

# **PENGARUH KONSUMSI MINUMAN BERSODA TERHADAP TEKANAN DARAH PADA WANITA USIA SUBUR USIA $\geq$ 18 TAHUN DI RW 04 KELURAHAN AREN JAYA KOTA BEKASI**

**Lusty Frisky Wilyagripina**

## **ABSTRAK**

Prevalensi hipertensi di Indonesia pada tahun 2018 adalah 34,1% dan prevalensi hipertensi pada wanita sebanyak 36.9%. Hipertensi tidak hanya menyerang pada kategori usia lanjut tetapi pada usia produktif juga dapat memiliki penyakit hipertensi. Hipertensi pada wanita usia subur dapat disebabkan oleh riwayat hipertensi keluarga, asupan makanan dan penggunaan Pil KB. Konsumsi minuman bersoda dapat meningkatkan tekanan darah karena kandungan kafein, natrium dan fruktosa di dalamnya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konsumsi minuman bersoda jenis cola terhadap tekanan darah pada wanita usia subur usia  $\geq$  18 tahun. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian *quasi experimental*. Populasi dalam penelitian ini adalah wanita usai subur usia  $\geq$  18 tahun di RW 04 Kelurahan Aren Jaya Kota Bekasi yang berjumlah 1.311 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling. Uji statistik yang digunakan adalah *paired t-test*. Hasil uji statistic antara tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dengan sesudah intervensi menunjukkan p *value* 0,001 dan 0,021 yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan, sehingga konsumsi minuman bersoda dapat meningkatkan tekanan darah pada wanita usai subur usia  $\geq$  18 tahun.

**Kata Kunci:** Hipertensi, tekanan darah, wanita usia subur, minuman bersoda, kafein

# **IMPACT OF SOFT DRINK CONSUMPTION ON BLOOD PRESSURE IN WOMEN OF REPRODUCTIVE AGE (AGED $\geq$ 18 YEARS OLD) IN RW 04 KELURAHAN AREN JAYA BEKASI**

**Lusty Frisky Wilyagripina**

## **ABSTRACT**

The prevalence of hypertension in Indonesia in 2018 was 34.1% and the prevalence of hypertension in women was 36.9%. Hypertension not only attacks the elderly but at productive age can also have hypertension. Hypertension in women of reproductive age can be caused by a family history of hypertension, food intake and use of birth control pills. Consumption of soft drinks can increased blood pressure because of the caffeine, sodium and fructose content in it. The purpose of this study was to determine the effect of consumption of cola soft drinks on blood pressure in women of reproductive age (aged  $\geq$  18 years). This research is a quantitative study using a quasi experimental research design. The population in this study were women of reproductive age (aged  $\geq$  18 years) in RW 04, Aren Jaya Village, Bekasi which numbered 1,311 people. The sampling technique used was purposive sampling. The statistical test used was the paired t-test. The results of statistical tests between systolic and diastolic blood pressure before and after the intervention showed p value 0.001 and 0.021, which means that there is a significant difference, so that consumption of soft drinks can increased blood pressure in women of reproductive age (aged  $\geq$  18 years).

**Keywords :** Hypertension, blood pressure, women of reproductive age, soft drinks, caffeine