

**POLA MAKAN DAN KUALITAS TIDUR PENDONOR GAGAL
SELEKSI HEMOGLOBIN DI UDD PMI KABUPATEN
SLEMAN 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:

SALSABILA FIKRA IRVANI

221206008

**PROGRAM STUDI TEKNOLOGI BANK DARAH (D-3)
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA 2025**

HALAMAN PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH

POLA MAKAN DAN KUALITAS TIDUR PENDONOR GAGAL SELEKSI HEMOGLOBIN DI UDD PMI KABUPATEN SLEMAN TAHUN 2025

Diajukan oleh:

SALSABILA FIKRA IRVANI
NPM. 221206008

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji dan Dinyatakan Sah
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar Ahli Madya Kesehatan
Program Studi Teknologi Bank Darah (D-3) di Fakultas Kesehatan
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
Tanggal: 11 Juli 2025

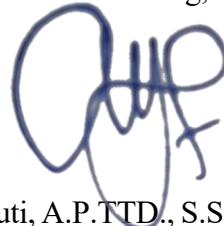
Menyetujui

Penguji,



Dwi Eni Danarsih, A.PTTD., M.Biomed
NIDN. 0529068902

Pembimbing,



Yuli Astuti, A.P.TTD., S.ST., M.KM.
NIDN. 0512079001

Keprodi,



Yuli Astuti, A.P.TTD., S.ST., M.KM.
NIDN. 0512079001

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, adalah mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : Salsabila Fikra Irvani
NPM : 221206008
Program Studi : Teknologi Bank Darah (D-3)
Judul KTI : Pola Makan Dan Kualitas Tidur Pendonor Gagal Seleksi Hemoglobin Di UDD PMI Kabupaten Sleman Tahun 2025

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut di atas adalah hasil karya saya sendiri dan bukan hasil plagiarisme. Semua referensi dan sumber terkait yang diacu dalam karya ini telah ditulis sesuai kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta peneliti kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah. Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada unsur paksaan dari pihak manapun. Apabila terdapat kekeliruan atau ditemukan adanya pelanggaran akademi dikemudian hari, maka saya bersedia menerima konsekuensi yang berlaku sesuai ketentuan akademik.

Yogyakarta, 19 Juni 2025



Salsabila Fikra Irvani

PRAKATA

Puji syukur kepada Allah SWT atas limpah berkat karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul “Pola Makan Dan Kualitas Tidur Pendonor Gagal Seleksi Hemoglobin Di UDD PMI Kabupaten Sleman Tahun 2025”. Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Ahli Madya Kesehatan (A.Md.Kes) Program studi Teknologi Bank Darah (D-3) Fakultas Kesehatan, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Pada penyusunan dan penulisan Karya Tulis Ilmiah ini tidak akan terlepas dari dukungan, bimbingan, saran, bantuan, serta doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Ida Nursanti, S.Kep., Ns., MPH selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
2. Yuli Astuti, A.P.TTD., S.ST., M.K.M selaku Ketua Program Studi Teknologi Bank Darah (D-3), Fakultas Kesehatan, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta serta selaku Dosen Pembimbing Karya Tulis Ilmiah yang telah meluangkan banyak waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan arahan, bimbingan dan motivasi dengan sabar kepada penulis.
3. Nur’Aini Purnamaningsih, S.Si., M.Sc., selaku Koordinator Karya Tulis Ilmiah.
4. Dwi Eni Danarsih, A.P.TTD., S.K.M., M. Biomed selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan, dan saran serta koreksi kepada penulis dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
5. dr. Fadhila Nur Handayani, M.Med, Sc., Sp.PK, selaku Kepala Unit Donor Darah Palang Merah Indonesia Kabupaten Sleman beserta jajarannya yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan studi pendahuluan di UDD PMI tersebut.

6. Untuk para dosen dan semua staf di Program Studi Teknologi Bank Darah (D-3), Fakultas Kesehatan, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang juga terlibat dalam penulisan karya tulis ilmiah ini.
7. Kepada kedua orang tua paling berjasa dalam kehidupan saya dan keluarga tercinta, terimakasih atas kepercayaan yang telah diberikan kepada saya untuk melanjutkan pendidikan kuliah, serta cinta, do'a, motivasi, semangat dan nasihat yang tidak hentinya diberikan kepada saya dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat terbuka terhadap kritik dan saran yang membangun demi perbaikan dan pengembangan ilmu di masa mendatang. Semoga Karya Tulis Ilmiah dapat memberikan manfaat bagi pembaca serta menjadi referensi yang berguna dan bermanfaat bagi semua pihak.

Yogyakarta, 25 Februari 2025



Salsabila Fikra Irvani

NPM. 221206008

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN KARYA TULIS ILMIAH.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
PRAKATA	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
INTISARI.....	x
ABSTRACT.....	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Karya Tulis Ilmiah	5
D. Manfaat Karya Tulis Ilmiah	6
E. Keaslian Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Landasan Teoritis.....	9
B. Kerangka Teori	25
C. Kerangka Konsep	25
D. Pertanyaan Penelitian.....	26
BAB III METODE PENELITIAN	27
A. Desain Karya Ilmiah	27
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	27
C. Populasi dan Sampel.....	27
D. Variabel	28
E. Definisi Operasional	29
F. Alat dan Pengumpulan Data	30
G. Validitas dan Realibitas.....	31
H. Metode Pengolahan dan Analisis Data	32
I. Etika Penelitian.....	34
J. Rencana Pelaksanaan Penelitian Karya Tulis Ilmiah	35
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	38
A. Hasil.....	37
B. Pembahasan	39
C. Keterbatasan	43
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	44
A. Kesimpulan.....	44
B. Saran.....	44
DAFTAR PUSTAKA	45
LAMPIRAN- LAMPIRAN	51

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....	7
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	29
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden	37
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Kadar Hemoglobin	38
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Pola Makan.....	38
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur.....	39

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori.....	25
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep	25

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Studi Pendahuluan.....	51
Lampiran 2 Balasan Surat Studi Pendahuluan.....	52
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian.....	53
Lampiran 4 Balasan Surat Izin Penelitian.....	54
Lampiran 5 Surat <i>Etichal Clearen</i>	55
Lampiran 6 <i>Informed Consent</i>	56
Lampiran 7 Kuesioner Penelitian Pola Makan.....	57
Lampiran 8 Kuesioner Penelitian Kualitas Tidur.....	59
Lampiran 9 Kisi-Kisi Kuesioner Pola Makan.....	61
Lampiran 10 Lembar Kisi-Kisi Kuesioner Kualitas Tidur	62
Lampiran 11 Time Line	63
Lampiran 12 Hasil Analisis Data	64
Lampiran 13 Lembar Bimbingan.....	67
Lampiran 14 Hasil Cek Plagiarisme	70
Lampiran 15 Dokumentasi Hasil Pengambilan Data Penelitian	74

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA