# GAMBARAN FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KADAR HEMOGLOBIN PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR JURUSAN TLM POLTEKKES KEMENKES BANDUNG TAHUN 2024

**Elvira Septiani Azhar**
**P17334121012**

## ABSTRAK

Kesehatan remaja merupakan aspek yang sangat penting dalam menjaga kualitas hidup dan juga penting untuk keberhasilan akademik. Salah satu parameter vital yang penting untuk diperhatikan adalah mengetahui kadar hemoglobin dalam darah, guna mengetahui kondisi kesehatan individu. Hemoglobin adalah protein yang terdapat dalam sel darah merah yang memberikan warna merah pada darah. Kadar hemoglobin yang optimal sangat penting untuk memastikan fungsi tubuh yang optimal juga. Terdapat banyak faktor yang dapat mempengaruhi kadar hemoglobin beberapa diantaranya seperti jenis kelamin, pola makan, kualitas tidur, dan aktivitas fisik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui distribusi kadar hemoglobin berdasarkan faktor yang mempengaruhi kadar hemoglobin pada mahasiswa tingkat akhir Jurusan Teknologi Laboratorium Medis Poltekkes Kemenkes Bandung. Jenis dan desain yang digunakan adalah deskriptif dengan jumlah sampel sebanyak 123 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sekitar 62,6% responden memiliki kadar hemoglobin normal, sebagian besar perempuan yaitu 55,8% memiliki kadar hemoglobin normal, 66,8% berdasarkan pola makan kategori kualitas konsumsi kurang, 74% kualitas tidur kurang (<8jam/hari), dan 73,2% aktivitas fisik sedang.

Kata Kunci: Kadar Hemoglobin, Faktor Hemoglobin, Mahasiswa tingkat akhir

***OVERVIEW OF FACTORS AFFECTING HEMOGLOBIN LEVELS IN FINAL YEAR STUDENTS MAJORING IN MLT POLTEKKES KEMENKES BANDUNG IN 2024***

**Elvira Septiani Azhar**
**P17334121012**

## *ABSTRACT*

*Adolescent health is a very important aspect in maintaining quality of life and is also important for academic success. One of the vital parameters that is important to consider is the hemoglobin level in the blood, in order to determine the health condition of the individual. Hemoglobin is a protein found in red blood cells that gives blood its red color. Optimal hemoglobin levels are essential to ensure optimal body functions as well. There are many factors that can affect hemoglobin levels such as gender, diet, sleep quality, and physical activity. The purpose of this study was to determine the distribution of hemoglobin levels based on factors that affect hemoglobin levels in final year students of the Department of Medical Laboratory Technology, Poltekkes Kemenkes Bandung. The type and design used was descriptive with a sample size of 123 respondents. The results showed that around 62.6% of respondents had normal hemoglobin levels, most of the women, 55.8%, had normal hemoglobin levels, 66.8% based on dietary patterns in the consumption quality category were lacking, 74% had poor sleep quality (<8hour/day), and 73.2% had moderate physical activity.*

*Keywords: Hemoglobin Level, Hemoglobin Factor, Final year students*