

## HUBUNGAN KONSUMSI KOPI DAN STATUS MEROKOK DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI DI DESA KRUENG BATU KECAMATAN KLUET UTARA KABUPATEN ACEH SELATAN

*The Relationship Between Coffee Consumption And Smoking Status With  
The Incidence Of Hypertension In The Elderly In Krueng Batu Village,  
Kluet Utara District, South Aceh Regency*

Nursani<sup>1</sup>, Cukri Rahma\*<sup>2</sup>, Itza Mulyani<sup>3</sup>, Teuku Muliadi<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Teuku Umar, Meulaboh, Aceh Barat, 23615

\*Koresponding Penulis: [1saninur222@gmail.com](mailto:saninur222@gmail.com); [2cukri.rahma@gmail.com](mailto:cukri.rahma@gmail.com)\*

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menentukan apakah terdapat hubungan antara variabel-variabel yang disebutkan di atas dengan frekuensi hipertensi pada populasi lanjut usia di Desa Krueng Batu, Kecamatan Kluet Utara, Kabupaten Aceh Selatan, dengan menyelidiki pengaruh merokok dan konsumsi kopi terhadap kondisi tersebut. Penelitian ini menggunakan pendekatan cross-sectional dan melibatkan 84 responden. Hipertensi terbukti memiliki korelasi signifikan dengan konsumsi kopi ( $\rho = 0.0012$ ) dan korelasi kuat dengan merokok ( $\rho = 0.005$ ) dalam penelitian ini. Rekomendasi untuk lansia dengan hipertensi meliputi peningkatan pendidikan, pengurangan konsumsi kopi, dan berhenti merokok. Hasil penelitian ini dapat memberikan pemahaman kepada masyarakat umum tentang pentingnya pola makan sehat untuk mencegah penyakit kronis.

**Kata kunci:** Hipertensi, Konsumsi Kopi, Status Merokok

### Abstract

*The title of this research is "The Relationship Between Coffee Consumption and Smoking and the Incidence of Hypertension in the Elderly in Krueng Batu Village, Kluet Utara District, South Aceh Regency," and its goal is to clarify the connection between the two variables and the increased hypertension risk in the elderly. A cross-sectional design was used in the study with 84 participants. The results demonstrated a connection between smoking and hypertension ( $\rho = 0.005$ ) and a strong association between coffee consumption and hypertension ( $\rho = 0.0012$ ). When it comes to hypertension in the elderly, it's best to spread more information, limit coffee use, and not smoke. In order to lower the likelihood of long-term difficulties, community members may utilize the study's results to influence their own healthy eating habits.*

**Keywords:** Hypertension, Coffee Consumption, Smoking Status

### PENDAHULUAN

Istilah medis untuk penyakit yang dikenal sebagai hipertensi, yang secara harfiah berarti "tekanan darah tinggi," adalah ketika tekanan darah arteri meningkat di atas 140/90 mmHg. Penyebab utama kematian dini secara global adalah hipertensi. Kondisi yang dikenal sebagai hipertensi muncul ketika jantung bekerja terlalu keras dalam memompa darah dan mengantarkan nutrisi ke seluruh tubuh. (Salsabila, 2025) Tekanan darah sistolik meningkat seiring dengan peningkatan tekanan darah diastolik; jumlah pasti perubahan ini tergantung pada faktor-faktor seperti usia individu, kondisi kesehatan fisik, dan tingkat stres yang dialami (Tambunan dkk., 2021).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), diperkirakan 1,28 miliar orang, atau lebih dari 25% populasi dewasa dunia, akan menderita penyakit ini pada tahun 2022. WHO melaporkan bahwa prevalensi hipertensi terus meningkat, mempengaruhi lebih dari 30% populasi global pada tahun 2023. Pada tahun 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,11%, menurut data Riskesdas. Terdapat 427.218 kematian akibat hipertensi dan diperkirakan 63.309.620 orang hidup

dengan kondisi tersebut. angka insiden ini jauh lebih tinggi dibandingkan dengan studi Riskesdas 2013, yang menunjukkan angka 25,8%. (Rahmi *et al.*, 2024). Prevalensi hipertensi di Aceh sekitar 47,11 % dan prevalensi hipertensi dari Dinas Kesehatan Aceh Selatan sekitar 18,579 %. Desa Krueng Batu merupakan salah satu desa yang berada di Kecamatan Kluet Utara dengan jumlah penduduk 2282 orang. Lansia di desa krueng batu sebanyak 84 orang pada tahun 2024, 34 diantaranya mengalami hipertensi.

Ada beberapa penyebab potensial hipertensi pada lansia. Faktor-faktor yang meningkatkan risiko hipertensi dapat dikategorikan menjadi dua kelompok: faktor yang tidak dapat diubah dan faktor yang dapat diubah. Faktor risiko yang tidak dapat diubah meliputi jenis kelamin, usia, dan faktor genetik. Faktor risiko yang dapat diubah meliputi merokok, mengonsumsi garam berlebihan, kelebihan berat badan, kurang olahraga, mengonsumsi alkohol berlebihan, mengonsumsi kopi berlebihan, dan stres. Untuk menyebabkan hipertensi, banyak faktor risiko perlu bekerja bersama-sama.(Ledoh *et al.*, 2024).

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang penting karena menjadi faktor resiko utama terjadinya penyakit jantung,stroke, dan gagal ginjal, yang berkontribusi besar terhadap angka kesakitan dan kematian di dunia. Kondisi ini perlu mendapatkan perhatian khusus, terutama pada lansia yang rentan terhadap komplikasi serius. Beberapa faktor risiko seperti merokok dan konsumsi kopi merupakan perilaku yang dapat dimodifikasi namun sering diabaikan. Oleh karena, Pilar pertama dari gaya hidup sehat, pencegahan, dan pengobatan hipertensi adalah konseling, yang memainkan peran penting dalam mencegah perkembangan hipertensi sejak usia dini. Tenaga kesehatan dapat memenuhi permintaan akan konseling dengan menyediakannya kepada pasien mereka. Pembentukan tim untuk mendidik masyarakat dan remaja lain tentang pentingnya pola makan seimbang dan olahraga teratur dalam mencegah hipertensi adalah salah satu cara konseling dapat diberikan (Ramatillah *et al.*, 2023).

Penulis merasa terdorong untuk meneliti korelasi antara konsumsi kopi dan tingkat hipertensi di kalangan lansia di Desa Krueng Batu, Kecamatan Kluet Utara, Kabupaten Aceh Selatan, berdasarkan informasi sebelumnya.

## **METODE PENELITIAN**

Metode kuantitatif dengan desain cross-sectional digunakan dalam penelitian ini. Uji Chi-square digunakan dalam studi ini. Desa Krueng Batu, yang terletak di Kecamatan Kluet Utara, Kabupaten Aceh Selatan, menjadi lokasi penelitian. Sebanyak 84 lansia dari Desa Krueng Batu, Kecamatan Kluet Utara, menjadi populasi penelitian.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **HASIL**

#### **1. Analisis Univariat**

Temuan dalam penelitian ini merupakan cerminan dari strategi metodologis yang digunakan dalam pengumpulan dan analisis data.

Tabel berikut menampilkan temuan yang didasarkan pada distribusi usia dan jenis kelamin responden serta tabel frekuensi pembacaan tekanan darah pada lansia:

**Tabel 4. 1** Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan jenis kelamin

<b>Umur</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase %</b>
60-75	64	76,2
76-90	20	23,8
<b>Total</b>	<b>84</b>	<b>100.0</b>

Jenis kelamin	Frekuensi	Presentase %
Laki-laki	48	57,1
perempuan	36	42,9
<b>Total</b>	<b>84</b>	<b>100.0</b>

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa 84 individu berpartisipasi dalam penelitian ini dengan memberikan tanggapan mereka. Dari total responden, 64 (atau 76,2%) berada dalam rentang usia 60-75 tahun, sementara 20 (atau 23,8% dari total) berada dalam rentang usia 76-90 tahun. Ada 84 peserta dalam penelitian ini yang mengidentifikasi diri sebagai perempuan atau laki-laki. Dari total jumlah responden, 48 (atau 57,1%) adalah laki-laki.

