

## Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Tumbu-Tumbu Jaya Kecamatan Kolono Timur Tahun 2024

Muaemana<sup>1\*</sup>, Aidil Shafwan<sup>2</sup>, Nirwana<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi S1 Keperawatan, Institut Teknologi dan Kesehatan Avicenna, Kendari

Email korespondensi: muaemasabaruddin@gmail.com

### Info Artikel:

Diterima:

08 Agustus 2024

Disetujui:

21 Agustus 2024

Dipublikasi:

30 September 2024

### Kata Kunci:

Hipertensi, Riwayat keluarga, aktifitas fisik, konsumsi kopi

### Keywords:

*Hypertension, family history, physical activity, coffee consumption*

### Abstrak

**Latar Belakang:** 1,13 miliar orang atau sekitar 26,4 % populasi pada orang dewasa diseluruh dunia mengalami hipertensi. Proyeksi angka ini akan meningkat 29,2 % pada tahun 2025 mendatang didukung oleh basis pengetahuan perawat dan sikap mereka terhadap keselamatan pasien. **Tujuan:** Untuk mengetahui hubungan riwayat keluarga, aktivitas fisik dan konsumsi kopi dengan kejadian hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tumbu-Tumbu Jaya Kecamatan Kolono Timur Kab Konawe Selatan. **Metode:** Desain penelitian ini adalah analitik dengan pendekatan *cross sectional study*. Populasi penelitian ini adalah semua perawat yang bertugas di Ruang Rawat Inap BLUD RS Konawe tahun 2023 yaitu Sebanyak 177 orang Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni s/d Juli tahun 2024. Sampel dalam penelitian adalah pasien yang datang berobat dengan gejala hipertensi di Puskesmas Tumbu-Tumbu Jaya sebanyak 62 orang. Penelitian ini menggunakan kuesioner sebagai instrumen utama pengumpulan data. Analisis data dilakukan dengan menggunakan *chipsquare*. *dengan Tingkat signifikansy 95%* dengan menggunakan aplikasi SPSS. **Hasil:** hasil uji chi-square riwayat keluarga dengan kejadian hipertensi diperoleh  $p = (0,001)$ , aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi didapatkan  $p = (0,013)$  dan konsumsi kopi dengan kejadian hipertensi  $p = (0,002)$  **Kesimpulan:** Riwayat keluarga, aktivitas fisik, dan dan konsumsi kopi memiliki hubungan erat dengan kejadian hipertensi di di Wilayah Kerja Puskesmas Tumbu-Tumbu Jaya

### Abstract

**Background:** 1.13 billion people are hypotensive, or about 26.4% of the adult population worldwide. This number is projected to increase by 29.2% by 2025, supported by nurses' knowledge base and their attitude towards patient safety. **Objective:** To determine the relationship between family history, physical activity, and coffee consumption with the incidence of hypertension in the Tumbu-Tumbu Jaya Health Center Working Area, East Kolono District, South Konawe Regency. **Methods:** This research design is analytic with a cross-sectional study approach. The population of this study was all nurses who served in the Konawe Hospital BLUD Inpatient Room in 2023, which was a total of 177 people. The sample in the study included patients who came for treatment with symptoms of hypertension at the Tumbu-Tumbu Jaya Health Center, as many as 62 people. This study used a questionnaire as the main instrument for data collection. Data analysis was performed using the chi-square Test. with a 95% significance level using the SPSS application. **Results:** the results of the chi-square test of family history with the incidence of hypertension obtained  $p = (0.001)$ , physical activity with the incidence of hypertension obtained  $p = (0.013)$ , and coffee consumption with the incidence of hypertension  $p = (0.002)$ . **Conclusion:** Family history, physical activity, and coffee consumption are closely related to the incidence of hypertension in the Tumbu-Tumbu Jaya Health Center Working Area.

## PENDAHULUAN

Sekitar 71% penyebab kematian di dunia adalah penyakit tidak menular (PTM), salah satunya adalah Hipertensi. Hipertensi juga masih menjadi masalah kesehatan yang paling banyak dialami penduduk dunia, tingginya prevalensi hipertensi juga mengakibatkan angka kematian yang disebabkan penyakit hipertensi meningkat. Hipertensi dapat didefinisikan sebagai

tekanan darah persisten dimana tekanan sistoliknya  $\geq 140$  mmHg dan tekanan diastoliknya  $\geq 90$  mmHg.

