

## **HUBUNGAN MENGGONSUMSI KOPI DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA BARISTA STARBUCKS COFFE GRAND INDONESIA JAKARTA**

**Anastasia Hardyati**

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas MH. Thamrin, Jakarta

*Correspondence author* : [anastasiahardyati@gmail.com](mailto:anastasiahardyati@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Kopi merupakan minuman yang digemari masyarakat Indonesia yang kerap memicu perdebatan mengenai efeknya terhadap tekanan darah terutama hipertensi. Efek tersebut berasal dari kafein yang terkandung didalam kopi dimana kafein dapat mempengaruhi pembuluh darah dengan cara mempersempit pembuluh darah ke otak, akibatnya kerja jantung meningkat dan berisiko hipertensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah hubungan antara mengkonsumsi kopi dengan kejadian hipertensi melalui pendekatan potong lintang. Penelitian dengan metode deskriptif kuantitatif dengan pendekatan korelasi sampel diambil dengan metode Total Sampling yang berjumlah 45 responden. Data yang diperoleh menggunakan kuesioner dan lembar observasi kemudian dianalisis menggunakan analisis univariat dan bivariat. Hasil penelitian analisis bivariat diuji dengan uji chi square didapat bahwa tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara mengkonsumsi kopi dengan kejadian hipertensi. Hasil uji chi square menunjukkan bahwa nilai p value= 0,096. Dari hasil analisis juga didapat OR sebesar 4.167. Saran dari penelitian ini yaitu perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai mengkonsumsi kopi dengan kejadian hipertensi dengan melibatkan factor gaya hidup yang mempengaruhi kejadian hipertensi. Kesimpulan yang didapat dalam penelitian ini adalah tidak ada hubungan antara mengkonsumsi kopi dengan kejadian hipertensi

**Kata Kunci : Kopi, Tekanan Darah, Hipertensi**

### **PENDAHULUAN**

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan penyebab utama kematian di dunia, yang bertanggung jawab atas 68% dari 56 juta kematian yang terjadi pada tahun 2012 (WHO, 2014). Salah satu PTM yang menjadi masalah kesehatan yang sangat serius saat ini yakni hipertensi (Triyanto, 2014). Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan utama di dunia karena sebagai faktor resiko primer terjadinya penyakit jantung koroner (PJK), stroke, serta gagal jantung. Kira-kira jumlah orang dewasa yang menderita hipertensi pada tahun 2000 sebanyak 972 juta orang dan akan terjadi peningkatan hingga 60% pada tahun 2025 menjadi sekitar 1,56 miliar orang. Sekitar 25% orang dewasa di Amerika memiliki tekanan darah tinggi (Martiani, 2012).

Berdasarkan hasil Riskesdas pada tahun 2013 dilihat dari tingkat provinsi, prevalensi hipertensi tertinggi di Provinsi Bangka Belitung (39,6%) dan terendah di Papua Barat (20,1%). Selain itu, berdasarkan jumlah penderita hipertensi di DKI Jakarta adalah sebesar 20,0% atau 2.027.006 jiwa. Black dan Hawks (2014) menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor resiko yang mempengaruhi kejadian hipertensi. Faktor risiko ini dibagi menjadi faktor risiko yang tidak dapat dimodifikasi dan faktor risiko yang dapat dimodifikasi. Faktor yang tidak dapat dimodifikasi, meliputi (1) riwayat keluarga, (2) umur, (3) jenis kelamin, (4) etnis. Faktor yang

dapat dimodifikasi, meliputi (1) stress, (2) obesitas, (3) nutrisi seperti pola makan yang tinggi kalori, natrium, dan lemak tetapi rendah protein, (4) aktivitas fisik, (5) penyakit tertentu seperti diabetes mellitus, jantung coroner, dan ginjal, (6) konsumsi zat berbahaya seperti rokok, kafein, alkohol, dan obat-obatan terlarang.

Kafein yang berlebihan mempengaruhi sistem kardiovaskuler, seperti peningkatan detak jantung dan tekanan darah. Kafein yang mempengaruhi pembuluh darah dengan cara mempersempit pembuluh darah ke otak, akibatnya kerja jantung meningkat dan terjadilah hipertensi. Menurut FAO (Food and Agriculture Organization), produktivitas tertinggi kopi di dunia tercapai pada tahun 2012 yaitu sebesar 912 kg/ha. Sementara pada tahun 2013, produktivitas kopi dunia mencapai 880 kg/ha atau lebih rendah 3,52% dibandingkan tahun 2012. (Outlook Kopi Komoditas Subsektor Perkebunan, 2015).

