

LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

**GAMBARAN ASUPAN MAGNESIUM DAN
KALSIUM SERTA STATUS GIZI PADA
PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS
MANGKUBUMI KOTA TASIKMALAYA**

Disusun oleh:

FANISA NURUL FATHAH

NIM. P2.06.31.1.22.054



**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI TASIKMALAYA
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025**

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta nikmat-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir yang berjudul “Gambaran Magnesium dan Kalsium Serta Status Gizi Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya”.

Dalam menyusun Laporan Tugas Akhir ini, penulis telahh mendapatkan banyak bantuan dari berbagai pihak. Maka dari itu, penulis sampaikan terimakasih kepada Bapak/Ibu dosen yang telah membantu dan memberikan dukungan selama penulisan Laporan Tugas Akhir ini. Seiring dengan itu, dalam kesempatan ini saya berterimakasih kepada:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Sumarto, MP selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Ibu Ima Karimah, M.Si selaku Sekretaris Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
4. Ibu Dina Setiawati, S.Gz, M.Gz selaku Dosen Pembimbing yang selalu memberikan bimbingan, masukan, semangat, dan motivasi dalam penyusunan laporan tugas akhir ini.
5. Semua staff dan Dosen Program Studi D III Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang telah banyak memberikan pengajaran, bimbingan, dan bantuan selama perkuliahan.
6. Kedua orang tua dan adik tercinta yang senan tiasa telah memberikan dukungan, baik moril, materi maupun doa sehingga laporan tugas akhir ini dapat terselesaikan.
7. Seluruh teman-teman mahasiswa tingkat III Program Studi D III Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya atas segala dukungan dan bantuan yang diberikan kepada penulis dalam penyusunan laporan tugas akhir.

8. Fanisa Nurul Fatihah, diri saya sendiri. Apresiasi sebesar-besarnya karena telah bertanggung jawab untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Terimakasih karena terus berusaha dan tidak menyerah, serta senantiasa dapat melewati setiap prosesnya yang tidak bisa dibilang tidak mudah. Terimakasih sudah bertahan.

Laporan tugas akhir ini sudah dibuat semaksimal mungkin, namun penulis yakin masih terdapat kesalahan baik dalam penyusunan maupun penulisan. Oleh karena itu, besar harapan penulis menerima kritik dan saran dari berbagai pihak yang bersifat membangun agar penulis bisa lebih baik lagi untuk kedepannya.

Harapan penulis semoga laporan tugas akhir ini dapat memberikan wawasan yang lebih luas kepada pembaca dan khususnya penulis dalam menyusun laporan tugas akhir ini.

Tasikmalaya, 14 Mei 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
ORSINALITAS KARYA ILMIAH	iv
PENYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
INTISARI	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian	3
1. Tujuan Umum.....	3
2. Tujuan Khusus	3
D. Manfaat Penelitian	4
1. Bagi Peneliti.....	4
2. Bagi Institusi	4
3. Bagi Penderita.....	4
BAB II	5
TINJAUAN PUSTAKA.....	5
A. Tinjauan Teori	5
1. Hipertensi.....	5
2. Magnesium.....	11
3. Kalsium.....	15
4. Status Gizi.....	18
B. Kerangka Teori	21
BAB III.....	22

METODE PENELITIAN.....	22
A. Jenis Penelitian.....	22
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	22
1. Populasi.....	22
2. Sampel Penelitian	22
3. Besar Sampel	22
4. Kriteria dan Teknik Sampel.....	23
D. Variabel dan Definisi Operasional	24
E. Teknik Pengumpulan Data.....	25
F. Pengolahan dan Analisis Data	27
1. Teknik Pengolahan Data.....	27
2. Teknik Analisis Data	28
G. Jalannya Penelitian.....	28
1. Tahap Persiapan.....	28
2. Tahap Pelaksanaan.....	28
3. Tahap Akhir	29
BAB IV.....	30
HASIL DAN PEMBAHASAN	30
A. Hasil.....	30
1. Gambaran Umum Tempat Penelitian.....	30
2. Karakteristik Penderita Hipertensi	30
3. Gambaran Asupan Magnesium dan Kalsium	32
4. Gambaran Status Gizi	32
B. Pembahasan.....	33
1. Karakteristik Penderita Hipertensi	33
2. Asupan Magnesium	35
3. Asupan Kalsium.....	36
4. Status Gizi.....	38
BAB V	39
PENUTUP.....	39
A. Simpulan	39
B. Saran	40
DAFTAR PUSTAKA.....	41

LAMPIRAN	44
-----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

No	Judul Tabel	Halaman
Tabel 1	Klasifikasi Tekanan Darah untuk Dewasa	6
Tabel 2	Angka Kecukupan Mineral (Magnesium) yang dianjurkan per orang, pada kategori umur >18 tahun.....	12
Tabel 3	Daftar Bahan Makanan Sumber Magnesium.....	13
Tabel 4	Daftar Bahan Makanan Sumber Kalsium	16
Tabel 5	Karakteristik Penderita Hipertensi Berdasarkan Jenis Kelamin	31
Tabel 6	Karakteristik Penderita Hipertensi Berdasarkan Usia.....	31
Tabel 7	Karakteristik Penderita Hipertensi Berdasarkan Pekerjaan	31
Tabel 8	Asupan Magnesium	32
Tabel 9	Asupan Kalsium.....	32
Tabel 10	Karakteristik Penderita Hipertensi Berdasarkan Status Gizi	32

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori	21
-------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor Lampiran:

1. Surat Izin Penelitian
2. Persetujuan Setelah Pembahasan
3. Instrumen Penelitian
4. Dokumentasi Kegiatan
5. *Master Tabel*
6. Riwayat Hidup Penulis