

HUBUNGAN KEJADIAN ANEMIA DENGAN KUALITAS TIDUR IBU HAMIL DI PUSKESMAS PAL 3 PONTIANAK

Dewi Santia¹⁾, Wijayanti²⁾, Rahajeng Putriningrum^{3)*}

Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada

Surakarta

*Email : rahajengputriningrum1@gmail.com

ABSTRAK

Anemia adalah suatu keadaan dimana tubuh memiliki jumlah sel darah merah (eritrosit) yang terlalu sedikit, yang mana sel darah merah itu mengandung hemoglobin yang berfungsi untuk membawa oksigen keseluruh jaringan tubuh. Anemia pada wanita usia subur (WUS) dapat menimbulkan kelelahan, badan lemah, penurunan kapasitas/kemampuan atau produktifitas kerja. Penyebab paling umum dari anemia pada kehamilan adalah kekurangan zat besi, asam folat, dan perdarahan akut dapat terjadi karena interaksi antara keduanya.

Penelitian ini adalah penelitian yang bersifat Analitik Korelasi. Analitik Korelasi adalah suatu teknik statistika yang digunakan untuk mengukur keeratan hubungan korelasi antara dua variabel atau lebih. Dengan pendekatan *cross sectional*. *Cross sectional* adalah suatu rancangan penelitian observasional yang dilakukan untuk mengetahui hubungan variabel independen dan variabel dependen dimana pengukurannya dilakukan dalam satu waktu.

Ibu hamil dari kejadian anemia dengan kualitas tidur dapat disimpulkan bahwa paling banyak adalah ibu hamil trimester III sebanyak 19 responden (53%), kategori usia paling banyak usia 21-30 tahun yaitu sebanyak 21 responden (58%), kategori Pendidikan paling banyak adalah sekolah menengah atas yaitu sebanyak 21 responden (58%), kategori pekerjaan paling banyak adalah ibu rumah tangga yaitu sebanyak 24 responden (67%), kategori paritas paling banyak adalah anak 1 yaitu sebanyak 19 responden (53%), pada 36 ibu hamil anemia ringan dengan kualitas tidur buruk yaitu 9 responden (25%) dan kualitas tidur baik 4 responden (11%), ibu hamil anemia sedang dengan kualitas tidur buruk yaitu 14 responden (39%) dan kualitas tidur baik 2 responden (5%), ibu hamil berat dengan kualitas tidur buruk yaitu 4 responden (11%) dan kualitas tidur baik 3 responden (8%), hasil uji *Chi Square* dengan nilai $\alpha < 0,05$ menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur ibu hamil dengan kejadian anemia.

Kata Kunci : Kejadian Anemia, Kualitas Tidur Ibu Hamil, Hubungan

THE RELATIONSHIP OF ANEMIA WITH QUALITY PREGNANT WOMEN SLEEP AT HEALT CENTER PAL 3 PONTIANAK

Dewi Santia¹⁾, Wijayanti²⁾, Rahajeng Putriningrum^{3)*}

Department of Midwifery/Faculty of Medicine, Kusuma Husada University,
Surakarta

*Email : rahajengputriningrum1@gmail.com

Anemia is a condition in which the body has too few red blood cells (erythrocytes), in which the red blood cells contain hemoglobin which functions to carry oxygen throughout the body's tissues. Anemia in women of childbearing age (WUS) can cause fatigue, weakness, decreased capacity/ability or work productivity. The most common causes of anemia in pregnancy are deficiencies of iron, folic acid, and acute bleeding can occur due to the interaction between the two.

This research is a correlation-analytic research. Correlation analysis is a statistical technique used to measure the closeness of the correlation between two or more variables. With a cross sectional approach. Cross sectional is an observational research design that is carried out to determine the relationship between the independent variables and the dependent variable where the measurements are carried out at one time.

