

ABSTRAK

Kuantitas tidur merupakan seseorang yang memerlukan jumlah jam tidur normal sesuai dengan kebutuhan tidurnya. Pada orang dewasa usia 21-25 tahun tidak jarang banyak yang memiliki kuantitas tidur <5 jam dan kuantitas tidur normal. SGPT merupakan enzim yang keberadaannya dan kadarnya dalam darah dijadikan penanda terjadinya gangguan fungsi hati. Apabila mengalami gangguan fungsi hati sehingga menyebabkan peningkatan kadar dalam serum darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kadar SGPT pada orang dewasa usia 21-25 tahun yang memiliki kuantitas tidur malam. Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan penelitian cross sectional. Terdapat 30 sampel yaitu kriteria inklusi 15 sampel kuantitas tidur normal dan 15 sampel kuantitas tidur tidak normal <5 jam. Hasil pemeriksaan kadar SGPT dalam batas normal. Hasil uji statistika uji Mann-Whitney diperoleh nilai p value 0,254 (>0,05) sehingga disimpulkan bahwa tidak terdapat pengaruh kuantitas tidur malam terhadap kadar SGPT pada orang dewasa usia 21-25 tahun.

Kata Kunci: Kuantitas tidur, kadar SGPT