

Perbedaan Pengaruh Konsumsi Kopi Robusta dan Arabika dengan Variasi Dosis terhadap Kenaikan Tekanan Darah

Differences in the Effects of Robusta and Arabica Coffee Consumption with Different Dosages on Blood Pressure Increase

Dhea Novakinanda Regar^{1*}, Nadira Alvi Syahrina², Fitri Nurul Ramadhani³, Ahmad Azrul⁴, Aman Budi⁵, Siti Pandanwangi TW⁶, Dede Willy⁷
^{1,2,3,4,5,6,7} Fakultas Farmasi, Universitas YPIB Majalengka

Submitted: 30 Desember 2025 Reviewed: 10 Januari 2026 Accepted: 17 Februari 2026

Email korespondensi: dheanovaregar@gmail.com

ABSTRAK

Kopi merupakan minuman yang banyak dikonsumsi dan mengandung kafein, yang dapat memengaruhi tekanan darah. Kafein bekerja dengan merangsang sistem saraf simpatik, meningkatkan denyut jantung, dan menyebabkan vasokonstriksi sehingga dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah sementara. Jenis kopi yang umum dikonsumsi adalah robusta dan arabika, yang memiliki kadar kafein berbeda. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konsumsi kopi robusta dan arabika terhadap kenaikan tekanan darah, serta melihat apakah terdapat perbedaan pengaruh konsumsi Kopi Robusta dan Arabika berdasarkan jenis kopi dan dosis yang diberikan. Penelitian ini menggunakan metode eksperimental yaitu dengan teknik *purposive sampling*, partisipan berjumlah 24 orang dibagi menjadi 4 kelompok perlakuan. Masing-masing mengonsumsi kopi robusta atau arabika dengan dosis 10 gram dan 15 gram per 200 mL air. Setiap partisipan menjalani proses pengukuran tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan 30 menit setelah konsumsi kopi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsumsi kopi secara keseluruhan memberikan pengaruh signifikan terhadap kenaikan tekanan darah ($p < 0,05$). Namun, tidak terdapat perbedaan signifikan antara jenis kopi robusta dan arabika ($p > 0,05$). Sebaliknya, perbedaan dosis memberikan pengaruh yang signifikan, di mana konsumsi 15 gram menghasilkan peningkatan tekanan darah yang lebih tinggi dibandingkan 10 gram ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa dosis kopi lebih memengaruhi tekanan darah dibandingkan jenis kopi. Oleh karena itu, pengaturan dosis konsumsi kopi perlu diperhatikan, terutama bagi individu dengan sensitivitas terhadap kafein.

Kata Kunci: kopi robusta, kopi arabika, tekanan darah, kafein, dosis

ABSTRACT

Coffee is a widely consumed beverage that contains caffeine, which can affect blood pressure. Caffeine works by stimulating the sympathetic nervous system, increasing heart rate, and causing vasoconstriction, which can lead to a temporary increase in blood pressure. The most commonly consumed types of coffee are robusta and arabica, which have different caffeine levels. This study aims to determine the effect of robusta and arabica coffee consumption on

blood pressure increase, as well as to see if there are differences in the effects of robusta and arabica coffee based on the type of coffee and the dose given. This study used an experimental method with purposive sampling, involving 24 participants divided into 4 treatment groups. Each group consumed robusta or arabica coffee at a dose of 10 grams and 15 grams per 200 mL of water. Each participant underwent systolic and diastolic blood pressure measurements before and 30 minutes after coffee consumption. The results showed that coffee consumption as a whole had a significant effect on blood pressure increase ($p < 0.05$). However, there was no significant difference between Robusta and Arabica coffee ($p > 0.05$). Conversely, the difference in dosage had a significant effect, with 15 grams resulting in a higher increase in blood pressure than 10 grams ($p < 0.05$). These results indicate that coffee dosage has a greater effect on blood pressure than coffee type. Therefore, coffee consumption dosage needs to be considered, especially for individuals who are sensitive to caffeine.

