

GAMBARAN POLA MAKAN DAN KADAR HEMOGLOBIN PADA CALON PENDONOR DARAH SUKARELA DI PMI KABUPATEN BANTUL TAHUN 2025

by Prisila Ratu Balqis

Submission date: 14-Jul-2025 02:28PM (UTC+0700)

Submission ID: 2714780708

File name: TURNITIN_100_1.docx (245.47K)

Word count: 4551

Character count: 28394

**GAMBARAN POLA MAKAN DAN KADAR HEMOGLOBIN
PADA CALON PENDONOR DARAH SUKARELA DI PMI
KABUPATEN BANTUL TAHUN 2025**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Ahli Madya Kesehatan
Program Studi Teknologi Bank Darah (D-3) Fakultas Kesehatan
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun oleh:

PRISILA RATU BALQIS

NPM. 221206027

**PROGRAM STUDI TEKNOLOGI BANK DARAH (D-3)
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA**

2025

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

BAB I **PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang

Unit Transfusi Darah (UTD) merupakan fasilitas pelayanan kesehatan yang bertugas mengelola kegiatan donor darah, penyediaan darah, serta penyalurannya. UTD yang dikelola oleh pemerintah dapat berbentuk unit teknis atau unit pelayanan yang beroperasi di rumah sakit milik pemerintah. (PMK No 91, 2015).

Donor darah merupakan suatu proses seseorang secara Secara sukarela, seseorang mendonorkan darahnya untuk disimpan di bank darah dan digunakan saat diperlukan untuk keperluan transfusi. Sebelum melakukan donor, setiap pendonor harus melalui tahap seleksi donor yang dimana untuk melindungi kesehatan mereka. Proses ini memastikan donor yang dilakukan aman bagi pendonor itu sendiri, serta melindungi pasien penerima dari resiko penyakit menular dan efek merugikan lainnya (Solehudin & Mustopa, 2022). Donor darah tidak hanya memberikan keuntungan untuk penerima, tetapi juga memberikan keuntungan bagi para pendonor itu sendiri. Dengan rutin mendonorkan darah, proses pembaruan darah lebih cepat, sementara oksidasi kolesterol menjadi lebih lambat.

Ketersediaan darah yang cukup di unit pelayanan darah UTD PMI merupakan hal penting. Oleh karena itu, UTD PMI perlu membangun jejaring yang luas melalui kerjasama dengan berbagai lembaga daerah, pemerintah serta menjalin kemitraan dengan PMI lainya baik di tingkat nasional maupun internasional. Selain menjalin Kerjasama dengan pemerintah dan membentuk jaringan dengan sesama PMI, UDD juga aktif mengadakan kegiatan donor darah. Hal ini bertujuan untuk menjaga ketersediaan stok darah di PMI (Tirtana *et al.*, 2024).

Menurut (Arlinda *et al.*, 2024) Organisasi Kesehatan Dunia menyatakan bahwa, stok kebutuhan katong darah di setiap negara tersebut memiliki persediaan kantong darah yaitu 2% dari total populasi. Dimana data populasi

Indonesia yang mencapai 277,75 juta orang, maka diperlukan sekitar 5,56 juta kantong darah. Berdasarkan data dari Palang Merah Indonesia (PMI), stok kantong darah di Indonesia diperkirakan hanya akan mencapai sekitar 77.438 kantong pada tahun 2023. Angka ini sangat jauh di bawah kebutuhan ideal yang ditetapkan oleh standar WHO.

Pendonor darah yang akan mendonorkan darahnya, terdapat beberapa syarat pemeriksaan pada tahap seleksi donor yang harus dipenuhi agar lolos donor darah. Pertama pemeriksaan golongan darah meliputi golongan A, B, O dan AB, serta rhesus positif dan negatif. Tekanan darah normal sistolik antara 110-130 mmHg dan 80-100 mmHg untuk diastolik. Kadar hemoglobin dimana laki-laki harus memiliki nilai 13 gr/dl-17 gr/dl, sedangkan Perempuan antara 12,5 gr/dl-17 gr/dl. Selain itu, berat badan minimal yang dibutuhkan adalah 50 kg, suhu badan 36,5- 37,5°C, denyut nadi 60-100x/menit, tidak dalam mengkonsumsi obat dalam 3 hari terakhir, tidak tinggal atau mengunjungi daerah endemis malaria, tidur yang cukup (minimal 6 jam), makan 1 jam sebelum donor darah dan untuk pendonor perempuan, ada beberapa syarat yang harus diperhatikan yaitu tidak sedang menstruasi, tidak dalam keadaan hamil atau menyusui (Suhada *et al.*, 2024)

Seseorang pendonor harus memenuhi kriteria seleksi salah satunya kadar hemoglobin. Kadar hemoglobin adalah pemeriksaan penting yang wajib dilakukan sebelum seseorang dapat mendonorkan darahnya. Kadar hemoglobin seseorang sebaiknya berkisar antara 12,5 gr/dl-17 gr/dl (Astuti & Artini, 2019). Kadar hemoglobin calon pendonor memiliki dampak yang signifikan baik bagi pendonor maupun penerima darah. Jika kadar hemoglobin seorang pendonor tidak memenuhi standar yang ditetapkan ($\leq 12,5$ gr/dL) tetapi tetap mendonorkan darah, kondisi ini dapat menyebabkan pendonor mengalami anemia yang semakin parah, disertai gejala seperti kelemahan, kelelahan, pusing, hingga pucat. Di sisi lain, penerima darah yang mendapatkan transfusi dengan kadar hemoglobin yang rendah tidak akan memperoleh manfaat penyembuhan yang optimal. Dengan demikian, calon pendonor yang memiliki kadar hemoglobin rendah tidak memenuhi syarat untuk melakukan donor darah