From the incidence of anemia with sleep quality, it can be concluded that the most are third trimester pregnant women as many as 19 respondents (53%), the most age category is 21-30 years old, namely 21 respondents (58%), the most education category is school upper middle class, namely as many as 21 respondents (58%), the most occupational category is housewives, namely as many as 24 respondents (67%), the most parity category is child 1, namely as many as 19 respondents (53%), in 36 pregnant women mild anemia with poor sleep quality, namely 9 respondents (25%) and good sleep quality, 4 respondents (11%), moderately anemic pregnant women with poor sleep quality, namely 14 respondents (39%) and good sleep quality, 2 respondents (5%), pregnant women 4 respondents (11%) had poor sleep quality and 3 respondents (8%) had good sleep quality, the results of the Chi Square test with a value of $\alpha < 0.05$ showed that there was a significant relationship between the sleep quality of pregnant women and the incidence of anemia.

PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2019, diperkirakan kematian ibu sebesar 303.000 jiwa atau sekitar 216/100.000 kelahiran hidup diseluruh dunia. Secara global prevalensi anemia pada ibu hamil sebesar 41,8%. Sekitar setengah dari kejadian anemia tersebut disebabkan defisiensi zat besi. Prevalensi anemia pada ibu hamil di Afrika sebesar 57,1%, Asia 48,2%, Eropa 25,1% dan Afrika 24,1%. Seseorang disebut menderita anemia bila kadar hemoglobin (HB) dibawah 11gr pada trimester I dan III atau kadar <10,5gr trimester II(Delfi 2021). Faktor yang dapat menyebabkan terjadinya anemia kehamilan diantaranya gravida umur, paritas, tingkat pendidikan, status ekonomi,, kepatuhan konsumsi tablet fe kepada ibu hamil selama periode kehamilan, namun kejadian anemia masih tinggi (Delfi 2021). Defisiensi besi merupakan faktor utama yang menyebabkan anemia, dan ini dapat terjadi pada siapapun, baik remaja putri, bayi maupun wanita dewasa dan ibu hamil. pada kehamilan, kadar hemoglobin yang rendah dapat terjadi sebagai fenomena fisiologis. Prevalensi anemia dalam kehamilan di Indonesia tahun 2019 sebesar 48,9% dan ini mengalami peningkatan cukup

tinggi dibandingkan dengan hasil riskesdas 2013 sebesar 37,1% (Kemenkes RI, 2019 dalam Delfi 2021) Melihat angka kejadian anemia diatas, maka anemia pada wanita hamil dapat menyebabkan keguguran, pertus prematurus, inersia uteri, partus lama, atonia uteri, syok, dan infeksi. selain itu juga, ibu hamil yang menderita anemia memiliki kemungkinan akan mengalami perdarahan postpartum yang disebabkan karena atonia uteri. Oleh karena itu, pemerintah telah mengeluarkan kebijakan bahwa dalam pelaksanaan pendistribusian tablet fe salah satunya adalah melalui pelayanan kesehatan ibu dan anak (KIA) pada saat ante natal care (ANC) (Sri 2020). Menurut (Asmadi 2008 dalam Chairaini 2020) kebutuhan tidur tiap-tiap orangpun berbeda- beda termasuk ketika hamil. Menurut (Rut Karjono dan Rahayu 2014) dijelaskan bahwa durasi tidur yang pendek atau kurang akan memberikan dampak buruk bagi tubuh, hal ini karena proses biologis yang berlangsung pada saat tidur akan mengalami suatu gangguan juga diantaranya pembentukan hemoglobin yang terganggu sehingga kadarnya menjadi rendah dari nilai normal. Angka kejadian anemia pada ibu hamil di Provinsi Kalimantan Barat mengalami peningkatan. Berdasarkan data Dinkes Provinsi Kalimantan Barat dari tahun 2014-2016 peningkatannya mencapai