Keywords: *robusta coffee, arabica coffee, blood pressure, caffeine, concentration*

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan utama di dunia yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah arteri secara persisten. Kondisi ini sering kali bersifat asimtomatik, namun berkontribusi besar terhadap peningkatan risiko penyakit kardiovaskular seperti gagal jantung, penyakit jantung koroner, stroke, aneurisma, dan kerusakan ginjal. Tekanan darah dinyatakan dalam dua nilai, yaitu tekanan sistolik dan diastolik, ketika dikategorikan sebagai hipertensi apabila tekanan sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan diastolik ≥ 90 mmHg (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Beban hipertensi terus meningkat secara global, di mana jumlah penderita hampir dua kali lipat dalam tiga dekade terakhir, dari 650 juta orang pada tahun 1990 menjadi sekitar 1,3 miliar orang pada tahun 2019. Kondisi ini berkontribusi terhadap jutaan kematian yang sebenarnya dapat dicegah setiap tahunnya (WHO, 2021).

Perkembangan hipertensi dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik yang tidak dapat dimodifikasi maupun yang dapat dimodifikasi. Faktor gaya hidup seperti pola makan tidak sehat, kurang aktivitas fisik, kebiasaan merokok, dan konsumsi minuman berkafein, termasuk kopi, diketahui berperan dalam peningkatan tekanan darah (Oktasiva Ferinada Andian Putri et al., 2022). Kopi merupakan salah satu minuman yang paling banyak dikonsumsi di dunia dan memiliki sejarah panjang dalam kehidupan manusia. Perkembangan kopi di Indonesia bermula pada masa colonial Belanda abad ke-18, ketika kopi Arabika pertama kali diperkenalkan sebagai komoditas utama, sebelum selanjutnya diikuti oleh budidaya kopi Robusta (Muhammad Fuad Anshori, 2014).

Beberapa tahun terakhir, konsumsi kopi di Indonesia mengalami peningkatan yang signifikan seiring berkembangnya industri kopi dan menjamurnya kedai kopi di berbagai wilayah, tidak hanya di kota besar, tetapi juga di daerah pedesaan dan kawasan pegunungan. Konsumsi kopi tidak lagi sekadar untuk memenuhi kebutuhan, melainkan telah menjadi bagian dari gaya hidup masyarakat, termasuk di kalangan pelajar dan mahasiswa yang memanfaatkan kopi untuk meningkatkan kewaspadaan dan mencegah rasa kantuk (Oktasiva Ferinada Andian Putri et al., 2022). Data Badan Pusat Statistik menunjukkan adanya peningkatan produksi kopi nasional, serta survei konsumsi yang mengungkapkan bahwa sebagian besar masyarakat Indonesia mengonsumsi kopi setiap hari (BPS, 2024).

Kopi merupakan minuman yang mengandung berbagai senyawa aktif, terutama kafein, yang diketahui dapat memengaruhi sistem kardiovaskular (Grosso et al., 2017). Beberapa penelitian menyebutkan bahwa kafein dapat meningkatkan tekanan darah melalui mekanisme antagonisme reseptor adenosin dan aktivasi sistem saraf simpatik yang menyebabkan vasokonstriksi pembuluh darah perifer (Grosso et al., 2017; Melizza et al., 2021). Namun demikian, hasil penelitian terkait hubungan konsumsi kopi dengan tekanan darah masih menunjukkan temuan yang tidak konsisten. Penelitian lain melaporkan bahwa konsumsi kopi tidak memiliki hubungan yang signifikan terhadap peningkatan tekanan darah, khususnya pada individu dengan hipertensi (Amin et al., 2023).

