

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURING
JURUSAN TEKNOLOGI LABORATORIUM MEDIS
PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA
Creation Write Scientific , June 2022

Lely Azzahwa Rahmawati

Description Index and Morphology Erythrocytes on student with Habit Stay up late in the department Teknologi Laboratorium Medis Poltekkes Tanjungpurung 2022

XV + 32 pages , 24 images , 9 tables , 11 appendices

ABSTRACT

Stay up late is something activity awake until late night and sleep moment morning come . Most people who stay up late tend because profession they are fine that Duty school , until college , addicted to games and so on . People with short sleep hours _ will experience disturbance *rhythm circadian* (biological clock body) which has connection close with metabolism body as well as psychological on cycle sleep and get up sleep . Destination study this is knowing index and morphology TLM D-III Level Three students who have PSQI score (*Pittsburgh Sleep Quality Index*) > 5. Type study *descriptive* , taking sample in study this use PSQI questionnaire and obtained big sample of 27 people. From result study this show that part big student have quality sleep not enough good with category light 3 students (11.1%), category while 19 students (70.4%) and category bad 5 students (18,5%). Conclusion study this of 27 students part big have score index abnormal erythrocytes and on inspection microscopic only 5 samples have normal morphology .

Keywords : Stay up late , Quality Sleep , Index , Morphology
List reading : 22 (2009 – 2021)

**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURING
JURUSAN TEKNOLOGI LABORATORIUM MEDIS
PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA**

Karya Tulis Ilmiah, Juni 2022

Lely Azzahwa Rahmawati

Gambaran Indeks dan Morfologi Eritrosit pada Mahasiswa dengan Kebiasaan Begadang Di Jurusan Teknologi Laboratorium Medis Poltekkes Tanjungpurung Tahun 2022

XV + 32 halaman, 24 gambar, 9 tabel, 11 Lampiran

ABSTRAK

Begadang merupakan suatu kegiatan terjaga sampai larut malam dan tidur saat pagi datang. Kebanyakan orang yang begadang cenderung karena pekerjaan mereka, baik itu tugas sekolah, hingga kuliah, kecanduan game dan sebagainya. Orang dengan jam tidur yang pendek akan mengalami gangguan *irama sirkadian* (jam biologis tubuh) yang memiliki hubungan erat dengan metabolisme tubuh serta psikologis pada siklus tidur dan bangun tidurnya. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui indeks dan morfologi mahasiswa Tingkat Tiga D-III TLM yang memiliki skor PSQI (*Pittsburgh Sleep Quality Index*) > 5. Jenis penelitian *deskriptif*, pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan kuesioner PSQI dan didapatkan besar sampel 27 orang. Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki kualitas tidur kurang baik dengan kategori ringan 3 mahasiswa (11,1%), kategori sedang 19 mahasiswa (70,4%) dan kategori buruk 5 mahasiswa (18,5%). Kesimpulan penelitian ini dari 27 mahasiswa sebagian besar memiliki nilai indeks eritrosit yang tidak normal dan pada pemeriksaan mikroskopik hanya 5 sampel yang memiliki morfologi normal.

Kata Kunci : Begadang, Kualitas Tidur, Indeks, Morfologi
Daftar bacaan : 22 (2009 – 2021)