama dengan teman-teman di *coffee shop* membuat kegiatan minum kopi ini merupakan lifestyle dan sarana dalam menunjukkan eksistensi mereka. Selain itu beberapa *coffee shop* yang menyediakan sarana wifi membuat konsumen mahasiswa yang memiliki tugas sering bersama-sama mengerjakan tugasnya dengan teman-temannya di *coffee shop* tersebut. Berdasarkan data dari Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) pada tahun 2018 oleh Badan Pusat Statistik (2018), sebagian dari penduduk yang berusia antara 20-35 tahun dengan jumlah 63,82 juta jiwa merupakan penggemar kopi. Dengan melihat banyaknya jumlah konsumen potensial tersebut, dengan adanya tren konsumsi kopi di anak muda saat ini maka dapat meningkatkan jumlah konsumsi kopi dan perilaku mengkonsumsi kopi yang berlebih di kalangan anak muda.

Permasalahan yang terjadi adalah perilaku konsumsi kopi secara berlebihan memiliki risiko tersendiri. Daily (2019) menyatakan bahwa perilaku mengkonsumsi kopi yang berkafein secara berlebihan dapat meningkatkan risiko penyakit migrain pada pengkonsumsinya. Konsumsi kopi dapat dikatakan berlebihan adalah jika seseorang mengkonsumsi tiga cangkir kopi berkafein atau lebih. Selain migrain, perilaku konsumsi kopi secara berlebihan dapat memicu pola tidur yang kurang baik, siklus menstruasi yang

tidak teratur, peningkatan asupan alkohol, penurunan aktivitas fisik, stres psikologis dan gejala depresi. Adanya permasalahan ini membuat perilaku konsumsi kopi dari mahasiswa yang masih berusia muda perlu diteliti.

Kopi menjadi salah satu minuman yang populer dan digemari di Indonesia karena dapat berfungsi sebagai penghilang rasa lelah, kantuk dan stress. Kopi terkenal akan kandungan kafeinnya yang tinggi, satu cangkir kopi (120-480 ml) mengandung kafein 75-400 mg atau lebih (Liunima dkk, 2017). Kafein merupakan perangsang susunan saraf pusat, diuretik, merangsang otot jantung, dan melemaskan otot-otot polos bronkus yang dapat meredakan gejala-gejala khas stres seperti pelupa, cemas, dan perasaan tertekan. Seseorang yang minum hingga 3 gelas kopi sehari memiliki daya ingat yang lebih baik dan meningkatkan perhatian (focus). Pria lebih banyak mengkonsumsi kafein daripada wanita sedangkan wanita lebih mudah stress dan depresi (Liunima dkk, 2017). Berdasarkan Dimitrova dkk (2017), kopi menjadi kontributor utama dalam penggunaan kafein. Mengkonsumsi kafein dapat dikaitkan dengan stress, depresi dan kecemasan pada usia muda meskipun efek dari stress dapat hilang setelah seseorang bisa mengatur gaya hidupnya dengan benar. Berdasarkan Tjiptono (dalam Munandar, 2017) diketahui bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi perilaku mengkonsumsi kopi adalah faktor budaya, faktor sosial, faktor pribadi dan faktor psikologis. Faktor psikologis dapat berpengaruh signifikan terhadap perilaku mengkonsumsi

kopi, salah satunya adalah stres, yang dapat diakibatkan oleh kondisi yang sedang menerpa seseorang. Tjiptono (2014) menyatakan bahwa faktor psikologis berperan terhadap perilaku seseorang dalam melakukan pembelian sebab impuls yang timbul dalam benak seseorang akan direspon dengan melakukan tindakan nyata, salah satunya melakukan pembelian. Richards dan Smith (2015) menyatakan bahwa terdapat faktor yang dapat mempengaruhi perilaku seseorang mengkonsumsi kopi yaitu adalah meredakan stres, depresi, anxiety karena kopi dianggap memiliki kafein yang cukup tinggi yang dapat meredakan perasaan tersebut.