Kopi Robusta (*Coffea canephora*) dan Arabika (*Coffea arabica*) berbeda secara kimiawi, terutama dalam kadar kafein, di mana Robusta memiliki konsentrasi yang lebih tinggi daripada Arabika (Olechno et al., 2021). Kandungan kafein yang lebih tinggi pada Robusta telah dilaporkan mencapai 1,7 – 4,0% disbanding Arabika yang berkisar sekitar 0,8 – 1,5% (perbedaan ini berpotensi memberikan respons fisiologis yang berbeda terhadap tekanan darah) karena kafein dapat memengaruhi sistem kardiovaskular melalui stimulasi dan vasokonstriksi (Freitas et al., 2023; Gaibor et al., 2020). Hingga saat ini, penelitian yang secara spesifik membandingkan pengaruh kopi Robusta dan Arabika dengan dosis berbeda terhadap perubahan tekanan darah masih terbatas, khususnya pada populasi manusia.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini memiliki kebaruan ilmiah dengan mengkaji secara komparatif pengaruh konsumsi kopi Robusta dan Arabika pada

dua tingkat dosis terhadap perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah konsumsi. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih spesifik mengenai dampak jenis dan dosis kopi terhadap tekanan darah, sehingga dapat menjadi dasar ilmiah dalam edukasi konsumsi kopi yang lebih aman bagi masyarakat.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konsumsi kopi Robusta dan Arabika terhadap kenaikan tekanan darah, membandingkan tingkat kenaikan tekanan darah antara kedua jenis kopi tersebut, serta menganalisis pengaruh perbedaan dosis kopi terhadap perubahan tekanan darah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimental dengan teknik *purposive sampling* dengan populasi yaitu individu yang memiliki kebiasaan mengkonsumsi kopi secara rutin, yang didefinisikan sebagai konsumsi kopi setiap hari minimal satu cangkir selama satu bulan terakhir. Penelitian dilakukan pada bulan Juni 2025 dan sudah disetujui oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Farmasi Universitas YPIB. Partisipan yang digunakan berasal dari kecamatan Kaliwedi Kabupaten Cirebon, khususnya memenuhi kriteria penelitian, seperti usia 18-40 tahun dan tidak memiliki riwayat hipertensi sebelumnya. Penentuan sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus Federer $t(n-1) \geq 15$. Jumlah partisipan setelah dihitung menggunakan rumus Federer dihasilkan sebanyak 6 orang setiap kelompok perlakuan, karena terdapat 4 kelompok perlakuan maka total partisipan berjumlah 24 responden. Kopi dibuat dengan metode infusa. Pembagian 4 Kelompok perlakuan:

- 1) Kelompok 1: Mengonsumsi kopi Robusta dosis 10 g/ 200ml
- 2) Kelompok 2: Mengonsumsi kopi Robusta dosis 15 g/ 200ml
- 3) Kelompok 3: Mengonsumsi kopi Arabika dosis 10 g/ 200ml
- 4) Kelompok 4: Mengonsumsi kopi Arabika dosis 15 g/ 200 ml

Pengukuran tekanan darah responden dilakukan sebelum konsumsi kopi dan 30 menit setelah minum kopi, dengan menggunakan tensimeter digital (merk Omron). Penentuan waktu pengukuran 30 menit setelah konsumsi kopi didasarkan pada waktu puncak efek kafein dalam memengaruhi sistem kardiovaskular, di mana kafein mulai memberikan efek fisiologis terhadap tekanan darah dalam rentang waktu tersebut (Sharma et al., 2023). Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan membagikan

kuesioner secara langsung kepada subjek penelitian dalam bentuk kuesioner cetak. Pengisian kuesioner dilakukan secara mandiri oleh responden di bawah pengawasan peneliti untuk memastikan kelengkapan dan kejelasan pengisian.

Kuesioner yang digunakan merupakan kuesioner terstruktur yang disusun oleh peneliti berdasarkan kajian literatur terkait konsumsi kopi dan tekanan darah, serta mengadaptasi beberapa item pertanyaan dari peneliti sebelumnya yang relevan. Sebelum digunakan dalam penelitian, kuesioner telah melalui uji validitas dan reliabilitas, dengan uji validitas menggunakan korelasi *Product Moment* dan uji reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha*. Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai koefisien $\geq 0,70$ sehingga kuesioner dinyatakan reliabel (Farraj et al., 2024).

Analisis data dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi variabel independen, yaitu jenis kopi (Robusta dan Arabika) dan variabel dependen, yaitu peningkatan tekanan darah. Analisis data diawali dengan analisis univariat dan dilanjutkan analisis bivariat. Uji statistik yang digunakan adalah Uji-t dan ANOVA untuk mengetahui perbedaan rerata antar dua atau lebih kelompok data, dengan Tingkat signifikansi 95% ($\alpha = 0,05$) (Sugiyono & Puji Lestari, 2021).

PEMBAHASAN

Kopi yang digunakan dalam penelitian adalah kopi Robusta dan Arabika yang dikonsumsi secara luas oleh masyarakat. Kopi Robusta memiliki kadar kafein yang lebih tinggi dan rasa yang lebih pahit, sedangkan kopi Arabika memiliki aroma yang lebih aromatik dan rasa yang lebih asam. Faktor-faktor pengganggu potensial, seperti variasi intensitas kafein yang disebabkan oleh jenis pemanggangan atau suhu penyeduhan, dapat dikurangi dengan menerapkan pengukuran dan teknik penyeduhan yang konsisten (Gaibor et al., 2020; Zainuri et al., 2023).

Pemilihan partisipan yang homogen dari segi usia dan kondisi kesehatan bertujuan untuk menghindari bias yang disebabkan oleh faktor lain di luar konsumsi kopi. Berikut distribusi partisipan berdasarkan data demografi (**Tabel 1**).

Tabel 1. Total Distribusi Partisipan Berdasarkan Data Demografi

Karakteristik	Persentase (%)
Usia	
18-26 Tahun	59

27-33 Tahun	33
34-40 Tahun	8
Jenis Kelamin	
Laki-laki	66,7
Perempuan	33,3
Pekerjaan	
Pegawai Swasta	58
Mahasiswa	38
Wiraswasta	4

Kopi dapat mempengaruhi peningkatan tekanan darah sistolik dan diastolik (Freitas et al., 2023). Nilai rata-rata selisih kenaikan tekanan darah sistolik pada jenis kopi arabika adalah 2,66 mmHg (dosis 10 gram/200 mL) dan 8,16 mmHg (dosis 15 gram/200 mL), sedangkan pada jenis kopi robusta adalah 5 mmHg (dosis 10 gram/200 mL) dan 10,16 mmHg (dosis 15 gram/200mL). Nilai rata-rata selisih kenaikan tekanan darah diastolik pada jenis kopi arabika adalah 3,5 mmHg (dosis 10 gram/200 mL) dan 6,66 mmHg (dosis 15 gram/200 mL), sedangkan pada jenis kopi robusta adalah 4,66 mmHg (10 gram/200 mL) dan 9,83 mmHg (15 gram/200 mL) (**Tabel 2**).

Tabel 2. Hasil Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Konsumsi Kopi

Jenis Kopi & Dosis	ID	Tekanan Darah Sistolik			Tekanan Darah Diastolik		
		Sebelum	Sesudah	Selisih	Sebelum	Sesudah	Selisih
Arabika 10 gram/200 mL	1	104	106	2	66	75	3
	2	111	116	5	77	82	5
	3	121	121	0	80	85	5
	4	118	120	2	83	87	4
	5	112	117	5	69	72	3
	6	112	114	2	80	81	1
Arabika 15 gram/200 mL	7	117	132	15	81	82	4
	8	111	117	6	77	79	6
	9	115	120	5	77	86	9
	10	112	124	12	71	89	10
	11	106	109	3	69	71	3
	12	113	121	8	72	84	8
Robusta 15 gram/200 mL	13	116	120	4	63	74	9
	14	115	123	9	74	81	7
	15	118	119	1	85	85	0
	16	114	117	3	79	83	4
	17	125	130	5	94	94	0
	18	124	132	8	76	85	8
	19	108	118	10	64	69	8

