

SKRIPSI
HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DENGAN KADAR
KOLESTEROL TOTAL PADA LANSIA

Di Posyandu Lansia Desa Tumpakpelem Kecamatan Sawoo Ponorogo



Oleh :

RIRIS RIZZA ANTARI

NIM 22632154

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVESITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2025

SKRIPSI
HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DENGAN KADAR
KOLESTEROL TOTAL PADA LANSIA

Di Posyandu Lansia Desa Tumpakpelem Kecamatan Sawoo Ponorogo

SKRIPSI

Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Dalam Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Oleh :

RIRIS RIZZA ANTARI

NIM 22632154

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVESITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2025

LEMBAR PERSETUJUAN

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DENGAN KADAR
KOLESTEROL TOTAL PADA LANSIA**

Di Posyandu Lansia Desa Tumpakpelem Kecamatan Sawoo Ponorogo

Disusun Oleh :

RIRIS RIZZA ANTARI

NIM 22632154

SKRIPSI INI TELAH DISETUJUI PADA TANGGAL 10 Agustus 2026

Oleh :

Pembimbing I



Siti Munawaroh, S.Kep, Ns., M.Kep

NIDN. 0717107001

Pembimbing II



Metti Vrawati, S.Kep, Ns., M.Kes

NIDN. 0720058001

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep

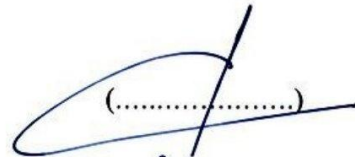
NIK. 1979121420030212

HALAMAN PENETAPAN PANITIA PENGUJI SKRIPSI

Skripsi ini telah diuji dan dinilai oleh Panitia Penguji
Pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo
Pada Tanggal, 28 Agustus 2026

PANITIA PENGUJI

Ketua : 1. Dr. Sugeng Mashudi, M.Kes



(.....)

Anggota : 1. Siti Munawaroh, S.Kep, Ns., M.Kep



(.....)

2. Metti Verawati, S.Kep, Ns., M.Kes



(.....)

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONTIANAK
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PONTIANAK

Saiful Nurhidayat, S.Kep.,Ns.,M.Kep.

NIK. 1979121420030212

SURAT PERNYATAAN

Saya bersumpah bahwa skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah
dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang
pendidikan di Perguruan Tinggi manapun

Ponorogo, 15 Oktober 2022

Yang Menyatakan:



Riris Rizza Antari

22632154



KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan rasa syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufiq dan hidayah-Nya sehingga skripsi dengan judul “Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Dengan Kadar Kolesterol Total Pada Lansia di Posyandu Lansia Desa Tumpakpelem Kecamatan Sawoo Ponorogo” ini dapat diselesaikan dengan baik dan lancar.

Penyusunan skripsi ini merupakan salah satu syarat dalam menyelesaikan tugas akademik pada Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Dr. Rido Kurnianto, M.Ag, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo
2. Bapak Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo
3. Ibu Siti Munawaroh., S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo
4. Kepala Puskesmas Sawoo Kabupaten Ponorogo, yang telah memberikan izin, dukungan, serta kesempatan kepada penulis untuk melakukan pengambilan data dan observasi dalam rangka penyusunan skripsi ini.

5. Ibu Siti Munawaroh, S.Kep, Ns., M.Kep, selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan arahan, bimbingan, serta motivasi selama proses penyusunan skripsi ini.
6. Ibu Metti Verawati, S.Kep., Ns., M.Kes, selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan arahan, bimbingan, serta motivasi selama proses penyusunan skripsi ini.
7. Orang tua dan keluarga yang selalu memberikan doa, dukungan, serta semangat yang tidak pernah berhenti.
8. Teman dan semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan, terimakasih atas dukungan, bantuan dan perhatiannya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, sangat diharapkan saran-saran serta kritik yang sifatnya membangun demi penyempurnaan penulisan selanjutnya.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat, baik bagi penulis sendiri maupun bagi pihak lain yang membutuhkan.

Ponorogo, 31 Januari 2026



Penulis

ABSTRAK

HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DENGAN KADAR KOLESTEROL TOTAL PADA LANSIA DI POSYANDU LANSIA DESA TUMPAKPELEM KECAMATAN SAWOO PONOROGO

Oleh : Riris Rizza Antari

Kadar kolesterol total yang tinggi merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi pada lansia akibat perubahan metabolisme lemak. Salah satu faktor yang diduga berhubungan dengan peningkatan kadar kolesterol total adalah Indeks Massa Tubuh (IMT). Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan IMT dengan kadar kolesterol total pada lansia di Posyandu Lansia Desa Tumpakpelem Kecamatan Sawoo Ponorogo.

Penelitian ini menggunakan desain analitik korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Populasi berjumlah 105 lansia dengan sampel 83 responden yang dipilih menggunakan purposive sampling. IMT diukur menggunakan timbangan digital dan microtoise, sedangkan kadar kolesterol total diperiksa menggunakan alat *Easy Touch GCU*. Analisis data menggunakan uji *Spearman Rho* ($\alpha = 0,05$).

Hasil penelitian menunjukkan responden dengan IMT normal sebanyak 34 orang (41,0%), overweight 23 orang (27,7%), dan obesitas 20 orang (24,1%). Sebanyak 45 responden (54,2%) memiliki kadar kolesterol total tinggi. Hasil uji *Spearman Rho* menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara IMT dengan kadar kolesterol total ($p = 0,001$; $r = 0,651$).

Peningkatan IMT berhubungan dengan peningkatan kadar kolesterol total. Hasil ini menunjukkan bahwa status gizi berperan dalam perubahan metabolisme lemak sehingga meningkatkan risiko hiperkolesterolemia. Pengendalian berat badan melalui pola makan sehat, aktivitas fisik, pemantauan kesehatan rutin di Posyandu Lansia, serta penerapan terapi komplementer yang aman dan sesuai kondisi lansia di bawah pendampingan tenaga kesehatan dapat dipertimbangkan sebagai upaya pendukung untuk menjaga kesehatan dan membantu mengendalikan faktor risiko.

Kata kunci: Indeks Massa Tubuh, Kolesterol Total, Lansia, Posyandu Lansia

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY MASS INDEX (BMI) AND TOTAL CHOLESTEROL LEVELS IN THE ELDERLY AT THE ELDERLY POSYANDU IN TUMPAKPELEM VILLAGE, SAWOO DISTRICT, PONOROGO

By : Riris Rizza Antari

High total cholesterol is one of the common health problems among older adults due to changes in lipid metabolism. One factor suspected to be associated with increased total cholesterol levels is Body Mass Index (BMI). This study aimed to analyze the relationship between BMI and total cholesterol levels among older adults at the Elderly Integrated Health Post (Posyandu Lansia) in Tumpakpelem Village, Sawoo District, Ponorogo.

This study employed an analytical correlational design with a cross-sectional approach. The population consisted of 105 older adults, with 83 respondents selected using purposive sampling. BMI was measured using a digital weighing scale and a microtoise, while total cholesterol levels were assessed using the Easy Touch GCU device. Data were analyzed using the Spearman's Rank Correlation test with a significance level of $\alpha = 0.05$.

The results showed that 34 respondents (41.0%) had normal BMI, 23 (27.7%) were overweight, and 20 (24.1%) were obese. A total of 45 respondents (54.2%) had high total cholesterol levels. Spearman's Rank Correlation analysis revealed a significant relationship between BMI and total cholesterol levels ($p = 0.001$; $r = 0.651$).

An increase in BMI was associated with an increase in total cholesterol levels. These findings indicate that nutritional status plays an important role in lipid metabolism changes, thereby increasing the risk of hypercholesterolemia. Therefore, weight management through a healthy diet, regular physical activity, routine health monitoring at the Elderly Integrated Health Post, and safe complementary therapies appropriate to older adults' conditions under healthcare professional guidance may be considered as supportive measures to maintain health and help control risk factors.

Keywords: Body Mass Index, Total Cholesterol, Older Adults, Elderly Integrated Health Post.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENETAPAN PANITIA PENGUJI SKRIPSI.....	iv
SURAT PERNYATAAN.....	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Teoritis	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
1.5 Keaslian Penelitian.....	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	14
2.1 Konsep Indeks Massa Tubuh (IMT)	14
2.1.1 Pengertian Indeks Massa Tubuh	14
2.1.2 Kategori Indeks Massa Tubuh (IMT)	14
2.1.3 Faktor Yang Mempengaruhi Indeks Massa Tubuh.....	15
2.1.4 Penilaian Indeks Massa Tubuh.....	16
2.2 Konsep Kolesterol Total	17
2.2.1 Pengertian Kolesterol	17
2.2.2 Pengukuran Kolesterol	18
2.2.3 Jenis Kolesterol	20
2.2.4 Klasifikasi Kolesterol.....	22
2.2.5 Faktor Yang Mempengaruhi Kolesterol.....	22

2.2.6	Penatalaksanaan Kolesterol.....	24
2.3	Konsep Lansia.....	25
2.3.1	Pengertian Lansia.....	25
2.3.2	Klasifikasi Lansia.....	25
2.3.3	Tipe Lansia.....	26
2.3.4	Teori Proses Penuaan.....	27
2.3.5	Upaya Pelayanan Kesehatan Lansia.....	29
2.4	Kerangka Teori.....	32
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN.....		33
3.1	Kerangka Konseptual.....	33
3.2	Hipotesis Penelitian.....	35
BAB 4 METODE PENELITIAN.....		36
4.1	Desain Penelitian.....	36
4.2	Kerangka Operasional.....	37
4.3	Populasi, Sampel, Besar Sampel, Sampling.....	38
4.3.1	Populasi.....	38
4.3.2	Sampel.....	38
4.3.3	Besar Sampel.....	40
4.3.4	Sampling.....	40
4.4	Variabel Penelitian.....	41
4.5	Definisi Operasional.....	42
4.6	Instrumen Penelitian.....	43
4.7	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	44
4.7.1	Lokasi Penelitian.....	44
4.8	Waktu Penelitian.....	45
4.9	Prosedur Pengumpulan Data dan Analisa Data.....	45
4.9.1	Pengumpulan Data.....	45
4.9.2	Pengolahan Data.....	47
4.9.3	Analisa Data.....	48
4.10	Etika Penelitian.....	51
BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		54
5.1	Hasil Penelitian.....	54
5.1.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	54
5.1.2	Data Umum.....	55

5.1.3	Data Khusus	60
5.2	Pembahasan.....	64
5.2.1	Mengidentifikasi Indeks Massa Tubuh (IMT) Pada Lansia di Posyandu Lansia Desa Tumpakpelem Kecamatan Sawoo Ponorogo 64	
5.2.2	Mengidentifikasi Kadar Kolesterol Total Pada Lansia di Posyandu Lansia Desa Tumpakpelem Kecamatan Sawoo Ponorogo.....	67
5.2.3	Menganalisis Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Kadar Kolesterol Total Pada Lansia di Posyandu Lansia Desa Tumpakpelem Kecamatan Sawoo Ponorogo	73
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN		74
6.1	Kesimpulan	74
6.2	Saran.....	75
DAFTAR PUSTAKA		77



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1Kategori IMT	14
Tabel 2. 2Jenis Kolestrol.....	22
Tabel 4. 1Definisi Operasional	43



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1Kerangka Teori	32
Gambar 3. 1Kerangka Konsep	33



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan.....	80
Lampiran 2 Penjelasan Penelitian	81
Lampiran 3 Informed Consent	83
Lampiran 4 Instrumen Penelitian	84

