

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Deskripsi Lokasi Penelitian

Pengumpulan data penelitian ini dilakukan pada tanggal 17 April sampai 30 April 2022 di Unit Donor Darah Kabupaten Sleman, Unit Donor Darah PMI Kabupaten Sleman terletak Jl. Dr. Radjimin, Sucen, Triharjo, Kec. Sleman, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan data primer. Data primer diperoleh dari pemeriksaan hemoglobin kepada calon pendonor, dan lembar kuesioner yang diisi oleh responden. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian berdasarkan pemeriksaan kadar hemoglobin menggunakan Hb Checker dan menggunakan formulir seleksi donor, serta lembar kuesioner Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka diperoleh data sebagai berikut:

2. Deskripsi Hasil Penelitian

a. Hasil pemeriksaan kadar Hemoglobin calon pendonor darah di UDD PMI Kabupaten Sleman.

Tabel 4. 1 Gambaran Kadar Hemoglobin Pada Calon Pendonor Darah yang Anemia (n=61)

| | Minimal (gr/dL) | Mean (gr/dL) | Maksimal (gr/dL) |
|------------------|------------------------|---------------------|-------------------------|
| Kadar Hemoglobin | 9.2 | 11.6 | 12.4 |

Sumber: Data Primer 2022

Berdasarkan Tabel 4.1 sejumlah 61 calon pendonor yang gagal donor diketahui hasil kadar hemoglobin dengan rentang 9,2 gr/dL sampai dengan 12,4 gr/dL dengan rata-rata 11,6 gr/dL. Tidak ada pendonor yang memiliki kadar hemoglobin rendah diloloskan oleh petugas untuk melakukan donor darah.

b. Hasil karakteristik calon pendonor darah yang anemia berdasarkan usia di UDD PMI Kabupaten Sleman Tahun 2022

Tabel 4. 2 Karakteristik Kegagalan Calon Pendonor Darah Yang Anemia Berdasarkan Usia (n=61)

| Usia (Tahun) | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|----------------------|---------------|----------------|
| Remaja (17-25 Tahun) | 22 | 36 |
| Dewasa (26-45 Tahun) | 23 | 38 |
| Lansia (46-65 Tahun) | 16 | 26 |
| Total | 61 | 100 |

Sumber: Data Primer 2022

Berdasarkan Tabel 4.2 didapatkan hasil bahwa kegagalan calon pendonor darah yang anemia berdasarkan usia, diketahui mayoritas dengan usia 26-45 tahun sebanyak 23 (38%).

c. Hasil karakteristik calon pendonor darah yang anemia berdasarkan Jenis Kelamin di UDD PMI Kabupaten Sleman Tahun 2022

Tabel 4. 3 Karakteristik Kegagalan Calon Pendonor Darah Yang Anemia Berdasarkan Jenis Kelamin (n=61)

| Jenis Kelamin | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|---------------|---------------|----------------|
| Laki-laki | 25 | 41 |
| Perempuan | 36 | 59 |
| Total | 61 | 100 |

Sumber: Data Primer 2022

Berdasarkan Tabel 4.3 didapatkan bahwa kegagalan calon pendonor darah yang anemia berdasarkan jenis kelamin, diketahui mayoritas dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 36 (59%).

d. Hasil karakteristik calon pendonor darah yang anemia berdasarkan pola makan di UDD PMI Kabupaten Sleman Tahun 2022

Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Kegagalan Calon Pendoror Darah Yang Anemia Berdasarkan Pola Makan (Sumber Karbohidrat)