Robusta 15 gram/200 mL	20	103	111	8	70	84	14
	21	125	131	6	80	85	5
	22	108	123	15	69	81	12
	23	119	125	6	69	81	12
	24	101	117	16	70	78	8

Hasil uji t berpasangan menunjukkan kenaikan tekanan darah sebelum dan sesudah mengkonsumsi kopi (**Tabel 3**). Hasil pembacaan tekanan darah dari studi ini serupa dengan hasil dari sejumlah penelitian sebelumnya yaitu partisipan yang minum satu hingga tiga cangkir kopi dengan dosis kafein (satu cangkir mengandung 237 mL) setiap hari memiliki risiko 1,09 persen mengalami peningkatan tekanan darah, dibandingkan dengan mereka yang minum kurang dari satu cangkir (Zhang et al., 2011). Konsumsi kafein dalam dosis kecil (50-100 mg) dapat meningkatkan tekanan darah, meskipun hanya sesaat (De Giuseppe et al., 2019). Peningkatan tekanan darah disebabkan oleh kafein yang menghambat reseptor adenosin sehingga arteri darah menyempit (vasokonstriksi). Kafein juga dapat meningkatkan pelepasan hormon adrenalin yang menyebabkan jantung berdetak lebih kuat dan cepat (Pray et al., 2014).

Tabel 3. Hasil Uji t-Berpasangan Antar Jenis Kopi

Uji	Waktu	Sistolik			Diastolik		
		(Std. Deviasi)	T hitung	P	(Std. Deviasi)	T hitung	P
Arabika 10 gram	Sebelum	5.93296	3.322	0,021	6.79461	4,137	0,009
	Sesudah	5.39135			5.78504		
Arabika 15 gram	Sebelum	3.77712	4.411	0,007	4.54973	2.618	0.047
	Sesudah	7.60920			6.30608		
Robusta 10 gram	Sebelum	5.08593	3.614	0,015	10.48332	2.738	0.041
	Sesudah	6.15359			6.50128		
Robusta 15 gram	Sebelum	9.39503	5.659	0,002	5.24087	5.890	0.002
	Sesudah	6.99762			5.78504		

Tidak terdapat perubahan yang nyata pada tekanan darah sistolik dan diastolik pada kelompok kopi Arabika dan Robusta ($p > 0,05$) berdasarkan hasil uji-t tidak berpasangan (**Tabel 4**). Kopi Robusta memiliki kecenderungan untuk meningkatkan tekanan darah lebih tinggi daripada kopi Arabika, namun perbedaan ini tidak signifikan

secara statistik. Temuan serupa juga telah ditemukan dalam sejumlah penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa meskipun kedua jenis kopi meningkatkan tekanan darah, tidak selalu ditemukan perbedaan signifikan antara arabika dan robusta (Pikir et al., 2017).

Tabel 4. Hasil Uji- t Tidak Berpasangan Antar Jenis Kopi

Uji	Distolik			Diastolik		
	Std. Deviasi	T hitung	P	Std. Deviasi	T hitung	P
Arabika 10 gram & Robusta 10 gram	1.966 3.615	1.587	0.144	2.665 4.622	0.306	0.766
Arabika 15 gram & Robusta 15 gram	4.535 4.401	0,775	0.456	6.861 3.882	0.622	0.548

