

**HUBUNGAN ANTARA KONSUMSI GARAM DAN
KEBIASAAN MINUM KOPI DENGAN DERAJAT
HIPERTENSI PADA USIA PRODUKTIF DI DESA
SAGARAHANG KECAMATAN DARMA
KABUPATEN KUNINGAN 2026**

SKRIPSI

**Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Pada Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat**

Oleh

RAHMAH SARIPAH

CMR0220055



**PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA
KUNINGAN
2026**

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA KONSUMSI GARAM DAN KEBIASAAN MINUM KOPI DENGAN DERAJAT HIPERTENSI PADA USIA PRODUKTIF DI DESA SAGARAHANG KECAMATAN DARMA KABUPATEN KUNINGAN 2026

Diajukan Oleh:

Nama : Rahmah Saripah
NIM : CMR0220055

Kuningan, Juni 2026

Telah Disetujui Oleh,

Pembimbing I



Prof. Dr. Hj. Dewi Laelatul Badriah, M.Kes., AIFO
NIP. 196503241990022001

Pembimbing II



Ahmad Ropii, SKM., MKM
NUPTK. 3447771672130283

LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA KONSUMSI GARAM DAN KEBIASAAN MINUM KOPI DENGAN DERAJAT HIPERTENSI PADA USIA PRODUKTIF DI DESA SAGARAHILANG KECAMATAN DARMA KABUPATEN KUNINGAN 2026

Skripsi ini telah diujikan oleh Tim Penguji
Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat
Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bhakti Husada Indonesia
Pada Tanggal 19 Juni 2026

Penguji I

Penguji II

Penguji III



Mamlukah., SKM., M.Kes
NUPTK. 2235750651230123



Prof. Dr. Hj. Dewi Laelatul Badriah, M.Kes., AIFO
NIP. 196503241990022001



Ahmad Ropii, SKM., MKM
NUPTK. 3447771672130283

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Bhakti Husada Indonesia

Ketua Program Studi
S1 Kesehatan Masyarakat



Ns. Heri Hermansyah, S.Kep., MKM
NUPTK. 4434761662131123



Indrayani, SKM., MKM
NUPTK. 4052767668230303

LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rahmah Saripah
NIM : CMR0220055
Peminatan : Epidemiologi
Program Studi : S1 Kesehatan Masyarakat

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul: “Hubungan antara Konsumsi Garam dan Kebiasaan Minum Kopi dengan Derajat Hipertensi pada Usia Produktif di Desa Sagarahiang Kecamatan Darma Kabupaten Kuningan Tahun 2026” adalah benar-benar hasil karya saya sendiri. Seluruh sumber yang digunakan dalam penyusunan skripsi ini telah dicantumkan dan dikutip sesuai dengan kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa sebagian atau seluruh isi skripsi ini merupakan hasil plagiarisme atau mengambil karya orang lain tanpa mencantumkan sumber yang semestinya, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku di lingkungan akademik. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan penuh tanggung jawab.

Kuningan, Juni 2026



Rahmah Saripah

LEMBAR PERSEMBAHAN

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Terima kasih atas setiap doa yang Engkau kabulkan, setiap kemudahan yang Engkau hadirkan, dan setiap kekuatan yang Engkau berikan dalam perjalanan ini. Karya sederhana ini penulis persembahkan sebagai bentuk rasa syukur atas segala kasih sayang dan karunia-Mu.

Mamah, Bapak dan AA

Dari hati yang paling dalam, penulis mengucapkan terima kasih kepada Mamah dan Aa yang selalu menjadi alasan untuk menyelesaikan studi ini. Dulu, penulis tidak pernah membayangkan dapat sampai di titik ini. Namun, doa, dukungan, dan keyakinan kalian untuk menguliahkan penulis membuat harapan itu tetap ada serta menjadi kekuatan untuk terus melangkah. Berbagai tantangan selama masa perkuliahan dapat dilalui berkat kasih sayang dan dukungan yang tidak pernah putus dari kalian. Karya kecil ini juga penulis persembahkan untuk Bapak tercinta. Meski tidak dapat kebersamai hingga hari ini, kehadiran dan kasih sayang Bapak akan selalu hidup dalam diri penulis. Ada begitu banyak hal yang ingin penulis ceritakan, termasuk hari ini, saat penulis akhirnya menyelesaikan pendidikan ini. Penulis yakin, di mana pun Bapak berada, Bapak turut menyaksikan dan bangga.. Bapak, anak bungsumu sarjana.

