

**HUBUNGAN KONSUMSI KOPI DENGAN KEJADIAN DISMENORE:
SEBUAH TINJAUAN LITERATUR**



Dr. Elly Usman, MSI, Apt
dr. Aladin, Sp. OG, MPH

FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG

2022

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN COFFEE CONSUMPTION AND DYSMENORRHEA: A NARRATIVE REVIEW

By

Aisyah Ramadhini

Coffee is a widely consumed beverage especially for Indonesian. Its consumption continues to increase. There is not much information and researches on the relationship between coffee consumption and dysmenorrhea. Therefore, a literature study was conducted to find out more about the relationship between coffee consumption and the incidence of dysmenorrhea.

This literature study is a narrative literature review, delves into the literature with an analytical observational design regarding the relationship between coffee consumption and the incidence of dysmenorrhea. The literature search was carried out through the PubMed, Proquest and ScienceDirect electronic databases based on predetermined inclusion and exclusion criteria.

A total of 12 literatures were reviewed. The risk factors of dysmenorrhea are age at menarche, menstrual volume, coffee/caffeine consumption, family history of dysmenorrhea, excessive sugar consumption, smoking, skipping breakfast, poor sleep quality and psychological disorders. The mechanism of pain during menstruation due to coffee consumption is its vasoconstrictive effect which causes increased of pain. From the results of the literature review, there are six literatures which state that coffee consumption is associated with dysmenorrhea and six other literatures state that coffee consumption is not associated with dysmenorrhea.

The conclusion of this literature study is that the relationship between coffee consumption and the incidence of dysmenorrhea is still debatable. However, coffee consumption still has a probability of causing dysmenorrhea through its vasoconstrictive effect on the uterus. Therefore, limiting coffee consumption is necessary to reduce the possibility of dysmenorrhea.

Keyword : Coffee, Dysmenorrhea, Relationship, Literature Review

ABSTRAK

HUBUNGAN KONSUMSI KOPI DENGAN KEJADIAN DISMENORE: SEBUAH TINJAUAN LITERATUR

Oleh

Aisyah Ramadhini

Kopi adalah minuman yang sering dikonsumsi masyarakat Indonesia dan konsumsinya terus meningkat. Walaupun begitu, tidak banyak informasi dan penelitian tentang hubungan konsumsi kopi terhadap dismenore. Oleh karena itu, dilakukan studi literatur untuk mengetahui lebih lanjut mengenai hubungan konsumsi kopi dengan kejadian dismenore.

Studi literatur ini berjenis studi literatur tinjauan pustaka naratif mendalam pada literatur dengan desain observasional analitik mengenai hubungan konsumsi kopi dengan kejadian dismenore. Pencarian literatur dilakukan melalui *database* elektronik *PubMed*, *Proquest* dan *ScienceDirect* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan.

Terdapat total 12 literatur yang ditinjau. Faktor risiko yang dapat menginisiasi terjadinya dismenore adalah usia menarke, volume menstruasi, konsumsi kopi/kafein, riwayat keluarga dengan dismenore, konsumsi gula berlebih, merokok, tidak sarapan, kualitas tidur yang buruk dan gangguan psikologi. Mekanisme terjadinya nyeri saat haid akibat konsumsi kopi adalah efek vasokonstriksinya yang menyebabkan peningkatan nyeri. Dari hasil telaah literatur, terdapat enam literatur yang menyatakan bahwa konsumsi kopi berhubungan dengan dismenore dan enam literatur lainnya menyatakan bahwa konsumsi kopi tidak berhubungan dengan dismenore.

Kesimpulan dari studi literatur ini adalah hubungan konsumsi kopi dengan kejadian dismenore masih diperdebatkan. Akan tetapi, konsumsi kopi tetap memiliki kemungkinan memicu parahnya dismenore melalui efek vasokonstriksinya. Oleh sebab itu, konsumsi kopi perlu dibatasi untuk menghindari terjadinya dismenore.

Kata Kunci : Kopi, Dismenore, Hubungan, Studi Literatur