Menurut World Health Organization (WHO), sekitar 1,13 miliar orang atau sekitar 26,4 % populasi pada orang dewasa diseluruh dunia mengalami hipertensi. Proyeksi angka ini akan meningkat 29,2 % pada tahun 2025 mendatang. (P2PTM Kemenkes, 2023). Berdasarkan data dari Riskesdas Nasional

Tahun 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia mengalami peningkatan signifikan dari 25,8% pada tahun 2013 menjadi 34,1% pada tahun 2018. Dengan demikian diperkirakan terdapat sekitar 63.309.620 orang yang menderita hipertensi di Indonesia. (Kemenkes, 2023).

Data kasus Hipertensi di Sulawesi Tenggara pada Riskesda tahun 2013 sebesar 22,5%. Namun, pada Riskesda Sulawesi Tenggara tahun 2018 prevalensi hipertensi Sulawesi Tenggara pada penduduk umur 18 tahun keatas menunjukkan peningkatan yang signifikan mencapai angka 29,7%. Tahun 2023 sebanyak 17.338 orang (Dinkesprov Sultra, 2023).

Konawe Selatan salah satu Kabupaten di Sulawesi Tenggara yang menyumbangkan data pada tahun 2021 jumlah hipertensi sebanyak 2190 orang, tahun 2022 jumlah hipertensi sebanyak 2052 orang sedangkan untuk tahun 2023 jumlah hipertensi sebanyak 3282 orang. (Dinkes Kab Konawe, 2024).

Data masyarakat yang berobat dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tumbu-Tumbu Jaya Kecamatan Kolono Timur Kab Konawe Selatan pada tahun 2021 sebanyak 153 orang, tahun 2022 jumlah hipertensi sebanyak 172 orang dan tahun 2023 jumlah hipertensi sebanyak 341 orang (Profil puskesmas, 2024)

Meningkatnya angka kejadian hipertensi terutama disebabkan oleh perubahan gaya hidup yang menyebabkan peralihan pola penyakit dari penyakit menular menjadi penyakit degeneratif kronis. Faktor penentu yang mempengaruhi timbulnya hipertensi dapat dikategorikan menjadi dua kelompok besar: faktor yang tidak dapat diubah, seperti jenis kelamin, usia, dan genetika, dan faktor yang dapat dimodifikasi, seperti konsumsi kopi dan aktivitas fisik. Agar hipertensi dapat terwujud, faktor-faktor risiko ini harus berkontribusi secara kolektif

(faktor risiko umum yang mendasarinya); dengan kata lain, faktor risiko tunggal tidak cukup untuk menyebabkan hipertensi. (Kemenkes RI, 2023).

Saat ini, terdapat tren yang menunjukkan bahwa populasi perkotaan menunjukkan insiden hipertensi yang lebih tinggi dibandingkan dengan populasi di pedesaan. Fenomena ini antara lain disebabkan oleh pilihan gaya hidup yang lazim di kalangan penduduk kota, yang terkait dengan peningkatan risiko hipertensi. Faktor yang berkontribusi termasuk peningkatan tingkat stres, obesitas, aktivitas fisik yang tidak mencukupi, penggunaan tembakau, konsumsi alkohol, asupan kopi, dan pola makan kaya lemak. Pergeseran ke arah makanan cepat saji, yang seringkali tinggi lemak, protein, dan garam namun kekurangan serat, semakin memperburuk situasi. Kebiasaan pola makan tersebut berkontribusi signifikan terhadap prevalensi penyakit degeneratif seperti hipertensi. (Djauhar Arif, dkk, 2023).

Penelitian Solehatul Mahdmudah dkk. (2020) di Kelurahan Sawangan Baru Kota Depok menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara asupan natrium dengan prevalensi hipertensi pada penduduk lanjut usia. Temuan yang diperoleh dari analisis regresi logistik berganda menunjukkan bahwa rasio odds (OR) untuk asupan natrium adalah 4,627. Hal ini menunjukkan bahwa individu dengan konsumsi natrium berlebihan mempunyai risiko 4,627 kali lebih tinggi terkena hipertensi dibandingkan dengan individu dengan asupan natrium cukup.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Rini Anggraeny (2020), lansia yang tidak melakukan aktivitas fisik memiliki kemungkinan 1,57 kali lebih besar terkena hipertensi dibandingkan lansia yang melakukan aktivitas fisik, meskipun temuan ini tidak signifikan secara statistik. Demikian pula lansia yang merokok mempunyai

kemungkinan 1,42 kali lebih besar untuk menderita hipertensi dibandingkan dengan bukan perokok, namun hasil ini juga tidak signifikan. Aktivitas fisik yang dilakukan secara teratur dan tepat, dengan frekuensi dan durasi yang tepat, dapat berkontribusi dalam menurunkan tekanan darah. Meskipun tekanan darah pada awalnya meningkat selama aktivitas fisik, melakukan latihan fisik secara konsisten dapat menghasilkan kesehatan yang lebih baik secara keseluruhan dan menurunkan tekanan darah dibandingkan dengan mereka yang tidak banyak bergerak. Selain itu, kurangnya aktivitas fisik dikaitkan dengan kemungkinan lebih tinggi terjadinya obesitas, yang pada gilirannya dapat meningkatkan tekanan darah. (Rini Anggraeny, 2020)

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Desember 2023 di Wilayah Kerja Puskesmas Tumbu-Tumbu Jaya Kecamatan Kolono Timur Kab Konawe Selatan, terhadap 10 masyarakat yang datang berobat dengan keluhan penyakit hipertensi di puskesmas Tumbu-Tumbu Jaya Kecamatan Kolono Timur. Berdasarkan wawancara dengan 10 orang tersebut mengatakan, 4 orang mengatakan memiliki keluarga menderita hipertensi, 3 orang mengatakan aktifitas fisiknya jarang kebanyakan diam di rumah dan 3 orang mengatakan memiliki kebiasaan minum kopi lebih dari 3 gelas perhari.

## METODE

Penelitian ini merupakan analitik dengan menggunakan desain *cross sectional* yang dimaksudkan untuk melihat hubungan beberapa variabel bebas dengan variabel terikat secara bersamaan tanpa ada tindak lanjut. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 10 Juni sampai dengan tanggal 10 Juli tahun 2024 di Puskesmas Tumbu-Tumbu Jaya Konawe Selatan

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien yang datang berobat dengan gejala hipertensi di Puskesmas Tumbu-Tumbu Jaya Kecamatan Kolono Timur Kab Konawe Selatan pada tahun 2023 sebanyak 376 orang. Sedangkan sampelnya sebanyak 62 orang. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan Teknik *simple random sampling*. Variabel penelitian ini terdiri dari 2 yakni variabel bebas dalam hal ini Riwayat keluarga, aktifitas fisik, dan merokok. Sedangkan variabel terikatnya adalah kejadian hipertensi

Prosedur pengolahan data penelitian ini meliputi penyuntingan, pengkodean, pembersihan, dan tabulasi. Selain itu, analisis data menggunakan dua teknik analisis utama, yaitu analisis univariat dan bivariat, dengan menggunakan uji *chi-square*, dengan interpretasi hasil pengujian dilakukan pada tingkat kepercayaan 95%.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Karakteristik Responden

**Tabel 1.** Karakteristik Responden di Wilayah kerja Puskesmas Tumbu-Tumbu Jaya Kabupaten Konawe Tahun 2024

No	Karakteristik Responden	n	%
1	<b>Umur</b>		
	16-20	2	3,2
	21-45	20	32,3
	46-64	39	62,9
	>64	1	1,6
2	<b>Jenis Kelamin</b>		
	Laki-laki	30	48,4
	perempuan	32	51,6
3	<b>Pendidikan Ortu</b>		
	SD	18	29,0
	SMP	16	25,8
	SMA	20	32,3
	S1	8	12,9
4	<b>Pekerjaan</b>		
	Petani	9	14,5
	Sopir	1	1,6
	Nelayan	9	14,5
	Guru	7	11,3

Pelajar	2	3,2	IRT	29	46,8
Wiraswasta	5	8,1	<b>Jumlah</b>	<b>62</b>	<b>100,0</b>

### Hubungan Riwayat Keluarga dengan Kejadian Hipertensi

**Tabel 2.** Hubungan Riwayat Keluarga dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Tumbu-Tumbu Jaya Kabupaten Konawe Selatan Tahun 2024

Riwayat keluarga	Kejadian hipertensi						P-value
	Cukup		Kurang		Total		
	n	%	n	%	N	%	
Tidak ada	21	33,9	5	8,1	26	41,9	0,001
Ada	13	21,0	23	37,1	36	58,1	
<b>Total</b>	34	54,8	28	45,2	62	100,0	

Berdasarkan tabel 2. dapat diketahui bahwa dari 62 responden yang menjadi sampel bahwa distribusi frekuensi riwayat keluarga dimana tidak ada riwayat keluarga sebanyak 26 (41,9%) responden. Kemudian sebanyak 36 (58,1%) responden ada riwayat keluarga. Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa, dari 62 responden terdapat 36 (58,1%) responden yang memiliki Riwayat keluarga hipertensi dan 26 (41,9%) responden tidak memiliki Riwayat keluarga yang hipertensi di Puskesmas Tumbu-Tumbu Jaya, dari 36 (58,1%) responden tersebut yang memiliki Riwayat keluarga hipertensi terdapat 23 (37,1%) responden juga menderita hipertensi dan 13 (21,0%) responden tidak menderita hipertensi di Puskesmas Tumbu-Tumbu Jaya. Sedangkan dari 26 (41,9%) responden yang tidak memiliki Riwayat keluarga yang menderita hipertensi sebanyak 5 (8,1%) responden dan yang tidak menderita hipertensi sebanyak 21(33,9%) responden. Maka dapat ditarik kesimpulan dari hasil penelitian menunjukkan bahwa seseorang yang memiliki riwayat keluarga menderita hipertensi akan memiliki risiko lebih tinggi untuk menderita hipertensi di Puskesmas Tumbu-Tumbu Jaya kecamatan Kolono Timur Kabupaten Konawe Selatan.

Hipertensi memiliki kecenderungan untuk menurun pada generasi selanjutnya. Faktor risiko ini tidak dapat dihilangkan

tetapi dapat diantisipasi sedini mungkin dengan rajin melakukan kontrol terhadap tekanan darah di Puskesmas atau Rumah Sakit. Namun, demikian bukan berarti bahwa semua yang mempunyai keturunan hipertensi pasti akan menderita penyakit hipertensi. Tentunya faktor genetik ini juga dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang dapat menyebabkan seseorang menderita hipertensi.

Faktor genetik tidak dapat disangkal berdampak pada keluarga dengan riwayat hipertensi, terutama karena peningkatan kadar natrium intraseluler dan rasio kalium terhadap natrium yang tidak menguntungkan. Akibatnya, individu yang lebih tua dalam keluarga tersebut mempunyai kemungkinan dua kali lebih besar terkena hipertensi dibandingkan dengan mereka yang tidak memiliki latar belakang keluarga tersebut (Buckman, 2010). Sebuah studi oleh Dismiantoni dkk. (2019) semakin menguatkan hubungan tersebut dengan menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara faktor keturunan dengan prevalensi hipertensi di wilayah hukum Puskesmas Simbarwaringin yang terletak di Kecamatan Trimurjo, Lampung Tengah, pada tahun 2019.

Dapat dilihat dari hasil uji statistik chi-square nilai signifikan  $p = (0,001)$  atau  $(<0,05)$  sehingga dapat disimpulkan bahwa

faktor riwayat keluarga berhubungan dengan kejadian hipertensi pada responden di wilayah kerja Puskesmas Tumbu-Tumbu Jaya. Hasil penelitian sejalan dengan Sidik (2023), ada hubungan riwayat keluarga hipertensi terhadap kejadian hipertensi di Puskesmas Talang Ratu Banyuasin tahun 2023. Selanjutnya hasil penelitian Kusmawati et al (2021) terdapat hubungan signifikan antara riwayat keluarga hipertensi dengan kejadian hipertensi dengan nilai  $p$  value = 0,000 ( $\alpha < 0.05$ ).