Dosis kopi robusta dan arabika (dosis 10 gram/200 mL dengan 15 gram/200 mL) berbeda dalam efeknya terhadap peningkatan tekanan darah sistolik dan diastolik berdasarkan hasil uji-t tidak berpasangan (**Tabel 5**). Jumlah kafein yang dikonsumsi berkorelasi langsung dengan variasi dosis kopi. Melalui mekanisme vasokonstriksi pembuluh darah dan peningkatan pelepasan katekolamin (epinefrin dan norepinefrin), kafein, stimulan sistem saraf pusat, dapat meningkatkan tekanan darah (De Giuseppe et al., 2019). Paparan kafein meningkat seiring dengan dosis kopi, membuat efek fisiologis seperti peningkatan tekanan darah lebih nyata dan substansial (Nur Afdilah et al., 2025) Menurut penelitian, dosis kafein sedang hingga tinggi (misalnya, ≥ 200 mg) dapat meningkatkan tekanan darah secara signifikan, terutama pada orang yang biasanya tidak menggunakannya. Hal ini menunjukkan hubungan dosis-respons linear yang berarti bahwa tekanan darah meningkat sebanding dengan dosis (De Giuseppe et al., 2019).

Tabel 5. Hasil Uji-t Tidak Berpasangan Antar Dosis Kopi

Uji	Sistolik			Diastolik		
	Std. Deviasi	T hitung	P	Std. Deviasi	T hitung	P
Arabika 10 gram	1.966	2.726	0.021	1.517	2.433	0.035
Arabika 15 gram	4.535			2.805		
robusta 10 gram	3.033	2.368	0.039	3.983	2.055	0.067
robusta 15 gram	4.401			3.882		

PENUTUP

Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa kopi Arabika dan Robusta dapat memengaruhi kenaikan tekanan darah secara signifikan. Jenis kopi Arabika dan Robusta tidak memiliki perbedaan dalam memengaruhi kenaikan tekanan darah. Perbedaan dosis kopi Robusta dan Arabika memiliki perbedaan dalam memengaruhi kenaikan tekanan darah.

Penelitian ini terbatas sehingga perlu mengeksplorasi pengaruh konsumsi kopi terhadap tekanan darah pada kondisi yang lebih representatif, yaitu ketika responden diperbolehkan mengonsumsi makanan atau minuman lain setelah minum kopi. Hal ini penting untuk memahami bagaimana interaksi antar asupan dapat memodifikasi respons fisiologis terhadap kopi.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, S., Wahab, A., Atika, R. A., Studi, P., Dokter, P., Universitas, K., & Aceh, A. (2023). *PENGARUH KONSUMSI KOPI TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENGUNJUNG WARUNG*. 4(3).
- BPS. (2024). *BADAN PUSAT STATISTIK BPS-STATISTICS INDONESIA*.
- De Giuseppe, R., Di Napoli, I., Granata, F., Mottolese, A., & Cena, H. (2019). Caffeine and blood pressure: A critical review perspective. *Nutrition Research Reviews*, 32(2), 169–175. <https://doi.org/10.1017/S0954422419000015>
- Farraj, A., Akeredolu, T. J., Wijeyesekera, A., & Mills, C. E. (2024). Coffee and Cardiovascular Health: A Review of Literature. In *Nutrients* (Vol. 16, Number 24). Multidisciplinary Digital Publishing Institute (MDPI). <https://doi.org/10.3390/nu16244257>
- Freitas, V. V., Rodrigues Borges, L. L., Dias Castro, G. A., Henrique dos Santos, M., Teixeira Ribeiro Vidigal, M. C., Fernandes, S. A., & Stringheta, P. C. (2023). Impact of different roasting conditions on the chemical composition, antioxidant activities, and color of *Coffea canephora* and *Coffea arabica* L. samples. *Heliyon*, 9(9). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e19580>