(Nuraini & Kwarta, 2021)

Kadar hemoglobin seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor yang paling signifikan adalah pola makan. Pola makan mempengaruhi kadar hemoglobin karena nutrisi yang tepat memainkan peran krusial dalam menjaga kesehatan, termasuk mencegah anemia. Anemia sering kali disebabkan oleh ²⁸ asupan makanan yang tidak seimbang, terutama kekurangan zat besi, ²⁷ portein, vitamin B12, asam folat, dan vitamin C memiliki peran krusial dalam pembentukan hemoglobin. Pola makan yang baik harus disesuaikan dengan Jenis serta takaran makanan yang dimakan, tidak hanya untuk menjaga kesehatan secara umum, tetapi juga untuk memastikan kadar hemoglobin tetap stabil. Kualitas dan kuantitas bahan makanan yang dikonsumsi menjadi indikator pola makan yang sehat. Oleh karena itu, tingkat kesehatan individu sangat berpengaruh dengan konsumsi makanan dan minuman yang berkualitas serta cukup jumlahnya (Sagala & Noerfitri, 2021).

Konsumsi makanan yang rendah zat besi dapat mengakibatkan penurunan kadar hemoglobin, meningkatkan risiko anemia, dan memengaruhi kemampuan tubuh untuk mengangkut oksigen ke jaringan. Pentingnya untuk menjaga pola makan yang seimbang serta kaya nutrisi, agar kadar hemoglobin dalam tubuh tetap optimal. Seseorang dengan kadar hemoglobin rendah sering mengalami gejala seperti kelelahan, kelemahan, penurunan produktivitas kerja, dan kesulitan berkonsentrasi (Adriani & Fadilah, 2023).

Berdasarkan studi pendahuluan di UDD PMI Kabupaten Bantul dengan wawancara secara langsung yaitu data jumlah calon pendonor pada bulan Januari tahun 2025 sebanyak 1.016 calon pendonor, jumlah pendonor yang diterima karena kadar hemoglobin memenuhi syarat sebanyak 784 dan jumlah pendonor yang tidak lolos seleksi karena kadar hemoglobinnnya rendah adalah 100 pendonor serta calon pendonor yang tidak lolos seleksi faktor lain meliputi hipertensi sebanyak 29, hipotensi sebanyak 30, minum obat sebanyak 9, pasca operasi sebanyak 3, berat badan kurang sebanyak 7 dan alasan lain (menstruasi, belum waktu donor, tidak jadi donor) 39. Hemoglobin yang rendah adalah salah satu alasan utama kegagalan dalam proses seleksi donor darah, salah satunya disebabkan karena

pola makan yang kurang baik. Penelitian ini melihat bagaimana gambaran pola makan dan kadar hemoglobin pada pendonor sukarela di PMI Kabupaten Bantul yang belum pernah dilaporkan. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang gambaran pola makan dan kadar hemoglobin pada pendonor darah sukarela di PMI Kabupaten Bantul.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Pola Makan dan Kadar Hemoglobin Pada Pendonor Darah Sukarela di PMI Kabupaten Bantul Tahun 2025”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang diatas dapat dirumuskan masalah penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran pola makan dan kadar hemoglobin pada pendonor darah sukarela di PMI Kabupaten Bantul pada tahun 2025?”.

C. Tujuan Karya Tulis Ilmiah

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran pola makan dan kadar hemoglobin pada pendonor darah sukarela di PMI Kabupaten Bantul pada tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran karakteristik pendonor meliputi usia dan jenis kelamin pada pendonor darah sukarela di PMI Kabupaten Bantul Tahun 2025.
- b. Mengetahui gambaran pola makan pada pendonor darah sukarela di PMI Kabupaten Bantul Tahun 2025.
- c. Mengetahui gambaran kadar hemoglobin pada pendonor darah sukarela di PMI Kabupaten Bantul Tahun 2025.

D. Manfaat Karya Tulis Ilmiah

1) Manfaat Teoritis

Menambah pengetahuan untuk menyiapkan pendonor darah sukarela yang sehat dengan kadar hemoglobin normal dan pola makan yang baik.

2) Manfaat Praktis

- a. Manfaat untuk PMI Kabupaten Bantul

Dapat mengembangkan program edukasi dan pembinaan bagi pendonor darah sukarela terkait pentingnya pola makan yang sehat untuk menjaga kadar hemoglobin tetap optimal.

b. Manfaat untuk penelitian selanjutnya

Menambah wawasan pengetahuan dan keterampilan berkaitan dengan pola makan dan kadar hemoglobin, serta membantu Instansi tempat penelitian di PMI Kabupaten Bantul untuk mengedukasi kepada masyarakat.

c. Manfaat bagi pendonor

Memberikan informasi kepada pendonor untuk meningkatkan kesadaran mereka akan pentingnya menjaga pola makan yang mendukung Kesehatan tubuh, khususnya dalam menjaga pembentukan kadar hemoglobin yang optimal sebelum mendonorkan darah.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian, Tahun	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1	Yuli Astuti Dyah Artini	Pemeriksaan golongan darah dan kadar hemoglobin pada calon pendonor darah di Puslatpur, Playen, Gunungkidul tahun 2019	Penelitian ini mengungkapkan bahwa pemahaman tentang donor darah di kalangan anak muda tidak sejalan dengan kesadaran dalam menjalani gaya hidup sehat.	Penelitian ini sama-sama membahas berkaitan dengan kadar hemoglobin	Penelitian terdahulu lebih berfokus pada 2 parameter yaitu golongan darah dan kadar hemoglobin
2	Tersanova Fadilah Donna Adriani.	Peran kadar hemoglobin pada kebugaran jasmani remaja tahun 2023	Penelitian ini yang menguji korelasi ³⁷ menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat himoglobin dan kebugaran fisik setelah mempertimbangkan status gizi dan tingkat aktivitas fisik.	Penelitian ini sama-sama membahas kadar hemoglobin.	Peneliti terdahulu lebih berfokus pada peran kadar hemoglobin dalam mendukung kebugaran jasmani remaja.
3	Cristin Octaviani Sagala Noerfitri	Hubungan Pola Makan dan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Lebih Banyak Mahasiswa STIKes Mitra Keluarga tahun 2021	Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan adalah wanita (94,4%), dengan rentang usia yang paling banyak berada di angka 19 ³⁵ tahun (50,3%). Pola Makan (0,831) dan Pengetahuan Gizi Seimbang (0,952), ³⁶ hubungan dengan status gizi dan tingkat aktivitas fisik.	Penelitian ini sama-sama membahas tentang pola makan.	Peneliti terdahulu Fokus pada keterkaitan antara kebiasaan makan dan pemahaman mengenai nutrisi yang seimbang dengan kelebihan berat badan (obesitas)
4	Fatima Rizki Nuraini Cityta Putri Kwarta	Karakteristik Calon Pendonor Berdasarkan Kadar Hemoglobin di UDD PMI Bojonegoro tahun 2021	mengindikasikan bahwa tingkat kesadaran untuk berdonor darah di kalangan pemuda tidak sejalan dengan kesadaran mengenai	Penelitian ini sama-sama membahas kadar hemoglobin pada	Peneliti terdahulu lebih fokus pada menganalisis karakteristik calon pendonor berdasarkan kadar hemoglobin.

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian, Tahun	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
			gaya hidup sehat. Oleh karena itu, diperlukan intervensi untuk mendorong generasi muda pola hidup sehat guna mengurangi penangguhan donor darah yang disebabkan oleh kadar Hb yang rendah.	pendonor darah.	

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

BAB III **METODE PENELITIAN**

A. Desain Karya Tulis Ilmiah

Pendekatan penelitian yang diterapkan adalah metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Menurut Sugiyono, metode deskriptif bertujuan untuk menggambarkan nilai variabel tanpa menghubungkan variabel lainnya yang diamati menggunakan statistika angka. Penelitian langsung kelapangan, penelitian ini mendeskripsikan kadar hemoglobin pendonor darah sukarela dilihat dari pola makan (Wulandari et al., 2023)

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi

Penelitian dilaksanakan di UDD PMI Kabupaten Bantul yang berlokasi di Jl. Jend. Sudirman No.1, Babadan, Bantul, Kec. Bantul, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55711.

2. Waktu

Penelitian dilaksanakan pada bulan April Tahun 2025.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi mengacu pada seluruh kelompok atau elemen yang memiliki karakteristik tertentu yang ingin dieksplorasi. Populasi tersebut bisa berupa individu, objek, peristiwa, atau segala sesuatu yang relevan dengan fokus penelitian yang dilaksanakan (Asrulla *et al.*, 2023).

Berdasarkan data populasi calon pendonor darah sukarela pada penelitian ini yaitu data terakhir pada bulan Januari 2025 (bulan terdekat waktu penelitian) sebanyak 1.016 pendonor di PMI Kabupaten Bantul.

2. Sampel

Sampel penelitian ini yaitu sebagian calon pendonor darah sukarela yang datang ke PMI Kabupaten Bantul tahun 2025.

3. Besar Sampel

Banyaknya sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan sampel berdasarkan *accidental random sampling* dengan populasi sebanyak 1.016 pada Bulan Januari dihitung dengan menggunakan rumus Slovin dengan estimasi kesalahan (10%) yang berlokasi di PMI Kabupaten Bantul dengan perhitungan sebagai berikut:

Rumus untuk menghitung besar sampel.

$$\pi = \frac{N}{1 + N (e)^2}$$

¹⁷
Keterangan

n: Sampel

N: Jumlah populasi

e: Error yang di toleransi (10%)

perhitungan :

$$\begin{aligned} \pi &= \frac{N}{1 + N (e)^2} \\ &= \frac{1.016}{1 + 1.016 \times (0.1)^2} \\ &= \frac{1.016}{1 + 10.16} \\ &= \frac{1.016}{11.16} \\ &= 91 \text{ calon donor} \end{aligned}$$

Jadi jumlah sampel sebanyak 91 calon pendonor yang diterima karena kadar hemoglobin memenuhi syarat dan ditolak karena kadar hemoglobin di PMI Kabupaten Bantul pada bulan Maret-April.

18. Variabel

Variabel dalam penelitian ini yaitu pola makan dan kadar hemoglobin pada calon pendonor darah sukarela.