**Tabel 4. 2** Distribusi Frekuensi Karakteristik Nilai Tekanan Darah

Tekanan darah	Frekuensi	Presentase %
Hipertensi	34	40,5
Tidak hipertensi	50	59,5
<b>Total</b>	<b>84</b>	<b>100.0</b>

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa 84 orang mengisi survei untuk penelitian ini. Hampir 40% dari responden yang mengisi survei menderita hipertensi, sedangkan hampir 60% tidak menderita hipertensi.

Dari kuesioner pola makan yang diisi oleh peserta selama penelitian, kami dapat mengidentifikasi distribusi frekuensi konsumsi kopi dan status merokok. Tabel di bawah ini menampilkan hasil analisis data:

**Tabel 4.3** Distribusi Frekuensi Konsumsi kopi

Konsumsi kopi	Frekuensi	Presentase %
Beresiko	64	76,2
Tidak beresiko	20	23,8
<b>Total</b>	<b>84</b>	<b>100.0</b>

  

Status Merokok	Frekuensi	Presentase %
Merokok	44	52,4
Tidak merokok	40	47,6
<b>Total</b>	<b>84</b>	<b>100.0</b>

Diketahui bahwa 64 responden (76,2% dari total) mengonsumsi kopi berbahaya, seperti yang ditunjukkan dalam Tabel 4.3. Dari data tersebut, dapat diketahui bahwa 44 orang (52,4% dari total) merokok.

**2. Analisis Bivariat**

**Hubungan Konsumsi Kopi Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia**

**Tabel 4. 4** Hubungan konsumsi kopi Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Desa Krueng Batu Kecamatan Kluet Utara Kabupaten Aceh Selatan

Konsumsi kopi	Tekanan darah				Total	P value	
	Hipertensi		Tidak hipertensi				
	N	%	N	%			
Beresiko	32	50,0	32	50,0	64	100,0	0,012
Tidak beresiko	3	15,0	17	85,0	20	100,0	

Berdasarkan tabel 4.8 diatas diketahui dari 84 orang didapatkan responden yang mengonsumsi kopi yang beresiko (< 2gelas perhari) dengan hipertensi sebanyak 32 orang (50,0%). Sedangkan responden yang mengonsumsi kopi tidak beresiko (≤ 2 gelas perhari) dengan hipertensi itu sebanyak 3 orang (15,0 %).

Selain itu, data yang ditampilkan dalam tabel di atas menunjukkan adanya korelasi yang signifikan (P < 0.05) antara hipertensi dan populasi lanjut usia di Desa Krueng Batu, Kecamatan Kluet Utara, Kabupaten Aceh Selatan, sebagaimana ditunjukkan oleh uji Chi-Square. Hal ini mendukung H1 dan menolak H0, menunjukkan adanya hubungan kausal antara konsumsi kopi dan hipertensi di wilayah ini.

**Tabel 4. 5** Hubungan Status Merokok Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia

Status merokok	Tekanan darah				Total	P value	
	Hipertensi		Tidak Hipertensi				
	N	%	N	%			
Merokok	11	25,0	33	75,0	44	100,0	0,005
Tidak merokok	23	57,5	17	42,5	40	100,0	

Tabel 4.7 menunjukkan bahwa 11 dari 84 responden (atau 25,0% dari total) menderita hipertensi dan merokok. Di sisi lain, 23 individu (57,5% dari total) menderita hipertensi tetapi tidak merokok.

Tabel 1 menunjukkan bahwa hipertensi lebih umum terjadi pada perokok di kalangan penduduk lanjut usia di Desa Krung Batu, Kecamatan Kluet Utara, Kabupaten Aceh Selatan. Hasil uji Chi-Square menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara status merokok dan insiden hipertensi. Hipotesis alternatif (H1) diterima dan hipotesis nol (H0) ditolak, dengan nilai P sebesar 0,005 (p < 0,05).

**PEMBAHASAN**

Penelitian ini menemukan bahwa lansia yang mengonsumsi kopi lebih beresiko mengalami hipertensi. Kafein, zat stimulan yang terdapat dalam kopi, berpotensi meningkatkan denyut jantung dan tekanan darah. Konsumsi kafein sebesar 150 mg, atau sekitar 2-3 cangkir kopi, dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah sebesar 5-15 mmHg dalam waktu 15-30 menit. (James W, Elston D, 2024). Hasil pada penelitian ini didapat bahwa sebagian responden yang mengonsumsi kopi yang beresiko (>gelas perhari) sebanyak 32 orang (50,0%) mengalami hipertensi. Sedangkan sebanyak 32 orang (50,0%) lainnya mempunyai tekanan darah tidak hipertensi Tubuh mengembangkan toleransi terhadap efek kafein dengan penggunaan kopi yang berkepanjangan, yang berarti bahwa konsumsi kopi berlebihan dapat menyebabkan tekanan darah

tinggi (Ritonga, 2025).

Penelitian ini mendukung kesimpulan yang dibuat oleh (Berta Afriani et al., 2023) yang menemukan bahwa orang dengan hipertensi parah yang mengonsumsi lebih dari dua cangkir kopi per hari memiliki risiko lebih tinggi untuk meninggal akibat penyakit kardiovaskular. Hasil lain menunjukkan bahwa 3 orang (15,0%) yang mengonsumsi kopi dalam kategori risiko rendah ( $\leq 2$  cangkir per hari) juga menderita hipertensi, menunjukkan bahwa penyebab hipertensi tidak terbatas pada konsumsi kopi. Faktor lain seperti genetika, konsumsi garam berlebihan, kondisi stress yang berkepanjangan, dan penyakit penyerta seperti diabetes dan gangguan ginjal juga dapat memengaruhi tekanan darah. Kemungkinan lainnya bahwa tekanan darah tinggi telah terjadi sebelum responden tersebut mengubah pola konsumsi kopinya menjadi lebih sehat (Roza & Nopriani, 2024). Data menunjukkan bahwa merokok terkait dengan risiko hipertensi yang lebih tinggi pada populasi lanjut usia. Sebanyak 11 perokok (atau 25,0% dari total) menderita hipertensi, sedangkan 33 orang (atau 75,0% dari total) tidak menderita hipertensi. Menurut Rosa dan Nopriani (2024), hal ini menunjukkan bahwa kebiasaan merokok mungkin memengaruhi tingkat keparahan hipertensi.

Zat berbahaya dalam rokok, seperti nikotin, dapat mengganggu aliran pembuluh darah dan berkontribusi pada hipertensi. Hisapan pertama tembakau yang mengandung nikotin dapat meningkatkan tekanan darah secara instan. Lebih parahnya lagi, paru-paru merupakan jalur utama penyerapan dan sirkulasi nikotin serta zat lain yang terdapat dalam asap rokok. Karena meningkatkan tekanan darah dan menyempitkan pembuluh darah, hormon kuat ini membuat jantung bekerja lebih keras. Ayu Lestari dkk. (2023) menemukan bahwa karbon monoksida (CO) mengikat hemoglobin dan menebalkan darah, sehingga membutuhkan tekanan lebih tinggi untuk memenuhi kebutuhan metabolik tubuh, sedangkan tar dari rokok mempengaruhi tekanan darah melalui peningkatan detak jantung.

Penelitian ini menemukan korelasi yang signifikan secara statistik ( $p = 0.005$ ) antara merokok dan hipertensi pada lansia di pusat kesehatan masyarakat Palembang, sejalan dengan studi sebelumnya oleh Erman (2021) dan Siregar (2020). (Siregar 2020; Erman 2021). Hasil lain terdapat 33 orang (75%) yang merokok tidak mengalami hipertensi, hal ini bisa dikarenakan responden tersebut meskipun merokok merupakan faktor risiko penting. Hal ini dapat dijelaskan oleh interaksi kompleks antara genetika, gaya hidup, dan respons fisiologis individu terhadap nikotin. Beberapa studi menunjukkan bahwa nikotin dalam rokok menyebabkan peningkatan tekanan darah yang bersifat sementara akibat stimulasi sistem saraf simpatik. Namun, Penyesuaian yang mengatasi dampak jangka pendek pada tekanan darah dapat diimbangi oleh tubuh pada beberapa orang (Retnaningsih et al., 2017) menemukan bahwa variabel lain yang memengaruhi hipertensi, seperti usia dan gaya hidup, bertanggung jawab atas alasan mengapa 23 orang (57,5%) yang tidak merokok tetap menderita hipertensi.