Pembimbing dan Penguji

Untuk Ibu Prof. Dr. Hj. Dewi Laelatul Badriah, M.Kes., AIFO, Bapak Ahmad Ropii, SKM., MKM., dan Ibu Dr. Mamlukah, SKM., M.Kes., terima kasih telah kebersamai proses belajar penulis hingga karya ini dapat terselesaikan. Terima

kasih atas setiap arahan, masukan, dan ilmu yang diberikan. Semoga segala kebaikan yang telah diberikan menjadi amal jariyah dan mendapat balasan terbaik dari Allah SWT.

Teman-temanku

Untuk teman-temanku, Nazwa, Karina, Shofia, Chintia, Intan, Widya, Ali, dan seluruh teman seperjuangan. Terima kasih telah kebersamai, mendukung, dan mengisi hari-hari penulis selama perjalanan ini. Setiap cerita, tawa, dan kenangan yang kita lalui akan selalu menjadi bagian berharga yang tidak terlupakan. Semoga perjalanan yang telah kita tempuh bersama menjadi salah satu cerita terbaik dalam hidup kita.

Untuk diri saya sendiri, Rahmah Saripah

Terima kasih karena telah bertahan hingga sejauh ini. Di tengah keraguan, ketakutan, keterbatasan, dan berbagai kegagalan, kamu tidak memilih untuk menyerah. Satu per satu impian yang dahulu terasa mustahil kini mulai terwujud atas izin Allah SWT, doa, dan usaha yang tidak pernah berhenti. Kegagalan yang pernah kamu rasakan bukanlah akhir dari perjalanan, melainkan bagian dari proses menuju keberhasilan. Jadikan setiap kegagalan sebagai pelajaran untuk terus belajar, berbenah, dan menjadi pribadi yang lebih baik. Tak apa jika jalanmu tidak semulus orang lain, karena setiap orang memiliki waktunya masing-masing. Tetaplah melangkah dan jangan takut, karena Allah selalu bersamamu.

UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN, PRODI KESEHATAN MASYARAKAT
SKRIPSI, JUNI 2026

RAHMAH SARIPAH
CMR0220055

**HUBUNGAN ANTARA KONSUMSI GARAM DAN KEBIASAAN MINUM
KOPI DENGAN DERAJAT HIPERTENSI PADA USIA PRODUKTIF DI
DESA SAGARAHANG KECAMATAN DARMA KABUPATEN
KUNINGAN 2026**

xviii + 124 Halaman, 15 Tabel, 4 Gambar, 14 Lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi masih menjadi salah satu masalah kesehatan utama di dunia. Menurut WHO, sekitar 1,4 miliar orang dewasa usia 30-79 tahun menderita hipertensi, sementara hasil SKI 2023, prevalensi hipertensi pada penduduk usia ≥ 15 tahun sebesar 30,8%. Di Provinsi Jawa Barat tahun 2024 tercatat 2.472.682 kasus, Kabupaten Kuningan 95.797 kasus, Kecamatan Darma 4.373 kasus, dan Desa Sagarahiang 92 kasus. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara konsumsi garam dan kebiasaan minum kopi dengan derajat hipertensi di Desa Sagarahiang Kecamatan Darma Kabupaten Kuningan 2026.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional* dengan 92 responden menggunakan teknik total sampling. Pengumpulan data dilakukan secara *door to door* menggunakan kuesioner tertutup. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji korelasi *Rank Spearman*.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki tingkat konsumsi garam tinggi sebanyak 59 orang (64,1%), kebiasaan minum kopi sedang sebanyak 49 orang (53,3%) dan hampir setengah responden mengalami hipertensi derajat 2 sebanyak 41 orang (44,6%). Terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi garam ($p < 0,001$) dan kebiasaan minum kopi ($p < 0,001$) dengan derajat hipertensi pada usia produktif di Desa Sagarahiang.