5,74%. Dari data 3 terakhir peningkatan anemia pada ibu hamil mengalami peningkatan yang signifikan, yaitu pada tahun 2014 terdapat 104.762 ibu hamil, dan 6,105 kasus anemia dengan jumlah proporsi sebanyak 5,82%, tahun 2015 terdapat 112,925 ibu hamil, dan 8,701 kasus anemia pada ibu hamil dengan jumlah proporsi sebanyak 7,70% dan tahun 2016 terdapat 116,458 ibu hamil dan 13,463 kasus anemia dengan jumlah proporsi sebanyak 11,56% (Dinkes Kalbar, 2016).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Pal 3 Pontianak dimana didapatkan ibu hamil yang mengalami anemia sebanyak 170 (21,5%) orang pada tahun 2022.

METODOLOGI

Penelitian ini adalah penelitian yang bersifat Analitik Korelasi. Analitik Korelasi adalah suatu teknik statistika yang digunakan untuk mengukur keeratan hubungan korelasi antara dua variabel atau lebih. Dengan pendekatan *cross sectional*. *Cross sectional* adalah suatu rancangan penelitian observasional yang dilakukan untuk mengetahui hubungan variabel independen dan variabel dependen dimana pengukurannya dilakukan dalam satu waktu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Karakteristik Responden

No	Karakteristik	Jumlah Responden	Presentase (%)
Ukuran Kehamilan			
1	Trimester I	6	17
2	Trimester II	11	30
3	Trimester III	19	53
Total		36	100

No	Usia	Jumlah Responden	Presentase (%)
1	15-20	5	14
2	21-30	21	58
3	31-40	10	28
Total		36	100

No	Pendidikan	Jumlah Responden	Presentase (%)
1	SD	2	6
2	SMP	6	17
3	SMA	21	58
4	Perguruan Tinggi	7	19
Total		36	100

No	Pekerjaan	Jumlah Responden	Presentase (%)
1	Ibu Rumah Tangga	24	67
2	Buruh/Petani	4	11
3	Pegawai Negeri Sipil	1	3
4	Pedagang	7	19
Total		36	100

No	Paritas	Jumlah Responden	Presentase (%)
1	Anak 1	19	53
2	Anak 2	17	47
Total		36	100

Karakteristik ibu hamil dari kejadian anemia dengan kualitas tidur dapat disimpulkan bahwa paling banyak adalah ibu hamil trimester III sebanyak 19 responden (53%), kategori usia paling banyak usia 21-30 tahun yaitu sebanyak 21 responden (58%), kategori Pendidikan paling banyak adalah sekolah menengah atas

yaitu sebanyak 21 responden (58%), kategori pekerjaan paling banyak adalah ibu rumah tangga yaitu sebanyak 24 responden (67%), kategori paritas paling banyak adalah anak 1 yaitu sebanyak 19 responden (53%).

b. Hubungan Kejadian Anemia Dengan Kualitas Tidur Ibu Hamil

No	Kejadian Anemia	Jumlah Responden	Presentase (%)
1	Anemia Ringan	13	36
2	Anemia Sedang	16	44
3	Anemia Berat	7	20
Total		36	100

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagai besar ibu hamil di Puskesmas Pal Tiga Pontianak mengalami anemia sedang di karenakan kurangnya tidur yaitu sebanyak 16 responden (44%), anemia ringan sebanyak 13 responden (36%) dan anemia berat sebanyak 7 responden (20%). Kejadian anemia dengan kualitas tidur ibu hamil di Puskesmas Pal Tiga Pontianak menggunakan uji *Chi Square* dengan nilai $\alpha < 0,05$. Hasil dari uji *Chi Square* menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur ibu hamil dengan kejadian anemia.

