

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA
REMAJA PUTRI TINGKAT MTS PONDOK PESANTREN AN-NUR
SAMARINDA**

SKRIPSI



DISUSUN OLEH :

AULIA SETYANINGRUM

1911102413100

**PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

2023

Hubungan Kualitas Tidur dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri

Tingkat MTS Pondok Pesantren An-Nur Samarinda

SKRIPSI

Diajukan sebagai persyaratan untuk memperoleh gelar

Sarjana Kesehatan Masyarakat



DISUSUN OLEH :

Aulia Setyaningrum

1911102413100

PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

2023

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Aulia Setyaningrum

NIM : 1911102413100

Program Studi : S1 Kesehatan Masyarakat

Judul Penelitian : Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Tingkat Mts Pondok Pesantren An Nur Samarinda

Menyatakan bahwa penelitian yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa terdapat plagiat dalam penulisan ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan (Permendiknas No. 17 tahun 2010).

Samarinda, 05 Juli 2023



Aulia Setyaningrum

NIM. 1911102413100

LEMBAR PERSETUJUAN
HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA
REMAJA PUTRI TINGKAT MTS DI PONDOK PESANTREN AN-NUR
SAMARINDA

SKRIPSI

DISUSUN OLEH:
Aulia Setyaningrum
1911102413100

Disetujui untuk diujikan
Pada tanggal, 14 Juli 2023

Mengetahui,
Koordinator Mata Ajar Skripsi



Lisa Wahidatul Oktaviani, Ph.D
NIDN. 1108108701

Pembimbing



Mardiana, M.Kes
NIDN. 1109029501

LEMBAR PENGESAHAN

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA
PUTRI TINGKAT MTS PONDOK PESANTREN AN - NUR SAMARINDA**

SKRIPSI

**DI SUSUN OLEH :
AULIA SETYANINGRUM
1911102413100**

**Diseminarkan dan diujikan
Pada tanggal, 14 Juli 2023**

Supervisor

**Mardiana, M.Kes
NIDN. 1109029501**

Co-Supervisor

**Dr. Norliza Ahmad
NSR. 129447**

**Mengetahui,
Ketua Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat**

**Nida Amalia, M.PH
NIDN. 1101119301**

Hubungan Kualitas Tidur dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri Tingkat MTS Pondok Pesantren An-Nur Samarinda

Aulia Setyaningrum¹, Mardiana²

^{1,2}Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia.

*Kontak Email: auliasetyaningrum1507@gmail.com

INTISARI

Tujuan studi : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat Hubungan Kualitas Tidur dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri Tingkat MTS Di Pondok Pesantren An-Nur Samarinda.

Metodologi : Penelitian menggunakan desain *Cross Sectional* di Pondok Pesantren An-Nur Samarinda. Populasi adalah remaja putri kelas 7 dan 8 sebanyak 78 orang. Besar sampel sebanyak 65 responden menggunakan *Stratified Random Sampling*. Instrumen penelitian menggunakan Kuisisioner PSQI serta alat tes Hb *easytouch* GCHb. Uji statistic menggunakan Uji *Spearman* [$\alpha = 5\%$].

Hasil : Terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan anemia pada remaja putri tingkat MTS di Pondok Pesantren An-Nur Samarinda [*p value* $0,002 < 0,05$]

Manfaat : Penelitian ini dapat memberikan sumber informasi kepada masyarakat Mengenai Hubungan Kualitas Tidur dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri.

Kata Kunci : Kualitas Tidur, Anemia, Remaja Putri

The Relationship between Sleep Quality and the Incidence of Anemia in Teenage Girl Level at Boarding School An-Nur, Samarinda

Aulia Setyaningrum¹, Mardiana²

^{1,2}Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia.

*Kontak Email: auliasetyaningrum1507@gmail.com

ABSTRACT

Purpose of study : *This study aims to determine whether there is a relationship between sleep quality and the incidence of anemia in adolescent girls at the Mts level at the An-Nur Islamic Boarding School in Samarinda.*

Methodology : *The study used a Cross Sectional design at An-Nur Islamic Boarding School in Samarinda. The population was 7th and 8th grade adolescent girls totaling 78 people. The sample size was 65 respondents using Stratified Random Sampling. The research instrument used the PSQI Questionnaire and the Hb easytouch GCHb test kit. Statistical tests using the Spearman Test [$\alpha = 5\%$].*

Results : *There is a relationship between sleep quality and anemia in adolescent girls at MTS level at An-Nur Islamic Boarding School in Samarinda [p value 0.002 <0.05].*

Benefits : *This study can provide a source of information to the public regarding the relationship between sleep quality and the incidence of anemia in adolescent girls.*

Keywords : *Sleep Quality, Anemia, Adolescent Girls*

KATA PENGANTAR



Assalamualaikum Warohmatullahi Wabarokatuh

Dengan memanjatkan puja dan puji syukur atas kehadiran Allah Subhanahu Waa Ta'ala, shalawat serta salam kepada Nabi Muhammad Shallahu Alaihi Wasallam atas rahmat dan kasih-Nya penulis dapat menyelesaikan Skripsi Penelitian yang berjudul “Hubungan Kualitas Tidur dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri Tingkat MTS Pondok Pesantren An-Nur Samarinda” yang menjadi salah satu syarat kelulusan sarjana Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

Pada penyusunan skripsi ini, penulis mendapat banyak bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Dengan ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Bambang Setiaji selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Bapak Ghozali, M.H., M.Kes., Ph.D selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
3. Ibunda Sri Sunarti, M.PH selaku Wakil Dekan I Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
4. Ibu Nida Amalia, M.PH selaku Ketua Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
5. Ibu Lisa Wahidatul Oktaviani, Ph.D, selaku Koordinator Mata Ajar Skripsi tahun 2022 Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat.
6. Ibu Mardiana, M.Kes selaku Dosen Pembimbing Kolaborasi Dosen Mahasiswa yang telah membimbing dan memberikan ilmu, masukan, serta dukungan kepada penulis hingga proposal ini dapat terselesaikan.

7. Seluruh staf pengajar dan Civitas Akademika Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
8. Bapak saya, Undaru Yudiono dan Ibu saya, Sri Endang Sulistyowati serta saudara dan saudari kandung saya, Nur Fajar Setyandaru, Muhammad Agung Setyanugraha, Assegaf Setyandi yang menjadi penyemangat serta tak henti memberikan kasih sayang dan dukungan hingga penulis menyelesaikan Skripsi ini.
9. Keluarga serta sepupu-sepupu dan teman-teman penulis yang selalu memberikan *support system*.
10. Kepada teman-teman satu kelompok Kolaborasi Dosen dan Mahasiswa (KDM) yang telah bekerja sama untuk mendapatkan hasil yang maksimal dalam proses pembuatan skripsi.
11. Teman-teman mahasiswa S1 Kesehatan Masyarakat angkatan 2019 atas kerjasamanya selama menuntut ilmu di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

Meskipun telah berusaha menyelesaikan proposal penelitian ini sebaik mungkin, penulis menyadari bahwa skripsi penelitian ini masih ada kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari para pembaca guna menyempurnakan segala kekurangan dalam penyusunan skripsi penelitian ini.

Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi penelitian ini berguna bagi para pembaca dan pihak-pihak lain yang berkepentingan.

Samarinda, 12 Juli 2023



Aulia Setyaningrum

NIM.1911102413100

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	iii
INTISARI	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.5 Kerangka Konsep	7
1.6 Hipotesis	8
BAB II METODE PENELITIAN	9
2.1 Desain Penelitian	9
2.2 Populasi dan Sampel	9
2.3 Waktu dan Tempat Penelitian	12
2.4 Definisi Operasional	12
2.5 Instrumen penelitian.....	13
2.6 Prosedur Penelitian.....	17
BAB III HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	20
3.1. Hasil Penelitian	20
3.2 Analisis Univariat	21
3.3 Analisis Bivariat.....	23
3.4 Pembahasan.....	25

BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN.....	37
4.1 Kesimpulan	37
4.2 Saran	37
DAFTAR PUSTAKA.....	40
LAMPIRAN.....	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Definisi Operasional.....	12
Tabel 3.1	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia	21
Tabel 3.2	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelas.....	22
Tabel 3.3	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tentang Kualitas Tidur.....	22
Tabel 3.4	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kejadian Anemia	23
Tabel 3.5	Uji Crosstabulation.....	23
Tabel 3.6	Hasil Uji Spearman	24

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Kerangka Konsep.....	8
---------------------------------	---

DAFTAR SINGKATAN

WHO	: World Health Organization
RISKESDAS	: Riset Kesehatan Dasar
WUS	: Wanita Usia Subur
MTS	: Madrasah Tsanawiyah
PSQI	: Pittsburgh Sleep Quality Index
NREM	: Non-Rapid Eye Movement
Riskesdas	: Riset Kesehatan Daerah

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Biodata Peneliti

Lampiran 2 Surat Telah Melakukan Penelitian

Lampiran 3 Lembar Inform Consent

Lampiran 4 Lembar Kuesioner

Lampiran 5 Lampiran Output

Lampiran 6 Jurnal Penelitian

Lampiran 7 Lembar Konsultasi

Lampiran 8 Foto Dokumentasi

Lampiran 9 Lampiran Turnitin