Indonesia merupakan Negara produsen kopi keempat terbesar dunia setelah Brazil, Vietnam, dan Colombia (AEKI, 2013). Dalam Rusbianto (2003), mengatakan bahwa dari total produksi kopi Indonesia, sekitar 67% kopinya diekspor sedangkan sisanya (33%) untuk memenuhi kebutuhan konsumsi kopi dalam negeri. Tingkat konsumsi kopi dalam negeri berdasarkan International Coffe Organizations (2013) adalah sebesar 1,6 juta karung pada tahun 2000 dan mencapai 3,3 juta karung pada tahun 2010. Dengan demikian selama 10 tahun terjadi peningkatan konsumsi kopi di Indonesia lebih dari 100% sehingga berpotensi mendapat factor risiko hipertensi dari kafein yang ada di dalam kopi.

Berdasarkan penelitian Martiani dan Lelyana (2012) dijelaskan bahwa subjek yang mengkonsumsi kopi lebih dari 1-2 cangkir per hari meningkatkan risiko hipertensi 4,11 kali lebih tinggi dibandingkan dengan subjek yang tidak minum kopi. Hal ini disebabkan kandungan terbesar kopi yaitu kafein, memiliki efek meningkatkan tekanan darah secara akut, terutama pada penderita hipertensi. Peningkatan tekanan darah ini terjadi melalui mekanisme biologi antara lain kafein mengikat reseptor adenosin, mengaktifasi system saraf simpatis dengan meningkatkan konsentrasi katekolamin dalam plasma, dan menstimulasi kelenjar adrenalin serta meningkatkan produksi kortisol (Miller 2012).

## **METODE**

Pemilihan subjek penelitian ini dilatarbelakangi oleh hasil observasi peneliti secara langsung terhadap subjek penelitian dan diperkuat melalui wawancara dengan 10 Barista. Hasil yang didapat yaitu 4 dari 10 barista Starbucks Coffe Grand Indonesia Jakarta memiliki tekanan darah lebih dari 120/80 mmHg, kemudian 7 dari 10 barista mengatakan mengkonsumsi kopi lebih dari 2 gelas perhari. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan mengkonsumsi kopi dengan kejadian hipertensi pada barista Starbucks Coffe Grand Indonesia Jakarta.

Penelitian ini bersifat deskriptif kuantitatif dengan pendekatan korelasi dan teknik *total sampling*. Sampel penelitian ini sebanyak 45 responden. Instrumen penelitian ini dengan kuesioner dan lembar observasi.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Hasil penelitian ini disajikan dalam bentuk univariat dan bivariat. Analisis univariat terdiri dari distribusi variabel mengkonsumsi kopi, kejadian hipertensi, jenis kelamin, usia, obesitas, riwayat keluarga, mengkonsumsi rokok, aktivitas fisik. Analisa bivariat menghubungkan variabel mengkonsumsi kopi dengan kejadian hipertensi.

### **Analisis Univariat**

**Tabel 1**

**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Mengkonsumsi Kopi di Starbucks Grand Indonesia Jakarta**

<b>Mengkonsumsi Kopi</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
<b>&lt; 150 mg/hari</b>	12	26.7
<b>&gt; 150 mg/hari</b>	33	73.3
<b>Total</b>	45	100.0

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa jumlah responden mengkonsumsi kopi > 150 mg/hari lebih besar yaitu 73.3%.

**Tabel 2**

**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kejadian Hipertensi di Starbucks Grand Indonesia Jakarta Menurut Skala Kategorik**

<b>Kejadian Hipertensi</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
<b>Prehipertensi</b>	29	64.4
<b>Hipertensi stadium 1</b>	16	35.6
<b>Total</b>	45	100.0

Berdasarkan tabel 5.2 data kategorik menunjukkan bahwa jumlah responden prehipertensi lebih besar yaitu 60.4%.