| Sumber Karbohidrat | Kriteria | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|--------------------|----------------------------|---------------|----------------|
| Nasi | Sering (Tiap Hari) | 35 | 57 |
| | Sering (4-6 kali seminggu) | 25 | 41 |
| | Jarang (1-3 kali seminggu) | - | 0 |
| | Tidak Pernah | 1 | 2 |
| | Total | 61 | 100 |
| Singkong | Sering (Tiap Hari) | 3 | 5 |
| | Sering (4-6 kali seminggu) | 28 | 46 |
| | Jarang (1-3 kali seminggu) | 24 | 39 |
| | Tidak Pernah | 6 | 9 |
| | Total | 61 | 100 |
| Ubi Jalar | Sering (Tiap Hari) | 4 | 7 |
| | Sering (4-6 kali seminggu) | 23 | 37 |
| | Jarang (1-3 kali seminggu) | 24 | 40 |
| | Tidak Pernah | 10 | 16 |
| | Total | 61 | 100 |
| Roti | Sering (Tiap Hari) | 5 | 8 |
| | Sering (4-6 kali seminggu) | 23 | 37 |
| | Jarang (1-3 kali seminggu) | 33 | 54 |
| | Tidak Pernah | - | 0 |
| | Total | 61 | 100 |
| Mie | Sering (Tiap Hari) | 2 | 3 |
| | Sering (4-6 kali seminggu) | 22 | 36 |
| | Jarang (1-3 kali seminggu) | 31 | 51 |
| | Tidak Pernah | 6 | 9 |
| | Total | 61 | 100 |
| Minuman Manis | Sering (Tiap Hari) | - | 0 |
| | Sering (4-6 kali seminggu) | 17 | 28 |
| | Jarang (1-3 kali seminggu) | 35 | 57 |
| | Tidak Pernah | 9 | 15 |
| | Total | 61 | 100 |

Sumber: Data Primer 2022

Berdasarkan Tabel 4.4 diketahui sumber karbohidrat responden sebagian besar adalah nasi, hal ini diketahui dari hasil kuesioner sejumlah 35 (57%).

Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Kegagalan Calon Pendoror Darah Yang Anemia Berdasarkan Pola Makan (Sumber Protein)

| Sumber Protein | Kriteria | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|----------------|----------------------------|------------------|-------------------|
| Daging Sapi | Sering (Tiap Hari) | 1 | 2 |
| | Sering (4-6 kali seminggu) | 28 | 46 |
| | Jarang (1-3 kali seminggu) | 27 | 44 |
| | Tidak Pernah | 5 | 8 |
| | Total | 61 | 100 |
| Daging Ayam | Sering (Tiap Hari) | 7 | 11 |
| | Sering (4-6 kali seminggu) | 35 | 57 |
| | Jarang (1-3 kali seminggu) | 18 | 29 |
| | Tidak Pernah | 1 | 7 |
| | Total | 61 | 100 |
| Daging Kambing | Sering (Tiap Hari) | - | 0 |
| | Sering (4-6 kali seminggu) | 3 | 5 |
| | Jarang (1-3 kali seminggu) | 29 | 47 |
| | Tidak Pernah | 29 | 47 |
| | Total | 61 | 100 |
| Telur Ayam | Sering (Tiap Hari) | 7 | 11 |
| | Sering (4-6 kali seminggu) | 40 | 66 |
| | Jarang (1-3 kali seminggu) | 14 | 23 |
| | Tidak Pernah | - | 0 |
| | Total | 61 | 100 |
| Ikan Segar | Sering (Tiap Hari) | 15 | 25 |
| | Sering (4-6 kali seminggu) | 31 | 51 |
| | Jarang (1-3 kali seminggu) | 14 | 23 |
| | Tidak Pernah | 1 | 2 |
| | Total | 61 | 100 |
| Tempe/tahu | Sering (Tiap Hari) | 18 | 29 |
| | Sering (4-6 kali seminggu) | 40 | 66 |
| | Jarang (1-3 kali seminggu) | 2 | 3 |
| | Tidak Pernah | 1 | 2 |
| | Total | 61 | 100 |
| Kacang | Sering (Tiap Hari) | 1 | 2 |
| | Sering (4-6 kali seminggu) | 6 | 10 |
| | Jarang (1-3 kali seminggu) | 35 | 57 |
| | Tidak Pernah | 19 | 31 |
| | Total | 61 | 100 |

Sumber: Data Primer 2022

Berdasarkan Tabel 4.5 diketahui sumber protein responden mayoritas adalah telur ayam dengan konsumsi 4-6 kali seminggu sejumlah 40 (66%), dan tempe/ tahu dengan konsumsi 4-6 kali seminggu sejumlah 40 (66%).

Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Kegagalan Calon Pendoror Darah Yang Anemia Berdasarkan Pola Makan (Sumber Lemak)

| Sumber Lemak | Kriteria | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|----------------|----------------------------|------------------|-------------------|
| Susu Fullcream | Sering (Tiap Hari) | 4 | 7 |
| | Sering (4-6 kali seminggu) | 39 | 64 |
| | Jarang (1-3 kali seminggu) | 16 | 26 |
| | Tidak Pernah | 2 | 3 |
| | Total | 61 | 100 |
| Minyak Sayur | Sering (Tiap Hari) | 4 | 7 |
| | Sering (4-6 kali seminggu) | 24 | 39 |
| | Jarang (1-3 kali seminggu) | 25 | 41 |
| | Tidak Pernah | 8 | 13 |
| | Total | 61 | 100 |
| Jeroan | Sering (Tiap Hari) | 2 | 3 |
| | Sering (4-6 kali seminggu) | 23 | 38 |
| | Jarang (1-3 kali seminggu) | 34 | 56 |
| | Tidak Pernah | 2 | 3 |
| | Total | 61 | 100 |
| Keju | Sering (Tiap Hari) | 1 | 7 |
| | Sering (4-6 kali seminggu) | 19 | 31 |
| | Jarang (1-3 kali seminggu) | 38 | 62 |
| | Tidak Pernah | 3 | 5 |
| | Total | 61 | 100 |
| Mentega | Sering (Tiap Hari) | 1 | 2 |
| | Sering (4-6 kali seminggu) | 16 | 29 |
| | Jarang (1-3 kali seminggu) | 41 | 67 |
| | Tidak Pernah | 3 | 15 |
| | Total | 61 | 100 |
| Santan | Sering (Tiap Hari) | 1 | 2 |
| | Sering (4-6 kali seminggu) | 18 | 29 |
| | Jarang (1-3 kali seminggu) | 41 | 67 |
| | Tidak Pernah | 1 | 2 |
| | Total | 61 | 100 |

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan Tabel 4.6 diketahui sumber lemak responden mayoritas berasal dari susu fullcream yaitu sejumlah 39 (64%).

Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi Kegagalan Calon Pendoror Darah Yang Anemia Berdasarkan Pola Makan (Makanan Jadi)

| Makanan Jadi | Kriteria | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|--------------|----------------------------|------------------|-------------------|
| | Sering (Tiap Hari) | 23 | 38 |
| | Sering (4-6 kali seminggu) | 25 | 41 |

| | | | |
|--------------|----------------------------|----|-----|
| Fast Food | Jarang (1-3 kali seminggu) | 12 | 20 |
| | Tidak Pernah | 1 | 2 |
| Total | | 61 | 100 |
| Soft Drink | Sering (Tiap Hari) | 18 | 29 |
| | Sering (4-6 kali seminggu) | 24 | 39 |
| | Jarang (1-3 kali seminggu) | 17 | 28 |
| | Tidak Pernah | 2 | 3 |
| Total | | 61 | 100 |
| Gorengan | Sering (Tiap Hari) | 14 | 23 |
| | Sering (4-6 kali seminggu) | 35 | 57 |
| | Jarang (1-3 kali seminggu) | 10 | 16 |
| | Tidak Pernah | 2 | 3 |
| Total | | 61 | 100 |

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan Tabel 4.7 diketahui hasil pola makan responden berdasarkan seberapa seringnya mengonsumsi makanan jadi sehari-harinya. Diketahui mayoritas responden mengonsumsi gorengan dengan intensitas 4-6 kali seminggu yaitu sejumlah 35 (57%).