Riwayat kesehatan keluarga yang komprehensif berfungsi sebagai instrumen berharga untuk mengidentifikasi risiko kesehatan dan menerapkan strategi pencegahan penyakit. Untuk memfasilitasi pengumpulan dan pengorganisasian informasi kesehatan keluarga, Kantor Genomics Kesehatan Masyarakat Pusat Pengendalian dan Pencegahan Penyakit berkolaborasi dengan Surgeon General dan berbagai lembaga federal untuk membuat sumber daya online yang dikenal sebagai Potret Kesehatan Keluarga Saya. (CDC, 2020)

### Hubungan aktifitas fisik dengan Kejadian Hipertensi

**Tabel 3.** Hubungan Aktifitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Tumbu-Tumbu Jaya Kabupaten Konawe Selatan Tahun 2024

Aktifitas fisik	Kejadian hipertensi						P-value
	Cukup		Kurang		Total		
	f	%	F	%	F	%	
Cukup	19	30,6	6	9,7	25	40,3	0,013
Kurang	15	24,2	22	35,5	37	59,7	
<b>Total</b>	34	54,8	28	45,2	62	100,0	

Tabel 3 dapat diketahui bahwa terdapat 25 (40,3%) responden dengan aktifitas fisik cukup. Kemudian distribusi responden berdasarkan aktivitas fisik kurang, terdapat 37 atau (59,7%) responden di wilayah kerja Puskesmas Tumbu-Tumbu Jaya.

Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa dari 25 (40,3%) responden yang beraktivitas fisik cukup terdapat 6 (9,7%) responden yang mengalami hipertensi sedangkan yang tidak hipertensi sebanyak 19 (30,6%) responden dan dari 37 (59,7%) responden yang beraktivitas fisik kurang terdapat 22 (35,5%) responden yang menderita hipertensi dan yang tidak menderita hipertensi sebanyak 15 (24,2%) responden di Puskesmas Tumbu-Tumbu Jaya. Sehingga dapat ditarik Kesimpulan bahwa seseorang yang aktivitas fisiknya kurang dapat meningkatkan risiko menderita

hipertensi di Puskesmas Tumbu Jaya Kecamatan Kolono Timur Kabupaten Konawe Selatan.

Terlibat dalam aktivitas fisik secara teratur menyebabkan beberapa adaptasi fisiologis. Khususnya, miokardium (otot jantung) menunjukkan peningkatan kekuatan dan daya tahan, yang menyebabkan peningkatan curah jantung dan integritas struktural. Secara bersamaan, elastisitas pembuluh darah ditingkatkan karena peningkatan relaksasi dan vasodilatasi, yang memfasilitasi pengurangan timbunan lipid di dalam dinding pembuluh darah. Proses ini, pada gilirannya, meningkatkan fungsi kontraktile otot polos pembuluh darah. (Anies, 2007).

Aktivitas fisik umumnya dicirikan sebagai gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang menyebabkan pengeluaran

energi. Bagi individu yang menunjukkan satu atau lebih faktor risiko yang berhubungan dengan hipertensi, melakukan aktivitas fisik dapat berfungsi sebagai tindakan pencegahan terhadap peningkatan tekanan darah. Bagi mereka yang didiagnosis menderita hipertensi ringan, aktivitas fisik secara teratur berpotensi mengatur tekanan darah sehingga intervensi farmakologis menjadi tidak diperlukan. Disarankan untuk berolahraga secara rutin, sebaiknya 3-5 kali seminggu, dengan setiap sesi minimal 30 menit dengan intensitas sedang. Bentuk olahraga yang direkomendasikan untuk penderita hipertensi antara lain aktivitas berdampak rendah seperti jalan kaki, jogging, dan bersepeda. (Sustranim, 2004 dalam Rihiantoro, 2014).

Aktivitas fisik mencakup semua bentuk pergerakan, baik yang dilakukan pada waktu senggang, untuk tujuan perjalanan, atau sebagai aspek tugas pekerjaan. Terlibat dalam aktivitas fisik intensitas sedang dan berat berkontribusi terhadap peningkatan kesehatan. (WHO, 2021). Aktivitas fisik merupakan suatu cara yang dapat mencegah terjadinya hipertensi, aktivitas fisik dapat dilakukan dengan cara melakukan gerakan yang mampu mengeluarkan energi dan membakar lemak pada metabolisme tubuh. Aktivitas fisik dapat dilakukan seperti bersepeda, jalan santai, senam serta juga pada aktifitas sehari-hari yang dilakukan pada masyarakat.

Anggraini dalam (Abdurrachim et al., 2017) menyebutkan bahwa aktivitas fisik yang baik dalam upaya menurunkan tekanan darah adalah aktivitas fisik yang berintensitas sedang, misalkan berjalan cepat, bersepeda

santai atau senam. Dalam bukunya yang berjudul Pelayanan Keperawatan Individu Penderita Hipertensi tahun 2014, Trinyanto memaparkan pengaruh signifikan aktivitas fisik terhadap pengaturan tekanan darah. Dia berpendapat bahwa individu yang melakukan aktivitas fisik minimal lebih cenderung menunjukkan peningkatan detak jantung. Kondisi ini memaksa otot jantung untuk mengerahkan upaya lebih besar pada setiap kontraksi, sehingga meningkatkan tekanan darah yang diberikan pada dinding arteri dan mengakibatkan peningkatan resistensi perifer, yang akibatnya meningkatkan tingkat tekanan darah. Lebih lanjut Trinyanto menekankan bahwa aktivitas fisik yang tidak mencukupi dapat menyebabkan penambahan berat badan sehingga memperbesar risiko terjadinya hipertensi (Trinyanto, 2014)..

Hasil uji statistik chi-square diperoleh hasil nilai signifikan  $p=0.013$  atau  $(0,05)$  dengan demikian dapat disimpulkan bahwa faktor aktivitas fisik berhubungan secara nyata dengan kejadian hipertensi pada responden di wilayah kerja Puskesmas Tumbu-Tumbu Jaya. Sejalan dengan hasil penelitian Wulandari et al (2023) ada hubungan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Pedamaran Kab.Ogan Komering Ilir tahun 2021 ( $p$  value  $0,000$ ). Hasil penelitian Morika et al (2021) ada hubungan antara aktifitas fisik dengan kejadian hipertensi dengan hasil uji chi-square didapatkan nilai  $p=0,002 < 0,05$  yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Koto Lolo

## Hubungan Konsumsi Kopi dengan Kejadian Hipertensi

**Tabel 4.** Hubungan Merokok dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Tumbu-Tumbu Jaya Kabupaten Konawe Selatan Tahun 2024

Konsumsi Kopi	Kejadian hipertensi						P-value
	Normal		Hipertensi		Total		
	f	%	F	%	F	%	

Tidak konsumsi	22	35,5	7	11,3	29	46,8	0,002
Konsumsi	12	19,4	21	33,9	33	53,2	
<b>Total</b>	34	54,8	28	45,2	62	100,0	

Tabel 4. menunjukkan bahwa berdasarkan konsumsi kopi responden, terdapat 29 (46,8%) responden tidak mengkonsumsi kopi. Selanjutnya terdapat 33 (53,2%) responden mengonsumsi kopi.

Dari 29 responden atau 46,8% yang tidak mengonsumsi kopi terdapat 7 atau 11,3% yang menderita hipertensi sedangkan yang tidak menderita hipertensi sebanyak 22 responden atau 35,4%. Dari 33 responden yang mengonsumsi kopi terdapat 21 atau 33,9% responden yang menderita hipertensi dan 12 (19,4%) responden tidak mengalami hipertensi. Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa seseorang yang sering minum kopi berisiko untuk menderita hipertensi daripada seseorang yang tidak mengonsumsi kopi di Puskesmas Tumbu-Tumbu Jaya kecamatan Kolono Timur Kabupaten Konawe Selatan.

Konsumsi kopi sering dikaitkan dengan penyakit jantung koroner, karena telah terbukti meningkatkan tekanan darah dan kadar kolesterol darah karena kandungan polifenol, kalium, dan kafein. Di antara komponen-komponen ini, kafein terkenal karena potensinya meningkatkan tekanan darah. Secara mekanis, kafein menginduksi sekresi adrenalin melalui interaksi dengan reseptor adenosin di sel saraf, yang kemudian menyebabkan peningkatan tekanan darah. Efek fisiologis dari asupan kafein dapat muncul dalam waktu 5 hingga 30 menit dan dapat bertahan hingga 12 jam. (Bistara & Kartini, 2018).

Kopi menjadi salah satu faktor terjadinya hipertensi karena kopi mengandung kafein yang meningkatkan debar jantung dan naiknya tekanan darah., diduga kafein mempunyai efek langsung pada medula adrenal untuk mengeluarkan epinefrin. Kebiasaan minum kopi

menyebabkan curah jantung meningkat dan terjadi peningkatan sistole yang lebih besar dari tekanan diastole (Elvivin, 2015). Seseorang yang tidak terbiasa mengonsumsi kafein lebih sering mengalami peningkatan denyut jantung dan kenaikan tekanan darah saat mengonsumsi kafein (Wibowo, 2014). Konsumsi kopi meningkatkan keasaman usus sehingga menghambat penyerapan elektrolit pengatur tekanan darah. Kafein dalam kopi menyebabkan seseorang dipaksa terjaga melawan irama sirkadian yang dapat memicu stres. Stres merupakan kondisi yang dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah (Lingga, 2012).

Dari hasil uji analisis chi-square diperoleh nilai signifikan  $p=0,002$  atau ( $<0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan bahwa faktor konsumsi kopi secara nyata ada hubungan dengan kejadian hipertensi pada responden di wilayah kerja Puskesmas Tumbu-Tumbu Jaya. Sejalan dengan Hasil penelitian Safitri dan Muwakhidah (2024) terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi kopi terhadap kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Polanharjo Klaten dengan hasil uji statistic Chi Square diperoleh pvalue sebesar (0,000)  $<$  nilai  $\alpha$  (0,05) dan terdapat hubungan antara jumlah konsumsi kopi terhadap kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Polanharjo Klaten dengan hasil uji statistic Chi Square diperoleh pvalue sebesar (0,000)  $<$  nilai  $\alpha$  (0,05).

Semakin bertambah frekuensi minum kopi akan semakin menambah peningkatan tekanan darah pada pasien hipertensi (Melizza et al., 2021), Kawanisi et al (2021). Orang yang tidak mengonsumsi kopi memiliki tekanan darah yang lebih rendah dibandingkan orang yang mengonsumsi 1-3

cangkir per hari. (Uiterwaal C, et al, 2007). Hasil penelitian Sari et al (2022) hasil uji statistik menggunakan uji *Chi-Square* setelah dilakukan analisis dengan SPSS didapatkan P-value 0,000 (<0,005) Ho ditolak, artinya ada hubungan konsumsi kopi dengan tekanan darah pada lansia riwayat hipertensi.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan temuan dan pembahasan yang disampaikan dalam penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Riwayat keluarga, aktifitas fisik, dan konsumsi kopi dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Tumbu-Tumbu Jaya Kabupaten Konawe Selatan.