18 E. Definisi Operasional

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Kadar Hemoglobin	Kadar hemoglobin adalah ukuran jumlah hemoglobin dalam darah, yang dinyatakan dalam satuan g/dl Darah sampel yang dilihat dari pengukuran menggunakan alat	1. <i>Hb checker</i> 2. Lembar Checklist	1. Normal (>12,5-17 gr/dl) 2. Anemia (<12,5 gr/dl) 3. Tinggi (>17 gr/dl)	Ordinal
Pola Makan	Perilaku Kebiasaan mengkonsumsi makanan sehat pada calon pendonor darah sukarela	Kuesioner <i>Food Frequency Questioner (FFQ)</i>	1. Baik (605-850) 2. Cukup (360-604) 3. Kurang (115-359)	Ordinal
Usia	Usia individu pendonor yang terhitung sejak kelahirannya hingga sekarang	1. Formulir donor 2. Lembar Checklist	1. Remaja akhir (17-24 tahun) 2. 32 wasa (25-44 tahun) 3. Lansia awal (45-60 tahun) 4. Lansia akhir (< 61 tahun)	Ordinal
Jenis kelamin	Identitas laki-laki dan Perempuan calon pendonor sukarela.	1. Formulir donor 2. Lembar Checklist	1. Laki-laki 2. Perempuan	Nominal

F. Alat dan Pengumpulan Data

Data yang digunakan dalam penelitian ini berasal dari sumber primer dengan melakukan pembagian kuisioner dan pemeriksaan kadar hemoglobin. Kuisioner dibagikan secara langsung kepada pendonor bersamaan dengan pengisian formulir donor, dan hasil pemeriksaan kadar hemoglobin dilihat dari formulir calon pendonor.

Pada penelitian ini, alat ukur yang digunakan untuk menilai kadar hemoglobin pada seluruh calon pendonor darah sukarela berdasarkan usia dan jenis kelamin adalah alat ukur kadar hemoglobin dengan metode fotometri, yaitu *Hb Checker*. Selain itu, penilaian pola makan responden dilakukan dengan menggunakan kuisioner *Food Frequency Questionnaire (FFQ)* yang diadaptasi dari penelitian Fathima (2023). Berikut kisi-kisi kuisioner dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel 3.2 dibawah ini:

Tabel 3. 2 Kisi-kisi Kuisioner

No	Indikator Pertanyaan	No Butir Soal	Jumlah Pertanyaan
1	Makanan Pokok	1,2,3,4,5,6,7,8	8
2	Lauk Hewani	9,10,11,12,13, 14	6
3	Lauk Nabati	15,16	2
4	Sayuran	17,18,19,20	4
5	Buah-buahan	21,22,23,24,2 5	5
Jumlah Pertanyaan			25

G. Validitas dan Reabilitas

1. Uji Validitas

Uji validitas adalah kegiatan mengevaluasi seberapa akurat suatu instrumen dapat mengukur hal yang seharusnya diukur. Validitas dalam penelitian didasarkan pada pemahaman yang berlandaskan pada fakta, objektivitas, kesimpulan yang logis, kenyataan, serta data numerik. Dalam konteks ini, validitas berkaitan erat dengan sejauh mana seorang peneliti dapat melakukan pengukuran yang tepat terhadap variabel yang menjadi fokus

penelitian (Rosita *et al.*, 2021). Kuisisioner ini telah di uji validitasnya oleh Fathimah (2023) dimana tingkat validitas valid.

2. Uji Reabilitas

Uji reliabilitas pada instrumen penelitian merupakan suatu prosedur yang bertujuan guna mengetahui apakah kuisisioner yang diterapkan dalam pengumpulan data penelitian telah memenuhi standar reliabilitas atau belum (Ramadhan *et al.*, 2024). Kuisisioner *Food Frequency Questioner* (FFQ) ini telah di uji validitasnya oleh Fathimah (2023) dimana nilai realibilitas kuat (κ 0.67 sampai 0.73) valid.

H. Metode Pengolahan dan Analisis Data

1. Metode Pengolahan

Proses pengolahan data dalam penelitian ini mencakup input data, *editing*, *coding*, *cleaning*, *skoring*, dan *tabulating*

a. *Editing*

Proses pemeriksaan terhadap data yang sudah dikumpulkan untuk memastikan kelengkapan dan keakuratan agar bisa diolah lebih lanjut.

b. *Input data*

Input data adalah langkah-langkah penyajian data penelitian ke dalam bentuk tabel. proses pengisian informasi ke dalam format *Microsoft Excel* atau *SPSS* untuk diproses lebih lanjut.

c. *Cleaning*

Cleaning data adalah tahapan untuk meninjau data yang dimasukkan sudah akurat atau belum dan memeriksa apakah data yang telah dimasukkan ada kesalahan.

d. *Coding*

Coding adalah proses memberikan kode yang bertujuan untuk mempermudah pengolahan data. Berikut contoh hasil pengukuran:

- 1) Kadar hemoglobin

4 Kode 1 untuk nilai kadar Hemoglobin normal
 Kode 2 untuk nilai kadar hemoglobin kurang dari normal (Anemia) Kode 3 untuk nilai kadar hemoglobin lebih dari normal (polistemiavera)

2) Pola makan

4 Kode 1 untuk Baik Kode 2 untuk Cukup Kode 3 untuk Kurang

3) Jenis kelamin

Kode 1 untuk laki-laki
 Kode 2 untuk perempuan.