Tabel 4. 8 Distribusi Frekuensi Kegagalan Calon Pendoror Darah Yang Anemia Berdasarkan Pola Makan (Sumber Serat)

| Sumber Serat | Kriteria | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|--------------|----------------------------|---------------|----------------|
| Sayuran | Sering (Tiap Hari) | 16 | 26 |
| | Sering (4-6 kali seminggu) | 30 | 49 |
| | Jarang (1-3 kali seminggu) | 14 | 23 |
| | Tidak Pernah | 1 | 16 |
| Total | | 61 | 100 |
| Buah-buahan | Sering (Tiap Hari) | 9 | 15 |
| | Sering (4-6 kali seminggu) | 35 | 57 |
| | Jarang (1-3 kali seminggu) | 16 | 26 |
| | Tidak Pernah | 1 | 2 |
| Total | | 61 | 100 |

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan Tabel 4.8 diketahui mayoritas sumber serat responden yang berasal dari buah-buahan dengan konsumsi 4-6 kali seminggu yaitu sejumlah 35 (57%)

e. Hasil karakteristik calon pendonor darah yang anemia berdasarkan kualitas tidur di UDD PMI Kabupaten Sleman Tahun 2022

Tabel 4. 9 Distribusi Frekuensi Kegagalan Calon Pendoror Darah Yang Anemia Berdasarkan Komponen Kualitas Tidur

| Komponen | Kriteria | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|--------------------------|---------------------------|----------------------|-----------------------|
| Kualitas Tidur Subyektif | Sangat Baik (0) | 4 | 7 |
| | Cukup Baik (1) | 41 | 67 |
| | Cukup Buruk (2) | 16 | 26 |
| | Sangat Buruk (3) | - | 0 |
| | Total | 61 | 100 |
| Litensi Tidur | Sangat Baik (0) | 11 | 18 |
| | Cukup Baik (1) | 27 | 44 |
| | Cukup Buruk (2) | 15 | 25 |
| | Sangat Buruk (3) | 8 | 13 |
| | Total | 61 | 100 |
| Durasi Tidur | Sangat Baik (0) | 6 | 10 |
| | Cukup Baik (1) | 21 | 34 |
| | Cukup Buruk (2) | 29 | 47 |
| | Sangat Buruk (3) | 5 | 8 |
| | Total | 61 | 100 |
| Efisiensi Tidur | Sangat Baik (0) | 7 | 11 |
| | Cukup Baik (1) | 15 | 25 |
| | Cukup Buruk (2) | 18 | 29 |
| | Sangat Buruk (3) | 21 | 34 |
| | Total | 61 | 100 |
| Gangguan Tidur | Tidak ada gangguan (0) | 19 | 31 |
| | Gangguan ringan (1) | 42 | 69 |
| | Gangguan sedang (2) | - | 0 |
| | Gangguan berat (3) | - | 0 |
| | Total | 61 | 100 |
| Penggunaan Obat Tidur | Tidak Pernah (0) | 57 | 93 |
| | ≤ 1 kali seminggu (1) | 4 | 7 |
| | 1-2 kali seminggu (2) | - | 0 |
| | 3 kali lebih seminggu (3) | - | 0 |
| | Total | 61 | 100 |
| Disfungsi di siang hari | Tidak ada disfungsi (0) | 21 | 34 |
| | Disfungsi ringan (1) | 36 | 59 |
| | Disfungsi sedang (2) | 4 | 7 |
| | Disfungsi berat (3) | - | 0 |
| | Total | 61 | 100 |

Sumber: Data Primer 2022

Berdasarkan Tabel 4.9 kegagalan calon pendonor darah yang anemia berdasarkan kualitas tidur, ditinjau dari kualitas tidur subyek, litensi tidur, durasi tidur, efisiensi tidur, gangguan tidur, penggunaan obat tidur, dan disfusngsi di siang hari.

Hasil menunjukkan kualitas tidur subyek pada responden mayoritas cukup baik yaitu sejumlah 41 (67%), litensi tidur responden mayoritas juga cukup baik yaitu sejumlah 27 (44%). Diketahui durasi tidur pada responden 29 (47%) cukup buruk. Efisiensi tidur diketahui responden cukup buruk sejumlah 18 (29%). Hasil pertanyaan gangguan tidur responden didapatkan hasil sejumlah 42 (69%) mengalami gangguan ringan. Hasil pertanyaan penggunaan obat tidur sejumlah 57 (93%) responden menyatakan tidak menggunakan obat tidur. Hasil pertanyaan kepada responden terkait disfungsi di siang hari diketahui sejumlah 36 (59%) mengalami disfungsi ringan

Tabel 4. 10 Interpretasi Kegagalan Calon Pendoron Darah Yang Anemia Berdasarkan Kualitas Tidur

| Kirteria | Frekuensi | Persentase (%) |
|-----------------|------------------|-----------------------|
| Baik | 12 | 20 |
| Buruk | 49 | 80 |
| Total | 61 | 100% |

Sumber: Data Primer 2022

Berdasarkan Tabel 4.10 interpretasi kegagalan calon pendonor darah yang anemia ditinjau dari kualitas tidur, diketahui jumlah pendonor dengan kualitas tidur yang baik yaitu sebanyak 12 (20%), dan jumlah pendonor dengan kualitas tidur yang buruk sebanyak 49 (80%).

B. Pembahasan

1. Gambaran Kadar Hemoglobin Pada Calon Pendoron Darah Yang Anemia

Penelitian yang telah dilakukan dengan jumlah sampel yang mengalami kegagalan seleksi pendonor darah akibat kadar hemoglobin rendah (anemia) sebanyak 61 pendonor dengan hasil kadar hemoglobin rentang 9,2 gr/dL sampai dengan 12,4 gr/dL.

Penolakan sementara pada pendonor yang memiliki kadar hemoglobin rendah bertujuan untuk melindungi pendonor dan pasien yang nantinya akan menerima darah tersebut. Kadar hemoglobin calon pendonor sangat

berpengaruh pada calon pendonor maupun penerima donor. Apabila kadar hemoglobin calon pendonor tidak mencukupi $<12,5\text{g/dl}$ namun darah tetap didonorkan, maka hal ini dapat membahayakan kondisi pendonor. Sedangkan bagi penerima donor, menerima darah dengan kadar hemoglobin yang tidak memenuhi kriteria kadar hemoglobin yang dalam hal ini dengan kadar hemoglobin kurang dari $12,5\text{ g/dl}$ akan membuat pasien tersebut tidak mengalami proses penyembuhan yang optimal (PMI Kota Semarang, 2017).

2. Analisis Univariat gambaran kegagalan calon pendonor darah yang anemia berdasarkan usia

Unit Donor Darah PMI Kabupaten Sleman pada bulan April-Mei tahun 2022 diketahui kegagalan pendonor darah paling banyak terjadi pada rentang usia 26-45 tahun, yaitu sejumlah 23 (38%). Kemungkinan gagalnya pendonor darah di usia tersebut disebabkan karena pada usia tersebut orang masih produktif berkegiatan sehingga membutuhkan nutrisi yang cukup untuk memenuhi energi yang diperlukan sehari-hari, yang dapat terjadi apabila nutrisi belum terpenuhi dengan kegiatan yang cukup padat salah satu yang terjadi adalah seseorang tersebut mengalami anemia yang ditunjukkan dengan kadar hemoglobin yang rendah.

Penelitian yang dilakukan oleh Sukmawati tahun 2019 menunjukkan sebagian besar pendonor gagal mendonorkan darahnya diusia 17 tahun. Pada usia tersebut diungkapkan pada penelitian Wijayanti dan Fitriani tahun 2019 yang menuliskan bahwa kadar hemoglobin rendah sering terjadi pada orang dengan usia 12-50 tahun sebab usia tersebut orang mengalami haid, melahirkan, menyusui, pekerjaan fisik, serta diet yang sering dilakukan (Wijayanti et al.,2019). Hal ini juga dapat disebabkan karena kurangnya asupan nutrisi, perubahan di dalam tubuh yang bersifat degeneratif, penurunan fungsi saluran pencernaan sehingga absorpsi zat penting di dalam makanan terutama zat besi terganggu, dan degenerasi sumsum tulang, sehingga terjadi penurunan produksi eritrosit yang berdampak pada penurunan kadar hemoglobin sehingga dapat terjadi anemia (Prasetya et al, 2014).

3. Analisis Univariat gambaran kegagalan calon pendonor darah yang anemia berdasarkan Jenis Kelamin

Kegagalan seleksi donor sebab kadar hemoglobin rendah berdasarkan jenis kelamin diketahui perempuan lebih banyak mengalami kegagalan donor yaitu sejumlah 36 (59%). Kemungkinan gagalnya pendonor darah pada jenis kelamin tersebut disebabkan karena wanita mengalami haid, melahirkan, menyusui, serta diet yang sering dilakukan.