Stres merupakan salah satu problem serius yang mengancam penduduk dunia saat ini. Stress yang berkelanjutan jika tidak ditangani dapat berbahaya bagi kesehatan (Liunima dkk, 2017). Manusia pada usia 21-40 tahun rentan mengalami stress. Menurut Kozier (2009), usia dewasa muda merupakan masa dimana seseorang dihadapkan dengan banyak pilihan Pada masa ini, penyesuaian diri tergolong radikal dan peran dalam kehidupan yang berubah- ubah khususnya, disertai perubahan fisik dapat mengganggu homeostasis fisik, ketegangan emosional, dan stres. Tidak hanya sedikit dari mereka yang mengalami stres, bahkan sampai menjadi depresi karena mengalami masa transisi dan proses penyesuaian diri dengan lingkungan sosial. Stress adalah gangguan pada tubuh dan pikiran yang disebabkan oleh adanya tekanan dan tuntutan kehidupan yang dinilai individu sebagai

sesuatu yang membebani atau melampaui kemampuan yang dimiliki (Kozier, 2009).

Ketika seseorang mengalami stress, maka ada kebutuhan untuk mengurangi stres tersebut. Mengonsumsi kafein dalam kopi dipercaya dapat meredakan stres karena dari kondisi perubahan fisik yang dialami serta kondisi mental yang sedang tegang dapat diredakan dengan kafein yang bermanfaat melemaskan otot polos dan meredakan gejala stres. Orang yang mengalami stres mencoba untuk mengonsumsi lebih banyak kopi dan memilih untuk bersantai di kedai kopi sehingga selain meredakan stres dari mengonsumsi kopi, mereka juga dapat berinteraksi dengan orang lain sehingga stresnya akan menurun.

Hal ini juga sesuai dengan hasil wawancara yang dilakukan kepada beberapa mahasiswa yang datang untuk mengonsumsi kopi di Tepian Kopi, Semarang pada tanggal 19 Februari 2020. Hasil dari wawancara terhadap mahasiswa AA menyatakan bahwa dirinya sering mengonsumsi kopi ketika sedang suntuk mengerjakan tugas-tugas kampusnya sehingga meminum kopi hingga dua cangkir di pagi hari dan dua cangkir di malam hari untuk mengurangi stres. Hasil wawancara serupa juga didapatkan dari mahasiswi RB yang menyatakan bahwa dengan mengonsumsi kopi, maka pikiran yang stres akan dapat cerah sehingga dirinya mampu berpikir dengan lebih baik. Sedangkan mahasiswa LT menyatakan bahwa mengonsumsi kopi di pagi hari akan menyegarkan moodnya yang sedang suntuk dan stres pikirannya.

AA memberikan keterangan bahwa banyaknya tugas di kuliah membuatnya menjadi stres, hal ini berdampak pada kondisi psikisnya yang menjadi tertekan dan merasa sedikit depresi terutama ketika AA tidak dapat mengerjakan tugasnya tersebut dengan baik. Ketika mengonsumsi kopi, AA merasa pikirannya menjadi lebih cerah dan AA merasa lebih bersemangat dalam mengerjakan tugas, sehingga membuat AA merasa lebih suka mengonsumsi kopi di cafe untuk memudahkannya mengerjakan tugasnya. RB, mahasiswa lain yang diwawancarai oleh peneliti mengemukakan hal yang sama, biasanya RB ke cafe untuk menenangkan diri dari berbagai masalah yang dihadapinya dan mengonsumsi kopi dua hingga tiga cangkir sekaligus, misalnya ketika akan menghadapi ujian, ataupun masalah pribadi seperti ketika bertengkar dengan pacarnya. Dengan mengonsumsi kopi, RB merasa dapat menemukan ketenangannya kembali dan merasa lebih kuat dalam menghadapi masalah yang sedang dialaminya tersebut. Terlebih ketika mengonsumsi kopi di cafe, RB menyatakan lebih sering bersama-sama dengan teman-temannya karena mengonsumsi kopi bersama-sama dengan teman dirasakan lebih menyegarkan dan lebih menyenangkan, sebab RB dapat berbincang-bincang dengan teman-temannya yang juga sesama penyuka kopi. Hasil wawancara dengan LT seorang mahasiswa konsumen Tepian Kopi, menyatakan bahwa dirinya lebih suka mengonsumsi kopi di pagi hari di cafe paling tidak tiga cangkir, alasannya adalah dengan mengonsumsi kopi di pagi hari

membuatnya tidak mengantuk ketika akan menghadapi jadwal kuliah yang padat pada jam-jam berikutnya, selain itu LT lebih memilih mengkonsumsi kopi di cafe karena merasa bahwa suasana cafe yang cosy dan nyaman membuatnya lebih merasa tenang dan meredakan pikiran buruk mengenai kuliah yang akan dihadapinya.

