

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Hipertensi yakni sebuah keadaan terjadi peningkatan tekanan darah pada dinding arteri dan jika di lakukan pengukuran dengan kondisi rileks melebihi 120/80 mmHg (Sari, 2019). Peningkatan tekanan darah tinggi adalah kondisi yang rumit dan bisa bersifat destruktif pada berbagai sistem organ dalam tubuh. Tekanan darah yang terlalu tinggi akan menyebabkan berbagai komplikasi seperti penyakit gagal ginjal kronik, diabetes melitus, stroke, dan penyakit kardiovaskular. Kondisi ini sering tidak memberi gejala yang jelas, sehingga hipertensi sering disebut sebagai *silent killer* (Lukitaningtyas & Cahyono, 2023).

Menurut data Organisasi Kesehatan Dunia pada tahun 2015, diperkirakan 1,13 miliar atau satu dari tiga orang di dunia didiagnosis mengalami hipertensi. Keadaan ini di perkirakan akan mengalami peningkatan jumlah penderita setiap tahunnya secara terus menerus, di tahun 2025 diprediksi akan menjadi 1,5 miliar kasus kejadian. Selain itu, tercatat kurang lebih 9,4 juta angka kematian tahunan akibat hipertensi dan dampak yang disebabkan. (Kemenkes RI, 2019).

Hingga kini, hipertensi masih menjadi salah satu penyebab utama kematian di Indonesia. Kondisi ini tidak hanya dialami oleh kelompok lanjut usia, tetapi juga semakin banyak ditemukan pada individu usia produktif (Syarli & Arini, 2021). Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018) menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi pada penduduk berusia 18 tahun ke atas mengalami peningkatan, dari 25,8% pada tahun 2013 menjadi 34,1% pada tahun 2018. Jika dilihat berdasarkan jenis kelamin, prevalensi hipertensi pada laki-laki (31,3%) tercatat lebih rendah dibandingkan perempuan (36,9%).

Jawa Barat menjadi Provinsi dengan prevalensi hipertensi terbanyak dengan penderita umur  $\geq 18$  tahun sebanyak (34,4%) (SKI, 2023).

Kota Tasikmalaya mengalami peningkatan jumlah hipertensi yang signifikan pada tahun 2022 sebesar 55.999 jiwa (Dinkes kota Tasikmalaya, 2022)

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya (2024), wilayah Sambongpari tercatat sebagai daerah dengan jumlah penderita hipertensi tertinggi di Kota Tasikmalaya, yaitu sebanyak 1.215 jiwa. Jika diklasifikasikan berdasarkan kelompok usia, kasus hipertensi ditemukan pada usia 10–14 tahun sebanyak 2 orang, usia 15–17 tahun sebanyak 4 orang, usia 18–44 tahun sebanyak 190 orang, usia 45–54 tahun sebanyak 415 orang, usia 55–59 tahun sebanyak 205 orang, usia 60–64 tahun sebanyak 134 orang, usia 65–69 tahun sebanyak 167 orang, serta usia 70 tahun ke atas sebanyak 98 orang. (Dinkes Kota Tasikmalaya, 2024) dalam (Fajar 2024)

Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya hipertensi adalah kebiasaan makan yang tidak tepat, karena kebiasaan makan memiliki peran penting dalam menjaga keseimbangan tekanan darah (homeostasis). Asupan kalsium dan magnesium yang rendah dalam makanan diketahui dapat memicu terjadinya hipertensi esensial. (Appel & Lawrence 2016).

Kalsium dalam darah memiliki peran penting dalam pengaturan tekanan darah, diantaranya berfungsi sebagai pengantar sinyal untuk pelepasan hormon adenosin monofosfat siklik, yang bertindak sebagai pembawa pesan intraseluler sekunder. Selain itu, kalsium berperan dalam proses pengikatan antar sel, pengaktifan enzim, pembekuan darah (koagulasi), serta mendukung kontraksi otot, termasuk otot pada dinding pembuluh darah (Appel & Lawrence 2016).

Magnesium merupakan salah satu zat gizi yang berperan penting dalam proses relaksasi otot jantung. Fungsinya berkebalikan dengan kalsium, yang berperan dalam kontraksi otot jantung. Keseimbangan antara kadar magnesium dan kalsium dalam tubuh berfungsi menjaga irama jantung tetap stabil melalui mekanisme kontraksi dan relaksasi otot jantung. Apabila asupan magnesium tidak mencukupi, maka kemampuan tubuh dalam merelaksasi otot polos pada pembuluh darah akan terganggu, yang dapat

menyebabkan tekanan darah menjadi tidak stabil dan detak jantung mengalami ketidakteraturan (Lestari *et al.* 2019).

Melihat latar belakang permasalahan yang telah diuraikan, peneliti memiliki ketertarikan untuk mengkaji lebih dalam tentang Gambaran Asupan Kalsium dan Magnesium Pada Penderita hipertensi Di Puskesmas Sambongpari Kota Tasikmalaya Tahun Tahun 2025.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah pada penelitian ini ialah “Bagaimana Gambaran Asupan Kalsium dan Magnesium Pada Penderita hipertensi Di Puskesmas Sambongpari Kota Tasikmalaya.

## **C. Tujuan**

### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran asupan kalsium dan magnesium pada penderita hipertensi di Puskesmas Sambongpari Kota Tasikmalaya

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui asupan kalsium (Ca) pada penderita hipertensi Puskesmas Sambongpari Kota Tasikmalaya.
- b. Mengetahui asupan Magnesium (Mg) pada penderita hipertensi Puskesmas Sambongpari Kota Tasikmalaya.

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pengetahuan, khususnya dalam bidang ilmu gizi, mengenai gambaran asupan kalsium dan magnesium pada penderita hipertensi di Puskesmas Sambongpari, Kota Tasikmalaya.

### 2. Praktis

#### 1. Bagi Peneliti

Dengan adanya penelitian ini, dapat mengembangkan pengetahuan dan keterampilan peneliti dalam menerapkan konsep konsep yang telah dipelajari selama masa kuliah, serta

menambah pengalaman dalam melakukan penelitian tentang kebiasaan konsumsi zat gizi mikro kalsium (Ca), magnesium (Mg) pada individu yang menderita hipertensi.

2. Bagi Jurusan Gizi

Dapat menambah sumber kepustakaan institusi serta menjadi rujukan bagi pengembangan dan penelitian mendatang.

3. Bagi masyarakat

Penelitian ini dilakukan agar masyarakat lebih memperhatikan asupan kalsium dan magnesium, terlebih lagi bagi para penderita hipertensi