**Tabel 2.1**

**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kejadian Hipertensi di Starbucks Grand Indonesia Jakarta Menurut Skala Numerik**

<b>Kejadian Hipertensi</b>	
<b>Mean</b>	133/83
<b>Median</b>	135/83
<b>Nilai Minimum</b>	120/70
<b>Nilai Maximum</b>	145/95

Berdasarkan tabel 2.1 data numerik menunjukkan bahwa berdasarkan kejadian hipertensi didapat nilai mean 133/83, median 135/83, nilai tekanan darah terendah 120/70 dan nilai tekanan darah tertinggi 145/95. Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa jumlah responden perempuan lebih besar yaitu 53.3%.

**Tabel 3**

**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Starbucks Grand Indonesia Jakarta**

<b>Jenis Kelamin</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
<b>Laki-laki</b>	21	46.7
<b>Perempuan</b>	24	53.3
<b>Total</b>	45	100.0

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa jumlah responden dengan usia 17-25 tahun lebih besar yaitu 62.2%.

**Tabel 4**

**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia di Starbucks Grand Indonesia Jakarta Menurut Skala Kategorik**

<b>Usia</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
<b>17-25 tahun</b>	28	62.2
<b>26-35 tahun</b>	17	37.8
<b>Total</b>	45	100.0

Berdasarkan tabel 5.4.1 data numerik menunjukkan bahwa berdasarkan usia responden didapatkan nilai mean 25, median 25, usia terendah 21 tahun, dan usia tertinggi 30 tahun.

**Tabel 5**  
**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia di Starbucks Grand Indonesia Jakarta Menurut Skala Numerik**

Usia	
Mean	25
Median	25
Nilai Minimum	21
Nilai Maximum	30

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa jumlah responden dengan nilai IMT <25 lebih besar yaitu 75.6%, nilai IMT mean dan median 23, nilai IMT terendah 18 dan tertinggi 27, responden yang tidak memiliki riwayat keluarga lebih besar yaitu 62.2%, responden mengkonsumsi rokok lebih besar yaitu 60.0%, responden yang melakukan aktivitas fisik lebih besar yaitu 68.9 %.

**Tabel 6**  
**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi Obesitas, Status Gizi Obesitas Menurut Skala Numerik, Riwayat Keluarga, Mengonsumsi Kopi, Aktivitas Fisik di Starbucks Grand Indonesia Jakarta Menurut Skala Kategorik**

Variabel	Frekuensi	Persentase
<b>Status Gizi Obesitas</b>		
< 25	34	75.6
>25	11	24.4
<b>Status Gizi Obesitas Menurut Skala Numerik</b>		
Mean	23	
Median	23	
Nilai Minimum	18	
Nilai Maximum	27	
Median	23	
<b>Riwayat Keluarga</b>		
Ada riwayat	17	37.8
Tidak ada riwayat	28	62.2
<b>Mengonsumsi Kopi</b>		
Ya	27	60.0
Tidak	18	40.0
<b>Aktivitas Fisik</b>		
Ya	31	68.9
Tidak	14	31.1
<b>Total</b>	<b>45</b>	<b>100.0</b>

### **Analisis Bivariat**

Analisis bivariat yang dilakukan pada penelitian ini yaitu dengan menghubungkan variabel independen yaitu mengkonsumsi kopi dengan variabel dependen yaitu kejadian hipertensi di dalam tabel silang.

**Tabel 7**  
**Hubungan Mengonsumsi Kopi Dengan Kejadian Hipertensi Pada Barista Starbucks Coffe Grand Indonesia Jakarta**

Mengonsumsi Kopi	Kejadian Hipertensi				Jumlah		P - Value	OR (95% CI)
	Pre Hipertensi		Hipertensi Stadium I					
	n	%	n	%	n	%		
< 150 mg/hari	10	83.3	2	16.7	12	100	0.096	4.167
> 150 mg/hari	18	54.5	15	45.5	33	100		(788 –
Total	28	62.2	17	37.8	45	100		22.038)

