



**HUBUNGAN OBESITAS DAN KEBIASAAN MINUM KOPI DENGAN  
HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MASBAGIK BARU  
KABUPATEN LOMBOK TIMUR**

*The Relationship Between Obesity and Coffee Drinking Habits With  
Hypertension in The Working Area of The Puskesmas Masbagik Baru, East  
Lombok Regency*

**Aprilia Rahmawati<sup>1</sup>, Mamang Bagiansah<sup>2</sup>, Alfian Muhajir<sup>3</sup>, Buly Fatrahady  
Utama<sup>4</sup>**

<sup>1,2,3,4</sup>Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar

**Email: rahmawatilia2424@gmail.com**

**Abstract**

*An abnormal increase in blood pressure can be a major cause of cardiovascular disease. Hypertension is divided into three groups, namely mixed hypertension, systolic hypertension and diastolic hypertension. Some of the risk factors that cause hypertension are age, gender, heredity, smoking habits, stress, lack of exercise, alcohol, salt, obesity and coffee drinking habits. To determine the relationship between obesity and coffee drinking habits with the incidence of hypertension in the working area of the Masbagik Baru Health Center, East Lombok Regency. Observational analytic quantitative research with a cross sectional study design. The sampling technique used purposive sampling. The research was conducted in the working area of the Masbagik Baru Health Center, East Lombok Regency, on January 13, 2023. The research sample was 100 respondents. The data obtained were analyzed by Chi Square correlation test. There is a relationship between obesity and the incidence of hypertension in the working area of the Masbagik Baru Health Center, East Lombok Regency with a P-Value of 0.002. There is a relationship between the habit of drinking coffee and the incidence of hypertension in the working area of the Masbagik Baru Health Center, East Lombok Regency with a P-value of 0.030.*

**Keywords:** Hypertension, Obesity, Coffee Drinking Habits

**Abstrak**

Peningkatan tekanan darah yang abnormal dapat menjadi penyebab utama timbulnya penyakit kardiovaskuler. Hipertensi di bagi menjadi tiga golongan yaitu hipertensi campuran, hipertensi sistolik dan hipertensi diastolik. Beberapa faktor risiko yang menyebabkan terjadinya hipertensi yaitu usia, jenis kelamin, keturunan, kebiasaan merokok, stress, kurang olahraga, alkohol, garam, obesitas dan kebiasaan minum kopi. Untuk mengetahui hubungan obesitas dan kebiasaan minum kopi dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Masbagik Baru Kabupaten Lombok Timur. Penelitian kuantitatif analitik observasional dengan desain penelitian cross sectional study. Teknik pengambilan sampel menggunakan Purposive sampling. Penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Masbagik Baru Kabupaten Lombok Timur pada 13 Januari 2023. Sampel penelitian sebanyak 100 responden. Data yang diperoleh dianalisis dengan uji korelasi *Chi Square*. Terdapat hubungan obesitas dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Masbagik Baru Kabupaten Lombok Timur dengan P- Value 0,002. Terdapat hubungan kebiasaan minum kopi dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Masbagik Baru Kabupaten Lombok Timur dengan P-value 0,030.

**Kata Kunci:** Hipertensi, Obesitas, Kebiasaan Minum Kopi

## PENDAHULUAN

Secara global sekitar 17 juta kematian per tahun akibat penyakit kardiovaskular. Dari data tersebut, komplikasi dari hipertensi mengakibatkan 9,4 juta kematian setiap tahun di seluruh dunia, 45% kematian akibat penyakit jantung dan 51% kematian akibat stroke. Pada tahun 2008, di seluruh dunia, sekitar 40% dari orang dewasa berusia di atas 25 tahun telah didiagnosis menderita hipertensi. Jumlah penderita hipertensi naik dari 600 juta pada tahun 1980 menjadi 1 miliar pada tahun 2008 (WHO, 2013).

Data World Health Organization (WHO) tahun 2018 menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya. Dimana 333 juta berada di negara maju seperti Amerika dan 639 juta sisanya berada di negara berkembang termasuk Indonesia (Kemenkes, 2019).

Hipertensi atau darah tinggi juga masih menjadi ancaman serius yang berdampak pada produktivitas hidup seseorang di NTB. Prevalensi hipertensi pada umur  $\geq 18$  tahun di Provinsi NTB yakni mencapai 24,3% dengan tingkat kejadian tertinggi di Kabupaten Lombok Utara sebesar 30,8% diikuti oleh Kabupaten Lombok Timur sebesar 30,2% di Masbaik Baru sendiri hipertensi menempatkan urutan pertama kejadian hipertensi tertinggi di Lombok Timur (Dinkes, 2022; Kemenkes RI, 2013).

