

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN HIPERKOLESTEROLEMIA DENGAN KUALITAS TIDUR  
PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS KLATAK  
TAHUN 2022**



**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BANYUWANGI  
BANYUWANGI  
2022**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN HIPERKOLESTEROLEMIA DENGAN KUALITAS TIDUR  
PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS KLATAK  
TAHUN 2022**

Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)  
Pada Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Banyuwangi



Oleh :

**AYU DWI RATNASARI**

**2018.02.007**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BANYUWANGI  
BANYUWANGI  
2022**

## PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya tulis ilmiah saya sendiri, dan saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul :

### **Hubungan Hiperkolesterolemia Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Klatak Tahun 2022**

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Banyuwangi, April 2022

Yang membuat pernyataan



Ayu Dwi Ratna Sari

Nim : 2018.02.007

**LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING SKRIPSI**

Skripsi dengan judul :

**Hubungan Hiperkolesterolemia Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Di Wilayah Kerja  
Puskesmas Klatak Tahun 2022**



**Ayu Dwi Ratna Sari**  
2018.02.073

Skripsi telah disetujui  
Pada tanggal,

Oleh :

**Pembimbing I**



**SHOLIHIN, S.Kep., Ns., M.Kep**  
NIK : 06.005.0906

**Pembimbing II**



**ERIK TOGA M.Kes**  
NIK : 06.027.1008

Mengetahui,  
**Ketua program Studi S1 Keperawatan**



**SHOLIHIN, S.Kep., Ns., M.Kep.**  
NIK : 06.005.0906

## LEMBAR PENETAPAN PANITIA PENGUJI

Skripsi dengan judul :  
**Hubungan Hiperkolesterolemia Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Di Wilayah Kerja  
Puskesmas Klatak Tahun 2022**

N  
a  
m  
a  
N  
I  
M  
M

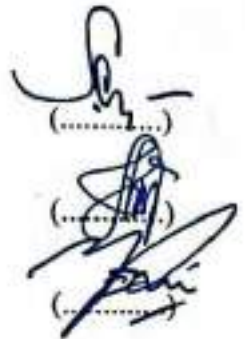
Diajukan oleh :  
Nama : Ayu Dwi RatnaSari  
NIM : 2018.02.007

Telah Diuji Di hadapan Tim Penguji Skripsi Penelitian Pada  
Program Studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi

Pada Tanggal, Mei 2022

### TIM PENGUJI

Penguji I DR.H.Soekardjo,S.Kep.,MM  
Penguji II Ninis I.,M.Kep.,Ns.Sp.Kep An.  
Penguji III Erik Toga ,M.Kes



Mengetahui,

Ketua

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi



**DR.H. Soekardjo,S.Kep.,MM**  
NUPN : 9907159603



## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas semua berkat dan hidayat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi Penelitian yang berjudul **“Hubungan Hiperkolesterolemia Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Klatak Tahun 2022”**, sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada program studi S1 Keperawatan STIKES Banyuwangi. Dalam hal ini penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, karena itu pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada :

1. DR. H. Soekardjo selaku Ketua STIKES Banyuwangi yang telah memberi kesempatan dan fasilitas kepada peneliti untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan Program Studi Keperawatan di STIKes Banyuwangi.
2. Ns. Sholihin.,S.Kep.M.Kep selaku Ka. Prodi S1 Keperawatan STIKES Banyuwangi.
3. Ns. Sholihin,S.Kep.,M.Kep dan Erik Toga ,M.Kes selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan skripsi kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Kepada kedua orang tua tercinta dan terkasih serta kakak saya yang tak henti-hentinya selalu mendoakan, memotivasi dan mendukung dari segi materiil untuk senantiasa bersemangat dan tak mengenal kata putus asa, terima kasih atas segala dukungannya dalam segi moril maupun materiil.

5. Dari orang – orang terdekatku dan Sahabat- sahabat yang selalu mendukung dan memotivasi saya untuk menyelesaikan penelitian saya.
6. Teman seperjuangan mahasiswa tingkat 4 Prodi S1 Keperawatan STIKES Banyuwangi, dan seluruh pihak yang membantu menyelesaikan penelitian ini.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan balasan atas segala amal baik yang telah diberikan. Penulis menyadari bahwa skripsi penelitian ini masih banyak kekurangan dalam penulisan, penyusunan, atau penyaji materi. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari pembaca sebagai bahan penyempurna penyusunan laporan berikutnya dan semoga penelitian ini bermanfaat bagi semua pihak.

Banyuwangi,

Penulis



Ayu Dwi Ratna Sari

2018.02.007

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

NAMA : AYU DWI RATNASARI

NIM : 2018.02.007

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil penelitian saya dengan judul :

"Hubungan Hiperkolesterolemia Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Klatak Tahun 2022"

Bersedia untuk dimuat dalam majalah atau jurnal ilmiah atas nama pembimbing

dengan tetap mencantumkan nama saya sebagai peneliti.

Banyuwangi,

Yang membuat pernyataan,



**AYU DWI RATNASARI**  
**2018.02.007**



## ABSTRAK

### HUBUNGAN HIPERKOLESTEROLEMIA DENGAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KLATAK TAHUN 2022

Oleh : Ayu Dwi RatnaSari

Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKES Banyuwangi

---

Hiperkolesterolemia merupakan penumpukan lemak dalam darah. Penumpukan jumlah deposit lemak pada dinding pembuluh darah dapat menyebabkan suatu sumbatan pada pembuluh darah atau yang dikenal dengan aterosklerosis. Kadar kolesterol yang tinggi dapat memberikan efek buruk bagi kesehatan, kadar kolesterol tinggi yang dialami oleh lansia juga dapat menyebabkan kesulitan tidur serta dapat mempengaruhi kesehatan fisik dan psikis. Tujuan dari penelitian untuk mengetahui Hubungan Hiperkolesterolemia dengan Kualitas Tidur Pada Lansia. Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *cross sectional* dan sebanyak 60 responden dipilih dengan teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan Lembar observasi kadar kolesterol dan kuesioner PSQI (*Pittsburgh Sleep Quality Index*). Analisa data yang digunakan yaitu uji korelasi *rank spearman* dengan menggunakan SPSS 25 *for windows*, diperoleh nilai *sig. (2-tailed)*  $0,000 < 0,05$  Hiperkolesterolemia dengan kualitas tidur dengan keeratan korelasi 0,802 sangat kuat artinya ada hubungan antara Hiperkolesterolemia dengan kualitas tidur pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Klatak tahun 2022. Hiperkolesterolemia yang semakin normal maka kualitas tidur akan semakin baik, Hiperkolesterolemia yang semakin tinggi maka kualitas tidur akan semakin buruk.

**Kata Kunci :** Lansia, Hiperkolesterolemia, Dan Kualitas Tidur.

## ABSTRACT

### **THE CORRELATION OF HYPERCHOLESTEROLEMIA WITH SLEEP QUALITY IN THE ELDERLY IN THE WORKING AREA OF PUSKESMAS KLATAK IN 2022**

By: Ayu Dwi RatnaSari

*Bachelor of Nursing Study Program - STIKES Banyuwangi*

---

*Hypercholesterolemia is an accumulation of fat in the blood. The accumulation of fat deposits on the walls of blood vessels can cause blockage in the blood vessels, known as atherosclerosis. High cholesterol levels can have an adverse effect on health. High cholesterol levels suffered by the elderly can also cause difficulty in sleeping and can affect their physical and psychological health. This study aimed to determine the correlation between hypercholesterolemia and sleep quality in the elderly. The method used in this study was cross sectional. Sixty respondents were selected by using purposive sampling technique. The data were collected by using cholesterol level observation sheet and PSQI (Pittsburgh Sleep Quality Index) questionnaire. For data analysis, it was used Spearman rank correlation test and SPSS 25 for Windows. The result of data analysis showed sig. (2-tailed)  $0.000 < 0.05$  and the value of closeness correlation was 0.802, which is a very strong correlation. It means that there was correlation between Hypercholesterolemia and sleep quality in the elderly in the working area of Puskesmas Klatak in 2022. The more normal the hypercholesterolemia, the better the sleep quality. The higher the Hypercholesterolemia, the worse the quality of sleep.*

*Keywords: Elderly, Hypercholesterolemia, and Sleep Quality.*



## DAFTAR ISI

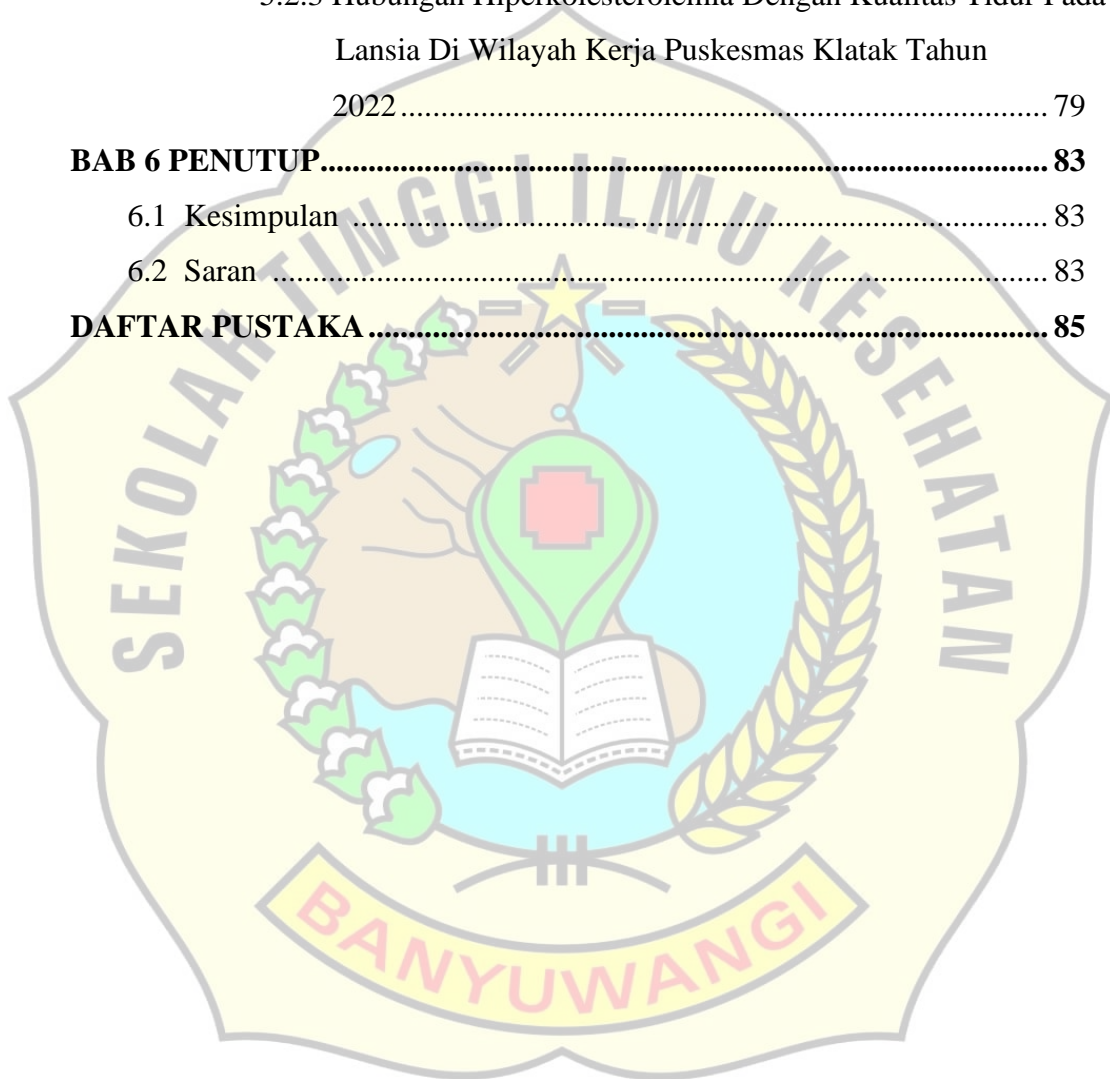
<b>HALAMAN SAMPUL</b> .....	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS</b> .....	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING SKRIPSI</b> .....	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PENETAPAN PANITIA PENGUJI</b> .....	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>v</b>
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>viii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR BAGAN</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN</b> .....	<b>xvii</b>
<b>DAFTAR LAMBANG DAN ARTI</b> .....	<b>xviii</b>
<b>BAB 1 LATAR BELAKANG</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.2 Tujuan Umum .....	5
1.3.3 Tujuan Khusus .....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	6
1.4.2 Manfaat Praktis .....	6
1.4.2.1 Bagi Responden .....	6
1.4.2.2 Bagi Tempat penelitian.....	6
1.4.2.3 Bagi Peneliti.....	6
1.4.2.4 Bagi Institusi .....	7
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>8</b>
2.1 Konsep Lansia .....	8
2.1.1 Pengertian Lansia .....	8
2.1.2 Proses Penuaan .....	9

2.1.3 Batasan Lanjut Usia .....	10
2.1.4 Karakteristik Lansia .....	11
2.1.5 Teori – Teori Proses Menua .....	12
2.1.6 Perubahan – Perubahan Pada Lansia .....	15
2.1.7 Permasalahan yang terjadi pada lansia .....	19
2.2. Konsep Kolesterol .....	22
2.2.1 Pengertian Kolesterol .....	22
2.2.2 Etiologi .....	23
2.2.3 Manifestasi Klinis .....	24
2.2.4 Patofisiologi .....	25
2.2.5 Klasifikasi Kolesterol .....	26
2.2.6 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kadar Kolesterol .....	28
2.2.7 Dampak Negatif Kolesterol .....	30
2.3 Konsep Tidur .....	32
2.3.1 Pengertian Tidur .....	32
2.3.2 Fungsi Tidur .....	33
2.3.3 Kualitas Tidur .....	34
2.3.4 Kebutuhan Tidur pada Usia Lanjut .....	34
2.3.5 Fisiologi Tidur pada Usia Lanjut .....	35
2.3.6 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tidur .....	36
2.3.7 Tanda-tanda mempengaruhi Kualitas Tidur .....	37
2.3.8 Pengukuran Kualitas Tidur .....	38
2.3.9 Hubungan Hiperkolesterolemia Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia .....	44
2.4 Tabel Tabulasi Sintesis Hubungan Hiperkolesterolemia Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia .....	46
<b>BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN</b>	<b>52</b>
3.1 Kerangka Konseptual .....	52
3.2 Hipotesis Penelitian .....	53
<b>BAB 4 METODOLOGI PENELITIAN</b>	<b>54</b>
4.1 Desain dan Jenis Penelitian .....	54
4.2 Kerangka Kerja .....	54



4.3	Populasi ,Sampel, dan Tehnik Sampling.....	56
4.3.1	Populasi Penelitian .....	56
4.3.2	Sampel Penelitian .....	56
4.3.3	Besar Sampel .....	57
4.3.4	Teknik Sampling .....	59
4.4.	Identifikasi Variabel .....	59
4.4.1	Variabel bebas ( Independen variabel ).....	59
4.4.2	Variabel Terikat ( Dependent Variabel ).....	60
4.5	Definisi operasional .....	60
4.6	Pengumpulan Data Dan Analisa Data.....	61
4.6.1	Instrumen Penelitian.....	61
4.6.2	Waktu dan Tempat Penelitian.....	62
4.6.3	Prosedur Pengambilan atau Pengumpulan Data.....	62
4.7	Cara Analisa Data.....	63
4.7.1	Coding .....	63
4.7.2	Scoring .....	63
4.7.3	Tabulating .....	64
4.7.4	Analisa Univariat .....	64
4.7.5	Analisa Bivariat.....	64
4.8	Masalah Etika.....	66
4.8.1	Informed Consent ( Persetujuan ).....	66
4.8.2	Anonimity ( Tanpa Nama) .....	66
4.8.3	Confidentialy ( Kerahasiaan ) .....	66
4.8.4	Justice ( Keadilan ).....	67
4.8.5	Non Malefiency ( Tidak Merugikan ) .....	67
4.8.6	Keterbatasan Penelitian .....	67
<b>BAB 5</b>	<b>HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>68</b>
5.1	Hasil Penelitian .....	68
5.1.1	Karakteristik Tempat Penelitian.....	68
5.1.2	Karakteristik Data Umum Responden .....	71
5.1.3	Karakteristik Data Khusus Responden.....	73
5.1.4	Cross Tab Hiperkolesterolemia Dengan Kualitas Tidur .....	74

5.1.5 Uji Rank Spearman .....	75
5.2 Pembahasan .....	75
5.2.1 Hiperkolesterolemia Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Klatak Tahun 2022.....	75
5.2.2 Kualitas Tidur Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Klatak Tahun 2022 .....	77
5.2.3 Hubungan Hiperkolesterolemia Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Klatak Tahun 2022 .....	79
<b>BAB 6 PENUTUP.....</b>	<b>83</b>
6.1 Kesimpulan .....	83
6.2 Saran .....	83
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>85</b>





## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kadar Lipoprotein dalam Darah.....	27
Tabel 2.2 Kebutuhan Tidur Manusia.....	33
Tabel 2.4 Tabel Tabulasi Sintesis.....	46
Tabel 4.1 Definisi Operasional.....	60
Tabel 5.1 Distribusi responden berdasarkan usia pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Klatak tahun 2022.....	71
Tabel 5.2 distribusi responden berdasarkan jenis kelamin pada lansia hiperkolesterolemia di wilayah kerja puskesmas klatak..	71
Tabel 5.3 Distribusi responden berdasarkan pendidikan pada lansia di wilayah kerja Puskemas Klatak tahun 2022. ....	72
Tabel 5.4 Distribusi responden berdasarkan pekerjaan pada lansia di wilayah kerja Puskemas Klatak tahun 2022. ....	72
Tabel 5.5 Distribusi responden berdasarkan Hiperkolesterolemia pada lansia wilayah kerja Puskemas Klatak tahun 2022.....	73
Tabel 5.6 Distribusi responden berdasarkan kualitas tidur pada lansia di wilayah kerja Puskemas Klatak tahun 2022. ....	73
Tabel 5.7 Tabulasi Silang : Hubungan Hiperkolesterolemia Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Klatak Tahun 2022. ....	74

## DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1	: Kerangka Konseptual .....	52
Bagan 4.1	: Kerangka Kerja .....	55



## DAFTAR LAMPIRAN

- 
- Lampiran 1 Matriks Penyusunan Proposal dan Skripsi
- Lampiran 2 Persetujuan Pengajuan Judul Skripsi
- Lampiran 3 Surat Permohonan Pengantar Ke Puskesmas Klatak
- Lampiran 4 Surat Permohonan Data Awal Ke Puskesmas Klatak
- Lampiran 5 Surat Balasan Dinas Kesehatan Banyuwangi
- Lampiran 6 Surat Balasan Dari Kepala Puskesmas Klatak
- Lampiran 7 Lembar Etik Penelitian
- Lampiran 8 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 9 Surat Balasan Penelitian Puskesmas Klatak
- Lampiran 10 Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 11 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 12 *Informed Consent*
- Lampiran 13 Lembar Kuesioner Kualitas Tidur (PSQI)
- Lampiran 14 Lembar observasi
- Lampiran 15 Lembar Tabulasi Data
- Lampiran 16 Hasil Korelasi Hiperkolesterolemia Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia.
- Lampiran 17 Crosstab Kadar Kolesterol Dengan Kualitas Tidur
- Lampiran 18 Krostabulasi Antar Variabel Dan Data Umum
- Lampiran 19 Dokumentasi
- Lampiran 20 Lembar Konsultasi Pembimbing 1
- Lampiran 21 Lembar Konsultasi Pembimbing 2

## DAFTAR SINGKATAN

WHO : World Health Organization

Depkes : Departemen Kesehatan

*I.Q* : *Intellegentian Quantion*

UU : Undang – Undang

LDL : Low Density Lipoprotein

HDL : High Density Lipoprotein

VLDL : Very Low Density Lipoprotein

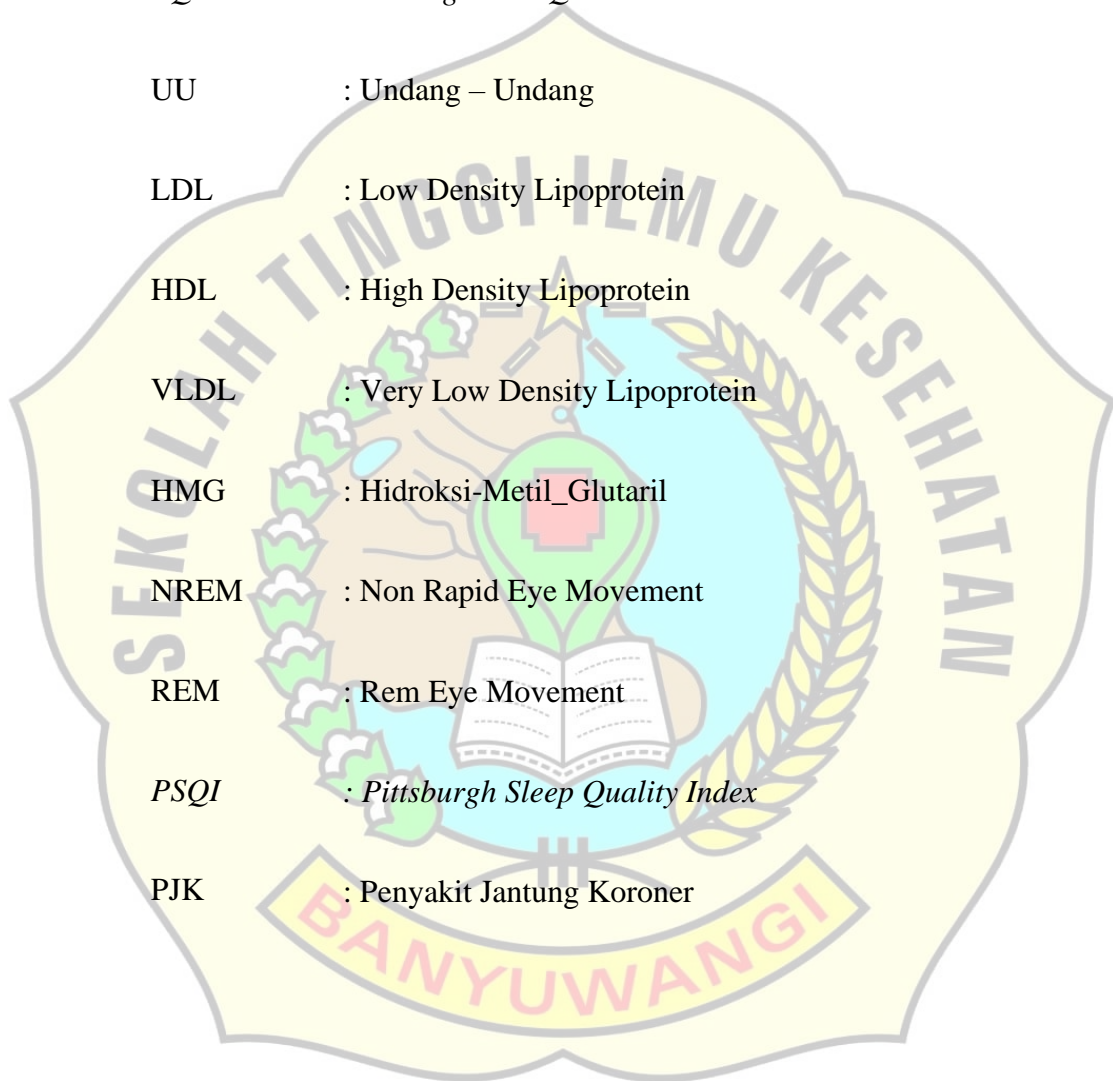
HMG : Hidroksi-Metil\_Glutaril

NREM : Non Rapid Eye Movement

REM : Rem Eye Movement

*PSQI* : *Pittsburgh Sleep Quality Index*

PJK : Penyakit Jantung Koroner



## DAFTAR LAMBANG DAN ARTI

%	:Presentasi
/	:Garis Miring
±	:Kurang lebih
≥	:Lebih Dari
≤	:Kurang Dari
( )	:Dalam Kurung
=	: Sama Dengan
+	:Tambah