4) Usia

Kode 1 untuk remaja akhir Kode 2 untuk dewasa Kode 3 lansia awal
 Kode 4 lansia akhir

e. *Skoring*

Skoring dalam penelitian ini adalah untuk menghitung pola makan sebagai berikut:

Baik jika frekuensi skor yaitu 25 dan 50 Cukup jika frekuensi skor yaitu 15

Kurang jika frekuensi skor yaitu 0, 5 dan 10 Untuk pengolahan skoring dengan kriteria

Mendapat skor 50 jika makanan dikonsumsi >3x/hari Mendapat skor 25 jika makanan yang dikonsumsi 1x/hari Mendapat skor 15 jika makanan yang dikonsumsi 3-6x/mgg Mendapat skor 10 jika makanan yang dikonsumsi 1-2x/mgg mendapat skor 5 jika makanan yang dikonsumsi 2x/sebulan Mendapat skor 0 jika makanan yang dikonsumsi tidak pernah

f. *Tabulating*

Tabulasi merupakan suatu proses pengelompokan data yang memudahkan penjumlahan, penyusunan, dan pengaturan informasi. Metode ini memungkinkan data disajikan dengan baik dan dianalisis dengan lebih efisien.

Baik jika frekuensi skor yaitu dari 605-850 Cukup jika frekuensi skor yaitu dari

360-604 Kurang jika frekuensi skor yaitu dari 115-359

1

2. Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat. Penelitian ini menggunakan metode analisis data deskriptif dengan sebuah pendekatan statistik.

Data penelitian kemudian diolah menggunakan aplikasi SPSS (*Statistical Package For The Social Sciences*) dalam versi 27 yang merupakan aplikasi yang biasa digunakan dalam pengolahan data kuantitatif, dengan melihat hasil frekuensi pola makan dan kadar hemoglobin pada pendonor darah sukarela.

Data kemudian dianalisis data ini dengan menggunakan perhitungan presentase deskriptif yang untuk melihat perbandingan besar kecilnya frekuensi jawaban dan banyak sampel yang dikaitkan dengan angka 100% disajikan dalam tabel distribusi frekuensi dengan rumus:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P= Presentase

F= Jumlah Frekuensi

N= Jumlah Sampel

I. Etika Penelitian

Penelitian ini telah dinyatakan layak etik oleh Komite Etik Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dengan nomor Skep/232/KEP/VI/2025 sebagai berikut:

1. Menghormati harkat dan martabat manusia
 Penelitian dilakukan secara sukarela, tanpa adanya paksaan, dari penulis kepada objek atau sampel penelitian di PMI Kabupaten Bantul dan untuk menjaga kerahasiaan subjek. Peneliti menjaga kerahasiaan informasi subjek atau sampel yang akan diteliti, serta memastikan bahwa data yang diperoleh, termasuk informasi pribadi, tetap aman dan terjaga kerahasiaannya.
2. Memenuhi aspek keadilan

Penelitian dilakukan dengan hati-hati, jujur, dan tidak membandingkan antara calon pendonor yang satu dengan calon pendonor lainnya.

3. Kajian ilmiah/ Penelitian harus bermanfaat/Tidak merugikan

Penelitian melakukan proses penelitian berdasarkan tahapan metodologis yang telah ditetapkan, dengan tujuan memperoleh hasil yang optimal dan memberikan manfaat bagi subjek yang di teliti.

J. Pelaksanaan Karya Tulis Ilmiah

1. Tahap persiapan

Pengajuan dan persetujuan judul selanjutnya, peneliti menyusun proposal dengan merumuskan masalah dan merencanakan langkah-langkah penelitian melalui konsultasi dengan dosen pembimbing yang terkait dengan topik yang diteliti.

2. Tahap pelaksanaan

Penelitian mengajukan surat izin pendahuluan kepada PMI Kabupaten Bantul. Setelah menerima surat balasan yang memungkinkan pengurusan izin penelitian, pelaksanaan penelitian dijadwalkan pada bulan Maret- April 2025.

3. Tahap akhir

Peneliti melaksanakan analisis data yang telah dikumpulkan selama pelaksanaan penelitian. Setelah proses analisis selesai, peneliti akan menyusun laporan yang memuat temuan, kesimpulan, serta rekomendasi yang dihasilkan dari pengamatan dan analisis tersebut. Laporan penelitian ini akan disusun sesuai dngan format yang telah ditntukan dan diserahkan kepada dosen pembimbing untuk merdapatkan masukan lebih lanjut. Setelah melakukan revisi, laporan akhir akan diserahkan untuk ujian hasil

⁴
BAB IV
HASIL DAN PEMBAHASAN
A. Hasil

1. Hasil Analisis Data

a. Karakteristik Penelitian

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 91 responden mencakup analisis karakteristik berdasarkan usia dan jenis kelamin. Rentang usia diklasifikasikan menjadi empat kelompok, yaitu remaja (17–24 tahun), dewasa (25–44 tahun), lansia awal (45–60 tahun), dan lansia lanjut (di atas 60 tahun). Sementara itu, kategori jenis kelamin dikelompokkan menjadi dua, yaitu laki-laki dan perempuan.

Karakteristik responden penelitian ini dapat dilihat pada tabel

4.1 di bawah ini:

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (F)	%
Usia		
Remaja	11	12.1
Dewasa	63	69.2
Lansia Awal	17	18.7
Lansia Akhir	0	0
Total	91	100.0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	62	68.1
Perempuan	29	31.9
Total	91	100.0

Berdasarkan Tabel 4.1 karakteristik responden penelitian dengan kategori usia meliputi Dewasa 63 responden (69,2%), lansia awal 17 responden (18,7%) dan remaja 11 responden (12,1%), kategori jenis kelamin meliputi laki-laki 62 responden (68,1%) dan perempuan 29 responden (31,9%).

b. Gambaran Pola Makan

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan pada 91 sampel, hasil analisis Pola Makan meliputi Pola Makan Baik (605-850), Cukup (360-604), dan Kurang (115-359). Hasil analisis data pola makan dapat dilihat pada tabel 4.2 di bawah ini:

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Pola Makan

Pola Makan	Frekuensi (F)	%
Baik	26	28.6
Cukup	46	50.5
Kurang	19	20.9
Total	91	100

Berdasarkan Tabel 4.2 responden penelitian dengan kategori pola makan meliputi cukup 46 responden (50.5%), baik 26 responden (28.6%) dan kurang 19 responden (20.9%).

c. Gambaran Kadar Hemoglobin

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan pada 91 sampel, hasil analisis data kadar hemoglobin, dikategorikan Normal (12,5-17 g/dl), Anemia (<12,5 g/dl), dan tinggi (>17 g/dl). Hasil analisis data kadar hemoglobin dapat dilihat pada tabel 4.3 di bawah ini:

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Kadar Hemoglobin

Kadar Hemoglobin	Frekuensi (F)	%
Normal	70	76.9
Anemia	19	20.9
Tinggi	2	2.2
Total	91	100

Berdasarkan Tabel 4.3 responden penelitian dengan kategori normal 70 responden (76.9%), Anemia 19 responden (20.9%), dan tinggi 2 responden (2.2%).

B. Pembahasan

1. Karakteristik Responden Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian telah dilakukan terhadap 91 responden, karakteristik responden dianalisis berdasarkan karakteristik, yaitu usia dan jenis kelamin. Klasifikasi usia dibagi dalam empat kelompok, yaitu: Remaja (17–24 tahun), Dewasa (25–44 tahun), Lansia Awal (45–60 tahun), dan Lansia

Akhir (>60 tahun). Sedangkan jenis kelamin dikategorikan menjadi laki-laki dan perempuan.

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa responden yang paling banyak dari calon pendonor dengan kategori usia Dewasa (25–44 tahun) sebanyak 63 responden dengan presentase (69,2%), penelitian ini sejalan dengan (Nurulita *et al.*, 2022) berdasarkan distribusi frekuensi, pendonor darah sukarela sebagian besar berasal dari kelompok usia 26–35 tahun, yakni sebanyak 35 orang (35,7%). Dimana usia ini termasuk Kelompok usia remaja hingga dewasa umumnya dalam keadaan kesehatan yang cukup baik dan memiliki risiko penyakit yang relatif rendah. Berdasarkan data yang diperoleh, mayoritas pendonor darah berasal dari kalangan usia dewasa. Hal ini diakibatkan pada usia produktif, individu cenderung lebih memperhatikan kesehatan tubuhnya serta memiliki kesadaran tinggi untuk menjaga kebugaran, sehingga lebih berpeluang untuk menjadi pendonor yang memenuhi syarat.

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa responden yang paling dominan yaitu berjenis kelamin laki-laki sebanyak 62 responden (68,1%) dibandingkan jenis kelamin perempuan sebanyak 29 responden (39,1%). Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Ariani *et al.*, 2022) bahwa sebagian besar dari 74 responden adalah berjenis kelamin laki-laki. Wanita cenderung lebih sering mengalami penolakan donor diakibatkan oleh kondisi fase, hamil, menstruasi melahirkan, dan menyusui yang berpengaruh terhadap kadar hemoglobin.

2. Gambaran Pola Makan

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui berdasarkan data kuesioner dari responden kemudian dianalisis menggunakan SPSS. Pola makan dikategorikan berdasarkan baik, cukup, dan kurang. Berdasarkan Tabel 4.2 responden penelitian dengan persentase terbesar adalah kategori pola makan cukup sebanyak 46 responden (50,5%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Chibriyah, 2017) pola makan menunjukkan bahwa sebagian besar pola makan responden adalah cukup sebanyak 37 orang (82,2%) dan responden dengan pola makan rendah sebanyak 8 orang (17,8%).

Pola makan adalah susunan jenis dan jumlah makanan yang di

konsumsi seseorang meliputi frekuensi makan, jenis makanan dan porsi makan menu seimbang perlu dimulai dan dikenal dengan baik akibatnya menjadi kebiasaan makan makanan seimbang. Vitamin C mendukung penyerapan zat besi non-heme dari sayur dan makanan nabati. Ini menjelaskan mengapa pola makan yang cukup konsumsi buah-buahan seperti jeruk dan mangga mampu menjaga hemoglobin tetap normal.

Menurut (Musung, 2022) pola makan kurang atau tidak teratur menyebabkan defisiensi zat gizi seperti kekurangan protein serta zat besi yang menyebabkan penurunan kadar hemoglobin. Zat besi merupakan salah satu nutrisi esensial yang tidak hanya terkandung dalam Asupan protein hewani dan nabati bisa didapat dari makanan misalnya, ikan, ayam, telur, daging sapi serta produk nabati seperti tahu dan tempe, juga dapat ditemukan dalam berbagai jenis sayuran hijau, seperti bayam dan brokoli. Apabila asupan zat besi tidak mencukupi, tubuh akan mengalami penurunan kadar hemoglobin yang signifikan, sehingga memicu terjadinya anemia. Kondisi ini biasanya ditandai dengan gejala seperti tubuh cepat lelah, lesu, dan tidak bertenaga.

3. Gambaran Kadar Hemoglobin

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui berdasarkan data kuesioner yang telah diisi dari responden kemudian dianalisis menggunakan SPSS. Kadar hemoglobin dikategorikan berdasarkan normal, tinggi, dan anemia. Berdasarkan Tabel 4.3 responden penelitian dengan persentase terbesar untuk kadar hemoglobin adalah kategori normal sebanyak 70 responden (76,9%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dikerjakan (Tarigan, 2023) dimana dalam penelitiannya diketahui bahwa sebanyak 68,4% memiliki kadar hemoglobin normal. Standar kadar hemoglobin yang dianggap normal untuk calon pendonor darah dewasa berkisar antara 12,5 hingga 17 g/dL. Tingkat hemoglobin sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk kualitas makanan, dalam hal ini asupan zat besi, sistem kekebalan tubuh, serta pola makan.

Penyebab rendahnya kadar hemoglobin dalam darah salah satunya adalah asupan yang tidak mencukupi. Asupan zat gizi sehari-hari sangat dipengaruhi

oleh kebiasaan makan. Pengetahuan gizi ialah salah satu aspek yang berperan dalam membentuk pola makan seseorang. Faktor lain yang turut berkontribusi terhadap rendahnya asupan makanan adalah minimnya kesadaran akan pentingnya konsumsi bahan pangan yang mengandung zat besi. Di samping itu, meskipun jumlah makanan yang dikonsumsi telah mencukupi secara keseluruhan, kandungan zat besi dalam makanan tersebut mungkin memiliki tingkat ketersediaan hayati yang rendah, sehingga tubuh tidak mampu mencerna zat besi dalam jumlah yang optimal. Penelitian (Nuraeni *et al.*, 2024) menyatakan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang pola makan terhadap kadar hemoglobin yang normal. Kadar hemoglobin yang normal sangat dipengaruhi oleh asupan nutrisi yang tepat melalui pola makan sehari-hari. Hemoglobin merupakan protein dalam sel darah merah yang membutuhkan zat besi sebagai komponen utama untuk pembentukannya. Pola makan yang mengandung zat besi baik dari sumber hewani (zat besi heme) seperti daging merah, hati, dan unggas, maupun dari sumber nabati (zat besi non-heme) seperti sayuran hijau, kacang-kacangan, dan biji-bijian berperan penting dalam menjaga ketersediaan zat besi dalam tubuh. Selain itu, nutrisi pendukung seperti vitamin C membantu meningkatkan penyerapan zat besi non-heme, sementara vitamin B12 dan asam folat mendukung proses pembentukan sel darah merah. Oleh karena itu, pola makan yang seimbang dan kaya zat gizi esensial sangat berperan dalam mempertahankan kadar hemoglobin dalam batas normal dan mencegah anemia. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ekasanti *et al.* (2020), pun juga menyatakan bahwa kadar hemoglobin sangat dipengaruhi oleh pola makan. Pola makan terdiri dari intensitas dan frekuensi kandungan zat gizi yang dikonsumsi oleh tubuh. Zat gizi seperti zat besi dan vitamin C terbukti dapat mempengaruhi kadar hemoglobin. Mengonsumsi makanan yang cukup vitamin C akan membuat tubuh lebih mudah menyerap sari sari makanan terutama yang mengandung zat besi. Penyerapan zat besi dalam bentuk non- heme meningkat empat kali lipat bila terdapat vitamin C yang berperan dalam pemindahan zat besi.

C. Keterbatasan

1. Kelemahan

Penelitian ini data kurang bervariasi. Selain itu, pencatatan karakteristik sampel belum mencakup faktor lain yang dapat memengaruhi kadar hemoglobin, seperti aktivitas fisik dan kebiasaan merokok. Oleh karena itu, disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk meneliti variabel-variabel tersebut guna memperoleh hasil yang lebih komprehensif.

2. Kesulitan

Kesulitan dalam proses pengambilan data muncul karena tidak semua responden bersedia mengisi kuesioner, sebagian terlihat terburu-buru, merasa tidak nyaman atau khawatir terhadap hasil yang akan diperoleh, sehingga menghambat kelancaran pengumpulan data.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan dalam penelitian ini pada calon pendonor di PMI kabupaten Bantul adalah sebagai berikut:

1. Gambaran karakteristik responden dengan kategori usia dewasa 63 responden (69,2%), lansia awal 17 responden (18,7%) dan remaja 11 responden (12,1%), kategori jenis kelamin laki-laki 62 responden (68,1%) dan perempuan 29 responden (31,9%).
2. Gambaran pola makan dengan kategori pola makan cukup 46 responden (50,5%), baik 26 responden (28,6%) dan kurang 19 responden (20,9%).
3. Gambaran kadar hemoglobin penelitian dengan kategori normal 70 responden (76,9%), anemia 19 responden (20,9%), dan tinggi 2 responden (2,2%).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disampaikan saran-saran sebagai berikut:

- a. Bagi Universitas Jenderal Ahmad Yani
Bagi Universitas Jenderal Ahmad Yani disarankan untuk memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai dasar edukasi gizi bagi calon pendonor darah serta mendorong penelitian lanjutan terkait pola makan dan kadar hemoglobin melalui kerja sama dengan PMI Bantul atau PMI lainnya.
- b. Bagi Institusi pelayanan
Bagi pihak PMI Kabupaten Bantul diharapkan tetap mempertahankan pendonor aktif tetap menjaga pola makan sehat dan melaksanakan edukasi masyarakat tentang cara menjaga kadar hemoglobin, termasuk pemberian tablet Fe bagi calon pendonor yang ditolak karena kadar hemoglobin rendah ataupun tinggi.
- c. Bagi pendonor
Bagi calon pendonor dapat menjadi acuan untuk meningkatkan partisipasinya dalam menjaga pola makan dan kadar hemoglobin yang baik sebelum melakukan donor darah agar lebih optimal.
- d. Bagi Peneliti Selanjutnya
Penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan metode analitik untuk mengetahui hubungan antara pola makan dan kadar hemoglobin, serta

mempertimbangkan variabel lain seperti aktivitas fisik, status gizi, dan kebiasaan merokok guna memperoleh hasil yang lebih komprehensif.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

