

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR TERHADAP
KADAR HEMOGLOBIN PADA MAHASISWA JURUSAN DKV
(DESAIN KOMUNIKASI VISUAL)
UNIVERSITAS “X” DI KUNINGAN**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Amd.AK



VIRA AYU SUSANTI

NIM 20120077

**PROGRAM STUDI D-III ANALIS KESEHATAN/TLM
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA TASIKMALAYA
2023**

ABSTRAK

Hubungan Kualitas Tidur Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Mahasiswa Jurusan DKV (Desain Komunikasi Visual) Universitas “X” di Kuningan.

Vira Ayu Susanti, Yane Liswanti, Annisa Nurhasannah

(Program Studi D-III Analis Kesehatan, Universitas Bakti Tunas Husada)

Abstrak

Anemia adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin, hematokrit dan sel darah merah dalam darah rendah. Anemia sering terjadi pada remaja. Adapun faktor - faktor penyebab remaja mengalami anemia diantaranya adalah pola makan, kualitas tidur, dan menstruasi. Kualitas tidur yang buruk dapat mempengaruhi regenerasi sel dalam tubuh, terutama produksi hemoglobin sehingga mengakibatkan kadar hemoglobin dalam tubuh rendah. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan kualitas tidur terhadap kadar hemoglobin pada mahasiswa Jurusan DKV (Desain Komunikasi Visual). Metode dari penelitian ini menggunakan desain penelitian potong lintang atau *cross sectional* dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling* dan didapatkan besar sampel 30 orang. Metode pemeriksaan dalam penelitian ini menggunakan metode POCT (*Point Of Care Testing*). Pada penelitian ini diperoleh hasil dari 30 responden, 77% (23 orang) memiliki kualitas tidur buruk dan 23% (7 orang) memiliki kualitas tidur yang baik dengan hasil hemoglobin rendah sebanyak 4% (1 orang), normal 73% (22 orang) dan tinggi 23% (7 orang). Hasil uji bivariat dengan menggunakan uji *Fisher's Exact Test* didapatkan nilai $p = 1,000 > 0,05$. Kesimpulan penelitian ini tidak ada hubungan antara kualitas tidur dengan kadar hemoglobin pada mahasiswa jurusan DKV (Desain Komunikasi Visual).

Kata kunci : Anemia, kualitas tidur, hemoglobin

Abstract

Anemia is a condition in which the levels of hemoglobin, hematocrit and red blood cells in the blood are low. Anemia often occurs in adolescents. The factors that cause adolescents to experience anemia include diet, sleep quality, and menstruation. Poor sleep quality can affect cell regeneration in the body, especially hemoglobin production, resulting in low hemoglobin levels in the body. The purpose of this study was to determine the relationship between sleep quality and hemoglobin levels in DKV (Visual Communication Design) students. The method of this research uses a cross-sectional research design with a purposive sampling technique and a sample size of 30 people was obtained. The examination method in this study used the POCT (Point Of Care Testing) method. In this study, results were obtained from 30 respondents, 77% (23 people) had poor sleep quality and 23% (7 people) had good sleep quality with low hemoglobin results of 4% (1 person), normal 73% (22 people) and height 23% (7 people). The results of the bivariate test using the Fisher's Exact Test obtained a value of $p = 1.000 > 0.05$. The conclusion of this study is that there is no relationship between sleep quality and hemoglobin levels in students majoring in DKV (Visual Communication Design).

Key words : Anemia, sleep quality, hemoglobin