- Gaibor, J., Morales, D., & Carrillo, W. (2020). Determination of Caffeine Content in Robusta Roasted Coffee (*Coffea canephora*) by RP-UHPLC-PDA. *Asian Journal of Crop Science*, 12(2), 90–96. <https://doi.org/10.3923/ajcs.2020.90.96>
- Grosso, G., Micek, A., Godos, J., Pajak, A., Sciacca, S., Bes-Rastrollo, M., Galvano, F., & Martinez-Gonzalez, M. A. (2017). Long-term coffee consumption is associated with decreased incidence of new-onset hypertension: A dose–response meta-analysis. *Nutrients*, 9(8). <https://doi.org/10.3390/nu9080890>
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). *1700108499655598d3c61e16.60954826*.
- Melizza, N., Dwi Kurnia, A., Masruroh, N. L., Prasetyo, Y. B., Ruhyanudini, F., Mashfufa, E. W., & Kusumawati, F. (2021). Prevalensi Konsumsi Kopi dan Hubungannya dengan Tekanan Darah. *Faletahan Health Journal*, 8(1), 10–15. www.journal.lppm-stikesfa.ac.id/ojs/index.php/FHJ
- Muhammad Fuad Anshori. (2014). *ANALISIS KERAGAMAN MORFOLOGI KOLEKSI TANAMAN KOPI ARABIKA DAN ROBUSTA BALAI PENELITIAN TANAMAN INDUSTRI DAN PENYEGAR SUKABUMI MUHAMMAD FUAD ANSHORI*.
- Nur Afdilah, I., Kunci, K., Darah, T., & Corespondensi Authors Irmawati Nur Afdilah Prodi Gizi, H. (2025). *JURNAL GIZI ILMIAH Pengaruh Fitokimia Caffeine Terhadap Tekanan Darah : Literature Review*. <https://jurnal.karyakesehatan.ac.id/JGI>
- Oktasiva Ferinada Andian Putri, A., Batubara, L., KUNCI Konsumsi Kopi, K., & Darah ABSTRAK, T. (2022). Hubungan Konsumsi Kopi Dengan Tekanan Darah Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi Angkatan 2018 The Relationship Between Coffee Consumption And Blood Pressure On Students of Faculty of Medicine Yarsi University Class of 2018. In *Junior Medical Journal* (Vol. 1, Number 1).
- Olechno, E., Puścion-Jakubik, A., Zujko, M. E., & Socha, K. (2021). Influence of various factors on caffeine content in coffee brews. *Foods*, 10(6). <https://doi.org/10.3390/foods10061208>
- Pikir, B. S., Andrianto, A., & A, F. A. (2017). THE DIFFERENCE OF BLOOD PRESSURE AND ARTERIAL STIFFNESS AFTER INTAKE OF ARABICA AND ROBUSTA COFFEE IN CONTROLLED HYPERTENSION. *Folia Medica Indonesiana*, 53(3), 209. <https://doi.org/10.20473/fmi.v53i3.6457>

- Pray, L. A. ., Yaktine, A. L. ., & Pankevich, D. E. . (2014). *Caffeine in food and dietary supplements : examining safety : workshop summary*. The National Academies Press.
- Sharma, V. K., Sharma, A., Verma, K. K., Gaur, P. K., Kaushik, R., & Abdali, B. (2023). A COMPREHENSIVE REVIEW ON PHARMACOLOGICAL POTENTIALS OF CAFFEINE. *Journal of Applied Pharmaceutical Sciences and Research*, 6(3), 16–26. <https://doi.org/10.31069/japsr.v6i3.04>
- Sugiyono, & Puji Lestari. (2021). *Buku%20Metode%20Penelitian%20Komunikasi*.
- WHO. (2021). *Guideline for the pharmacological treatment of hypertension in adults*.
- Zainuri, Paramartha, D. N. A., Fatinah, A., Nofrida, R., Rahayu, N., Anggraini, I. M. D., & Utama, Q. D. (2023). THE CHEMICAL CHARACTERISTICS OF ARABICA AND ROBUSTA GREEN COFFEE BEANS FROM GEOPARK RINJANI, INDONESIA. *Biotropia*, 30(3), 318–328. <https://doi.org/10.11598/BTB.2023.30.3.1940>
- Zhang, Z., Hu, G., Caballero, B., Appel, L., & Chen, L. (2011). Habitual coffee consumption and risk of hypertension: A systematic review and meta-analysis of prospective observational studies. *American Journal of Clinical Nutrition*, 93(6), 1212–1219. <https://doi.org/10.3945/ajcn.110.004044>