GAMBARAN POLA MAKAN DAN KADAR HEMOGLOBIN PADA CALON PENDONOR DARAH SUKARELA DI PMI KABUPATEN BANTUL TAHUN 2025

ORIGINALITY REPORT

25%

SIMILARITY INDEX

22%

INTERNET SOURCES

12%

PUBLICATIONS

11%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.unjaya.ac.id Internet Source	5%
2	Submitted to Konsorsium Perguruan Tinggi Swasta Indonesia II Student Paper	4%
3	123dok.com Internet Source	1%
4	docplayer.info Internet Source	1%
5	pt.scribd.com Internet Source	1%
6	ejournal.nusantaraglobal.or.id Internet Source	1%
7	vdokumen.com Internet Source	1%
8	repository.penerbiteureka.com Internet Source	1%

9	Submitted to Federal University of Technology Student Paper	<1 %
10	Nurulita ., Nur'Aini Purnamaningsih, Kuswanto Hardjo. "Gambaran Hasil Seleksi Pendonor Darah Sukarela di UDD PMI Kota Pangkalpinang Tahun 2020", Jurnal Kesehatan, 2022 Publication	<1 %
11	positori.usu.ac.id Internet Source	<1 %
12	Submitted to Universitas Airlangga Student Paper	<1 %
13	www.coursehero.com Internet Source	<1 %
14	Khairul Anam, Elsi Setiandari, Eka Handayani. "Hubungan Pengetahuan Sikap Ibu Dalam Praktik Pemberian Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Pekapuran Raya Kecamatan Banjarmasin Timur Kota Banjarmasin Tahun 2018", DINAMIKA KESEHATAN JURNAL KEBIDANAN DAN KEPERAWATAN, 2019 Publication	<1 %
15	dspace.umkt.ac.id Internet Source	<1 %
16	journal.perdatin.org Internet Source	<1 %

17	repository.itekes-bali.ac.id Internet Source	<1 %
18	repository.poltekkesbengkulu.ac.id Internet Source	<1 %
19	Submitted to Universitas Sumatera Utara Student Paper	<1 %
20	repo.stie-pembangunan.ac.id Internet Source	<1 %
21	repository.unri.ac.id Internet Source	<1 %
22	eprints.uns.ac.id Internet Source	<1 %
23	id.123dok.com Internet Source	<1 %
24	journal.amikveteran.ac.id Internet Source	<1 %
25	repository.uinjkt.ac.id Internet Source	<1 %
26	dspace.uii.ac.id Internet Source	<1 %
27	Submitted to Sriwijaya University Student Paper	<1 %
28	eprints.ums.ac.id Internet Source	<1 %

29	core.ac.uk Internet Source	<1 %
30	eprints.uny.ac.id Internet Source	<1 %
31	etheses.uin-malang.ac.id Internet Source	<1 %
32	Submitted to fpptijateng Student Paper	<1 %
33	repository.stei.ac.id Internet Source	<1 %
34	Trilestari Trilestari, Windadari Murni Hartini, Novi Siswahyuni. "hubungan kepatuhan minum tablet besi dengan kadar hemoglobin pada ibu hamil di puskesmas minggir sleman yogyakarta bulan april tahun 2018", Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati, 2020 Publication	<1 %
35	repository.stikesmitrakeluarga.ac.id Internet Source	<1 %
36	www.kometoday.com Internet Source	<1 %
37	Eshabel Iwana fitri, Tri Dyah Astuti, Woro Umi Ratih. "HUBUNGAN ANTARA POLA MAKAN DENGAN KADAR HEMOGLOBIN PADA USIA LANJUT DI POSYANDU ADIYUSWO GIWANGAN	<1 %

KOTA YOGYAKARTA", Jurnal Kesehatan Tambusai, 2024

Publication

38	ashefagriyapusaka.co.id Internet Source	<1 %
39	docobook.com Internet Source	<1 %
40	ejurnal.ars.ac.id Internet Source	<1 %
41	repository.poltekkes-tjk.ac.id Internet Source	<1 %
42	repository.stiewidyagamalumajang.ac.id Internet Source	<1 %
43	text-id.123dok.com Internet Source	<1 %
44	Denisa Armayanti, Nur'Aini Purnamaningsih, Yuli Astuti. "Gambaran Penanggulangan Pendonor di Unit Donor Darah PMI Kota Yogyakarta Tahun 2022", Jurnal Sehat Mandiri, 2023 Publication	<1 %
45	mhomecare.co.id Internet Source	<1 %
46	repository.umsu.ac.id Internet Source	<1 %

47	repository2.unw.ac.id Internet Source	<1 %
48	Adita Puspitasari Swastya Putri, Dina Afrianti. "Kelayakan donor darah pada mahasiswa di Kota Semarang", Jurnal SAGO Gizi dan Kesehatan, 2022 Publication	<1 %
49	journal.institutpendidikan.ac.id Internet Source	<1 %
50	repository.unair.ac.id Internet Source	<1 %

Exclude quotes Off

Exclude bibliography Off

Exclude matches Off

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA