

## **Hubungan Konsumsi Kopi dengan Kejadian Hipertensi pada Laki-Laki Dewasa Muda di Desa Muneng Kecamatan Candiroto Kabupaten Temanggung**

Ngesti Puji Rahayu<sup>1</sup>, Nuryanto<sup>1</sup>, Rachma Purwanti<sup>1</sup>

### **ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Prevalensi hipertensi di Indonesia pada usia 18 tahun ke atas semakin meningkat. Salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi yaitu konsumsi kopi. Semakin bertambahnya frekuensi kopi maka akan semakin meningkatkan tekanan darah.

**Tujuan:** untuk menganalisis hubungan jumlah, jenis, dan frekuensi konsumsi kopi dengan kejadian hipertensi pada laki-laki dewasa muda di Desa Muneng Kecamatan Candiroto Kabupaten Temanggung.

**Metode :** Jenis penelitian ini adalah penelitian *cross sectional* dengan populasi seluruh laki-laki dewasa muda usia 20-40 tahun yang bekerja sebagai wiraswasta dan memiliki kebiasaan konsumsi kopi hitam. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan metode *purposive sampling* dan jumlah minimal sampel yang dibutuhkan adalah 58 orang. Pengukuran tekanan darah menggunakan *sphygmomanometer* digital, tinggi badan dengan *microtoise*, serta berat badan dengan timbangan digital. Data identitas diri, asupan kopi, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, durasi tidur, dan tingkat pendapatan diperoleh dengan menggunakan instrumen kuesioner penelitian. Data asupan lemak jenuh, serat, natrium, kalium, kalsium, dan magnesium diperoleh menggunakan formulir SQ-FFQ. Tingkat aktivitas fisik subjek didapat dari wawancara menggunakan kuesioner IPAQ 2002 dan tingkat stress menggunakan formulir PSS. Analisis dua variabel menggunakan uji *Chi Square* dan *Fisher's Exact Test* serta analisis multivariat dengan uji regresi logistik berganda.

**Hasil :** Prevalensi hipertensi sebesar 19% dan tidak ada bukti bahwa minum kopi berhubungan dengan kejadian hipertensi ( $p \text{ value} < 0,05$ ). Faktor risiko kejadian hipertensi yaitu asupan natrium (OR: 5,641, CI 95%: 1,181-26,946) dan durasi tidur (OR: 13,128, 95%: 1,459-118,096).

**Simpulan :** Tidak ada hubungan antara jumlah, jenis, dan frekuensi konsumsi kopi dengan kejadian hipertensi. Faktor risiko hipertensi yaitu asupan natrium dan durasi tidur.

**Kata Kunci :** Kopi, Hipertensi, Natrium, Durasi Tidur.

<sup>1</sup>Program Studi Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Semarang

## **Correlation between Coffee Consumption with Hypertension in Young Adult Men in Muneng Village, Candiroto District, Temanggung Regency**

Ngesti Puji Rahayu<sup>1</sup>, Nuryanto<sup>1</sup>, Rachma Purwanti<sup>1</sup>

### **ABSTRACT**

**Background:** The prevalence of hypertension in Indonesia among population aged  $\geq 18$  years is increasing. One of the factors that can lead to hypertension is coffee intake. The increasing frequency of coffee will further increase blood pressure.

**Objective:** This study aims to determine the correlation between the amount, type, and frequency of coffee consumption with the incidence of hypertension in young adult males in Muneng Village, Candiroto District, Temanggung Regency.

**Methods:** This study used a cross-sectional study based on the population of self-employed men. There were 58 samples aged 20-40 years old and who have regular black-coffee intake chosen by purposive sampling. Blood pressure measurements using a digital sphygmomanometer, body weight using a digital scale, and height using a microtoise. Data on self-identity, coffee intake, smoking habits, alcohol consumption, sleep duration, and income level were obtained using a research questionnaire instrument. Data on saturated fat, fiber, sodium, potassium, calcium, and magnesium intake were obtained using the SQ-FFQ form. Physical activity data were obtained using the IPAQ 2002 form and stress level data using the PSS form. Bivariate analysis used the Chi Square Test and Fisher's Exact Test and multivariate analysis using multiple logistic regression tests.

**Results:** The prevalence of hypertension is 19% and coffee consumption was not shown to be associated with the incidence of hypertension ( $p$  value  $< 0,05$ ). The risk factors for hypertension were sodium intake (OR: 5.641, 95% CI: 1.181-26.946) and sleep duration (OR: 13.128, 95% CI: 1.459-118.096).

**Conclusion:** There were no correlation between the amount, type, and frequency of coffee consumption with the incidence of hypertension. Risk factors for hypertension are sodium intake and sleep duration.

**Keywords:** Coffee, Hypertension, Sodium, Sleep Duration

<sup>1</sup>Nutrition Science Department, Medical Faculty of Diponegoro University, Semarang

