

Hafidhatul Qurri NIM. 17134530050 Program Studi DIII Analisis Kesehatan	Dosen Pembimbing Riyadatus Solihah, S.Farm.,Apt.,M.Si NIDN. 0730069004
---	--

GAMBARAN HITUNG JENIS LEUKOSIT PADA SISWA SMA AR-RAUDHAH YANG MELAKUKAN PUASA SUNNAH SENIN KAMIS

ABSTRAK

Puasa sunnah senin kamis adalah puasa yang dilakukan pada hari senin dan kamis dari terbitnya fajar sampai tenggelamnya matahari. Pada saat puasa tubuh akan mengalami proses regenerasi sel. Pada proses tersebut sel yang rusak akan diganti dengan sel yang baru sehingga sel akan bekerja lebih optimal terutama pada sel imunitas (kekebalan tubuh) dan tubuh akan terhindar dari virus dan bakteri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran hitung jenis leukosit pada siswa SMA Ar-Raudhah yang melakukan puasa sunnah senin kamis.

Metode penelitian yang digunakan yaitu Deskriptif dengan rancangan *Cross Sectional*. Variabel independen pada penelitian ini yaitu puasa sunnah senin kamis dan variabel dependen pada penelitian ini adalah hitung jenis leukosit. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu siswa kelas 10 SMA Ar-Raudhah yang melakukan puasa sunnah senin kamis Sampel diambil sebanyak 20 responden menggunakan teknik *Simple Random Sampling*. Sampel darah yang didapat, selanjutnya diukur hitung jenis leukosit menggunakan *Automatic Analyzer*. Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Analisa deskriptif.

Hasil penelitian ini dari pemeriksaan hitung jenis leukosit didapatkan hasil rata-rata sel limfosit yaitu 32,5%. Hasil rata-rata dari sel neutrofil yaitu 62,8%. Hasil rata-rata dari sel monosit yaitu 7,7%.

Ada peningkatan pada hitung jenis leukosit yaitu sel limfosit, sel neutrofil dan sel monosit pada saat puasa sunnah senin kamis. Diharapkan kepada masyarakat dan siswa SMA Ar-Raudhah untuk melakukan puasa sunnah senin kamis karena dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh sehingga tubuh dapat terhindar dari virus dan bakteri.

Kata Kunci : Puasa sunnah senin kamis, Hitung jenis leukosit