

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anemia atau sering disebut dengan kurang darah sampai sekarang masih menjadi masalah kesehatan secara mendunia. World Health Organization (WHO) mendefinisikan anemia sebagai keadaan kekurangan angka sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin dengan jumlah yang tidak sesuai dengan kebutuhan fisiologis tubuh (Aulya et al., 2022). Menurut World Health Organization (WHO,2021) kasus anemia mempengaruhi 1,62 miliar orang seluruh dunia, yang setara dengan 24,8% dari populasi.

Anemia adalah suatu keadaan dimana jumlah sel darah merah dan kadar hemoglobin (Hb) lebih rendah dari batas normal < 12 g/dl menurut umur dan jenis kelamin. Anemia dapat menimbulkan berbagai gejala klinis seperti lesu, lemah, pusing, wajah pucat, dan sesak napas, palpitas, dan pucat pada area konjungtiva dan telapak tangan. Gejala tersebut muncul akibat kadar hemoglobin dalam darah menurun sehingga kebutuhan seluruh jaringan tubuh tidak terpenuhi. Salah satu faktornya disebabkan karena adanya gangguan kualitas tidur (P. A. Nugraha & Yasa, 2022).

Keadaan defisiensi zat besi berdampak pada penurunan metabolisme monoamine karena konsentrasi oksigen yang tidak mencukupi di otak. Monoamine adalah salah satu hormon yang memiliki peran pada proses fisiologi tidur. Maka anemia secara tidak langsung dapat menimbulkan gangguan tidur serta terjadi penurunan performa tubuh bagi penderitanya. Defisiensi zat besi selain mempengaruhi hormon monoamine juga mempengaruhi kinerja hormon dopamin yang juga memiliki peran dalam fisiologi tidur. Defisiensi zat besi juga

menyebabkan defisiensi dopamin yang mempengaruhi kualitas tidur menurun dan membuat ritme jantung tidak teratur. (Krisnawati et al., 2024).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO, 2021) menunjukan pravalensi anemia pada tahun 2019, dari wanita berusia 15-49 tahun 29,9% menderita anemia, pada anak berusia 6-59 bulan adalah 39,8% atau setara dengan 268 juta anak dengan anemia.

Berdasarkan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Risksdas,2020) Badan Litbangkes Kemenkes RI tahun mencatat prevalensi anemi di Indonesia masih sangat tinggi, berdasarkan data, prevalensi anemi pada remaja putri sebesar 32%. Dari data tersebut menunjukan bahwa 3-4 dari 10% remaja putri di Indonesia menderita anemia karena kualitas tidur yang buruk.

Berdasarkan data (Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2021) Prevalensi anemia dikalangan remaja di Jawa Barat mencapai 28,4% dengan defisiensi zat besi. Sedangkan berdasarkan data di (Kota Cirebon, 2021) dengan survei puskesmas Kota Cirebon sekitar 31,7% remaja perempuan di Kota Cirebon mengalami anemia.

Salah satu penyebab masalah anemia dalam tubuh yakni kadar hemoglobin. Hemoglobin adalah salah satu senyawasel darah merah, yang bertugas untuk mengangkut oksigen ke sel-sel tubuh. Kadar hemoglobin yang rendah dapat menyebabkan tubuh merasa lemah, pusing, dan mudah lelah karena kurangnya oksigen yang dibawa ke sel-sel tubuh (Purwaningsih & Zulala, 2023). Faktor-faktor yang mempengaruhi kadar hemoglobin antara lain pengetahuan tentang anemia, asupan makanan, dan kualitas tidur. Kualitas tidur seseorang dapat diukur dengan menghitung jumlah waktu tidur, frekuensi tidur, faktor yang mengganggu tidur, dan kondisi yang mengganggu tidur. Kualitas tidur dapat terganggu karena kurang tidur (F. A. Nugraha et al., 2023).

Kualitas tidur yang buruk dapat mempengaruhi proses pembaharuan sel tubuh terutama produksi hemoglobin yang menyebabkan kadar hemoglobin dalam tubuh tidak mencukupi. Hal ini dapat menyebabkan penurunan kadar hemoglobin yang rendah juga dapat mempengaruhi kemampuan tubuh untuk membawa oksigen ke seluruh tubuh, yang dapat mengganggu fungsi organ-organ penting seperti jantung dan otak. Selain itu, kurangnya hemoglobin juga dapat menyebabkan gangguan pada sistem kekebalan tubuh sehingga rentan terhadap penyakit. Kondisi ini juga dapat menyebabkan masalah kesehatan lainnya seperti pusing, sakit kepala, dan kulit pucat (Rahma, 2022). Kualitas tidur yang teratur juga penting untuk memastikan tubuh mendapatkan istirahat yang cukup sehingga proses regenerasi sel dapat berjalan dengan baik. Dengan menjaga keseimbangan kadar hemoglobin, tubuh akan terhindar dari risiko anemia (Purwaningsih & Zulala, 2023).

Berdasarkan data yang peneliti dapatkan dari hasil observasi dan wawancara pada 24 Januari 2025 terhadap 15 mahasiswi Program Studi S1 Keperawatan didapatkan mahasiswi mengeluh mengalami gangguan tidur seperti merasa gelisah saat akan tidur dan waktu tidur tidak teratur disebabkan oleh tuntutan deadline tugas matakuliah serta bermain gadget dengan menonton film ataupun melihat media sosial. Akibat dari kurang tidur, mahasiswi mengaku menjadi sulit berkonsentrasi, merasa lemas, pusing pada pagi hari dan sering merasa mengantuk ketika beraktivitas pada siang hari nya. Terdapat 10 mahasiswi mengaku bahwa dirinya mempunyai riwayat anemia. Dari uraian tersebut membuat peneliti tertarik untuk meneliti dengan judul "Hubungan Kualitas Tidur dengan Kejadian Anemi pada Mahasiswi Prodi Strata Satu (S1) Keperawatan Fakultas Kesehatan Institut Mahardika Cirebon".

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan beberapa hasil temuan terkait yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Apakah terdapat Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Kejadian Anemia pada Mahasiswa Prodi Strata Satu (S1) Keperawatan Fakultas Kesehatan di Institut Mahardika Cirebon Tahun 2025."

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui Hubungan Kualitas Tidur dengan Kejadian Anemia pada Mahasiswa Prodi Strata Satu (S1) Keperawatan Fakultas Kesehatan di Institut Mahardika Cirebon Tahun 2025.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui kualitas tidur mahasiswa Prodi Strata Satu (S1) Keperawatan Fakultas Kesehatan di Institut Mahardika Cirebon Tahun 2025.
2. Untuk Mengetahui kejadian anemia pada mahasiswa Prodi Strata Satu (S1) Keperawatan Fakultas Kesehatan di Institut Mahardika Cirebon Tahun 2025.
3. Untuk mengetahui hubungan kualitas tidur dengan kejadian anemia pada mahasiswa Prodi Strata Satu (S1) Keperawatan Fakultas Kesehatan di Institut Mahardika Cirebon Tahun 2025.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan konsep dan teori ilmu keperawatan khususnya keperawatan medikal bedah dalam meningkatkan pengetahuan dan wawasan terkait hubungan kualitas tidur dengan kejadian anemia pada mahasiswa Prodi Strata Satu (S1) Keperawatan Fakultas Kesehatan di Institut Mahardika Cirebon Tahun 2025.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja

Penelitian ini dapat dijadikan pemahaman mengenai kualitas tidur seseorang dengan kejadian anemia mahasiswa Prodi Strata Satu (S1) Keperawatan Fakultas Kesehatan di Institut Mahardika Cirebon.

b. Bagi Kampus Institut dan Teknologi Kesehatan Mahardika

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan literatur serta dapat bermanfaat untuk penelitian lebih lanjut dalam penelitian anemia.

c. Bagi masyarakat

Bagi wanita maupun laki-laki dapat menambah pengetahuan agar dapat terhindar dari anemia serta dapat hidup lebih sehat dan sejahtera serta mencegah terjadinya anemia pada berbagai kalangan masyarakat.