Berdasarkan fakta-fakta yang diperoleh melalui hasil wawancara dengan narasumber yaitu mahasiswa yang berkunjung ke Tepian Kopi Semarang, terdapat masalah yang perlu untuk diteliti yaitu perilaku konsumsi kopi mahasiswa dan stres sebagai faktor yang mempengaruhinya. Faktor stres dipilih sebagai faktor yang dapat mempengaruhi perilaku konsumsi kopi mahasiswa, sebab berdasarkan hasil pra survey yang telah dilakukan, diketahui bahwa mahasiswa yang menyatakan sedang mengalami masalah cenderung mengkonsumsi kopi cukup banyak hingga lebih dari tiga cangkir sehari yang menunjukkan perilaku konsumsi kopi yang berlebihan dan berisiko untuk kesehatan.

Hal tersebut diperkuat dengan hasil penelitian Snel (2011) tentang hubungan antara stres dengan perilaku mengkonsumsi minuman dengan menggunakan subjek mahasiswa di Belanda yang menyatakan bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara stress dengan tingkat konsumsi minuman. Hasil penelitian Richards dan Smith (2015) menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara stres dan perilaku konsumsi kopi di mana penelitian ini meneliti 3071 orang siswa di Cornish Academies, Cardiff. Hasil berbeda ditunjukkan oleh penelitian Liunima dkk

(2017) yang menganalisis mengenai hubungan stres dan perilaku konsumsi kopi pada 45 orang dewasa muda Ikatan Keluarga Besar (IKB) Nekmese di Kota Malang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa stres memiliki hubungan negatif dan signifikan terhadap perilaku konsumsi kopi. Terdapat beberapa perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya tentang hubungan antara stres dan perilaku konsumsi kopi. Hasil penelitian Munandar (2017) mengenai faktor yang mempengaruhi perilaku konsumen dalam membeli kopi espresso dengan jumlah 96 orang konsumen kopi di Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh Utara, didapatkan hasil bahwa faktor budaya, sosial, pribadi dan psikologis berhubungan signifikan dengan perilaku konsumen untuk membeli kopi espresso.

Terdapat beberapa perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian sebelumnya mengenai hubungan antara stres dengan perilaku mengonsumsi kopi. Pada penelitian Liunima dkk (2017) yang dianalisis adalah dewasa muda Ikatan Keluarga Besar (IKB) Nekmese di Kota Malang, sedangkan pada penelitian Munandar (2017) adalah pada konsumen kopi di Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh Utara, sehingga perbedaan pada penelitian ini adalah respondennya adalah mahasiswa. Hal ini berbeda dengan penelitian Richards dan Smith (2015) karena walaupun sama-sama mengambil responden mahasiswa namun mahasiswa pada penelitian Richards dan Smith (2015) melakukan aktivitas meminum kopi pada kantin college. Sedangkan dalam penelitian ini, peneliti mengambil responden mahasiswa yang melakukan aktivitas

melakukan pembelian atau mengkonsumsi kopi karena biasanya mahasiswa akan mencari tempat yang enak dan nyaman untuk mengkonsumsi kopi bersama dengan teman-temannya untuk mengurangi stres yang dirasakannya.

Berdasarkan fenomena di atas penulis tertarik untuk meneliti lebih dalam dengan pertanyaan penelitian “apakah ada hubungan antara stres dengan perilaku konsumsi kopi pada mahasiswa?”

1.2 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui secara empirik hubungan antara stres dengan perilaku konsumsi kopi pada mahasiswa.

1.3 Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap ilmu pengetahuan khususnya terkait dengan stres dan perilaku mengkonsumsi kopi.

2. Manfaat praktis

Bagi mahasiswa, diharapkan penelitian ini mampu memberikan masukan bagi mahasiswa yang memiliki perilaku meminum kopi.