Beberapa faktor risiko yang menyebabkan terjadinya hipertensi yaitu usia, jenis kelamin, keturunan, kebiasaan merokok, stress, kurang olahraga, alkohol, garam, obesitas dan kebiasaan minum kopi (Budi Artiyaningrum *et al.*, 2016).

Dilombok Timur kopi merupakan minuman tradisional yang dimana mereka menyebutnya dengan kopi bideng (kopi hitam) yang diperoleh dengan hasil ekstraksi langsung dari penyangraian biji kopi yang disajikan tanpa penambahan perisa apapun. Bahkan kegiatan mengonsumsi kopi sudah merupakan kebiasaan, baik itu di waktu senggang dan pada saat acara adat. Penduduk di daerah tersebut juga berasumsi bahwa jika tidak mengonsumsi kopi akan berakibat sakit kepala, tidak bersemangat untuk beraktivitas, tidak berselera untuk sarapan karbohidrat, bahkan beberapa ada yang mengonsumsi kopi sejak balita dan anak-anak (Khotimah *et al.*, 2018).

Pada penelitian Kartika menunjukkan angka kejadian hipertensi pada pra lansia adalah 65 orang (65%) dan terdapat hubungan yang bermakna antara obesitas pada pralansia dengan kejadian hipertensi ( $p=0,029$ ,  $OR=2,53$ ). Disimpulkan bahwa obesitas berhubungan dengan kejadian hipertensi pada pra lansia dengan risiko 2,53 kali lebih besar dibandingkan dengan tidak obesitas.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif analitik observasional dengan rancangan penelitian yang digunakan adalah *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Masbagik Baru Kabupaten Lombok Timur.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis bivariat antara obesitas dengan hipertensi didapatkan nilai *p-value* 0,002 (*p-value* < 0,05) terdapat hubungan antara obesitas dengan hipertensi di wilayah kerja puskesmas masbagik baru kabupaten lombok timur, dan didapatkan nilai PR 3,808 bila  $PR > 1$ , dan interval kepercayaan tidak mencakup angka 1, berarti variabel bebas merupakan faktor risiko yang mempengaruhi variabel terikat. Hal tersebut juga dikarenakan pada pengambilan data ini mengambil data umur 40 tahun keatas sehingga mengalami keterbatasan aktivitas fisik dan pola diet yang rendah menjadi faktor risiko ukuran terjadinya IMT tidak normal. Sejalan dengan penelitian yang dilakukn ulfa tahun 2020 tentang hubungan obesitas dengan kejadian hipertensi mengatakan terdapatnya hubungan antara obesitas dengan kejadian hipertensi dan penelitian yang dilakukan oleh Delmi tahun 2019 tentang hubungan obesitas dengan kejadian hipertensi pada masyarakat etnik minangkabau di kota padang didapatkan  $p = 0,002$  dan  $OR = 1,82$  artinya adanya hubungan antara obesitas dengan kejadian hipertensi pada masyarakat etnik minangkabau di kota padang.

Obesitas atau berat badan berlebih merupakan salah satu faktor risiko terjadinya penyakit hipertensi dan dianggap menjadi faktor yang independen yang artinya adalah tidak dipengaruhi oleh faktor risiko yang lain. Seorang laki-laki dapat dianggap menderita obesitas jika jumlah lemaknya melebihi 25% dari berat badan total sedangkan pada wanita jika jumlah lemak melebihi 30% dari berat badan total atau kriteria yang paling sering digunakan ialah apabila berat badan melebihi 120% dari berat badan ideal (Adam, 2018). Obesitas dapat terjadi karena ketidak seimbangan antara asupan energi dengan keluarnya energi dalam tubuh, sehingga dapat terjadinya kelebihan energi yang disimpan di tubuh dalam bentuk jaringan lemak. Gaya hidup yang tidak baik merupakan salah satu faktor untuk seseorang mengalami obesitas (Nugraha, 2019).

Obesitas dapat mengakibatkan terjadinya hipertensi dari berbagai mekanisme yakni secara langsung ataupun secara tidak langsung. Secara langsung obesitas dapat mengakibatkan meningkatnya cardiac output. Hal ini dikarenakan makin besarnya massa tubuh maka makin banyak pula jumlah darah yang beredar dan ini menyebabkan curah jantung meningkat (Sheps, 2020). Sedangkan secara tidak langsung, obesitas terjadi melalui perangsanan aktivitas sistem saraf simpatis dan Renin Angiotensin Aldosteron System (RAAS) oleh mediator-mediator seperti sitokin, hormon dan adipokin.