1.5 Keaslian Penelitian

Beberapa penelitian yang berkaitan dengan penulisan judul “Hubungan Kualitas Tidur dengan Kejadian Anemia pada Mahasiswi Prodi Strata Satu (S1) Keperawatan Fakultas Kesehatan di Institut Mahardika Cirebon Tahun 2025.”

1. (Lestari & Baringbing, 2024). “Hubungan Kebiasaan Pola Tidur dengan Kejadian Anemia pada Remaja di Puskesmas Pahandut Kota Palangka Raya.” Penelitian ini menggunakan pendekatan *Cross-Sectional Study* dengan sampel penelitian berjumlah 74 responden dan teknik pengambilan sampel penelitian adalah *accidental sampling*. Analisis data menggunakan uji *Chi square*. Hasil uji *Chi square* ($p\ value = 0,011$ atau $p<0,05$), yang artinya terdapat hubungan yang signifikan kebiasaan pola tidur dengan kejadian anemia pada remaja di Puskesmas Pahandut Kota Palangka Raya.

Perbedaan dalam penelitian ini adalah terdapat pada sampel penelitian yakni ditunjukan untuk remaja awal hingga akhir sedangkan penelitian yang diteliti fokus pada remaja akhir yang berada pada tingkat perguruan tinggi, jenis penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif korelasional sedangkan penelitian yang diteliti metode yang digunakan yaitu metode korelasional. Pada tempat, populasi, dan sampel serta sasaran yang berbeda. Sedangkan persamaan dalam penelitian ini adalah variabel dependent kejadian anemia, populasi terhadap remaja, menggunakan uji *Chi square*.

2. (Kusumawati et al., 2023). ”Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebiasaan Makan Terhadap Kejadian Anemia pada Mahasiswa Non Kesehatan Universitas Sari Mulia.” Penelitian ini dilakukan menggunakan desain *Cross-Sectional*. Metode yang digunakan adalah jenis penelitian deskriptif kategorik dengan desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian cross-sectional study analisis data menggunakan analisa

Univariat, Bivariat, dan Multivariat. Sampel pada penelitian ini sebanyak 41 orang yang memenuhi kriteria inklusi dan ekslusi.

Perbedaan dalam penelitian ini yaitu peneliti melakukan penelitian dengan variabel independent kebiasaan makan, sedangkan penelitian ini meneliti kualitas tidur. Perbedaan lainnya dalam penelitian ini peneliti meneliti semua mahasiswi prodi S1 Keperawatan reguler pagi di Institut Mahardika Cirebon. Sedangkan persamaan dalam penelitian ini adalah pada variabel kejadian anemia.

3. (Sahashika & Setiyaningrum, 2024). “Hubungan Kualitas Tidur dengan Kejadian Anemias pada Remaja Putri di SMK Batik 2 Surakarta.” Penelitian dilakukan menggunakan desain *Cross-Sectional*. Sampel dipilih dari 9 kelas dengan metode Propotional Random Sampling dan Simple Random Sampling untuk menemukan subjek peneliti yang memenuhi kriteria inklusi yaitu remaja putri usia 15-19 tahun dan tidak sedang haid. Besar sampel ditentukan menggunakan rumus Lameshow sebanyak 60 remaja putri. Data kualitas tidur diperoleh dengan mengisi kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) dan wawancara, kejadian anemia menggunakan metode Cyanmethemoglobin yang diambil oleh petugas laboratorium. Untuk menguji normalitas digunakan uji Kolmogorov-smirnov. Hipotesis penelitian diuji dengan Pearson Product Moment.

Perbedaan pada penelitian ini terletak pada sampel yang ditunjukan pada tingkat remaja tengah sedangkan penelitian yang diteliti kepada remaja akhir yang berada ditingkat perguruan tinggi. Perbedaan lainnya yaitu pada populasi dan sampel yang digunakan penelitian ini menggunakan mahasiswi aktif Prodi S1 Keperawatan Fakultas Kesehatan di Institut Mahardika Cirebon.

Persamaan dalam penelitian terdahulu adalah variabel dependent dan variabel independent pada penelitian ini.