PEMBAHASAN

1. Usia Kehamilan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil trimester III yang mengalami kualitas tidur yang buruk, yaitu sebanyak 19 dari 36 ibu hamil (53%), dari 19 ibu hamil tersebut ada 15 orang ibu hamil

mengalami anemia sedang, sehingga dapat diketahui bahwa prevalensi anemia pada ibu hamil trimester III sebanyak 15 ibu hamil (45%). Angka tersebut mendekati batas prevalensi anemia, yaitu 40%, maka dapat disimpulkan bahwa angka kejadian anemia pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Pal Tiga Pontianak masih tinggi dan mendekati masalah kesehatan masyarakat yang berat di wilayah tersebut. Pencegahan dan pengobatan anemia tetap harus diperhatikan oleh pihak yang berkaitan terutama tenaga kesehatan di Puskesmas Pal Tiga Pontianak agar dapat menurunkan persentase ibu hamil yang menderita anemia.

2. Usia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa presentase usia ibu hamil paling banyak adalah 21-30 tahun sebanyak 21 responden (58%). Usia mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Bertambahnya usia akan semakin berkembang pola pikir dan daya tangkap seseorang sehingga pengetahuan yang diperoleh akan semakin banyak Yuliana (2017).

3. Pendidikan

Hasil penelitian pada menunjukkan bahwa presentasi pendidikan terakhir ibu hamil paling banyak adalah Pendidikan SMA sebanyak 21 responden (58%). Menurut Fitriani dalam Yuliana (2017), Pendidikan mempengaruhi proses dalam belajar, semakin tinggi pendidikan seseorang, maka semakin mudah seseorang tersebut untuk

menerima sebuah informasi. Peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh di pendidikan formal, akan tetapi dapat diperoleh juga pada pendidikan non formal

4. Pekerjaan

Hasil penelitian menunjukan bahwa presentasi pekerjaan ibu hamil paling banyak adalah ibu rumah tangga (IRT) sebanyak 24 responden (67%). Menurut Stuart & Sudeen (2018) ekonomi pendapatan keluarga akan mempengaruhi kemampuan keluarga untuk menyediakan fasilitas dan kebutuhan-kebutuhan yang diperlukan untuk menunjang hidup dan kelangsungan hidup keluarga. Sumberdaya ekonomi seseorang mempengaruhi jenis dan tingkatan kesejahteraan ibu dengan anemia. Untuk terjadinya anemia di butuhkan sarana dan prasarana yang memadai, seperti tim tenaga Kesehatan melakukan penyuluhan dan meyarankan ibu untuk mengkonsumsi tablet tambah darah.

5. Paritas

Hasil penelitian menunjukan bahwa presentasi paritas ibu hamil paling banyak adalah anak 1 sebanyak 19 responden (53%). Pengalaman kehamilan dalam anemia dapat diperoleh dari pengalaman pribadi ataupun pengalaman orang lain. Pengalaman ini merupakan suatu cara untuk memperoleh kebenaran suatu pengetahuan Mubarak dkk, (2015).

6. Hubungan Kejadian Anemia Dengan Kualitas Tidur Ibu Hamil di Puskesmas Pal Tiga Pontianak

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Pal Tiga Pontianak didapatkan hasil ibu hamil yang mengalami anemia ada sebanyak 36 orang ibu hamil. 13 di antaranya yaitu ibu hamil dengan anemia ringan, 16 dengan anemia sedang dan 7 dengan anemia berat, ibu hamil trimester III sebanyak 19 ibu hamil mengaku semakin perut membesar semakin pula ibu susah untuk tidur, dan setelah saya tanya apakah ibu mengonsumsi tablet tambah darah rutin 1x1 / hari atau tidak, jawaban ibu rata-rata sering lupa meminum tablet tambah darah (FE). Hasil uji *Chi-Square* dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara kejadian anemia dengan kualitas tidur ibu hamil di Puskesmas Pal Tiga Pontianak pada Tahun 2023 dengan nilai $p=0,000$; $p<0,05$.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian Garno, dkk (2020) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan kejadian anemia pada ibu hamil yakni $T_{hitung} (3.098) > T_{tabel} (2.042)$; $p= T_{tabel} (2.042)$; $p= 0.001$. Kualitas tidur dan konsumsi tablet Fe berhubungan secara signifikan dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Kata kunci: anemia, kualitas tidur, konsumsi Fe, ibu hamil

