

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Hipertensi adalah ketika tekanan darah seseorang berada di atas nilai normal akibat adanya satu atau beberapa faktor risiko yang tidak berfungsi secara optimal dalam mengendalikan tekanan darah (Nilawati *et al*, 2024). Hipertensi termasuk salah satu penyakit tidak menular yang menjadi permasalahan kesehatan masyarakat di berbagai tingkat, baik global, nasional, maupun daerah. Kondisi ini mengindikasikan bahwa hipertensi merupakan faktor risiko yang dapat membahayakan kesehatan individu. Berdasarkan kriteria yang ditetapkan oleh *American Health Association* (AHA) 2025, seseorang dikategorikan mengalami hipertensi apabila memiliki tekanan darah sistolik melebihi dari 140 mmHg dan diastolik melebihi dari 90 mmHg.

Menurut *World Health Organisation* (WHO) 2023, sekitar 1,4 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun mengalami hipertensi, dengan sebagian besar kasus terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Data Riskesdas tahun 2018 mengindikasikan bahwa hipertensi di Indonesia mengalami peningkatan dalam kurun waktu lima tahun. Prevalensi yang sebelumnya tercatat sebesar 25,8% pada tahun 2013 meningkat menjadi 34,1% pada tahun 2018. Berdasarkan laporan Kementerian Kesehatan RI tahun 2019, kondisi tersebut lebih banyak dijumpai pada perempuan dibandingkan laki-laki. Selain itu, Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan bahwa hipertensi juga mulai muncul pada usia muda, yaitu 10,7% pada usia 18–24 tahun dan 17,4% pada usia 25–34 tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2024).

Provinsi Tingginya kasus hipertensi terlihat di Provinsi Jawa Barat. Data tahun 2020 menunjukkan prevalensi hipertensi di wilayah tersebut mencapai 39,6%, sehingga menjadikan Jawa Barat sebagai provinsi kedua tertinggi di Indonesia setelah Aceh (Riskesdas, 2018). Kasus hipertensi di wilayah ini terus meningkat dengan lebih dari 3,2 juta penderita pada tahun 2023 dan 1.956.417 kasus tercatat pada tahun 2022 (Dinkes Prov Jawa Barat, 2022). Di Kota Tasikmalaya, tercatat 9.124 penderita hipertensi (Dinkes Kota Tasikmalaya, 2022).

Menurut data dari Puskesmas Kahuripan Kota Tasikmalaya pada bulan Desember tahun 2025, jumlah kunjungan pasien penderita hipertensi dengan usia diatas 18 tahun mencapai 223 orang. Berdasarkan klasifikasi jenis kelamin, terdapat 82 penderita laki-laki dan 141 penderita perempuan.

Hipertensi dikenal sebagai *the silent killer* karena mayoritas penderitanya tidak menunjukkan gejala, namun dapat mengakibatkan komplikasi berat seperti penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal. Risiko hipertensi meningkat akibat berbagai factor, termasuk rendahnya aktivitas fisik dan kurangnya konsumsi buah maupun sayur serta kebiasaan merokok. Penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 51,7% responden memiliki aktivitas fisik kurang, 62,4% kurang mengonsumsi buah dan sayur, serta 34,3% memiliki kebiasaan merokok (Berliana, 2023).

Hipertensi dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti riwayat keluarga (*genetic*), karakteristik gaya hidup, usia, jenis kelamin, minimnya aktivitas fisik, obesitas, kebiasaan merokok, dan pola makan tidak sehat (WHO, 2023). Vitamin C dan vitamin D memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan pembuluh darah melalui pemeliharaan fungsi endotel, serta pengurangan stres oksidatif dan peradangan yang dapat memicu peningkatan hipertensi. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa penderita hipertensi umumnya memiliki asupan serta kadar vitamin C yang lebih rendah dibandingkan individu normotensif.

Secara umum, konsumsi vitamin C pada penderita hipertensi cenderung lebih rendah bahkan tergolong kurang, yaitu sebesar 93,8%, sedangkan pada kelompok dengan tekanan darah normal juga ditemukan kecukupan vitamin C yang rendah sebesar 81,3%. Rata-rata asupan vitamin C pada kelompok hipertensi tercatat sebesar  $38,67 \pm 42,91$  mg/hari, lebih rendah dibandingkan kelompok normotensi sebesar  $40,25 \pm 33,16$  mg/hari (Amalia & Triyono, 2018). Hingga kini belum ada kebutuhan khusus vitamin C untuk penderita hipertensi, sehingga rekomendasi tetap mengacu pada AKG dewasa (75 mg/hari perempuan; 90 mg/hari laki-laki).

Sedangkan vitamin D berfungsi dalam mengatur sistem renin-angiotensin dan menekan proses inflamasi. Berdasarkan penelitian Hermawan dan Andoko (2019), vitamin D terbukti dapat menurunkan risiko kejadian hipertensi. Asupan vitamin D pada hipertensi secara global diketahui memiliki asupan dan status

vitamin D yang rendah. Berdasarkan hasil penelitian Natan O., *et al* 2024, sebagian besar penderita hipertensi memiliki asupan vitamin D yang tergolong kurang, yaitu sebanyak 96% responden (48 dari 50 orang). Rata-rata asupan vitamin D pada responden tercatat sebesar 18,53 mcg/hari, meskipun mayoritas masih dikategorikan belum memenuhi kebutuhan optimal. Hingga kini belum ada kebutuhan khusus vitamin D untuk penderita hipertensi, sehingga rekomendasi tetap mengacu pada AKG (15 mg/hari usia 18-65 tahun; 20 mg/hari >65 tahun).

Melihat tingginya jumlah kasus hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kahuripan Kota Tasikmalaya, khususnya pada kelompok usia >18 tahun yang mencapai 315 orang, penulis tertarik melakukan penelitian berjudul “Gambaran Asupan Vitamin C dan Vitamin D pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Kahuripan Kota Tasikmalaya.” Ketertarikan ini muncul karena peningkatan kasus hipertensi secara global dan nasional, termasuk pada usia muda. Mengingat ketidakseimbangan asupan vitamin C dan vitamin D dapat berkontribusi terhadap peningkatan tekanan darah, penelitian ini diharapkan dapat menggambarkan pola konsumsi vitamin C dan D serta menjadi dasar upaya pencegahan hipertensi pada usia produktif.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Bagaimana gambaran asupan vitamin C, dan vitamin D pada penderita hipertensi di Puskesmas Kahuripan Kota Tasikmalaya?”.

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui gambaran asupan vitamin C dan vitamin D pada penderita hipertensi di Puskesmas Kahuripan Kota Tasikmalaya.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui gambaran karakteristik responden penderita hipertensi di Puskesmas Kahuripan Kota Tasikmalaya meliputi usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan pekerjaan.
- b. Mengetahui gambaran asupan Vitamin C pada penderita hipertensi di Puskesmas Kahuripan Kota Tasikmalaya
- c. Mengetahui gambaran asupan Vitamin D pada penderita hipertensi di

Puskesmas Kahuripan Kota Tasikmalaya.

#### **D. Manfaat**

##### **1. Bagi Peneliti**

Peneliti dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan dalam pelaksanaan penelitian, serta meningkatkan pemahaman mengenai ilmu pengetahuan yang diperoleh selama perkuliahan terutama yang berkaitan dengan hipertensi.

##### **2. Bagi Instituti**

Hasil penelitian ini dapat menjadi informasi yang bermanfaat dalam bidang pelayanan kesehatan, terutama dalam usaha preventif untuk meningkatkan promosi kesehatan yang berkaitan dengan hipertensi.

##### **3. Bagi Responden**

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terutama responden tentang konsumsi makanan sumber vitamin C dan D serta dapat menyesuaikannya dengan anjuran sebagai langkah awal pencegahan terjadinya hipertensi.