Berdasarkan hasil analisis bivariat antara kebiasaan minum kopi dengan hipertensi didapatkan nilai *p-value* 0,030 (*p-value* < 0,05) terdapat hubungan signifikan antara kebiasaan minum kopi dengan hipertensi di wilayah kerja puskesmas masbagik baru kabupaten lombok timur. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Ramandhani tahun 2020 tentang Hubungan Merokok dan Konsumsi Kopi dengan Tekanan Darah didapatkan  $p$ - nilai  $0,020 < (0,05)$  artinya terdapat hubungan antara konsumsi kopi terhadap tekanan darah, dan penelitian yang dilakukan oleh Rita Rahmawati tahun 2018 tentang hubungan kebiasaan minum kopi terhadap tingkat hipertensi mengatakan adanya hubungan yang signifikan antara kebiasaan minum kopi dengan hipertensi, dan penelitian yang dilakukan oleh Friska Ardiani menunjukkan bahwa kebiasaan konsumsi kopi memiliki pengaruh terhadap kejadian hipertensi primer ( $p=0,000$ ;  $r=0,907$ )

(Endang, 2019).

Kopi dapat mempengaruhi tekanan darah karena mengandung Polifenol, Niacin, dan Kafein. Kafein memiliki efek merangsang sistem syaraf pusat (SSP), Perangsangan pada SSP menimbulkan perasaan tidak mengantuk, tidak begitu lelah, serta daya pikir lebih cepat dan lebih jernih, tetapi sebaliknya kemampuan koordinasi otot, ketepatan waktu dan ketepatan berhitung berkurang. Kafein dapat merangsang pusat vasomotor dan perangsangan langsung miokardium menyebabkan kenaikan tekanan darah (Rudianto, 2018). Orang yang tidak mengkonsumsi kopi memiliki tekanan darah yang lebih rendah dibandingkan orang yang mengkonsumsi 1-3 cangkir per hari, dan orang yang mengkonsumsi kopi 3-6 cangkir per hari memiliki tekanan darah tinggi.

Efek stimulan kafein tergantung dari kadar kafein dalam plasma. Kenaikan tekanan darah yang terjadi pada setiap penambahan konsumsi kopi (cangkir) berbanding terbalik dengan jumlah kopi yang sudah dikonsumsi. Hal tersebut berarti kenaikan tekanan darah yang terjadi setelah meminum kopi pada cangkir yang kedua atau ketiga akan lebih rendah dibandingkan saat meminum kopi pada cangkir yang pertama (Rudianto, 2018). Efek tersebut terjadi karena reseptor adenosin yang ada sudah jenuh dengan konsentrasi kafein dari kopi yang dikonsumsi pertama kali kafein yang dikonsumsi setiap hari hanya menyebabkan efek toleransi secara parsial. Kafein tetap memberikan pengaruh peningkatan tekanan darah, baik pada populasi yang tidak terbiasa minum kopi, peminum ringan, sedang ataupun berat (Endang, 2019).

## **KESIMPULAN**

Terdapat hubungan obesitas dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Masbagik Baru Kabupaten Lombok Timur dengan P- Value 0,002 Terdapat hubungan kebiasaan minum kopi dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Masbagik Baru Kabupaten Lombok Timur dengan P-value 0,030.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Bistara, D. N., & Kartini, Y. (2018). Hubungan Kebiasaan Mengkonsumsi Kopi dengan Tekanan Darah Pada Dewasa Muda. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 3(1), 23. <https://doi.org/10.22146/jkesvo.34079>
- Guèze, M., & Napitupulu, L. (2016). Trailing forest uses among the Punan Tubu of North Kalimantan, Indonesia. *Hunter-Gatherers in a Changing World*, 2(01), 41–58. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-42271-8\\_3](https://doi.org/10.1007/978-3-319-42271-8_3)
- Hadi Zuhropal. (2016). *Hubungan Kebiasaan Minum Kopi Dan Minum-Minuman Keras Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Kelayan Timur Banjarmasin Tahun 2015*
- Harahap, D. A., Aprilla, N., & Muliati, O. (2019). *Jurnal Ners Research & Learning In Nursing Science Dengan Kepatuhan Minum Obat Antihipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kampa Tahun 2019*. 3, 97–102.
- Herdiani, N., Ibad, M., & Wikurendra, E. A. (2021). Pengaruh Aktivitas Fisik Dan Obesitas Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Klampis Ngasem Kota Surabaya. *An-Nadaa: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(2),



