

# LAMPIRAN

Lampiran 1

**Hasil Pengukuran Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Tingkat III Prodi D III  
Teknologi Laboratorium Medis Menggunakan PSQI**

<b>No.</b>	<b>No. Responden</b>	<b>Jenis Kelamin</b>	<b>Point PSQI</b>	<b>Keterangan</b>
1	1	Perempuan	15	Buruk
2	2	Perempuan	5	Baik
3	3	Laki-Laki	8	Sedang
4	4	Laki-Laki	9	Sedang
5	5	Perempuan	11	Sedang
6	6	Perempuan	8	Sedang
7	7	Perempuan	12	Sedang
8	8	Perempuan	12	Sedang
9	9	Perempuan	11	Sedang
10	10	Perempuan	5	Baik
11	11	Perempuan	11	Sedang
12	12	Perempuan	9	Sedang
13	13	Perempuan	8	Sedang
14	14	Laki-Laki	12	Sedang
15	15	Laki-Laki	11	Sedang
16	16	Perempuan	9	Sedang
17	17	Laki-Laki	13	Sedang
18	18	Perempuan	5	Baik
19	19	Perempuan	9	Sedang
20	20	Perempuan	9	Sedang
21	21	Perempuan	12	Sedang
22	22	Perempuan	4	Baik
23	23	Perempuan	13	Sedang
24	24	Perempuan	8	Sedang
25	25	Perempuan	5	Baik
26	26	Perempuan	12	Sedang
27	27	Laki-Laki	10	Sedang
28	28	Perempuan	7	Ringan
29	29	Perempuan	9	Sedang
30	30	Perempuan	8	Sedang
31	31	Perempuan	7	Ringan
32	32	Perempuan	17	Buruk
33	33	Laki-Laki	15	Buruk
34	34	Perempuan	5	Baik
35	35	Perempuan	7	Ringan
36	36	Perempuan	5	Baik

37	37	Perempuan	5	Baik
38	38	Perempuan	5	Baik
39	39	Perempuan	10	Sedang
40	40	Perempuan	8	Sedang
41	41	Laki-Laki	5	Baik
42	42	Perempuan	5	Baik
43	43	Perempuan	10	Sedang
44	44	Perempuan	15	Buruk
45	45	Perempuan	5	Baik
46	46	Perempuan	9	Sedang
47	47	Perempuan	5	Baik
48	48	Perempuan	15	Buruk

Bandar Lampung, Juni 2022

Peneliti,

Lely Azzahwa Rahmawati

Lampiran 2

Hasil Pemeriksaan Darah Lengkap Menggunakan Hematologi Analyzer

No. Sampel	MCV	MCH	MCHC	Hb	Ht	RBC
1	71,7	28,6	39,8	12,6	31,5	4,39
3	80,9	34,3	42,4	19,9	47,2	5,84
4	81,4	32,8	40,3	12	29,8	3,66
7	75,4	29,9	39,6	15,4	39	5,17
8	79	25,5	32,3	13,8	42,6	5,39
9	74,8	30,1	40,2	15,2	38,1	5,09
11	82,1	33,2	40,4	14,9	36,9	4,5
12	81,3	34,5	42,5	13,4	31,5	3,88
14	77,2	31	40,1	10,5	26,1	3,38
15	72,5	28,1	38,8	16,3	42,1	5,81
17	72,1	27,7	38,4	17,5	45,6	6,32
19	71,6	27,8	38,9	12,4	31,8	4,44
20	70,8	27,1	38,3	13,3	34,8	4,91
21	82,1	33,2	40,4	14,9	36,9	4,5
23	76,8	31,5	41,1	15,3	37,7	4,91
24	81,7	34	41,6	11,9	28,9	3,54
26	76,8	31	40,3	12,1	30	3,9
27	82	33,8	41,2	13,4	32,9	4,01
28	79,4	32,1	40,5	19,9	49,2	6,2
31	82,5	34,2	41,4	17,4	42,1	5,1
32	76,7	32,1	41,8	10,9	26,2	3,41
33	73,4	27,8	37,9	12	42	5,7
35	82,6	33,1	40,1	18	44,9	5,43
43	78,5	32,3	41,2	15	36,4	4,64
44	71,1	28,6	39,8	12,6	31,5	4,39
46	77,4	30,7	39,7	13,5	34,0	4,39
48	72,5	28,1	38,8	16,3	42,1	5,81
<b>Jumlah</b>	<b>2048,3</b>	<b>847,2</b>	<b>1077,8</b>	<b>390,4</b>	<b>991,8</b>	<b>128,7</b>
<b>Mean</b>	<b>77,2</b>	<b>31,4</b>	<b>39,9</b>	<b>14,5</b>	<b>36,7</b>	<b>4,8</b>
<b>Median</b>	<b>77,2</b>	<b>32,2</b>	<b>40,2</b>	<b>13,8</b>	<b>36,9</b>	<b>4,64</b>
<b>SD</b>	<b>4,1</b>	<b>2,5</b>	<b>1,9</b>	<b>2,5</b>	<b>6,4</b>	<b>0,9</b>
<b>Minimum</b>	<b>70,8</b>	<b>25,5</b>	<b>32,3</b>	<b>10,5</b>	<b>26,1</b>	<b>3,38</b>
<b>Maksimum</b>	<b>82,6</b>	<b>34,5</b>	<b>42,5</b>	<b>19,9</b>	<b>49,2</b>	<b>6,32</b>