Disebutkan dalam hasil penelitian Meytriana tahun 2020 yang menunjukkan sebagian besar pendonor berjenis kelamin perempuan lebih banyak mengalami kegagalan sebab perempuan mengalami haid, melahirkan serta kurang asupan sebab diet yang dilakukan. Perempuan usia reproduksi merupakan salah satu kelompok yang beresiko tinggi memiliki kadar hemoglobin rendah. Wanita usia subur rentan memiliki kadar hemoglobin rendah dimana salah satu penyebabnya karena mengalami siklus menstruasi setiap bulan sehingga terjadi peningkatan kebutuhan zat besi. Tingkat konsumsi energi mempengaruhi kadar hemoglobin. Orang yang mengonsumsi energi yang rendah cenderung lebih rentan memiliki hemoglobin rendah dibanding dengan orang yang mengonsumsi energi yang cukup. Energi diperlukan dalam proses fisiologis tubuh antara lain dalam metabolisme zat gizi. Kekurangan asupan energi akan menghambat proses pembentukan hemoglobin sehingga kadarnya menjadi rendah (Wijayanti et al, 2019).

4. Analisis Univariat gambaran kegagalan calon pendonor darah yang anemia berdasarkan Pola Makan (Sumber karbohidrat, sumber protein, sumber lemak, makanan jadi, sumber serat)

Karbohidrat merupakan sumber energi alam tubuh manusia, yang dibutuhkan sel dalam melaksanakan metabolisme dalam tubuh. Sumber karbohidrat responden sebagian besar adalah nasi, hal ini diketahui dari hasil kuesioner sejumlah 35 (57%) menyatakan setiap hari mengonsumsi nasi, 25 (41%) mengonsumsi nasi 4-5 kali dalam seminggu dan 1 orang yang menyatakan tidak mengonsumsi nasi. Hasil pengisian kuesioner responden

menggambarkan sumber karbohidrat selain nasi bukan menjadi sumber karbohidrat utama dalam menu makan sehari-hari.

Protein merupakan salah satu zat makanan berupa asam amino yang terbentuk dari beberapa unsur yaitu karbon, hidrogen, oksigen, dan nitrogen yang dibutuhkan oleh tubuh dalam proses pembentukan berbagai jaringan tubuh dan juga sebagai sumber energi. Asupan protein berperan penting dalam transportasi zat besi dalam tubuh agar tidak terhambat, sehingga kadar hemoglobin dalam darah normal.

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner diketahui sumber protein responden mayoritas adalah daging ayam dengan konsumsi 4-6 kali seminggu sejumlah 35 (57%), telur ayam dengan konsumsi 4-6 kali seminggu sejumlah 40 (66%), ikan segar dengan konsumsi 4-6 kali seminggu sejumlah 31 (51%), dan tempe/ tahu dengan konsumsi 4-6 kali seminggu sejumlah 40 (66%). Diketahui pula beberapa responden juga mengkonsumsi sumber protein yang berasal dari daging sapi meskipun persentasenya tidak lebih dari lima puluh persen yaitu sejumlah 28 (46%).

Lemak merupakan sumber energi dalam makanan manusia, bersama dengan karbohidrat dan protein. Fungsi lemak dalam tubuh sebagai bahan energi dan menyimpan energi terbanyak dalam tubuh, fungsi lainnya agar kesehatan tubuh dapat terjaga dengan baik bila lemak dalam makanan berjumlah cukup dalam tubuh. Melalui hasil pengisian kuesioner diketahui sumber lemak responden mayoritas berasal dari susu fullcream yaitu sebesar 39 (64%). Diketahui pula beberapa responden juga mengkonsumsi sumber lemak lainnya meskipun persentasenya tidak lebih dari lima puluh persen, diantaranya: minyak sayur 4-6 kali seminggu yaitu sejumlah 24 (39%), jeroan 4-6 kali seminggu yaitu sejumlah 23 (38%), keju 4-6 kali seminggu yaitu sejumlah 19 (31%), mentega 4-6 kali seminggu yaitu sejumlah 16 (29%), dan santan 4-6 kali seminggu yaitu sejumlah 18 (29%).

