

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Tekanan Darah merupakan tekanan yang ditimbulkan pada dinding arteri Ketika darah tersebut dipompa oleh jantung ke seluruh tubuh. Semakin tinggi tekanan darah maka semakin keras jantung itu bekerja Menurut WHO (*World Health Organization, 2013*).

Menurut American Heart Association (AHA) tekanan darah yang normal memiliki nilai sistolik kurang dari 120 mmHg dan nilai diastolik kurang dari 80 mmHg. Seseorang memiliki tekanan darah yang tinggi jika memiliki nilai sistolik antara 120-129 mmHg dan nilai diastolik kurang dari 80. Jika nilai sistolik antara 130 -139 atau diastolik antara 80 - 89 mmHg maka dapat dikatakan seseorang tersebut terkena hipertensi tingkat satu (Kemenkes RI, 2014).

Tekanan darah dapat meningkat diatas normal disebabkan oleh 2 (dua) faktor, yaitu faktor yang tidak dapat dikendalikan dan yang dapat dikendalikan. Faktor yang tidak dapat dikendalikan diantaranya adalah usia, jenis kelamin dan keturunan/genetic, sedangkan faktor yang dapat dikendalikan diantaranya adalah konsumsi garam, kolesterol tinggi, obesitas, stress, alkohol, kurang olahraga, merokok dan minum kopi (Mullo *et al.*, 2018)

Tekanan darah merupakan kekuatan lateral pada dinding arteri oleh darah yang didorong dengan tekanan darah dari jantung. Puncak dari tekanan maksimum saat ejeksi terjadi adalah tekanan darah sistolik dan pada saat ventrikel berelaksasi, darah yang tetap dalam arteri menimbulkan tekanan diastolik atau minimum (Potter & Perry, 2009). Rata-rata tekanan darah normal biasanya 120/80 mmHg (Suddarth, 2013).

Menurut WHO (*World Health Organization*) di kutip oleh (Kemenkes, 2022) mengestimasi saat ini prevalensi *hipertensi* secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia. Dari sejumlah penderita tersebut, hanya kurang dari seperlima yang melakukan upaya pengendalian terhadap tekanan darah yang dimiliki.

Faktor resiko tekanan darah yang masih menjadi perdebatan adalah mengonsumsi kopi. Tekanan darah tidak hanya diakibatkan karena kebiasaan mengonsumsi kopi, tetapi dapat disebabkan oleh faktor lain seperti stress, kebiasaan merokok, dan pola makan yang tidak sehat. Kebiasaan mengonsumsi kopi sering di ikatkan dengan tekanan darah. Kandungan polifenol, kalium, dan kafein pada kopi, membuatnya dapat berpengaruh pada tekanan darah. Polifenol dan kalium memiliki kemampuan dalam menurunkan tekanan darah. Polifenol dapat mencegah aterosclerosis dan meningkatkan fungsi pembuluh darah. Kalium dapat menurunkan tekanan darah dengan cara menghambat pelepasan renin yang akan mengakibatkan ekskresi natrium dan air meningkat. Hal ini menurunkan volume plasma, curah jantung, dan tekanan perifer sehingga akan terjadi penurunan tekanan darah. Di sisi lain, kafein bersifat antagonis kompetitif terhadap reseptor adenosin, yang merupakan

neuromodulator yang mempengaruhi fungsi pada system saraf pusat. Selanjutnya mempengaruhi vasokonstriksi dan meningkatkan resistensi perifer total, yang akan berpengaruh terhadap peningkatan pada tekanan darah (Nabilla azmi *et al.*, 2023).

Kopi merupakan minuman yang digemari masyarakat Indonesia kerap disebut sebagai pemicu perdebatan mengenai efek nya 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* (Anastasia, 2021).