Bandar Lampung, 25 Mei 2022  
Mengetahui  
Laboran,



Dy Uswatun Hasanah A.Md.AK

Lampiran 3

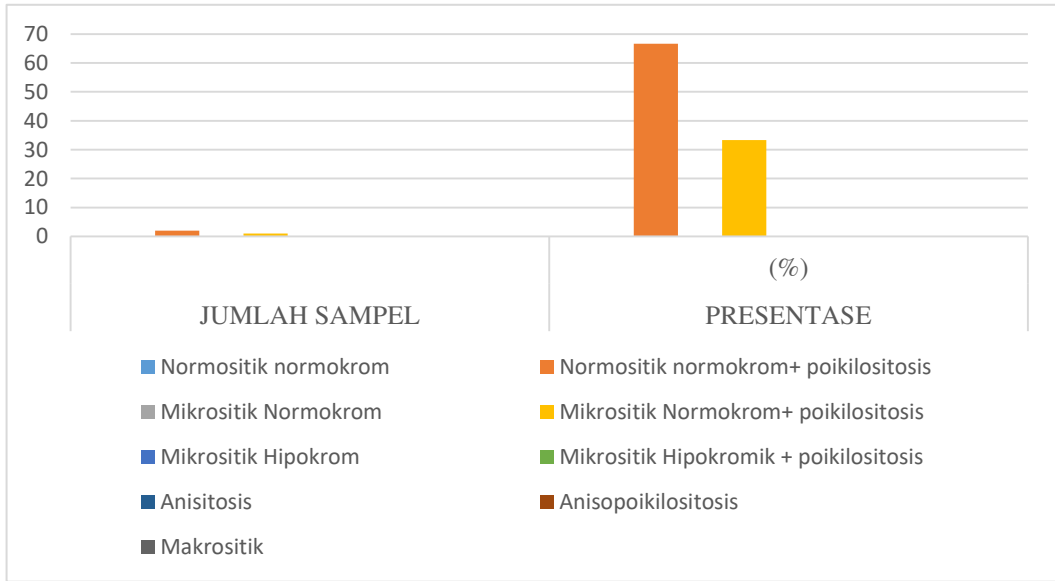
**Hasil Pemeriksaan Morfologi Eritrosit secara Mikroskopik**

No/Kode Sampel	Hasil Pemeriksaan morfologi Eritrosit				Kualitas Tidur
	Ukuran	Bentuk	Warna	Benda Inklusi	
1	Mikrositik	Burr sel (+)	Hipokrom	Negatif	Buruk
3	Anisitosis	Poikilositosis Ovalosit (+) Stomatosit (+) Burr sel (+) Sferosit (+) Target sel (+)	Normokrom	Negatif	Sedang
4	Normositik	Stomatosit (+)	Normokrom	Basophilic Stippling(+)	Sedang
7	Mikrositik	Fragmentosit(+)	Normokrom	Negatif	Sedang
8	Mikrositik	Poikilositosis Ovalosit (+) Sel target (+) Burr Sel (+)	Hipokrom	Negatif	Sedang
9	Normositik	Normal	Normokrom	Negatif	Sedang
11	Normositik	Normal	Normokrom	Negatif	Sedang
12	Normositik	Normal	Normokrom	Negatif	Sedang
14	Mikrositik	Poikilositosis Burr sel (+) Sel target (+) Fragmentosit (+)	Normokrom	Negatif	Sedang
15	Mikrositik	Normal	Normokrom	Negatif	Sedang
17	Mikrositik	Burr sel (+)	Normokrom	Negatif	Sedang
19	Mikrositik	Burr sel (+)	Normokrom	Negatif	Sedang
20	Mikrositik	Poikilositosis Burr cell (+) Tear Drop (+) Eliptosit (+) Target sel (+)	Hipokrom	Negatif	Sedang
21	Normositik	Normal	Normokrom	Negatif	Sedang
23	Mikrositik	Normal	Normokrom	Negatif	Sedang
24	Normositik	Normal	Normokrom	Negatif	Sedang
26	Mikrositik	Normal	Normokrom	Negatif	Sedang
27	Normositik	Poikilositosis Burr sel (+) Akantosit (+) Stomatosit (+) Target sel (+)	Normokrom	Negatif	Sedang
28	Mikrositik	Poikilositosis Sel Target (+) Burr sel (+) Ovalosit (+)	Normokrom	Negatif	Ringan
31	Normositik	Sel Target (+)	Normokrom	Negatif	Ringan
32	Mikrositik	Poikilositosis (+)	Hipokrom	Basophilic Stippling(+)	Buruk

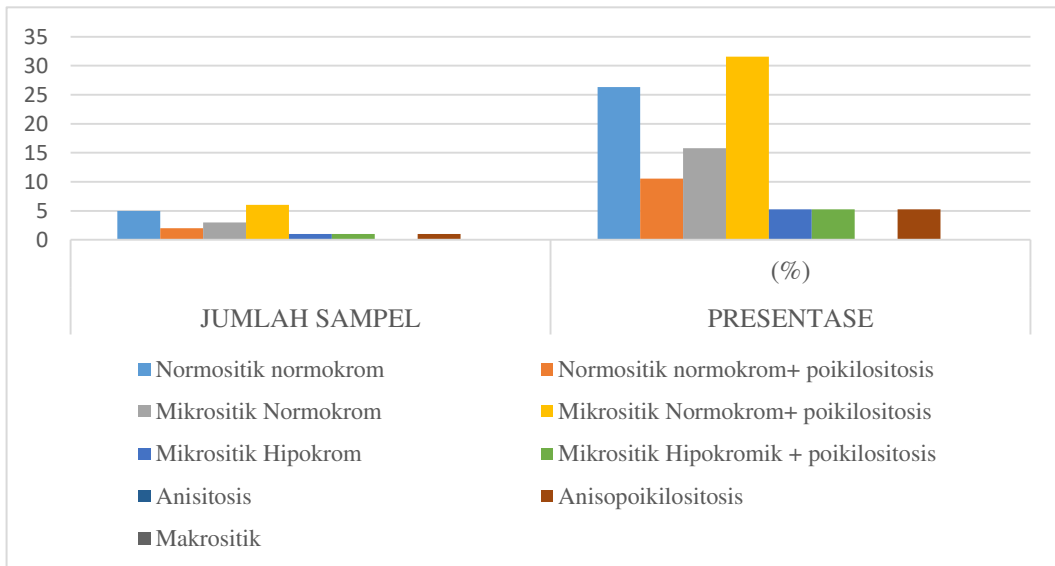
		Sel Target (+) Burr Sel (+) Fragmentosit(+) Ovalosit (+) Eliptosit(+) Stomatosit (+)		Eritrosit Berinti (+)	
33	Mikrositik	Poikilositosis Ovalosit (+) Burr sel (+)	Hipokrom	Negatif	Buruk
35	Normositik	Burr sel (+)	Normokrom	Negatif	Ringan
43	Mikrositik	Burr sel (+)	Normokrom	Negatif	Sedang
44	Mikrositik	Stomatosit (+)	Normokrom	Negatif	Buruk
46	Mikrositik	Poikilositosis  Ovalosit (+)  Burr sel (+)	Normokrom	Negatif	Sedang
48	Mikrositik	Burr sel (+)	Normokrom	Negatif	Buruk

Lampiran 4

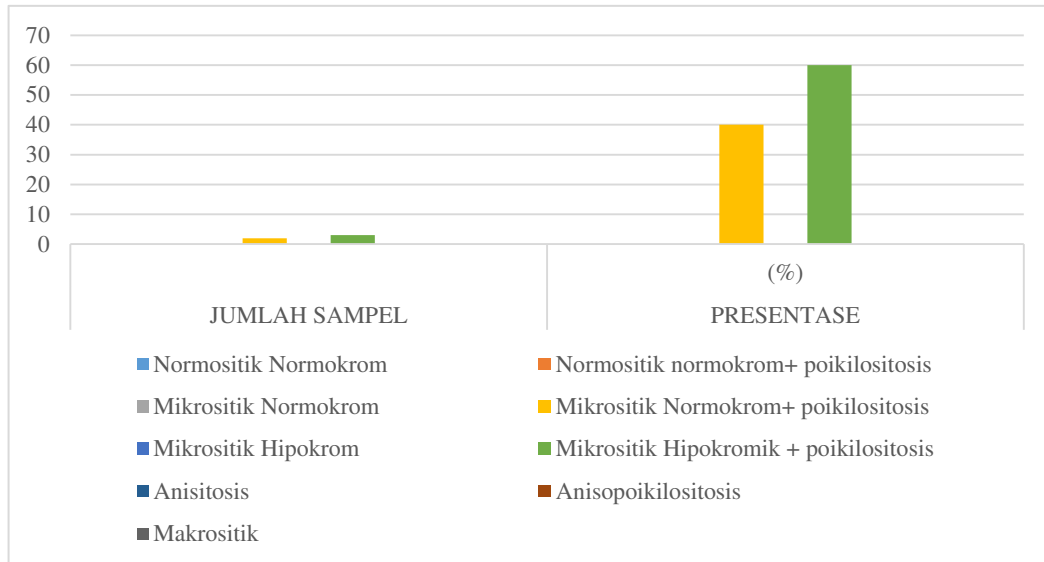
**Grafik Hasil Presentase Pemeriksaan Morfologi Eritrosit**



Gambar 1 Grafik presentase pemeriksaan morfologi eritrosit pada mahasiswa yang memiliki kualitas tidur kategori ringan



Gambar 2 Grafik presentase pemeriksaan morfologi eritrosit pada mahasiswa yang memiliki kualitas tidur kategori sedang



Gambar 3 Grafik presentase pemeriksaan morfologi eritrosit pada mahasiswa yang memiliki kualitas tidur kategori buruk



Lampiran 5

Dokumentasi Penelitian



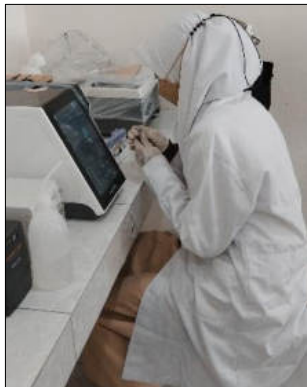
Gambar 1

Peneliti melakukan klarifikasi terhadap mahasiswa yang sedang menstruasi atau tidak



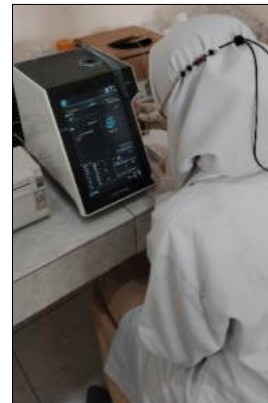
Gambar 2

Peneliti mengambil sampel darah mahasiswa yang sesuai dengan kriteria



Gambar 3

Pemeriksaan Indeks eritrosit menggunakan Hematology Analyzer



Gambar 4

Proses pemeriksaan sampel



Gambar 5

Proses pembuatan apusan darah



Gambar 6

Pemeriksaan Apusan Darah untuk melihat morfologi



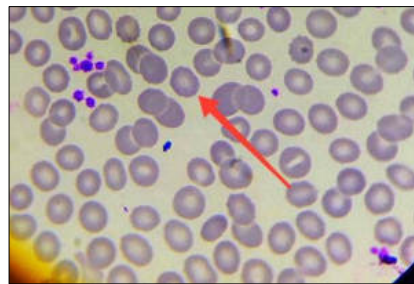
Gambar 7  
Darah vena + K2EDTA



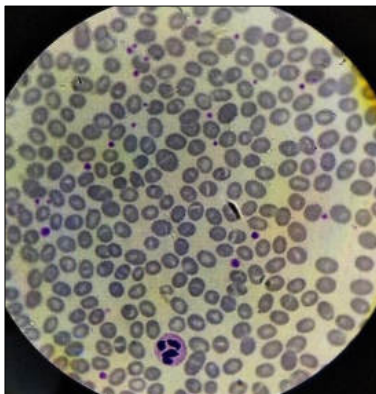
Gambar 8  
Giemsa stock, larutan buffer ph 6,4 dan Methanol absolut



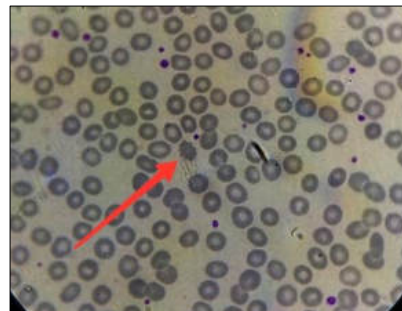
Gambar 9  
Alat Hematology Analyzer



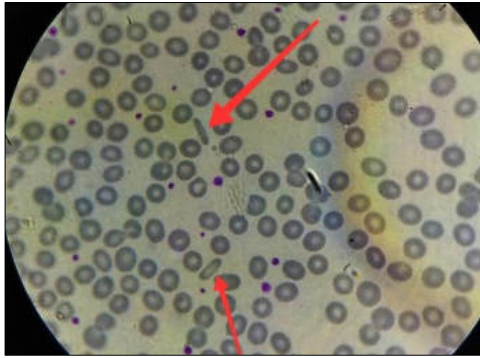
Gambar 10  
Ditemukannya titik basofil pada sampelno. 32



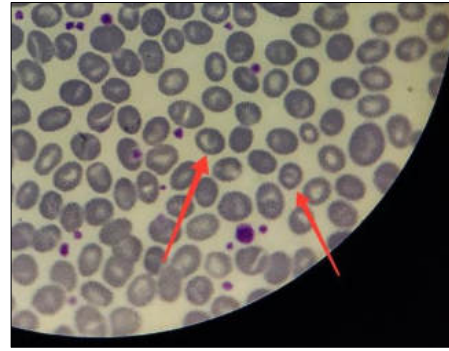
Gambar 11  
Banyak sel eritrosit berukuran besar dan sel stomatosit pada sampel no. 3



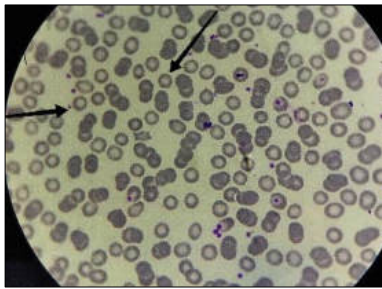
Gambar 12  
Terdapat sel burr sel pada sampel no.20



Gambar 13  
Sel pensil pada sampel no. 20



Gambar 14  
Sel target pada sampel no. 3



Gambar 15  
Sel mikrositik hipokrom pada sampel no. 32

Lampiran 6

**Lembar Persetujuan Menjadi Responden**  
*(Informed Consent)*

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :  
Umur :  
Kelas :  
Alamat :

Setelah mendapatkan keterangan dan penjelasan secara lengkap tentang penelitian :

Judul : **“Gambaran Index dan Morfologi Eritrosit pada Mahasiswa dengan Kebiasaan Begadang di Jurusan teknologi Laboratorium Medis Poltekkes Tanjungkarang Tahun 2022”**

Nama Peneliti : Lely Azzahwa Rahmawati

Lokasi : Laboratorium Hematologi

Institusi : Jurusan Teknologi Laboratorium Medis Politeknik Kesehatan  
Tanjungkarang

Dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan saya menyetujui untuk berpartisipasi sebagai responden pada penelitian ini

Bandar Lampung, Mei 2022

Responden

(                    )

**Lembar Persetujuan Menjadi Responden**  
**(Informed Consent)**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Sindi Meirani  
Umur : 20 tahun  
Kelas : Reguler II  
Alamat : Jln Marga 2 Mesuji

Setelah mendapatkan keterangan dan penjelasan secara lengkap tentang penelitian :


Judul : **"Gambaran Index dan Morfologi Eritrosit pada Mahasiswa dengan Kebiasaan Begadang di Jurusan teknologi Laboratorium Medis Poltekkes Tanjungkarang Tahun 2022"**

Nama Peneliti : Lely Azzahwa Rahmawati  
Lokasi : Laboratorium Hematologi  
Institusi : Jurusan Teknologi Laboratorium Medis Politeknik Kesehatan Tanjungkarang

Dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan saya menyetujui untuk berpartisipasi sebagai responden pada penelitian ini

Bandar Lampung, Mei 2022

Responden

  
( Sindi )

Lampiran 7

**KUESIONER  
KUALITAS TIDUR**  
*Pittsburgh Sleep Quality  
Index (PSQI)*

1. Pukul berapa biasanya anda mulai tidur malam?
2. Berapa lama anda biasanya baru bisa tertidur tiap malam?
3. Pukul berapa anda biasanya bangun pagi?
4. Berapa lama anda tidur dimalam hari?

5.	Seberapa sering masalah masalah dibawah ini mengganggu tidur anda?	Tidak pernah dalam sebulan terakhir (0)	1x Seminggu (1)	2x Seminggu (2)	≥ 3x Seminggu (3)
a.	Tidak mampu tertidur selama 30 menit sejakberbaring				
b.	Terbangun ditengah malam atau dini hari				
c.	Terbangun untuk ke kamar mandi				
d.	Sulit bernafas dengan baik				
e.	Batuk atau mengorok				
f.	Kedinginan di malam hari				
g.	Kepanasan di malam hari				
h.	Mimpi buruk				
i.	Terasa nyeri				
j.	Alasan lain.....				
6	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda menggunakan obat tidur				

7	Selama sebulan terakhir,seberapa sering anda mengantuk ketika melakukan aktivitasdi siang hari				
		Tidak Antusias	Kecil	Sedang	Besar
8	Selama satu bulan terakhir, berapa banyak masalah yanganda dapatkan dan seberapa antusias anda selesaikan permasalahan tersebut?				
		Sangat Baik (0)	Cukup Baik (1)	Cukup buruk (2)	Sangat Buruk (3)
9	Selama bulan terakhir, bagaima anda menilai kepuasan tidur anda?				

(Sumber: Ismi Nurhayati, 2020)

## Lampiran 8

**Kisi – Kisi Kuesioner PSQI**

No	Komponen	No.Item	Sistem Penilaian	
			Jawaban	Nilai Skor
1	kualitas Tidur Subyektif	9	Sangat Baik Baik Kurang Sangat kurang	0 1 2 3
2	Latensi Tidur	2	≤15 menit	0
			16-30 menit	1
	5a	31-60 menit	2	
>60 menit		3		
	Skor Latensi Tidur	2+5a	Tidak Pernah	0
			1x Seminggu	1
			2x Seminggu	2
			>3x Seminggu	3
			0	0
			1-2	1
			3-4	2
			5-6	3
3	Durasi Tidur	4	> 7 jam 6-7 jam 5-6 jam < 5jam	0 1 2 3
4	Efisiensi Tidur Rumus : Durasi Tidur : lama di tempat tidur) X 100%  *Durasi Tidur (no.4) *Lama Tidur (kalkulasi respon no.1 dan 3)	1, 3, 4	> 85% 75-84% 65-74% <65%	0 1 2 3
5	Gangguan Tidur	5b, 5c, 5d, 5e, 5f, 5g, 5h, 5i, 5i, 5j	0 1-9 10-18 19-27	0 1 2 3
6	Penggunaan Obat	6	Tidak pernah 1x Seminggu	0 1



			2x Seminggu	2
			>3x Seminggu	3
7	Disfungsi di siang hari	7	Tidak Pernah	0
			1x Seminggu	1
			2x Seminggu	2
			>3x Seminggu	3
		8	Tidak Antusias	0
			Kecil	1
			Sedang	2
		7+8	Besar	3
			0	0
	1-2		1	
		3-4	2	
		5-6	3	

Keterangan Kolom Nilai Skor:

0 = Sangat Baik

1 = Cukup Baik

2 = Agak Buruk

3 = Sangat Buruk

Untuk menentukan Skor akhir yang menyimpulkan kualitas Tidur keseluruhan:

Jumlahkan semua hasil skor mulai dari komponen 1 sampai 7

Dengan hasil ukur:





Baik :  $\leq 5$



Buruk :  $> 5$

(Sumber: Ismi Nurhayati, 2020)

## LOG BOOK PENELITIAN


Nama Peneliti : Lely Azzahwa Rahmawati  
 NIM : 19134563102  
 Kelas/Semester : Tingkat 3 Reguler 2/6  
 Judul Penelitian : Gambaran Index dan Morfologi Eritrosit pada Mahasiswa dengan Kebiasaan begadang di Jurusan Teknologi Laboratorium Medis Poltekkes Tanjungkarang  
 Tempat : Laboratorium Hematologi  
 Pembimbing : 1. Sri Nuraini, SPd., Mkes  
 2. dr. Wiranto Basuki, Sp.PK

NO	Hari/Tanggal	Kegiatan	Paraf
1	Selasa, 24 Mei 2022	Persiapan reagen, alat dan bahan	 Dy Uswatun Hasanah A.Md.A.K
2	Rabu, 25 Mei 2022	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pengambilan darah vena 6 sampel</li> <li>2. Periksa indeks eritrosit</li> <li>3. Pembuatan larutan giemsa</li> <li>4. Pembuatan SAD sekaligus fiksasi</li> </ol>	 Dy Uswatun Hasanah A.Md.A.K
3	Jumat, 27 Mei 2022	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pengamatan 6 sediaan apus darah</li> <li>2. Mencatat hasil,</li> </ol>	 Dy Uswatun Hasanah A.Md.A.K
4	Senin, 30 Mei 2022	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pengamatan 6 sediaan apus darah</li> <li>2. Mencatat hasil</li> </ol>	 Dy Uswatun Hasanah A.Md.A.K

5	Selasa, 31 Mei 2022	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pengamatan 7 sediaan apus darah</li> <li>2. Mencatat hasil</li> </ol>	 Dy Uswatun Hasanah A.Md.A.K
6	Kamis, 2 Juni 2022	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pengamatan 8 sediaan apus darah</li> <li>2. Mencatat hasil</li> </ol>	 Dy Uswatun Hasanah A.Md.A.K


Bandar Lampung, Juni 2022

Mengetahui,  
Pembimbing,

  
Sri Nuraini, SPd., Mkes

Bandar Lampung, Juni 2022

Peneliti,

  
Lely Azzahwa Rahmawati

**Formulir Surat Izin Penelitian  
Jurusan Teknologi Laboratorium Medis**

---

Kepada Yth,  
Ketua Jurusan Teknologi Laboratorium Medis  
Di  
Jurusan Teknologi Laboratorium Medis

Perihal: Izin Penelitian

Bersama ini saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Lely Azzahwa Rahmwati

NIM : 1913453102

Judul Penelitian: Gambaran Indeks dan Morfologi Eritrosit pada Mahasiswa dengan Kebiasaan `  
Begadang DiJurusan Teknologi Laboratorium Medis Tahun 2022

Mengajukan izin untuk melaksanakan penelitian di bidang Hematologi di laboratorium Jurusan Teknologi Laboratorium Medis. Untuk mendukung pelaksanaan penelitian tersebut kami juga mohon izin untuk meminjam bahan habis pakai (Media/Reagensia) dan peralatan laboratorium yang diperlukan (rincian bon pemakaian media/reagensia dan bon peminjaman alat terlampir). Setelah penelitian selesai, kami sanggup segera mengembalikan bahan habis pakai dan mengganti alat yang rusak/pecah paling lama satu minggu (7 hari) setelah penelitian dinyatakan selesai oleh pembimbing utama.

Demikian surat ini disampaikan, atas perhatian dan izin yang diberikan kami ucapkan terima kasih.

Bandar Lampung, 11 Mei 2022

Pembimbing Utama



**Sri Nuraini, S.Pd., M.Kes**

**NIP. 196612311990032006**

Mengetahui

Mahasiswa Peneliti



**Lely Azzahwa Rahmwati**

**NIM. 1913453102**

### KARTU KONSULTASI KTI

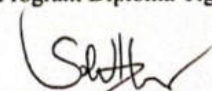
Nama Mahasiswa : Lely Azzahwa Rahmawati (1913453102)

Judul KTI : Gambaran Indeks dan Morfologi Eritrosit pada Mahasiswa dengan Kebiasaan Begadang Di Jurusan Teknologi Laboratorium Medis Poltekkes Tanjungkarang Tahun 2022

Pembimbing Utama : Sri Nuraini, S.Pd., M.Kes

No.	Tanggal Bimbingan	Materi	Keterangan	Paraf
1	6 Januari 2022	BAB I - Bab III	Perbaikan	✓
2	14 Januari 2022	Revisi	penulisan	✓
3	21 Januari 2022	Kerangka konsep	Revisi	✓
4	24 Januari 2022	Revisi	Penulisan	✓
5	25 Januari 2022	ACC	ACC seminar proposal	✓
6	18 April 2022	Revisi	Revisi	✓
7	9 Mei 2022	Bab IV - bab V	Revisi	✓
8	18 Mei 2022	Revisi	Revisi	✓
9	25 Mei 2022	Revisi	Revisi	✓
10	17 Juni 2022	ACC	ACC semhas	✓
11	23 Juni 2022	Revisi	Revisi	✓
12	24 Juni 2022	ACC	ACC cetak.	✓

Ketua Program Studi  
Teknologi Laboratorium Medis  
Program Diploma Tiga

  
**Misbahul Huda, S.Si., M.Kes.**  
NIP.196912221997032001

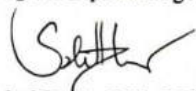


### KARTU KONSULTASI KTI

Nama Mahasiswa : Lely Azzahwa Rahmawati (1913453102)  
Judul KTI : Gambaran Indeks dan Morfologi Eritrosit pada Mahasiswa dengan Kebiasaan Begadang Di Jurusan Teknologi Laboratorium Medis Poltekkes Tanjungkarang Tahun 2022  
Pembimbing Pendamping : dr. Wiranto Basuki., Sp.PK

No.	Tanggal Bimbingan	Materi	Keterangan	Paraf
1	6 Januari 2022	Judul	Perbaikan	
2	7 Januari 2022	Bab I - Bab III	Perbaikan	
3	13 Januari 2022	Kerangka Konsep	Perbaikan	
4	20 Januari 2022	Penulisan	Perbaikan	
5	25 Januari 2022	ACC	Acc seminar proposal	
6	19 April 2022	Penulisan	Perbaikan	
7	20 Mei 2022	Bab IV - bab V	Perbaikan	
8	23 Mei 2022	Penambahan lampiran	Perbaikan	
9	26 Mei 2022	Penulisan	Perbaikan	
10	16 Juni 2022	ACC	Acc semhas	
11	21 Juni 2022	Perbaikan	Perbaikan	
12	23 Juni 2022	Perbaikan	Perbaikan	
13	24 Juni 2022	ACC cetak	Acc Cetak	

Ketua Program Studi  
Teknologi Laboratorium Medis  
Program Diploma Tiga

  
**Misbahul Huda, S.Si., M.Kes.**  
NIP.196912221997032001