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi garam dan kebiasaan minum kopi dengan derajat hipertensi pada usia produktif di Desa Sagarahiang Kecamatan Darma Kabupaten Kuningan 2026.

Saran: Penderita hipertensi, masyarakat dan pihak puskesmas perlu meningkatkan pencegahan dan pengendalian hipertensi melalui penerapan pola hidup sehat, pengaturan konsumsi garam dan kopi, aktivitas fisik teratur, serta peningkatan edukasi dan upaya promotif-preventif kesehatan.

Kata Kunci: Konsumsi Garam, Kebiasaan Minum Kopi, Derajat Hipertensi, Usia Produktif

Kepustakaan: 15 Buku + 47 Jurnal + 12 Website + 4 Karya Ilmiah (2016-2026)

UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA
FACULTY OF HEALTH SCIENCE, BACHELOR OF PUBLIC HEALTH
UNDERGRADUATE THESIS, JUNE 2026

RAHMAH SARIPAH
CMR0220055

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SALT CONSUMPTION AND COFFEE
DRINKING HABITS WITH THE DEGREE OF HYPERTENSION AMONG
THE PRODUCTIVE-AGE POPULATION IN SAGARAHANG VILLAGE,
DARMA DISTRICT, KUNINGAN REGENCY, 2026**

xviii + 124 pages, 15 tables, 4 figures, 14 appendices

ABSTRACT

Background: Hypertension remains a major global health problem. According to the WHO, approximately 1.4 billion adults aged 30-79 suffer from hypertension, while the SKI 2023, reported that the prevalence of hypertension among individuals aged ≥ 15 years was 30.8%. In West Java Province, 2,472,628 cases were recorded in 2024, while Kuningan Regency 95,797 cases, Darma District 4,373 cases, and Sagarahiang Village 92 cases. This study aims to analyze the relationship between salt consumption and coffee drinking habits with the incidence of hypertension in Sagarahiang Village, Darma District, Kuningan Regency in 2026.

Methods: This study used a cross sectional design with 92 respondents using the total sampling technique. Data were collected through door-to-door visits using closed-ended questionnaires. Data analysis was conducted using univariate and bivariate analysis with the Rank Spearman correlation test.

Results: The results of the study showed that most respondents had a high level of salt consumption, totaling 59 people (64.1%), moderate coffee drinking habits totaling 49 people (53.3%), and nearly half of the respondents experienced grade 2 hypertension, totaling 41 people (44.6%). There was a significant relationship between salt consumption ($p < 0.001$) and coffee drinking habits ($p < 0.001$) with the degree of hypertension among the productive-age population in Sagarahiang Village.

Conclusion: There was a significant relationship between salt consumption and coffee drinking habits with the degree of hypertension among productive-age individuals in Sagarahiang Village, Darma District, Kuningan Regency.

Suggestion: Individuals with hypertension, the community, and health centers are encouraged to strengthen hypertension prevention and control through the implementation of healthy lifestyles, regulation of salt and coffee consumption, regular physical activity, and increased education as well as promotive and preventive health efforts.

Keyword: Salt consumption, coffee drinking habits, Degree of Hypertension, productive age

References: 15 Book + 47 Journals + 12 Websites + 4 Scientific Papers (2016-2026)

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi berjudul “Hubungan Antara Konsumsi Garam dan Kebiasaan Minum Kopi dengan derajat hipertensi Pada Usia Produktif di Desa Sagarahiang Kecamatan Darma Kabupaten Kuningan 2026”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Bhakti Husada Indonesia.

Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, serta dukungan berbagai pihak. Atas dasar tersebut, penulis menyampaikan terima kasih yang tulus kepada seluruh pihak yang telah memberikan arahan, masukan, serta motivasi, baik secara materil maupun moril, sehingga dapat diselesaikan dengan baik. Pada kesempatan kali ini, penulis juga menyampaikan apresiasi dan terima kasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Hj. Dewi Laelatul Badriah, M.Kes., AIFO selaku Ketua Yayasan Pendidikan Bhakti Husada Kuningan (YPBHK) sekaligus Dosen Pembimbing I, yang telah berkenan meluangkan waktu, tenaga, dan pemikiran dalam memberikan arahan dan bimbingan, serta masukan selama proses penyusunan skripsi ini.
2. Bapak Dr. H. Abdal Rohim, S.Kp., M.H selaku Rektor Universitas Bhakti Husada Indonesia beserta Jajarannya.
3. Bapak Ns. Heri Hermansyah, S.Kep., M.KM selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bhakti Husada Indonesia.

4. Ibu Indrayani, SKM., MKM selaku Ketua Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Bhakti Husada Indonesia.
5. Bapak Ahmad Ropii, S.KM., M.KM selaku Dosen Pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta saran berkesinambungan dengan penuh kesabaran selama proses penyusunan skripsi.
6. Bapak Airka, S.E., M.M. selaku Kepala Desa Sagarahiang yang telah memberikan izin dan dukungan selama pelaksanaan penelitian
7. Ibu Bidan Elsa Puspita, AM. Keb beserta para kader kesehatan Desa Sagarahiang atas bantuan, dukungan, serta kerja samanya selama proses penelitian berlangsung.
8. Salam kasih sayang untuk mamah tercinta yang tidak pernah lelah untuk selalu mendoakan dan memotivasi penulis serta keluarga besar yang juga turut menjadi *support system*.
9. Rekan-rekan Mahasiswa S1 Kesehatan Masyarakat angkatan 2022 yang telah membersamai penulis selama menempuh pendidikan di bangku perkuliahan.

Penulis berharap skripsi ini dapat menjadi pedoman dalam pelaksanaan penelitian serta memberikan kontribusi awal bagi pengembangan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan masyarakat.

Kuningan, Juni 2026

Rahmah Saripah
CMR0220055

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
LEMBAR PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1 Tujuan Umum.....	6
1.3.2 Tujuan Khusus.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	7

1.4.1	Manfaat Teoritis	7
1.4.2	Manfaat Praktis.....	7
1.5	Keaslian Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....		13
2.1	Faktor-faktor yang Berhubungan dengan derajat hipertensi	13
2.1.1	Faktor Predisposisi (<i>Predisposing Factors</i>).....	13
2.1.2	Faktor Pendukung (<i>Enabling Factors</i>).....	28
2.1.3	Faktor Pendorong (<i>Reinforcing Factors</i>)	29
2.2	Hipertensi	30
2.2.1	Definisi Hipertensi	30
2.2.2	Klasifikasi Hipertensi	31
2.2.3	Epidemiologi Hipertensi	32
2.2.4	Patofisiologi Hipertensi.....	33
2.2.5	Gejala Klinis Hipertensi	34
2.2.6	Dampak Hipertensi pada Kesehatan.....	35
2.2.7	Penatalaksanaan Farmakologi	37
2.2.8	Penatalaksanaan Non farmakologi	38
2.3	Usia Produktif.....	41
2.3.1	Definisi Usia Produktif.....	41
2.4	Kerangka Teori.....	42

BAB III KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL DAN HIPOTESIS	45
3.1 Kerangka Konsep	45
3.2 Definisi Operasional	47
3.3 Hipotesis	48
BAB IV METODOLOGI PENELITIAN	49
4.1 Jenis dan Desain Penelitian	49
4.1.1 Jenis Penelitian	49
4.1.2 Desain Penelitian	49
4.2 Variabel Penelitian	49
4.2.1 Variabel Independen (Bebas)	50
4.2.2 Variabel Dependen (Terikat)	50
4.3 Populasi dan Sampel Penelitian	50
4.3.1 Populasi Penelitian	50
4.3.2 Sampel Penelitian	50
4.3.3 Teknik Pengambilan Sampel	51
4.4 Instrumen Penelitian	52
4.5 Teknik Pengumpulan Data	55
4.5.1 Jenis Data	55
4.5.2 Teknik Pengumpulan Data	56

