

HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI KOPI TERHADAP TEKANAN DARAH PADA MAHASISWA/I FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS PRIMA INDONESIA ANGKATAN 21

Hindyra Vialenthyna¹, Taufik Delfian^{2*}, Andre Budi³

Fakultas Kedokteran, Kedokteran Gigi, dan Ilmu Kesehatan, Universitas Prima Indonesia^{1,2,3}

**Corresponding Author : taufikdelfian@yahoo.com*

ABSTRAK

Kafein merupakan methylxanthine utama yang terdapat dalam kopi dan perannya yang signifikan adalah meningkatkan tekanan darah. Kafein dalam kopi dapat menghambat reseptor adenosine dan menghambat fosfodiesterase, sehingga dapat meningkatkan tekanan darah. Adenosin, yang bertindak sebagai vasodilator dan mengatur tekanan darah, diyakini terpengaruh oleh kafein dalam mekanisme regulasi tekanan darah setelah mengonsumsi kopi. Mahasiswa kedokteran cenderung mengonsumsi kafein sebagai stimulan karena jadwal istirahat yang terbatas, Motivasi di balik konsumsi kafein oleh mahasiswa disebabkan oleh peningkatan fungsi kognitif setelah mengonsumsi kafein, termasuk peningkatan konsentrasi, daya ingat, dan performa fisik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kebiasaan konsumsi kopi pada mahasiswa dan apakah ada peningkatannya pada tekanan darah mahasiswa/i angkatan 21 kedokteran UNPRI. Penelitian ini menerapkan desain observasi analitik dengan pendekatan cross-sectional dalam pengumpulan data. Variabel independen pada penelitian ini adalah kebiasaan mengonsumsi kopi, sedangkan variabel dependen pada penelitian ini adalah tekanan darah. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia Angkatan 21. Metode sampling yang diterapkan dalam penelitian ini yaitu *consecutive sampling*. Pada hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 56 responden yang dianalisis, sebagian besar (34 orang) memiliki kebiasaan konsumsi kopi dalam kategori sedang, dengan mayoritas (36 orang) memiliki tekanan darah yang normal. Hasil uji bivariat menunjukkan nilai p sebesar 0,621 ($>0,05$), yang mengindikasikan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara kebiasaan konsumsi kopi dan tekanan darah di antara responden yang diteliti.

Kata kunci: kopi, mahasiswa, tekanan darah

ABSTRACT

Caffeine is the main methylxanthine found in coffee and its significant role is to increase blood pressure. Caffeine in coffee can inhibit adenosine receptors and inhibit phosphodiesterase, thereby increasing blood pressure. Adenosine, which acts as a vasodilator and regulates blood pressure, is believed to be affected by caffeine in the mechanism of blood pressure regulation after consuming coffee. Medical students tend to consume caffeine as a stimulant due to limited rest schedules. The motivation behind caffeine consumption by students is due to increased cognitive function after consuming caffeine, including increased concentration, memory, and physical performance. The purpose of this study was to determine the relationship between coffee consumption habits in students and whether there was an increase in blood pressure in UNPRI medical students of class 21. This study applied an analytical observation design with a cross-sectional approach in data collection. The independent variable in this study was the habit of consuming coffee, while the dependent variable in this study was blood pressure. The population used in this study were students of the Faculty of Medicine, Universitas Prima Indonesia Class 21. The sampling method applied in this study was consecutive sampling. The results of the study showed that of the 56 respondents analyzed, most (34 people) had moderate coffee consumption habits, with the majority (36 people) having normal blood pressure. The results of the bivariate test showed a p value of 0.621 (> 0.05), which indicated that there was no significant relationship between coffee consumption habits and blood pressure among the respondents studied.

Kata kunci: coffee, students, blood pressure