

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DAN PENGETAHUAN
DENGAN KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL
TRIMESTER III DI KPRJ PURWO MEDIKA
KECAMATAN BOJONGSARI
KOTA DEPOK 2025**

SKRIPSI



Oleh :

YAYAH RUKIA

235401456143

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA
2025**

SKRIPSI

HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DAN PENGETAHUAN DENGAN KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI KPRJ PURWO MEDIKA KECAMATAN BOJONGSARI KOTA DEPOK 2025

Oleh:
YAYAH RUKIA
NPM: 235401456143

Telah dipertahankan di hadapan penguji skripsi
Program Studi Kebidanan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Pada tanggal 07 Maret 2025

Pembimbing 1,

Pembimbing 2,

(Dr. Bdn. Lisa Trina Arlym, S.ST., M.Keb)

(Dr. Bdn. Rukmaini, S.ST., M.Keb)



Mengesahkan,
Dekan Universitas Nasional

Dr. Retno Widowati, M.Si

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan Kualitas Tidur dan Pengetahuan dengan Kadar
Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III di KPRJ Purwo Medika
2025

Nama : Yayah Rukia

NPM : 235401456143

Menyetujui,

Penguji 1 : Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si

Penguji 2 : Dr. Bdn. Lisa Trina Arlym, S.ST., M.Keb :

Penguji 3 : Dr. Bdn. Rukmaini, S.ST., M.Keb :



PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama : Yayah Rukia

NPM : 235401456143

Judul Penelitian : Hubungan Kualitas Tidur dan Pengetahuan dengan
Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Trimester III di KPRJ Purwo Medika
Kecamatan Bojongsari Kota Depok 2025

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan yang lain atau di perguruan tinggi lain. Sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar Pustaka.

Jakarta, 20 Februari 2025



Yayah Rukia

Abstract

THE RELATIONSHIP BETWEEN SLEEP QUALITY AND KNOWLEDGE WITH HEMOGLOBIN LEVELS IN TRIMESTER III REGNANT WOMEN AT KPRJ PURWO MEDIKA, BOJONGSARI DISTRICT DEPOK CITY 2025

Yayah Rukia, Lisa Trina Arlym, Rukmaini

Background: Anemia in pregnant women during the third trimester is a health issue that can affect both the mother and fetus, leading to complications such as preterm birth and low birth weight. Poor sleep quality and lack of knowledge about anemia contribute to low hemoglobin levels.

Objective: To determine the relationship between sleep quality and knowledge with hemoglobin levels in pregnant women in their third trimester at KPRJ Purwo Medika, Bojongsari Subdistrict, Depok City in 2025.

Methodology: This study uses a case-control design with a sample of 40 pregnant women in their third trimester, consisting of 20 women with mild anemia and 20 women with normal hemoglobin levels. Sleep quality was measured using the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI), knowledge was assessed using a questionnaire, and hemoglobin levels were measured using a GCHb device. Data analysis was performed using the Chi-Square test.

Results: The majority of pregnant women had poor sleep quality (65%) and adequate knowledge (60%). The statistical test results showed a significant relationship between sleep quality and hemoglobin levels ($p=0.03$) as well as between knowledge and hemoglobin levels ($p=0.02$). Pregnant women with poor sleep quality were at greater risk of experiencing mild anemia compared to those with good sleep quality.

Conclusion: Sleep quality and knowledge level are related to hemoglobin levels in pregnant women during their third trimester.

Recommendation: Pregnant women are advised to improve their sleep quality and knowledge about anemia to reduce the risk of anemia. Further research could explore other factors affecting hemoglobin levels in pregnant women.

Keywords: Sleep quality, knowledge, hemoglobin levels, pregnant women in their third trimester, anemia.

References: 47 (2009-2024).

ABSTRAK

HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DAN PENGETAHUAN DENGAN KADAR HEMOGLOBIN IBU HAMIL TRIMESTER III DI KPRJ PURWO MEDIKA KECAMATAN BOJONGSARI KOTA DEPOK 2025

Yayah Rukia, Lisa Trina Arlym, Rukmaini

Latar Belakang: Anemia pada ibu hamil trimester III merupakan masalah kesehatan yang dapat berdampak pada ibu dan janin, seperti kelahiran prematur dan berat badan lahir rendah. Kualitas tidur yang buruk dan kurangnya pengetahuan tentang anemia berkontribusi terhadap rendahnya kadar hemoglobin.

Tujuan: Mengetahui hubungan antara kualitas tidur dan pengetahuan dengan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III di KPRJ Purwo Medika Kecamatan Bojongsari Kota Depok tahun 2025.

Metodologi: Penelitian ini menggunakan desain case-control dengan sampel 40 ibu hamil trimester III, terdiri dari 20 ibu dengan anemia ringan dan 20 ibu dengan kadar hemoglobin normal. Kualitas tidur diukur menggunakan Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI), pengetahuan menggunakan kuesioner, dan kadar hemoglobin menggunakan alat GCHb. Analisis data dilakukan dengan uji Chi-Square.

Hasil: Mayoritas ibu hamil memiliki kualitas tidur buruk (65%) dan pengetahuan cukup (60%). Hasil uji statistik menunjukkan hubungan signifikan antara kualitas tidur dengan kadar hemoglobin ($p=0,03$) serta antara pengetahuan dengan kadar hemoglobin ($p=0,02$). Ibu dengan kualitas tidur buruk lebih berisiko mengalami anemia ringan dibandingkan yang memiliki kualitas tidur baik.

Simpulan: Kualitas tidur dan tingkat pengetahuan berhubungan dengan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III.

Saran: Ibu hamil disarankan meningkatkan kualitas tidur dan pengetahuan tentang anemia untuk mengurangi risiko anemia. Penelitian lebih lanjut dapat mengeksplorasi faktor lain yang mempengaruhi kadar hemoglobin pada ibu hamil.

Kata kunci: Kualitas tidur, pengetahuan, kadar hemoglobin, ibu hamil trimester III, anemia.

Kepustakaan: Pustaka 47 (2009-2024)

KATA PENGANTAR

Saya mengucapkan segala pujian dan rasa syukur kepada Allah SWT, Tuhan bagi seluruh umat manusia, serta Pemilik alam semesta dan Sumber dari segala nikmat dan anugerah-Nya, yang memungkinkan saya menyelesaikan penulisan skripsi berjudul "Hubungan Kualitas Tidur dan Pengetahuan dengan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Trimester III di KPRJ Purwo Medika Kecamatan Bojongsari Kota Depok 2025".

Saya menyadari bahwa tanpa restu dari Allah, skripsi ini tidak akan terwujud, serta dukungan, bantuan, dan bimbingan dari banyak pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini, dengan tulus dan penuh rasa hormat, saya ingin mengucapkan “Alhamdulillahirobilalmin” dan menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ibu Prof. Dr. Dra. Retno Widowati, M. Si.
2. Ketua Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ibu Bdn. Putri Azzahroh, S. ST. , M. Kes.
3. Ibu Dr. Bdn. Lisa Trina Arlym, S. ST. , M. Keb selaku pembimbing 1 yang telah memberikan saran dan dukungan penuh dalam penulisan skripsi saya.
4. Ibu Dr. Bdn. Rukmaini, S. ST. , M. Keb selaku pembimbing 2 yang telah memberikan arahan dan bimbingan selama proses penulisan skripsi ini.
5. Seluruh dosen dan staf Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional yang telah memberikan pendidikan dan dukungan dalam proses belajar di Kampus FIKES UNAS.
6. Klinik Pratama Rawat Jalan Purwo Medika yang telah memberi kesempatan bagi

saya untuk melakukan penelitian.

7. Orang tua saya tercinta, Ayah Dadi Suryadi (Alm) dan Ibu Wa Saida, beserta keluarga yang selalu memberikan dukungan, baik secara moril, materiil, spiritual, dan semangat yang membuat saya terinspirasi untuk menyelesaikan laporan ini.

8. Teman-teman seperjuangan di Prodi Kebidanan Universitas Nasional Angkatan 2025 yang selalu memberikan semangat demi selesainya skripsi ini, serta semua pihak yang ikut mendukung saya dalam menyusun skripsi hingga selesai.

Akhirnya, sebagai manusia yang tidak sempurna, saya mohon maaf jika terdapat kesalahan baik dalam teknik, format, ataupun isi dari skripsi ini. Saya berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat.

Jakarta, 20 February 2025

Penulis,



Yayah Rukia

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iv
PRAKATA.....	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	3
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Kadar Hemoglobin	5
2.1.1 Defenisi Hemoglobin	5
2.1.2 Struktur Pigmen Hemoglobin.....	6
2.1.3 Jumlah Hemoglobin.....	6

2.1.4 Peran Hemoglobin	7
2.1.5 Cara Mengukuran Tingkat Hemoglobin	7
2.2 Kehamilan	7
2.2.1 Defenisi Kehamilan	7
2.2.2 Perubahan Fisiologi dan Psikologis	8
2.3 Anemia	14
2.3.1 Defenisi Anemia	14
2.4 Kualitas Tidur	14
2.4.1 Pengertian Kualitas Tidur	14
2.4.2 Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur	15
2.4.3 Pentingnya Kualitas Tidur	16
2.4.4 Gangguan Tidur	16
2.4.5 Pengukuran Kualitas Tidur	17
2.4.6 Kualitas Tidur pada Ibu Hamil Trimester III	17
2.4.7 Hubungan Kualitas Tidur dengan Kadar Hemoglobin	18
2.5 Hubungan Pengetahuan dengan Kadar Hemoglobin	19
2.6 Kerangka Teori	21
2.7 Kerangka Konsep	22
2.8 Hipotesis Penelitian	22
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	23
3.1 Desain Penelitian	23
3.2 Populasi dan Sampel	23
3.3 Lokasi Penelitian	24
3.4 Waktu Penelitian	24

3.5 Variabel Penelitian.....	24
3.6 instrumen Penelitian	24
3.7 Prosedur Penelitian	26
3.8 Tahap Pengumpulan Data	26
3.9 Tahap Analisis Data.....	27
3.10 Analisis Data	27
3.11 Defenis Operasional.....	27
3.12 Etika Penelitian.....	28
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	30
4.1 Hasil.....	30
4.1.1 Analisis Univariat	30
4. 1.2 Analisis Bivariat	31
4.2 Pembahasan.....	33
BAB V. SIMPULAN DAN SARAN.....	40
5.1 Simpulan	40
5.2 Saran	40
DAFTAR PUSTAKA	42
LAMPIRAN	46