Tabel 7 menjelaskan hasil analisis hubungan antara mengonsumsi kopi dengan kejadian hipertensi yang menunjukkan bahwa 10 dari 12 (83.3%) subjek penelitian yang mengonsumsi kopi <150 mg/hari masuk ke dalam kategori prehipertensi. Disisi lain, 18 dari 33 (54.5%) subjek penelitian yang mengonsumsi kopi >150 mg/hari masuk ke dalam kategori prehipertensi. Berdasarkan hasil analisis uji statistik menjelaskan tidak ada hubungan antara mengonsumsi kopi dengan kejadian hipertensi ( $p=0,096$ ,  $p>0,05$ ), dengan demikian  $H_a$  ditolak. Hasil analisis terhadap hasil  $OR=4,167$  menunjukkan bahwa subjek penelitian yang mengonsumsi kopi >150 mg/hari memiliki risiko 4,167 kali mengalami hipertensi dibandingkan dengan yang mengonsumsi kopi <150 mg/hari.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Enggarwati (2014) tentang hubungan pola konsumsi kopi terhadap tekanan darah, dimana hasil dari uji statistic menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara pola konsumsi kopi dengan hipertensi ( $p=0,818$ ;  $p=>0,05$ ) maka  $H_a$  ditolak. Hasil analisis  $OR=0,870$  pun semakin menjelaskan bahwa subjek penelitian yang memiliki pola konsumsi buruk memiliki risiko 0,870 kali lebih kecil mengalami hipertensi dibandingkan dengan subjek penelitian yang memiliki pola konsumsi baik.

Kemudian hasil penelitian Wahyuni (2013) tentang hubungan konsumsi kopi dengan tekanan darah pada pasien rawat jalan puskesmas bogor tengah berdasarkan uji chi square menunjukan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi minum kopi  $\geq 7$  cangkir/minggu dengan kejadian hipertensi dengan  $OR=0,677$  (95% ci:0,333—1,378;  $p>0,05$ ). hal ini berarti bahwa konsumsi kopi lebih dari 7 cangkir/minggu menjadi salah satu faktor protektif terhadap kejadian hipertensi, namun hubungan tersebut tidak signifikan secara statistik.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Martiani (2012) tentang faktor risiko hipertensi ditinjau dari kebiasaan minum kopi menunjukkan bahwa subjek penelitian yang memiliki kebiasaan mengonsumsi kopi > 1-2 cangkir perhari meningkatkan risiko hipertensi 4,12 kali lebih tinggi dibanding dengan subjek penelitian yang tidak memiliki kebiasaan minum kopi dengan nilai  $p=0,017$ ,  $p<0,05$ ,  $OR=4,12$ .

## **KESIMPULAN**

Kesimpulan dari penelitian ini yaitu tidak ada hubungan antara mengonsumsi kopi dengan kejadian hipertensi pada barista Starbucks Coffe Grand Indonesia Jakarta dengan hasil ( $p=0,096$ ,  $p>0,05$ ), dengan demikian  $H_a$  ditolak.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- AEKI – AICE. 2013. Industri Kopi Di Indonesia. Diambi pada 3 juni 2017, dari <http://aice.org/page/industri-kopi/id>.
- Black, J., & Hawks, J. 2014. *Medical surgical nursing. Clinical management for positive outcomes (8th ed.)*. Elsevier
- Enggarwati Pandan. 2014. Hubungan pola konsumsi kopi terhadap tekanan darah. <http://lib.ui.ac.id/naskahringkas/2016-06/S56908-Pandan%20Enggarwati>.
- International Coffe Organization. 2013. Historical Data. Diambil pada 22 Juni 2017, dari [http://www.ico.org/new\\_historical.asp?section=Statistics](http://www.ico.org/new_historical.asp?section=Statistics)
- Miller, C. A. 2012. *Nursing For Wellness In Older Adults*. Philadelphia: Lippincot Williams & Wilkins
- Martiani, A. 2012. Faktor Resiko Hipertensi Ditinjau Dari Kebiasaan Minum Kopi. <https://core.ac.uk/download/pdf/11736648.pdf>. Dipublikasikan pada 30 November 2012.
- Putra, Rhendy Kencana. 2015. Outlook Kopi Komoditas Subsektor Perkebunan. Pusat Data dan Sistem Informasi Pertanian Sekretariat Jenderal - Kementerian Pertanian: 2015
- Triyanto, T. 2014. *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Wahyuni, T. Hubungan Konsumsi Kopi Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Rawat Jalan Puskesmas Bogor Tengah. <http://repository.ipb.ac.id>