

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS SILIWANGI
TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI GIZI
2025**

ABSTRAK

NISA SINTIA NURCAHYANI

**HUBUNGAN KEBIASAAN MEROKOK, KONSUMSI KOPI, DAN
KECUKUPAN NATRIUM DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA
KELOMPOK USIA 40 – 59 TAHUN**

(Studi Observasional Pada Masyarakat Di Posbindu Wilayah Kerja UPTD
Puskesmas Tawang Kota Tasikmalaya Tahun 2025)

Hipertensi merupakan salah satu permasalahan kesehatan pada usia produktif, dengan penyebab yang meliputi faktor genetik dan gaya hidup. Penelitian ini berfokus pada tiga faktor gaya hidup yang berpotensi berhubungan dengan hipertensi yaitu merokok, konsumsi kopi, dan konsumsi natrium. Tujuan dari penelitian ini yaitu menganalisis adanya hubungan kebiasaan merokok, kebiasaan konsumsi kopi, dan kecukupan natrium dengan kejadian hipertensi pada usia 40–59 tahun di Posbindu Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Tawang Kota Tasikmalaya tahun 2025. Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah desain kuantitatif observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini melibatkan 85 responden yang dipilih dari 325 orang melalui teknik *proportional random sampling*. Data diperoleh melalui wawancara menggunakan kuesioner kebiasaan merokok, kebiasaan konsumsi kopi, dan *Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ) untuk kecukupan natrium, serta pengukuran tekanan darah langsung. Hasil uji Chi-Square menunjukkan bahwa kecukupan natrium memiliki hubungan signifikan dengan kejadian hipertensi ($p\text{-value} = 0,024$; OR = 9; 95% CI = 1,623 – 49,911). Sementara itu, kebiasaan merokok ($p\text{-value} = 0,676$), dan kebiasaan konsumsi kopi ($p\text{-value} = 0,234$) tidak menunjukkan adanya hubungan dengan kejadian hipertensi. Variabel perancu seperti jenis kelamin ($p\text{-value} = 0,043$; OR = 0,152; 95% CI = 0,029 – 0,806) serta obesitas sentral ($p\text{-value} = 0,017$; OR = 8,121; 95% CI = 1,596 – 41,329) menunjukkan hubungan signifikan dengan kejadian hipertensi. Kesimpulannya yaitu terdapat hubungan antara kecukupan natrium, jenis kelamin dan obesitas dengan kejadian hipertensi serta tidak terdapat hubungan antara kebiasaan merokok dan kebiasaan konsumsi kopi dengan kejadian hipertensi. Temuan ini menekankan pentingnya pengendalian konsumsi garam, serta penerapan pola hidup sehat untuk menurunkan prevalensi hipertensi di masyarakat.

Kata Kunci: hipertensi, konsumsi kopi, merokok, natrium

**FACULTY OF HEALTH SCIENCES
SILIWANGI UNIVERSITY
TASIKMALAYA
MAJORING IN NUTRITION
2025**

ABSTRACT

NISA SINTIA NURCAHYANI

THE RELATIONSHIP BETWEEN SMOKING HABITS, COFFEE CONSUMPTION, AND SODIUM ADEQUACY WITH THE INCIDENCE OF HYPERTENSION AMONG INDIVIDUALS AGED 40–59 YEARS

(An Observational Study on the Community at Posbindu in the Working Area of UPTD Puskesmas Tawang, Tasikmalaya City, in 2025)

Hypertension is a major health issue in the productive age group, with causes including genetic factors and lifestyle choices. This study focuses on three lifestyle factors that may be associated with hypertension: smoking, coffee consumption, and sodium intake. The aim of this study is to analyze the relationship between smoking habits, coffee consumption habits, and sodium intake with the incidence of hypertension among individuals aged 40–59 years at Posbindu, UPTD Puskesmas Tawang, Tasikmalaya City, in 2025. The study used a quantitative observational design with a cross-sectional approach. A total of 85 respondents were selected from a population of 325 individuals using proportional random sampling. Data were collected through interviews using questionnaires on smoking habits, coffee consumption habits, and a Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ) for sodium intake, as well as direct blood pressure measurements. The Chi-Square test results showed that sodium intake was significantly associated with the occurrence of hypertension (p -value = 0.024; OR = 9; 95% CI = 1.623 – 49.911). Meanwhile, smoking habits (p -value = 0.676) and coffee consumption habits (p -value = 0.234) did not show any significant association with hypertension. Confounding variables such as gender (p -value = 0.043; OR = 0.152; 95% CI = 0.029 – 0.806) and central obesity (p -value = 0.017; OR = 8.121; 95% CI = 1.596 – 41.329) were significantly associated with hypertension. In conclusion, there is a significant relationship between sodium intake, gender, and central obesity with the occurrence of hypertension, while no significant association was found between smoking habits and coffee consumption with hypertension. These findings emphasize the importance of controlling salt intake and adopting a healthy lifestyle to reduce the prevalence of hypertension in the community.

Keywords: coffee consumption, hypertension, smoking, sodium