## **KESIMPULAN**

Terdapat korelasi yang signifikan secara statistik antara konsumsi kopi dan prevalensi hipertensi pada populasi lanjut usia di Desa Krueng Batu, Kecamatan Kluet Utara ( $\rho = 0.012$ ), berdasarkan hasil uji korelasi, dalam studi yang meneliti hubungan antara status merokok, konsumsi kopi, dan insidensi hipertensi. Di Desa Krueng Batu, Kecamatan Kluet Utara, korelasi dengan nilai  $\rho = 0.005$  menunjukkan bahwa merokok terkait dengan insiden hipertensi yang lebih tinggi di kalangan lansia.

## **SARAN**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran tentang pentingnya pola makan bergizi bagi penderita hipertensi, mengurangi konsumsi kafein, dan berhenti merokok sebagai upaya untuk mempromosikan kesehatan yang baik di masyarakat. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi berharga kepada pihak berwenang untuk pengembangan dan peningkatan program pelayanan kesehatan bagi penderita hipertensi, dengan penekanan khusus pada program yang mencakup pembatasan diet, konsumsi kopi, dan merokok. Temuan penelitian ini dapat menjadi landasan untuk penelitian lebih lanjut mengenai risiko hipertensi pada lansia, khususnya terkait hubungan antara merokok dan konsumsi kopi.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Ayu Lestari, R., Saputra Nasution, A., & Noor Prastia, T. (2023). Hubungan antara Aktivitas Fisik, Kebiasaan Merokok dan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Kelurahan Cibogor Tahun 2022. *Promotor*, 6(3), 273–280. <https://doi.org/10.32832/pro.v6i3.255>
- Berta Afriani, Rini Camelia, & Willy Astriana. (2023). Analisis Kejadian Hipertensi pada Lansia. *Jurnal Gawat Darurat*, 5(1), 1–8. <https://doi.org/10.32583/jgd.v5i1.912>
- Erman, I., Damanik, H. D., & Sya'diah. (2021). HUBUNGAN MEROKOK DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI DI PUSKESMAS KAMPUS PALEMBANG. *Jurnal Keperawatan Merdeka*, 1(1), 54–61
- Ledoh, K., S. Tira, D., Landi, S., & Purnawan, S. (2024). Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia (60-74 tahun). *Jurnal Kesehatan*, 13(1), 27–36. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v13i1.301>
- Nopriani, Y., & Roza, S. (2024). Hubungan paparan asap hipertensi pada lansia. 5, 2225–2232.
- Rahmi, N., Husna, A., & Mahfuzha, D. (2024). *KABUPATEN ACEH SELATAN Factors Associated with Hypertension in Jambo Apha Village Tapaktuan District South Aceh Regency*. 10(2), 211–223.
- Ramatillah, D. L., Adinda, N. S., Cindy, S., Dicky, W., Ferdy, C., Fijar, A. B., Icha, S. P., Jelita, S. J., Linda, T. S., Napa, P. S., Riva, J. N., Studi, P., Apoteker, P., Farmasi, F., & Agustus, U. (2023). Edukasi pentingnya mengenal bahaya hipertensi sejak dini di lingkungan SMA Santo Lukas Penginjil I Jakarta. *Jurnal Berdikari*, 6, 12–18.
- Retnaningsih, D., Kustriyani, M., Sanjaya, T., Program, D., Ners, S., Widya, S., Semarang, H., & Program, M. (2017). Perilaku Merokok dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia. *Prosiding (Seminar Nasional & Internasional)*, 122–130. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/psn12012010/article/view/2284>
- Ritonga, W. S. (2025). *Peran konsumsi kopi terhadap kejadian hipertensi di desa batang tura kecamatan sipirok kabupaten tapanuli selatan tahun 2024*.
- Salsabila, Q. N. (2025). *Hubungan mekanisme koping dan tingkat spiritualitas terhadap tekanan darah pasien hipertensi*.