Kebutuhan waktu tidur yang tidak dapat tercukupi akan memberikan dampak negatif bagi tubuh karena proses biologis

yang terjadi saat tidur akan mengalami gangguan juga antara lain pembentukan kadar hemoglobin yang terganggu sehingga menjadi lebih rendah dari nilai normalnya. Menurut Spilsbury et al (2021) seseorang tidak cukup jika hanya mengukur kebutuhan tidurnya hanya melalui durasi tidur (kuantitas tidur), tetapi juga seberapa cukup kedalaman tidur (kualitas tidur). Kualitas tidur terdiri dari segi kuantitatif dan kualitatif tidur, antara lain seberapa lama tidurnya, waktu yang diperlukan untuk bisa tertidur, frekuensi terbangun dan aspek subjektif seperti kedalaman dan kepulasan tidur.

Kualitas tidur dapat dikategorikan baik apabila tidak memperlihatkan tanda-tanda kekurangan tidur dan tidak mengalami masalah ketika tidur, kualitas tidur yang buruk adalah faktor resiko terjadinya masalah fisik dan psikologis. Tidur yang dalam terjadi pada fase Non-Rapid Eye Movement (NREM). Pada tahap ini terjadi sekresi hormon untuk merangsang perbaikan dan pembaharuan sel-sel tubuh termasuk sel darah. Fase non-Rapid Eye Movement (NREM) berlangsung selama 70-100 menit. Dengan demikian apabila seseorang tidak mencapai kedalaman tidur maka kemungkinan orang tersebut dapat menderita anemia sedang-kan menurut Sarifansyah et al (2017).

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian di wilayah kerja Puskesmas Pal Tiga Pontianak yang dilaksanakan pada bulan Februari 2023 tentang Hubungan kejadian anemia dengan kualitas tidur ibu hamil di Puskesmas Pal Tiga Pontianak dapat ditarik kesimpulan bahwa

1. Karakteristik ibu hamil dari kejadian anemia dengan kualitas tidur dapat disimpulkan bahwa paling banyak adalah ibu hamil trimester III sebanyak 19 responden (53%), kategori usia paling banyak usia 21-30 tahun yaitu sebanyak 21 responden (58%), kategori Pendidikan paling banyak adalah sekolah menengah atas yaitu sebanyak 21 responden (58%), kategori pekerjaan paling banyak adalah ibu rumah tangga yaitu sebanyak 24 responden (67%), kategori paritas paling banyak adalah anak 1 yaitu sebanyak 19 responden (53%),
2. Frekuensi kejadian anemia ibu hamil di Puskesmas Pal Tiga Pontianak dengan nilai $p=0,000; p<0,05$. Dari 36 responden 13 ibu hamil mengalami anemia ringan (36%), anemia sedang 16 responden (44%) dan anemia berat 7 responden (20%).
3. Ada hubungan kualitas tidur ibu hamil dengan kejadian anemia pada 36 ibu pada 36 ibu hamil anemia ringan dengan kualitas tidur buruk yaitu 9 responden (25%) dan kualitas tidur baik 4 responden (11%), ibu hamil

anemia sedang dengan kualitas tidur buruk yaitu 14 responden (39%) dan kualitas tidur baik 2 responden (5%), ibu hamil berat dengan kualitas tidur buruk yaitu 4 responden (11%) dan kualitas tidur baik 3 responden (8%). Analisis anemia dengan perhitungan SPSS *chi-square* Thitung (12,261) > Ttabel (10,324); p= Ttabel (10,324); p= 0.000.

SARAN

1. Bagi Peneliti Lain

Untuk penelitian selanjutnya agar lebih memperluas lagi penelitian terhadap kejadian anemia khususnya tentang kualitas tidur terhadap kejadian anemia.

2. Bagi Peneliti

Untuk peneliti kedepannya diharapkan lebih mempersiapkan diri saat melakukan penelitian dan melakukan edukasi yang lebih luas lagi terhadap faktor-faktor terjadinya anemia serta dalam pengambilan dan pengumpulan segala sesuatu dapat dilaksanakana dengan lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

Arantika M. Pratiwi. S.ST., M.Kes, Fatimah, S.SiT., M.Kes, 2019, *Patologi Kehamilan*, Yogyakarta: Pustaka Baru Press

Chairani Garno, dkk, 2020, *Hubungan Kualitas Tidur dan Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia Ibu Hamil*,

Malang: Program Sarjana Terapan UNTRI

Delfi Ramadhini, Sri Sartika Sari Dewi, 2021, *Hubungan Umur, Paritas dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Puskesmas Batunadua Kota Padangsidempuan Tahun 2021*, Padangsidempuan: Universitas Aufa Royhan Padangsidempuan

Dimpu Rismawaty Nainggolan, dkk 2020, *Menurunkan Kecemasan Ibu Hamil Melalui Hypnobirthing*, Siatas Berita: Media Sains Indonesia

Dinas Kesehatan Kalimantan Barat, 2016

Diki Retno Yuliana, dkk, 2021, *Asuhan Kehamilan*, Yayasan Kita Menulis Hidayat Aziz Alimul, 2015, *Paradigma Kuantitatif*, Surabaya: PT. Health Books

Hidayat A. Aziz Alimul, 2015, *Metode Penelitian Paradigma Kuantitatif*, Surabaya: Health Books Publisling

Mariyam Alfa Sukorini, 2017, *Hubungan Gangguan Kenyamanan Fisik dan Penyakit dengan Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III*, Surabaya: Universitas Airlangga

Nelly Nugrawati, Amriani, 2021, *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*, Jawa Barat: CV Adanu Abimata

Notoatmodjo S, 2012, *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Jakarta: PT. Rineka Cipta

Nila Marwiyah, Fitria Sufi, 2018, *Pengaruh Senam Hamil Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester II Dan III Di Kelurahan Margaluyu Wilayah Kerja Puskesmas Kaemen*, Serang: Sekolah Tinggi Ilmu kesehatan

Pakpahan Martina, Amruddin, Dkk, 2022, *Metodologi Penelitian*, Yayasan Kita Menulis

Retna, eny ambarwati. 2017. *Asuhan kebidanan komunitas*. Yogyakarta: Nuha medika

Sarifansyah, dkk, 2018, *Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Dinoyo Malang*, Malang: Universitas Tribhuwana Tunggaladewi

Sufia Fitriani, dkk, 2019, *Analisis Jurnal Hubungan Durasi Tidurdan Asupan Protein Pada Ibu Hamil Anemia Dengan Kejadian BBLR*, Surakarta: Universitas Sebelas Maret

Sri Mulyaningsih, dkk, 2020, *Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Limbato*, Gorontalo: Universitas Muhammadiyah Gorontalo,

Siyoto Sandu, Sodik Ali, 2015, *Dasar Metodologi Penelitian*, Yogyakarta:

Literasi Media Publishing

Stuart, G. W., dan Sundeen. (2016). *Principle and Practice of Psychiatric Nursing*, (1st edition). Singapore: Elsevier.

Willy Astriana, 2017, *Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Tunjau dari Pritas atau Usia*, Baturaja: STIKES Baturaja

World Health Organization (2017). *Mental disorders fact sheets*. World Health Organization

Yeni Wahyuni, 2019, *Hubungan Pola Makan Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Puskesmas Kecamatan Pulo Gading Jakarta Timur*: Jakarta Timur: Universitas Binawan