114. <https://doi.org/10.31602/ann.v8i2.5561>
- Imelda, I., Sjaaf, F., & Puspita, T. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Air Dingin Lubuk Minturun. *Health & Medical Journal*, 2(2), 68–77. <https://doi.org/10.33854/heme.v2i2.532>
- Irwansyah, Sulaeman, R., & Sukmawati. (2021). Karakteristik Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Dasan Agung Kota Mataram Tahun 2018. *Open Journal Systems*, 16(1), 5989–5998.
- Julianti, A., Pangastuti, R., Noor, Y., & Ulvie, S. (2015). Hubungan Antara Obesitas dan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 5(2), 8–12.
- Julianti Mirti. (2020). *Hubungan Antara Kebiasaan Minum Kopi Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pra Lansia Di Desa Aromantai Wilayah Kerja Puskesmas Jarai Kabupaten Lahat*
- KartikaJuwita dan PurwaningsihEndang.(2020). *Hubungan Obesitas pada Pra Lansia dengan Kejadian Hipertensi di Kecamatan Senen Jakarta Pusat Tahun 2017-2018.*
- Khotimah , Aini dan Atfal. 2018. *Pengaruh Kebiasaan Minum Kopi Terhadap Kadar Asam Urat Dan Kadar Kolesterol Pada Peminum Kopi Hitam Di Desa Pijot Kabupaten Lombok Timur*
- Kurniasih, D., Pangestuti, D. R., & Aruben, R. (2017). Hubungan Konsumsi Natrium, Magnesium, Kalium, Kafein, Kebiasaan Merokok Dan Aktivitas Fisik Dengan Hipertensi Pada Lansia (Studi di Desa Wilayah Kerja Puskesmas Duren Kabupaten Semarang Tahun 2017). *Jurnal Kesehatan Masyarakat* , 5, 2356– 3346. <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>
- Marhabatsar, N. S. (2019). Review : Penyakit Hipertensi Pada Sistem Kardiovaskular. *Journal Uin Alauddin, November*, 1–7.
- Merokok, H., Kopi, M., Stress, D., Hipertensi, K., Rawat, P., Di, J., Negeri, P., Kabupaten, B., Kanan, W., Nuryanti, E., Amirus, K., & Aryastuti, N. (2020). Online) Tahun 2019 Relationship Smoking, Drinking Coffee and Stress with Hypertension in Outpatients at The Public Health Center. *Jurnal Dunia Kesmas*, 9(2), 235–244. <http://ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/duniakesmas/index>
- Muhammad Hafiz Bin Mohd Arifin, Weta, I. W., & I Wayan Weta2, N. L. K. A. R. (2016). Faktor-Faktor Yang Kelompok Lanjut Usia Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas ... *Medika*, 5(7), 1–23.
- Mullo, O. E., Langi, F. L. F. G., & Asrifuddin, A. (2018). *Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan salah satu penyebab kematian dini diseluruh dunia . Sekitar 7 juta orang meninggal dunia hipertensi . World setiap Health tahun akibat tertinggi terdapat di Kepulauan Bangka Belitung Sulawesi Utara.* 7(5).



- Nugroho, A. M. A., Kinasih, A., & Messakh, S. T. (2018). Gambaran Aktivitas Fisik Siswa Dengan Imt Kategori Gemuk Di Sekolah Dasar Desa Butuh. *Jurnal Mitra Pendidikan*, 2(8), 730–737.
- Nuraini, B. (2015). Risk Factors of Hypertension. *J Majority*, 4(5), 10–19.
- Putra Tryvanie R. 2015. *The Effects Of Obesity In The Blood Pressure Elevation*.
- Riskesdas NTB, R. (2018). Laporan RISKESDAS NTB 2018. In *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical* (Vol. 44, Issue 8). Rohkuswara Teguh Dhika dan Syarif Syahrizal. (2017). *Hubungan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi Derajat 1 di Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (Posbindu PTM) Kantor Kesehatan Pelabuhan Bandung Tahun 2016*
- Sartik, S., Tjekyan, R. S., & Zulkarnain, M. (2017). Risk Factors and the Incidence of Hypertension in Palembang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8(3), 180–191. <https://doi.org/10.26553/jikm.2017.8.3.180-191>
- Sutarjana, M. A. (2021). Hubungan Frekuensi Konsumsi Kafein Dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda. *Gizi Indonesia*, 44(2), 145–154. <https://doi.org/10.36457/gizindo.v44i2.536>
- Sundariilies dan Bangsawan Merah. (2015). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi*
- Telaumbanua, A. C., & Rahayu, Y. (2021). Penyuluhan Dan Edukasi Tentang Penyakit Hipertensi. *Jurnal Abdimas Sainatika*, 3(1), 119. <https://doi.org/10.30633/jas.v3i1.1069>
- Zufry Hendra. 2012. *Terapi Farmakologis pada Obesitas*.