Kopi yang mengandung kafein dapat meningkatkan tekanan darah cukup dalam waktu singkat. Efek ini juga dapat terjadi pada orang yang tidak memiliki tekanan darah tinggi . Belum diketahui dengan pastinya apa penyebabnya, tapi ahli Kesehatan berpendapat kafein dalam kopi dapat memblokir hormon yang membantu menjaga pembuluh arteri anda tetap melebar. Selain itu, ada pula yang berpendapat bahwa kafein memicu kelenjar adrenal melepaskan lebih banyak hormone adrenalin, sehingga membuat tekanan darah meningkat. Kebiasaan mengkonsumsi kopi dapat menyebabkan keasaman pada usus yang berdampak pada terhambatnya penyerapan mineral seperti vitamin B kompleks, mineral basa (*Kalsium, Magnesium, Fosfor*) dan elektrolit kedalam darah. Hal tersebut bisa mempengaruhi tekanan darah menjadi meningkat (Budi Kristanto, 2021).

Kebiasaan merupakan perbuatan sehari-hari yang dilakukan secara berulang dalam hal yang sama. Menurut (Martinis, 2017) Kebiasaan adalah aspek perilaku manusia yang menetap, berlangsung secara otomatis tidak direncanakan.

Berdasarkan hasil penelitian dinyatakan oleh (Steven *et al.*, 2020) bahwa ada hubungan signifikan antara jumlah rokok perhari dan lamanya minum kopi dengan tekanan darah sistolik ($p < .05$).

(Andi *et al*, 2018) Didapatkan tidak adanya hubungan antara konsumsi kopi dengan tekanan darah dikarenakan tekanan darah stabil yang disebabkan oleh efek habituasi dan kardioprotektif tubuh. Pandangan islam mengenai kopi yaitu, halal dikonsumsi dan berfungsi sebagai alat transportasi minuman, sehingga pada kedokteran dan islam memiliki pandangan yang sama.

Studi pendahuluan yang dilakukan di kedai kopi Jakarta Selatan, berdasarkan hasil wawancara dengan 10 responden penkonsumsi kopi di tempat tersebut, 6 responden mengalami kenaikan tekanan darah setelah 1 jam mengkonsumsi kopi. Sementara itu 4 responden lainnya tidak mengalami kenaikan tekanan darah. Dari studi pendahuluan tersebut ditemukan beberapa responden yang mengalami kenaikan tekanan darah setelah mengkonsumsi kopi.

Melihat permasalahan yang terjadi maka peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan kebiasaan mengkonsumsi kopi dengan tekanan darah di kedai kopi Jakarta Selatan“.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, maka yang menjadi perumusan masalah dalam penelitian ini adalah Hubungan Kebiasaan Menkonsumsi Kopi Dengan Tekanan Darah Di Kedai Kopi Jakarta Selatan Tahun 2024.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui ada atau tidak nya Hubungan Kebiasaan Menkonsumsi Kopi Dengan Tekanan Darah Di Kedai Kopi Jakarta Selatan Tahun 2024.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Diketuainya distribusi frekuensi data demografi responden berdasarkan usia, jenis kelamin, Riwayat Hipertensi, dan pekerjaan.
- 2) Diketuainya distribusi frekuensi responden kebiasaan menkonsumsi kopi dan Tekanan Darah
- 3) Diketuainya hubungan kebiasaan menkonsumsi kopi dengan tekanan darah di kedai kopi Jakarta Selatan.

1.4 Manfaat Penelitian

- 1) Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan konsumen terhadap Tekanan darah.

- 2) Bagi Kedai Kopi Jakarta Selatan

Digunakan sebagai pengetahuan bagi seluruh staff mengenai hubungan kebiasaan mengkonsumsi kopi dengan Tekanan Darah di Kedai Kopi Jakarta Selatan.

3) Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan informasi kepada seluruh mahasiswa fakultas ilmu kesehatan nasional mengenai hubungan kebiasaan mengkonsumsi kopi dengan Tekanan Darah.

4) Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi tambahan wawasan terbaru serta meningkatkan pengetahuan bagi peneliti selanjutnya.