4.6	Teknik Pengolahan dan Analisis Data.....	57
4.6.1	Teknik Pengolahan Data	57
4.6.2	Teknik Analisis Data	60
4.7	Etika Penelitian.....	63
4.8	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	64
4.8.1	Waktu Penelitian	64
4.8.2	Lokasi penelitian	64
4.9	Jadwal Penelitian	64
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		65
5.1	Hasil Penelitian	65
5.2	Hasil Analisis	67
5.2.1	Analisis Univariat.....	67
5.2.2	Analisis Bivariat.....	69
5.3	Pembahasan	73
5.3.1	Analisis Univariat.....	73
5.3.2	Analisis Bivariat.....	78
5.4	Keterbatasan Penelitian	85
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....		86
6.1	Kesimpulan.....	86
6.2	Saran.....	87

DAFTAR PUSTAKA.....	89
LAMPIRAN.....	97

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....	8
Tabel 2. 1 Kebutuhan Garam Harian menurut Kelompok Usia.....	18
Tabel 2. 2 Klasifikasi Hipertensi.....	31
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	47
Tabel 4. 1 Hasil Uji Validitas Kuesioner Konsumsi Garam	54
Tabel 4. 2 Hasil Uji Validitas Kuesioner Minum Kopi	54
Tabel 4. 3 Uji Reliabilitas Kuesioner Konsumsi Garam dan Kebiasaan Minum Kopi	55
Tabel 4. 4 Kategori Skala dan Interpretasi Analisis Univariat.....	61
Tabel 4. 5 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi	62
Tabel 5. 1 Luas Wilayah, Jumlah dan Persebaran Penduduk Di Desa Sagarahiang Tahun 2025.....	66
Tabel 5. 2 Distribusi Penduduk Berdasarkan Kelompok Umur dan Jenis Kelamin Desa Sagarahiang Kecamatan Darma Tahun 2025	66
Tabel 5. 3 Struktur Pemerintahan Desa Sagarahiang Desa 2025.....	67
Tabel 5. 4 Gambaran Konsumsi Garam, Kebiasaan Minum Kopi dan Derajat Hipertensi pada Usia Produktif di Desa Sagarahiang Kecamatan Darma Kabupaten Kuningan 2026	68
Tabel 5. 5 Hubungan Konsumsi Garam dengan Derajat hipertensi Pada Usia Produktif di Desa Sagarahiang Kecamatan Darma Kabupaten Kuningan 2026	70

Tabel 5. 6 Hubungan Kebiasaan Minum Kopi dengan Derajat hipertensi Pada Usia Produktif di Desa Sagarahiang Kecamatan Darma Kabupaten Kuningan 2026	71
--	----

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Prosedur Pengukuran Tekanan Darah	31
Gambar 2. 2 Kerangka Teori.....	44
Gambar 3. 1 Kerangka Konsep	46
Gambar 5. 1 Balai Desa Sagarahiang.....	65

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Penelitian Skripsi.....	98
Lampiran 2 Izin Studi Pendahuluan Kampus.....	99
Lampiran 3 Izin Studi Pendahuluan Dinas kesehatan.....	100
Lampiran 4 Surat Permohonan Menjadi Responden	101
Lampiran 5 Surat Persetujuan Responden	102
Lampiran 6 Kuesioner Penelitian.....	103
Lampiran 7 Kisi-Kisi Kuesioner Penelitian	107
Lampiran 8 Daftar Riwayat Hidup.....	110
Lampiran 9 Surat Izin Penelitian Kesbangpol	111
Lampiran 10 Surat Izin Penelitian Kecamatan Darma.....	112
Lampiran 11 Etik Penelitian.....	113
Lampiran 12 Hasil Analisis.....	114
Lampiran 13 Dokumentasi.....	117
Lampiran 14 Lembar Bimbingan	123