Berdasarkan hasil kuesioner diketahui hasil pola makan responden berdasarkan seberapa sering mengkonsumsi makanan jadi sehari-harinya. Diketahui mayoritas responden mengkonsumsi gorengan dengan intensitas 4-6

kali seminggu yaitu sejumlah 35 (57%). Diketahui pula beberapa responden juga sering mengonsumsi fast food dengan frekuensi tiap hari yaitu sejumlah 23 (38%), dengan frekuensi 4-6 kali seminggu yaitu sejumlah 25 (41%). Adapun diketahui juga 18 (29%) responden tiap hari mengonsumsi soft drink dan 24 (39%) mengonsumsi soft drink 4-6 kali seminggu. Makanan jadi disini yang dimaksud adalah makanan siap saji yang jika dikonsumsi terlalu sering juga akan memberikan dampak yang kurang baik, sehingga apabila dikonsumsi terlalu sering akan memberikan dampak yang tidak baik diantaranya gangguan pada insulin, akibatnya akan berisiko lebih besar terkena resistensi insuline dan diabetes tipe 2.

Serat merupakan salah satu bagian makanan yang penting yang dibutuhkan oleh tubuh. Fungsi dari serat diantaranya meningkatkan imunitas tubuh melawan infeksi penyakit, memaksimalkan penyerapan nutrisi dari makanan, mencegah sembelit, dan menjaga kadar gula darah normal (Maryoto, 2020). Berdasarkan pengisian kuesioner responden diketahui sumber serat responden berasal dari buah-buahan dengan konsumsi 4-6 kali seminggu yaitu sejumlah 35 (57%), sedangkan yang berasal dari sayuran dengan konsumsi 4-6 kali seminggu yaitu sejumlah 30 (49%) dan konsumsi sayur setiap hari sebesar 16 (26%). Adapun responden yang tidak mendapatkan sumber serat yang berasal dari sayur maupun buah yaitu masing-masing 1 orang, setelah ditelusuri ternyata responden tersebut memiliki kadar Hb 11,2 gr/dL untuk responden yang mendapatkan sumber serat hanya dari sayur dan 11,9 gr/dL untuk responden yang mendapatkan sumber serat hanya dari buah.

Hasil analisis pola makan responden yang mengalami kegagalan mendonorkan darah akibat anemia, ditinjau dari sumber karbohidrat, sumber protein, sumber lemak, dan sumber serat berdasarkan hasil menunjukkan mayoritas responden memiliki pola makan yang baik. Hal ini ditunjukkan dengan persentase sering nya responden dalam mengonsumsi sumber karbohidrat, protein, lemak dan serat dalam kondisi yang cukup yaitu dengan frekuensi lebih dari 1 kali dalam sehari atau dalam 1 minggu 4 sampai 6 kali.

Sehingga dalam hal ini kemungkinan pola makan bukan menjadi alasan utama terjadinya anemia pada seluruh responden.

5. Analisis Univariat gambaran kegagalan calon pendonor darah yang anemia berdasarkan Kualitas Tidur

Kegagalan calon pendonor darah yang anemia berdasarkan kualitas tidur, ditinjau dari kualitas tidur subyektif, latensi tidur, durasi tidur, efisiensi tidur, gangguan tidur, penggunaan obat tidur, dan disfungsi di siang hari. Kualitas tidur subyektif merupakan penilaian secara singkat terhadap kualitas tidurnya secara subjektif, kaitannya dengan latensi tidur merupakan penilaian kualitas tidur seseorang berdasarkan berapa waktu yang dibutuhkan sehingga seseorang bisa tertidur, Seseorang memiliki durasi tidur yang baik serta efisiensi tidur yang baik apabila memiliki waktu tidur di malam hari dan bangun dipagi hari dengan durasi waktu lebih dari 6 jam.

