



Kemenkes Poltekkes Tasikmalaya

LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

GAMBARAN ASUPAN VITAMIN C DAN VITAMIN D PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS KAHURIPAN KOTA TASIKMALAYA

Disusun Oleh:

SYAKIRA SALSABILA

NIM. P2.06.31.1.23.097

**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI
TASIKMALAYA JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK
INDONESIA
TAHUN 2026**





LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

GAMBARAN ASUPAN VITAMIN C DAN VITAMIN D PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS KAHURIPAN KOTA TASIKMALAYA

Disusun Oleh:

SYAKIRA SALABILA

NIM. P2.06.31.1.23.097

**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI TASIKMALAYA
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN**

**TASIKMALAYA KEMENTERIAN
KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**

TAHUN 2026



HALAMAN PERSETUJUAN

Laporan Tugas Akhir dengan judul “Gambaran Asupan Vitamin C dan Vitamin D pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Kahuripan Kota Tasikmalaya”

Disusun oleh :
Syakira Salsabila
P2.06.31.1.23.097

Hari : Selasa
Tanggal : 12 Mei 2026
Waktu : 13.00 WIB

Pembimbing



Marianawati Saragih, SST., M.Gizi

NIP. 197112261994032004

LEMBAR PENGESAHAN LAPORAN TUGAS AKHIR

Laporan Tugas Akhir dengan judul “Gambaran Asupan Vitamin C dan Vitamin D pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Kahuripan Kota Tasikmalaya”

Disusun Oleh :

Nama : Syakira Salsabila

NIM : P2.06.31.1.23.097

telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji

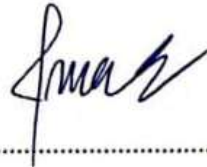
pada tanggal 18 Mei 2026

Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji

Marianawati Saragih, SST., M.Gizi

NIP. 197112261994032004


(.....)

Penguji I

Isnar Nurul Alfiah, S.Gz., M.Gizi

NIP. 199006042019022001


(.....)

Penguji II

Edri Indah Yuliza Nur, S.Gz., M.Gizi

NIP. 199207142022032002


(.....)

Mengetahui,

Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya


Sumarto, STP., MP
NIP. 198401032012121002



SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA TULIS ILMIAH

Saya Mahasiswa Program Studi Diploma III Gizi Tasikmalaya Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Syakira Salsabila

NIM : P20631123097

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Tugas Akhir

Judul : Gambaran Asupan Vitamin C dan Vitamin D pada penderita Hipertensi di Puskesmas Kahuripan Kota Tasikmalaya

Pembimbing : Marianawati Saragih, STT, M,Gizi

Tanggal Ujian Sidang : 18 Mei 2026

Menyatakan bahwa Tugas Akhir (TA) yang saya susun adalah benar-benar karya saya sendiri. Apabila kemudian terbukti bahwa saya ternyata melakukan tindakan menyalin atau meniru tulisan orang lain seolah-olah hasil pemikiran saya sendiri, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku di Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya termasuk pencabutan gelar vokasi yang telah saya peroleh. Demikian, surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan apabila di kemudian hari terbukti melakukan kebohongan maka saya sanggup menanggung segala konsekuensinya.

Tasikmalaya, 26 Mei 2026



Syakira Salsabila

NIM. P2.06.31.1.23.097

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Jurusan Gizi Tasikmalaya Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Syakira Salsabila

NIM : P20631123097

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Jurusan Gizi Tasikmalaya Politeknik Kesehatan Tasikmalaya Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) atas karya ilmiah saya berjudul: **GAMBARAN ASUPAN VITAMIN C DAN VITAMIN D PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS KAHURIPAN KOTA TASIKMALAYA**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan) Dengan Hak Bebas Royalti Non eksklusif ini Jurusan Gizi Tasikmalaya Politeknik Kesehatan Tasikmalaya berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan Karya Tulis Ilmiah (KTI) saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis atau pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta untuk kepentingan akademis. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Pada Tanggal : 18 Mei 2026

Yang Menyatakan,



Syakira Salsabila

NIM. P2.06.31.1.23.097

Gambaran Asupan Vitamin C dan Vitamin D pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Kahuripan Kota Tasikmalaya

Syakira Salsabila

INTISARI

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang prevalensinya terus meningkat dan menjadi faktor risiko utama penyakit kardiovaskular. Pola konsumsi, termasuk kecukupan asupan vitamin C dan vitamin D, berperan penting dalam pengaturan tekanan darah melalui mekanisme antioksidan, fungsi endotel, serta regulasi sistem renin-angiotensin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran asupan vitamin C dan vitamin D pada penderita hipertensi di Puskesmas Kahuripan Kota Tasikmalaya. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan metode wawancara menggunakan formulir *Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ) dan *food recall* 2x24 jam. Sampel penelitian berjumlah 30 responden yang dipilih menggunakan teknik *accidental sampling*. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan karakteristik responden serta tingkat kecukupan asupan vitamin C dan vitamin D. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (87%), berusia 41-64 tahun (83%), berpendidikan SD/ sederajat (63%), dan bekerja sebagai ibu rumah tangga (70%). Berdasarkan *food recall* 2x24 jam, sebagian besar responden memiliki asupan vitamin C kurang (<80% AKG) sebanyak 28 orang (94%) dan asupan vitamin D kurang sebanyak 29 orang (96%). Berdasarkan hasil SQ-FFQ, sebagian besar responden memiliki asupan vitamin C dalam kategori defisit berat sebanyak 15 orang (50%) dan asupan vitamin D dalam kategori defisit berat sebanyak 29 orang (96%). Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi di Puskesmas Kahuripan Kota Tasikmalaya memiliki asupan vitamin C dan vitamin D yang masih kurang dari angka kecukupan gizi yang dianjurkan.

Kata kunci: Vitamin C, Vitamin D, Hipertensi, Asupan Gizi, SQ-FFQ, *Food Recall*

ABSTRACT

Syakira Salsabila. Overview of Vitamin C and Vitamin D Intake in Hypertensive Patients at Kahuripan Community Health Center, Tasikmalaya City. Under supervision of MARIANAWATI SARAGIH

Hypertension is a non-communicable disease with an increasing prevalence and is a major risk factor for cardiovascular disease. Dietary patterns, including adequate intake of vitamin C and vitamin D, play an important role in blood pressure regulation through antioxidant mechanisms, endothelial function, and regulation of the renin-angiotensin system. This study aimed to describe vitamin C and vitamin D intake among hypertensive patients at Kahuripan Community Health Center, Tasikmalaya City. This study used a descriptive design with interview methods using the Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ) and 2x24-hour food recall. The sample consisted of 30 respondents selected using accidental sampling technique. Data were analyzed univariately to describe respondent characteristics and adequacy levels of vitamin C and vitamin D intake. The results showed that most respondents were female (87%), aged 41–64 years (83%), had elementary school education or equivalent (63%), and were housewives (70%). Based on the 2x24-hour food recall, most respondents had inadequate vitamin C intake (<80% RDA), totaling 28 respondents (94%), and inadequate vitamin D intake in 29 respondents (96%). Based on the SQ-FFQ results, most respondents had severe deficit vitamin C intake in 15 respondents (50%) and severe deficit vitamin D intake in 29 respondents (96%). It can be concluded that most hypertensive patients at Kahuripan Community Health Center, Tasikmalaya City, had vitamin C and vitamin D intake below the recommended dietary allowance.

Keywords: *Vitamin C, Vitamin D, Hypertension, Nutritional Intake, SQ-FFQ, Food Recall*

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta nikmat-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir yang “Gambaran Asupan Vitamin C dan Vitamin D pada penderita Hipertensi di Puskesmas Kahuripan Kota Tasikmalaya”

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

1. Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Sumarto, STP., MP selaku Ketua Prodi dan Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Marianawati Saragih, S.ST., M.Gizi selaku Dosen Pembimbing yang selalu memberikan bimbingan, masukan, semangat, dan motivasi dalam penyusunan Proposal Tugas Akhir ini.
4. Seluruh dosen dan staff Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya, yang telah memberikan pengajaran, bimbingan dan bantuan kepada peneliti.
5. Kepada orangtua dan Keluarga, serta teman-teman yang telah memberikan dukungan dan bantuan kepada penulis. Sudah saling support satu sama lain, mendengarkan cerita satu sama lain, menasehati bahkan merancang mimpi dalam satu meja yang sama.

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.

Tasikmalaya, November 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA TULIS ILMIAH	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
INTISARI	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan.....	3
D. Manfaat.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Tinjauan Teori	5
B. Kerangka Teori	22
C. Kerangka konsep	23
BAB III METODE PENELITIAN.....	24
A. Jenis Penelitian.....	24
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	24
C. Populasi dan Sampel Penelitian	24
D. Variabel dan Definisi Operasional	27
E. Teknik Pengumpulan Data.....	28
F. Pengolahan dan Analisis Data.....	29
G. Jalannya Penelitian.....	32
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	34
A. Hasil	34
B. Pembahasan.....	38

BAB V SIMPULAN DAN SARAN	53
A. Simpulan.....	53
B. Saran	53
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN.....	60

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Klasifikasi Tekanan darah untuk Dewasa menurut AHA 2025.....	6
Tabel 2. Kebutuhan vitamin C menurut AKG	12
Tabel 3. Jenis Bahan Makanan Sumber Vitamin C per 100 gram	13
Tabel 4. Kebutuhan vitamin C menurut AKG.....	17
Tabel 5. Jenis Bahan Makanan Tinggi Vitamin D per 100 gram.....	17
Tabel 6. Variabel dan Definisi Operasional	27
Tabel 7. Klasifikasi Hipertensi Penderita Hipertensi di Puskesmas Kahuripan Kota Tasikmalaya.	34
Tabel 8. Karakteristik berdasarkan jenis kelamin Puskesmas Kahuripan Kota Tasikmalaya.	35
Tabel 9. Karakteristik berdasarkan usia Puskesmas Kahuripan Kota Tasikmalaya.	35
Tabel 10. Karakteristik berdasarkan tingkat pendidikan Puskesmas Kahuripan Kota Tasikmalaya.	36
Tabel 11. Karakteristik berdasarkan pekerjaan Puskesmas Kahuripan Kota Tasikmalaya.	36
Tabel 12. Asupan Vitamin C berdasarkan <i>Food Recall 24 H</i>	37
Tabel 13. Asupan Vitamin C berdasarkan <i>Food Recall 24 H</i>	37
Tabel 14. Asupan Vitamin D berdasarkan <i>Food Recall 24 H</i>	37
Tabel 15. Asupan Vitamin D berdasarkan <i>SQ-FFQ</i>	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori	22
Gambar 2. Kerangka Konsep	23

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Perizinan Penelitian
- Lampiran 2. *Informed Consent* (IC)
- Lampiran 3. Persetujuan Setelah Penjelasan
- Lampiran 4. Formulir Identitas Responden
- Lampiran 5. Food Recall 2x24 Hours
- Lampiran 6. *SQ-FFQ*
- Lampiran 7. Dokumentasi Penelitian