

ABSTRAK

Penyakit tidak menular dan penyakit degeneratif saat ini tidak kalah mangancam dibanding dengan penyakit infeksius salah satunya adalah hiperkolesterolemia (kadar kolesterol >250 mg/dL). Hiperkolesterolemia dapat dipengaruhi oleh variabel umur dan indeks massa tubuh (IMT). IMT dapat digunakan untuk mengetahui prevalensi kejadian obesitas yang berkaitan dengan risiko penyakit jantung, hipertensi, diabetes mellitus tipe 2, dan peningkatan gangguan lipid yang dapat dipengaruhi beberapa faktor salah satunya adalah durasi tidur yang telah menjadi masalah kesehatan yang kritis di masyarakat. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis hubungan indeks massa tubuh dan durasi tidur terhadap kadar kolesterol pada kelompok usia dewasa. Jenis penelitian yang digunakan yaitu observasional analitik dengan metode *cross-sectional*. Penelitian dilakukan di Laboratorium Bakti Analisa pada bulan November 2021 hingga Mei 2022. Variabel bebas pada penelitian ini adalah nilai indeks massa tubuh dan durasi tidur sedangkan variabel terikat penelitian yaitu kadar kolesterol. Metode fotometri digunakan untuk menganalisa kadar kolesterol. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata kadar kolesterol responden sebesar 212,95 mg/dL, nilai rata-rata IMT 31,43 kg/m², dan rata-rata durasi tidur 5,52 jam. Uji statistika menggunakan metode Spearman menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna dari indeks massa tubuh dengan kadar kolesterol dan juga tidak ada hubungan antara durasi tidur dengan kadar kolesterol.

Kata kunci : Indeks Massa Tubuh; Durasi Tidur; Kadar Kolesterol