Kepada pihak pemerintah terkait agar selalu mendukung kegiatan program pencegahan hipertensi dengan cara meningkatkan peran serta Masyarakat untuk lebih giat datang dalam kegiatan posbindu untuk mendeteksi secara dini penyakit tidak menular salah satunya hipertensi. Bagi pihak puskesmas dapat meningkatkan frekuensi kegiatan pencegahan dan deteksi dini penyakit tidak menular salah satunya hipertensi. Serta memberikan pendampingan kepada Masyarakat baik berupa program guna menekan angka hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tumbu-Tumbu Jaya. Kemudian untuk peneliti selanjutnya, lebih memperdalam materi terkait konsumsi kopi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anies. (2007). Waspada Ancaman Penyakit Tidak Menular. Jakarta: PT. Elek Media Komputindo.
- Anwar, S. (2023). *Batasan Konsumsi Kopi Pahit Harian*. [www.rri.co.id](http://www.rri.co.id). Diakses pada tanggal 5 Juni 2024
- Badan Penelitian dan Pengembanagan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI (2018). *Riset Kesehatan Dasar 2018* Jakarta: Kemenkes RI
- CDC (2020a). Genetics and Family History. Available at: [https://www.cdc.gov/bloodpressure/risk\\_factors.htm](https://www.cdc.gov/bloodpressure/risk_factors.htm)
- Dai, S. G., Nursi, N., & Getrida, S. M. (2021). Hubungan Mengonsumsi Kopi Dengan Penyakit Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Wawasan Kesehatan*, 6(10), 74–79.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Konawe Selatan (2023). *Profil Kesehatan Kabupaten Konawe Tahun 2024*. Andoolo: Konawe Selatan
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara. (2023). *Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara 2023*. Kendari: Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara
- Dismiantoni, N., Anggunan, A., Triswanti, N., & Kriswiastiny, R. (2020). Hubungan Merokok Dan Riwayat Keturunan Dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 30-36.
- Dismiantoni, N., Anggunan, Triswanti, N., & Kriswiastiny, R. (2019a). Hubungan Merokok dan Riwayat Keturunan Dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 30–36.
- Elvivin, dkk, (2020). Analisis Faktor Resiko Kebiasaan Mengonsumsi Garam, Alkohol, Kebiasaan Merokok Dan Minum Kopi Terhadap Kejadian Hipertensi di Suku Bajo Pulau Tasipi Kabupaten Muna Barat. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(2),47-54
- Erman, Imelda. Dkk. (2021). Hubungan Merokok dengan Kejadian Hipertensi diPuskesmas Kampus Palembang” *Jurnal Keperawatan Merdeka*. Vol I, 1.2021
- Indriani, M.H., Djannah, S.D., dan Handayani, L. (2023). Pengaruh Konsumsi Kopi terhadap Kejadian Hipertensi: Studi Literatur. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, Volume 18, Nomor 2, Halaman 35-40
- Kasumayanti, E., Zurrahmi, Z., & Maharani, M. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Usia Produktif di Desa Pulau Jambu Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuok. *Jurnal Ners*, 5(1), 1-7.
- Kawanishi Y., Kakigano A., Kimura T., dkk. (2021). Hypertensive disorders of pregnancy about coffee and tea consumption: The Japan environment and children's study. *Nutrients*, 13(2):1–12.



- Kristanto Budi, D. (2021). Hubungan Kebiasaan Mengkonsumsi Kopi Dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 9(2), 73–83.
- Kristanto, B dan Diyono. (2021). Hubungan Kebiasaan Mengkonsumsi Kopi Dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan* Vol. 9 No. 2
- Lestari, F., Wirandoko, I. H., & Sanif, M. E. (2020). Pengaruh Kebiasaan Minum Kopi Terhadap Grade Hipertensi pada Laki-laki Usia Produktif di Wilayah Kerja Puskesmas Larangan Kota Cirebon. *Tunas Medika Jurnal Kedokteran & Kesehatan*, 6, 33–3
- Lingga, L. (2012). *Bebas Hipertensi Tanpa Obat*. Jakarta: Agromedia Pustaka
- Melizza, N., Kurnia, A. D., Masruroh, N. L., Bkti, Y., Ruhyanudin, F., Mashfufa, E. W., & Kusumawati, F. (2021). Prevalensi Konsumsi Kopi dan Hubungannya dengan Tekanan Darah. *Faleteban Health Journal*, 8(1), 10–15.
- Morika, H. D., Nur, S. A., Jekzond, H., & Amalia, R. F. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Lansia. In *Prosiding Seminar Nasional Stikes Syedza Saintika* (Vol. 1, No. 1).
- Safitri, A., Muwakhidah, S. K. M., & Epid, M. K. (2024). Hubungan Konsumsi Kopi Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Polanharjo Klaten (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Sidik, A.B. (2023). Hubungan Usia, Jenis Kelamin, dan Riwayat Keluarga Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Talang Ratu Palembang Tahun 2023. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*. 1(6); 307-315
- Wulandari, F. W., Ekawati, D., Harokan, A., & Murni, N. S. (2023). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi. *Jurnal Aisyiyah Medika*, 8(1).