Hasil menunjukkan kualitas tidur subyektif pada responden mayoritas cukup baik yaitu sejumlah 41 (67%), latensi tidur responden mayoritas juga cukup baik yaitu sejumlah 27 (44%). Diketahui durasi tidur pada responden sejumlah 21 (34%) cukup baik dan 29 (47%) cukup buruk bahkan 5 (8%) dengan durasi tidur yang sangat buruk. Efisiensi tidur responden cukup baik sejumlah 15 (25%), cukup buruk sejumlah 18 (29%) dan sangat buruk sejumlah 21 (34%). Hasil pertanyaan gangguan tidur responden didapatkan hasil 42 (69%) mengalami gangguan ringan dan 19 (31%) tidak ada gangguan tidur. Hasil pertanyaan penggunaan obat tidur sejumlah 57 (93%) responden menyatakan tidak menggunakan obat tidur dan 4 (7%) menggunakan obat tidur ≤ 1 kali seminggu. Hasil pertanyaan kepada responden terkait disfungsi di siang hari diketahui sejumlah 36 (59%) mengalami disfungsi ringan, 21 (34%) tidak mengalami disfungsi dan 4 (7%) mengalami disfungsi sedang.

Berdasarkan hasil dari analisis diatas mengenai kualitas tidur pada pendonor yang memiliki kadar hemoglobin rendah berdasarkan kuesioner PSQI (*Pittsburgh Sleep Quality Index*) yang telah disebar oleh peneliti yang menjadi kriteria penelitian. Dalam kuesioner PSQI (*Pittsburgh Sleep Quality Index*) terdapat tujuh komponen yaitu kualitas tidur subyektif, latensi tidur, efisiensi

tidur, durasi tidur, gangguan tidur, penggunaan obat tidur serta disfungsi disiang hari. Pendonor dikategorikan kualitas tidurnya baik apabila mendapatkan skor dalam rentang 0-5, sedangkan pendonor yang dikategorikan kualitas tidurnya buruk apabila mendapatkan skor dalam rentng lebih dari 5-21, maka pendonor.

Interpretasi kegagalan calon pendonor darah yang anemia ditinjau dari kualitas tidur, diketahui jumlah pendonor dengan kualitas tidur yang baik yaitu sebanyak 12 (20%), dan jumlah pendonor dengan kualitas tidur yang buruk sebanyak 49 (80%). Hal ini menunjukkan bahwa kemungkinan salah satu penyebab anemia yang ditunjukkan dengan kadar hemoglobin rendah pada responden disebabkan oleh kualitas tidur yang buruk. Kualitas tidur akan mempengaruhi penurunan kadar Hb dikarenakan waktu tidur yang kurang akan berdampak bagi tubuh karena proses biologis yang terjadi saat tidur akan ikut terganggu antara lain pembentukan kadar hemoglobin yang terganggu sehingga menjadi lebih rendah dari normalnya. Oleh sebab itu, penting diketahui bahwa kualitas tidur seseorang pun juga mempengaruhi kondisi kesehatan tubuh orang tersebut.

Hal ini dibuktikan dengan adanya penelitian dari (Mawo et al, 2017) diperoleh hasil sebagian besar kualitas tidur buruk dan kadar hemoglobin rendah sebanyak 39 orang (100%) salah satu faktor yang menyebabkan kualitas tidur responden pada penelitian ini buruk yaitu gangguan tidur, gangguan tidur merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kadar hemoglobin dalam darah. Gangguan tidur menyebabkan kualitas tidur seseorang menjadi buruk, hal ini merupakan pemicu terjadinya stres oksidatif yang apabila berlangsung lebih dari 12 jam sapa menyebabkan lisisnya eritrosit lebih cepa dari pada waktunya.

C. Keterbatasan

Dalam penelitian terdapat kesulitan dan kelemahan yaitu:

1. Kesulitan

Saat penelitian berlangsung dimana saat itu adalah bulan ramadhan yang memungkinkan adanya bias variabel terhadap penurunan kadar hemoglobin responden hanya terjadi saat itu dalam kondisi responden puasa.

2. Kelemahan

Sedikitnya jumlah sampel yang dapat mempengaruhi uji statistik

PEPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA