

**HUBUNGAN OBESITAS SENTRAL DENGAN NILAI UJI  
DUDUK BERDIRI 5 KALI (UDB5X) PADA LANSIA DI  
PUSKESMAS LUBUK BUAYA PADANG**

**SKRIPSI**



Diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Kedokteran pada Fakultas Kedokteran  
Universitas Baiturrahmah

**ILSE RANID FAYUMI**

**2110070100024**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS BAITURRAHMAH  
PADANG**

**2025**



## HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

**Judul: Hubungan Obesitas Sentral Dengan Nilai Uji Duduk Berdiri  
5 Kali (UDB5X) Pada Lansia di Puskesmas Lubuk Buaya Padang**

Disusun Oleh

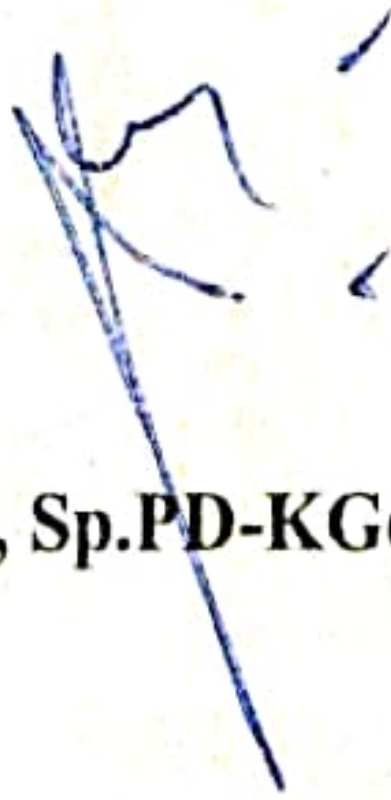
**ILSE RANID FAYUMI**

**2110070100024**

**Telah disetujui**

**Padang, 21 Januari 2025**

Pemimbing 1



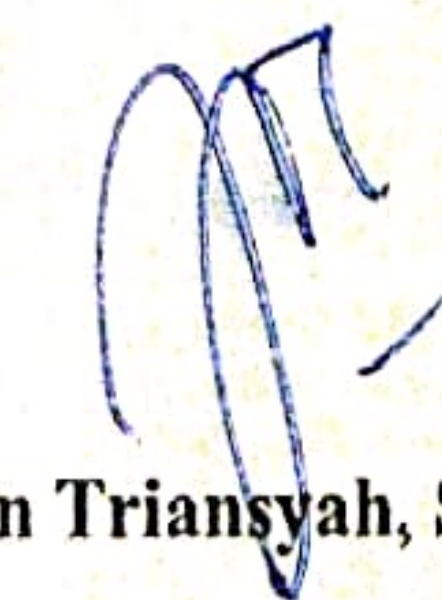
**(dr. Fredia Heppy, Sp.PD-KGer, FINASIM)**

Pemimbing 2



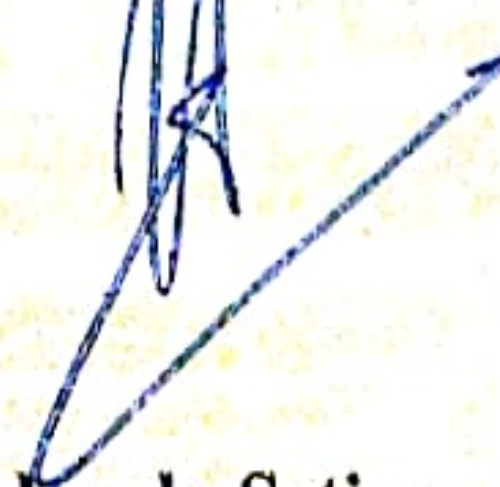
**(dr. Rahma Triyana Y, M.Biomed)**

Penguji 1



**(dr. Irwan Triansyah, Sp.THT-KL)**

Penguji 2



**(Dr. dr. Erdanela Setiawati, MM)**



## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Ilse Ranid Fayumi  
NPM : 2110070100024  
Mahasiswa : Program Pendidikan Sarjana Kedokteran Fakultas  
Kedokteran Universitas Baiturrahmah

Dengan ini menyatakan bahwa,

1. Karya tulis saya ini berupa skripsi dengan judul **“Hubungan Obesitas Sentral Dengan Nilai Uji Duduk Berdiri 5 Kali (UDB5X) Pada Lansia Di Puskesmas Lubuk Buaya Padang”** adalah asli dan belum pernah dipublikasi atau diajukan untuk mendapatkan gelar akademik di Universitas Baiturrahmah maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan orang lain, kecuali pembimbing dan pihak lain sepengetahuan pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan judul buku aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lain sesuai norma dan hukum yang berlaku.

Padang, 21 Januari 2025



buat pernyataan,

Ilse Ranid Fayumi

## ABSTRAK

### HUBUNGAN OBESITAS SENTRAL DENGAN NILAI UJI DUDUK BERDIRI 5 KALI (UDB5X) PADA LANSIA DI PUSKESMAS LUBUK BUAYA PADANG

Ilse Ranid Fayumi

**Latar Belakang:** Lansia adalah kelompok individu yang berusia 60 tahun ke atas yang akan mengalami proses penuaan sehingga mengakibatkan perubahan terutama dalam komposisi tubuh. Salah satu perubahan signifikannya adalah peningkatan massa lemak 2% per dekade terutama lemak visceral yang dikenal sebagai obesitas sentral. Obesitas sentral ini berhubungan erat dengan penurunan kekuatan otot yang dapat menyebabkan gangguan keseimbangan pada lansia. Untuk menilai keseimbangan dan kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari, UDB5X telah diidentifikasi sebagai instrumen yang bermanfaat, hemat biaya, dan efektif. **Tujuan:** Untuk mengetahui lebih dalam Hubungan Obesitas Sentral dengan Nilai Uji Duduk Berdiri 5 Kali pada Lansia di Puskesmas Lubuk Buaya Padang. **Metode:** Penelitian ini menggunakan jenis observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Metode pengambilan sampel pada penelitian ini yang menggunakan rumus Slovin. Besar sampel pada penelitian ini diperoleh sebesar 100 sesuai dengan kriteria inklusi. **Hasil:** Karakteristik lansia terbanyak lansia muda (80,0%), Jenis kelamin perempuan (59,0%), Obesitas sentral (74,0%), Rerata berat badan 58,02 kg, Rerata tinggi lutut 44,74 cm, Rerata tinggi badan 151,48 cm. IMT normal (47,0%), sedangkan nilai UDB5X tidak normal (50,0%) normal (50%). Gambaran distribusi hasil UDB5X normal terbanyak pada golongan lansia muda (98,0%), jenis kelamin laki-laki (41,0%), dan IMT normal (64,0%). **Kesimpulan:** Terdapat hubungan yang signifikan antara obesitas sentral dengan nilai UDB5X pada lansia di Puskesmas Lubuk Buaya Padang ( $p < 0,001$ ).

**Kata kunci:** Lansia, Obesitas Sentral, Uji Duduk Berdiri 5 Kali.