

**HUBUNGAN STATUS GIZI TERHADAP KESEIMBANGAN ANAK USIA
4-5 TAHUN**



**Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Menyelesaikan Program Studi Strata 1
Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan**

Oleh

Tiara Rahmawati

J 120 161 031

PROGRAM STUDI FISIOTERAPI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2017

HALAMAN PERSETUJUAN

Naskah Publikasi Ilmiah dengan judul "HUBUNGAN STATUS GIZI
TERHADAP KESEIMBANGAN ANAK USIA 4-5 TAHUN"

Naskah Publikasi Ilmiah ini telah disetujui pembimbing Skripsi
untuk dipublikasikan di Universitas Muhammadiyah Surakarta



Maskun Pudjianto, M.Kes

HALAMAN PENGESAHAN

**"HUBUNGAN STATUS GIZI TERHADAP KESEIMBANGAN ANAK
USIA 4-5 TAHUN"**

Disusun oleh : Tiara Rahmawati

NIM : J120161031

Skripsi ini telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi

Program Studi S1 Fisioterapi

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Hari : Rabu

Tanggal : 27 Desember 2017

TIM PENGUJI SKRIPSI

Nama Penguji

Tanda Tangan

1. Maskun Pudjianto, M.Kes
2. Wijianto, M.Or
3. Agus Widodo, M.Fis



Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta



Dr. Wulandariyah, SKM., M.Kes

N : 786/06-1711-7301

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah publikasi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis di dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya diatas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 10 Januari 2018

Penulis



Tiara Rahmawati
J120161031

**HUBUNGAN STATUS GIZI TERHADAP KESEIMBANGAN
ANAK USIA 4-5 TAHUN
(Tiara Rahmawati, 2017, 51 Halaman)**

ABSTRAK

Latar belakang : Anak usia 4-5 tahun termasuk kedalam usia anak prasekolah yang biasanya disebut sebagai *golden period* (masa keemasan) dikarenakan proses tumbuh kembang berlangsung sangat pesat. Pada masa ini kita dapat memantau pertumbuhan dan perkembangan dari anak itu sendiri, untuk proses pertumbuhan anak kita dapat melihat dari bertambahnya ukuran tubuh seseorang. Pertambahan ukuran tubuh seseorang dapat menjadi acuan untuk menentukan status gizinya. Status gizi (*nutritional status*) adalah suatu keadaan yang didapatkan dari keseimbangan antara asupan gizi dari makanan dan kebutuhan zat gizi oleh tubuh. Seseorang akan mempunyai status gizi yang baik apabila asupan gizi sesuai dengan kebutuhan tubuh. Sedangkan perkembangan motorik anak pada usia ini, yaitu anak memiliki kemampuan gerak tubuh dengan aktivitas jasmani yang terkoordinasi dengan baik dan adanya peningkatan keterampilan dan proses berfikir. Pada penelitian ini penulis mengambil perkembangan motorik kasar berupa keseimbangan anak. Keseimbangan merupakan kemampuan tubuh untuk menjaga *Body Mass Center* (BMC) dan *Center of Gravity* (COG) terhadap *Base of Support* (BOS) atau perubahan BOS selama tubuh diam dan saat melakukan aktivitas.

Tujuan Penelitian : Pada penelitian ini penulis memilih untuk mengetahui apakah ada hubungan antara proses tumbuh kembang anak, dilihat dari status gizi dan kemampuan motorik kasar dalam bentuk keseimbangan.

Metode penelitian : Penelitian ini menggunakan metode observasi, jumlah populasi 45 anak dan sampel yang memenuhi kriteria inklusi sebanyak 32 anak. Pengambilan data usia, berat badan digunakan untuk menentukan status gizi anak tersebut, pengukuran keseimbangan menggunakan *stork stand test* untuk keseimbangan statis dan *balance beam walking test* untuk keseimbangan dinamis.

Hasil penelitian : Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh hasil penyilangan antara status gizi dengan keseimbangan $p > 0,05$, dimana $p > 0,05$ bermakna H_0 diterima yaitu tidak ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan keseimbangan pada anak usia 4-5 tahun.

Kesimpulan : Tidak ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan keseimbangan pada anak usia 4-5 tahun.

Kata Kunci : Tumbuh kembang, Status gizi, Keseimbangan.

ABSTRACT

Background: Children aged 4-5 years including into preschool age who is usually referred to as the golden period (golden age) due to the process of growing up very rapidly. At this time we can monitor the growth and development of the child itself, for the growth process our children can see from the increase in body size of a person. Increasing the size of a person's body can be a reference to

determine his nutritional status. Nutrition status (nutritional status) is a condition derived from the balance between nutritional intake of food and nutrient needs by the body. Someone will have a good nutritional status if the nutritional intake in accordance with the needs of the body. While the motor development of children at this age, the child has the ability to move the body with physical activities are coordinated well and the improvement of skills and thought processes. This process can be categorized as a child's motor development. In this study the authors take a gross motor development in the form of child balance. Balance is the body's ability to maintain Body Mass Center (BMC) and Center of Gravity (COG) against Base of Support (BOS) or BOS changes during rest and during activity.

Objective: In this study, the authors chose to determine whether there is a relationship between the development of the child, the views of the nutritional status and gross motor skills in the form of balance.

Research method: This research use observation method, the population of 45 children and the sample fulfilling the inclusion criteria were 32 children. Age data collection, body weight is used to determine the child's nutritional status, balance measurement using stork stand test for static balance and balance beam walking test for dynamic balance.

Result of research: Based on the result of statistical test, the result of crossing between nutritional status with balance $p > 0,05$, where $p > 0,05$ means H_0 accepted that there is no significant correlation between nutrient status with balance in children aged 4-5years.

Conclusion: There is no significant relationship between nutritional status and balance in children aged 4-5 years.

Keywords: Growth and development, Nutritional status, Balance.

1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Status gizi (*nutritional status*) adalah suatu keadaan yang didapatkan dari keseimbangan antara asupan gizi dari makanan dan kebutuhan zat gizi oleh tubuh. Seseorang akan mempunyai status gizi yang baik apabila asupan gizi sesuai dengan kebutuhan tubuh. Asupan gizi yang kurang dalam makanan dapat menyebabkan kekurangan gizi, sebaliknya orang yang asupan gizinya berlebih maka akan berakibat gizi berlebih (Par'i, 2016). Kebutuhan gizi seseorang adalah jumlah yang diperkirakan cukup untuk memelihara kesehatan pada umumnya. Secara garis besar, kebutuhan gizi ditentukan oleh usia, jenis kelamin, aktivitas, berat badan, dan tinggi badan. Seperti contohnya, kebutuhan energi bayi dan balita relatif besar dibandingkan dengan orang dewasa, sebab pada usia tersebut

pertumbuhannya masih sangat pesat. Kecukupannya akan semakin menurun seiring bertambahnya usia (Marimbi, 2010). Dilihat dari hasil data status gizi balita Kota Surakarta pada tahun 2014. Didapatkan hasil bahwa tidak ditemukan balita dengan gizi buruk (0%), sedangkan prevalensi balita dengan status gizi kurang sebesar 2,6 % dengan perincian pada balita laki-laki sebesar 2,8 % dan perempuan 3,58 %. Sedangkan permasalahan status gizi lebih diperoleh 3,7% (Dinkes Kota Surakarta, 2015).

Proses perkembangan di usia ini, anak memiliki kemampuan pengendalian gerak tubuh dengan aktivitas jasmani yang terkoordinasi dengan baik dan adanya peningkatan keterampilan dan proses berpikir, proses ini dapat dikategorikan sebagai perkembangan motorik anak. Perkembangan motorik terbagi menjadi dua, yaitu motorik kasar dan motorik halus. Motorik kasar adalah bagian dari aktivitas motorik yang mencakup keterampilan otot-otot besar, gerakan ini lebih menuntut kekuatan fisik dan keseimbangan. Contohnya seperti kemampuan duduk, menendang, berjalan, berlari, naik-turun tangga, melompat dan sebagainya. Sedangkan motorik halus adalah kemampuan yang berhubungan dengan keterampilan fisik yang melibatkan otot kecil serta koordinasi mata dan tangan. Contohnya seperti bermain puzzle, menyusun balok, memasukkan benda kedalam lubang sesuai bentuknya, membuat garis, melipat kertas dan sebagainya (Allen & Lynn, 2010).

Menurut Hildayani (2008) menyatakan bahwa lebih kurang dari 80% dari sejumlah anak mengalami gangguan perkembangan, juga mengalami kesulitan pada pengaturan keseimbangan tubuh. Pengaturan keseimbangan tubuh diperlukan anak pada saat melakukan kegiatan bermain sehingga anak memiliki kesempatan untuk mengekspresikan sesuatu yang anak rasakan dan pikirkan. Keseimbangan merupakan kemampuan tubuh untuk mempertahankan posisinya ketika ditempatkan dalam keadaan diam dan bergerak atau berada diatas bidang tidak stabil. Keseimbangan tubuh dibagi menjadi dua yaitu keseimbangan statis

sebagai bentuk seimbang saat tubuh diam dan keseimbangan dinamis yaitu bentuk seimbang saat tubuh saat bergerak atau diatas bidang yang tidak stabil (Yuliana dkk, 2014).

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas rumusan masalah penelitian yang dapat diambil penulis adalah “apakah ada hubungan antara status gizi dengan keseimbangan pada anak usia 4-5 tahun”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan utama

Untuk mengetahui hubungan status gizi dengan keseimbangan pada anak usia 4-5 tahun.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui status gizi anak usia 4-5 tahun.
- b. Untuk mengetahui keseimbangan statis dan dinamis anak usia 4-5 tahun.

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk dijadikan sebagai sumber informasi dalam memahami proses tumbuh kembang dan menambah pemahaman mengenai status gizi terutama pada anak-anak.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi masyarakat

Menambah pengetahuan tentang pentingnya status gizi dan proses tumbuh kembang anak-anak agar dapat memantau pertumbuhan dan perkembangan anak dilihat dari status gizinya.

b. Bagi fisioterapi

Menambah sumber referensi bagi kegiatan yang ada kaitannya dengan ilmu pengetahuan dan teknologi fisioterapi.

c. Bagi peneliti

Menambah ilmu pengetahuan dalam mengembangkan dan mengabdikan diri dalam dunia kesehatan khususnya fisioterapi.

d. Bagi institusi

Sebagai referensi tambahan dalam memahami status gizi dan tumbuh kembang pada anak.

2. METODE

Istilah tumbuh kembang mencakup 2 peristiwa yang sifatnya berbeda namun saling berkaitan satu sama lain, yaitu pertumbuhan dan perkembangan. Pertumbuhan (*growth*) berkaitan dengan masalah perubahan dan kuantitas (besar, jumlah, ukuran) yang bisa diukur dengan ukuran berat, ukuran panjang, umur tulang, dan keseimbangan metabolik (retensi kalsium dan nitrogen tubuh). Perkembangan (*development*) yaitu bertambahnya kemampuan (*skill*) dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam pola teratur dan dapat diramalkan, sebagai hasil dari proses pematangan. Menurut Depkes RI (2008), pertumbuhan adalah bertambah banyak dan besarnya sel seluruh bagian tubuh yang bersifat kuantitatif dan dapat diukur sedangkan perkembangan adalah bertambah sempurnanya fungsi dari alat tubuh.

Status gizi adalah keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan oleh tubuh. Setiap individu memerlukan asupan zat gizi yang berbeda tergantung usia, jenis kelamin, aktivitas dan sebagainya. Status gizi dapat diketahui melalui pengukuran beberapa parameter, kemudian hasil pengukuran tersebut dibandingkan dengan standart atau rujukan. Peran penilaian status gizi bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya status gizi yang salah. Penilaian status gizi menjadi penting karena gizi yang salah dapat menyebabkan terjadinya kesakitan bahkan kematian terkait dengan status gizi. Oleh karena itu, dengan diketahuinya status gizi

pada individu atau masyarakat maka dapat dilakukan berbagai upaya untuk memperbaiki tingkat kesehatan pada masyarakat (Par'i, 2016).

Keseimbangan merupakan kemampuan tubuh untuk menjaga *Body Mass Center* (BMC) dan *Center of Gravity* (COG) terhadap *Base of Support* (BOS) atau perubahan BOS selama tubuh diam dan saat melakukan aktivitas (Irfan, 2012). Keseimbangan merupakan salah satu faktor yang dibutuhkan individu dalam melakukan gerak yang efektif dan efisiensi selain fleksibilitas, koordinasi, kekuatan dan daya tahan. Keseimbangan yang baik akan memungkinkan seseorang melakukan aktivitas atau gerak yang efektif dan efisiensi dengan resiko jatuh yang minimal (Samsudin, 2008). Keseimbangan terbagi menjadi dua, yaitu keseimbangan statis dan keseimbangan dinamis. Keseimbangan statis merupakan kemampuan untuk mempertahankan posisi tubuh dimana *Center of Gravity* (COG) tidak berubah atau keseimbangan tubuh pada posisi tetap atau diam. Sedangkan keseimbangan dinamis merupakan kemampuan untuk mempertahankan posisi tubuh dimana COG selalu berubah atau kemampuan untuk mempertahankan keseimbangan tubuh ketika bergerak dan kondisi yang tidak stabil.

Tempat pelaksanaan penelitian yaitu di Taman Kanak-Kanak (TK) Desa Gonilan, PAUD dan TKIT Royyan Kids Gonilan dan TK-KB Islam Bintang Kecil Colomadu pada 13-14 November 2017. Dengan jumlah sampel 32 anak dari jumlah populasi 45 anak. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan penelitian survei/observasi dengan pendekatan *cross sectional*. Pemeriksaan keseimbangan statis menggunakan *stork stand test* dan keseimbangan dinamis menggunakan *balance beam walking test*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil

3.1.1 Karakteristik Responden Penelitian

Tabel 1 Responden berdasarkan Usia

No	Usia (Bulan)	Frekuensi (n)
1	50-54	19
2	55-59	13
Total		32

Berdasarkan Tabel 1, didapatkan data usia responden adalah 50-59 bulan, dengan distribusi anak dengan usia 50-54 bulan sebanyak 19 anak dan usia 55-59 bulan sebanyak 13 anak.

3.1.2 Hasil Perhitungan Status Gizi, Pengukuran *Stork Stand Test* Dan Pengukuran *Balance Beam Walking Test*

Tabel 2 Hasil Perhitungan Status Gizi

No	Status Gizi	Frekuensi (n)
1	Kurang	4
2	Baik	28
Total		32

Tabel 3 Hasil Pengukuran *Stork Stand Test*

No	Kategori	Frekuensi (n)
1	Kurang	12
2	Baik	4
Total		16

Tabel 4 Hasil Pengukuran *Balance Beam Walking Test*

No	Kategori	Frekuensi (n)
1	Kurang	2
2	Baik	14
Total		16

Berdasarkan Tabel 2 dapat kita lihat bahwa hasil dari perhitungan status gizi dengan menggunakan kombinasi berat badan menurut umur (BB/U) dan diperoleh nilai z-score dalam bentuk standar deviasi dan telah diklasifikasikan berdasarkan

Keputusan Kementerian Kesehatan RI tahun 2010. Didapatkan 2 kategori status gizi yaitu gizi kurang sebanyak 4 anak dan gizi baik sebanyak 28 anak.

Berdasarkan Tabel 3 dapat kita lihat bahwa hasil dari perhitungan *stork stand test* dengan jumlah responden 16 anak, diperoleh data anak dengan kategori keseimbangan kurang didominasi sebanyak 12 anak, kategori keseimbangan baik sebanyak 4 anak.

Berdasarkan Tabel 4 dapat kita lihat bahwa hasil dari pengukuran *balance beam walking test* dengan jumlah responden 16 anak, mendapatkan hasil kategori keseimbangan kurang sebanyak 2 anak dan keseimbangan baik sebanyak 14 anak.

3.1.3 Status Gizi Dengan Hasil Pengukuran *Stork Stand Test*

Tabel 5 Tabel Silang Status Gizi dengan Kategori *Stork Stand Test*

Status Gizi		Kategori			<i>p</i>
		Kurang	Baik	Total	
Gizi Kurang	Gizi Kurang	1	1	2	0,758
	Gizi Baik	11	3	14	
Total		12	4	16	

Hasil *crostabulation* (penyilangan) antara status gizi dan kategori dari hasil *stork stand test* seperti pada Tabel 5 menunjukkan bahwa anak dengan gizi kurang sebanyak 2 anak dengan kategori keseimbangan baik dan kurang masing-masing 1 anak. Status gizi baik lebih mendominasi yaitu sebanyak 14 anak dengan kategori keseimbangan kurang sebanyak 11 anak dan kategori keseimbangan baik sebanyak 3 anak.

3.1.4 Status Gizi Dengan Hasil Pengukuran *Balance Beam Walking Test*

Tabel 4.1 Tabel Silang Status Gizi Dengan Kategori *Balance Beam Walking Test*

Status Gizi	Gizi Kurang Gizi Baik	Kategori		Total	<i>p</i> 0,758
		Kurang	Baik		
	Gizi Kurang	0	2	2	
	Gizi Baik	2	12	14	
	Total	2	14	16	

Dari tabel 4.1 diatas dapat kita lihat bahwa anak dengan status gizi kurang berjumlah 2 anak dengan kategori keseimbangan baik. Jumlah anak dengan status gizi baik lebih mendominasi sebanyak 14 anak dengan kategori keseimbangan baik sebanyak 12 anak dan kategori kurang 2 anak.

Hasil uji *chi-square* untuk mencari hubungan antara status gizi dengan hasil pengukuran *stork stand test* dan *balance beam walking test* menunjukkan nilai *p* sebesar 0,758. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan keseimbangan pada anak usia 4-5 tahun.

3.2 Pembahasan

Ketidaksesuaian ini kemungkinan dikarenakan banyak faktor yang mempengaruhi keseimbangan dari anak itu sendiri, salah satunya adalah status gizi. Status gizi dan kategori keseimbangan masing-masing anak berbeda-beda disesuaikan dengan kebutuhan pada masa pertumbuhan serta aktivitas sehari-hari yang dilakukan, baik yang terpenuhi maupun tidak terpenuhi karena keterbatasan dari anak itu sendiri ataupun dari faktor lingkungan anak. Pada anak dengan status gizi kurang belum tentu mempunyai keseimbangan yang buruk, begitu pula sebaliknya anak dengan status gizi baik belum tentu mempunyai keseimbangan yang baik pula. Hal ini disebabkan oleh karena anak mempunyai kemampuan masing-masing, baik dari segi potensi (bakat) maupun faktor lingkungan, serta aktivitas diluar sekolah yang mempengaruhi

kemampuan itu sendiri. Ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nur Mahardika (2013) yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara status gizi dan pola asuh orang tua dengan kemampuan gerak dasar pada siswa sekolah dasar.

Pada penelitian ini penulis menemukan bahwa usia dan kekuatan otot merupakan faktor yang sangat berperan dalam mempengaruhi keseimbangan itu sendiri. Secara garis besar fisiologi terjadinya keseimbangan melibatkan beberapa komponen yaitu *propioceptive*, *visual*, *vetibular* dan sistem sensorimotor yang mempunyai peran yang sangat penting dalam menjaga keseimbangan. Pada usia ini, perkembangan neuromuskular anak sedang mengalami proses pematangan organ terutama pada ekstremitas bawah. Menurut Irfan (2012) kekuatan otot dari kaki, lutut serta pinggul harus adekuat untuk mempertahankan keseimbangan tubuh saat adanya tekanan gaya dari luar. Ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Meuhlbauer *et al* (2015) yang menyebutkan bahwa usia tampaknya menjadi faktor penting yang mungkin berdampak pada keseimbangan dan kekuatan otot ekstremitas bawah. Perubahan perilaku terkait usia ini tercermin dalam neurofisiologis yang mendasari atas pengendalian keseimbangan dan kekuatan. Pada anak-anak, sistem neuromuskular masih dalam proses pematangan (myelinisasi sistem saraf pusat) dan belum mencapai puncaknya. R Staindl *et al* (2006) menyatakan bahwa pada usia ini sistem sensoris anak belum berkembang sepenuhnya, walaupun struktur anatomi mereka telah terdeteksi dan mengalami proses pematangan yang belum sempurna di awal kehidupan. Ketiga sistem sensoris afferen (propioseptif, visual dan vestibular) berkembang lebih lambat dari pada proses motoris otomatis (refleks) yang diturunkan secara hirarkis yang pada proses pematangan.

Secara keseluruhan proses pemeriksaan keseimbangan statis dan dinamis, dapat kita simpulkan bahwa keseimbangan dinamis lebih baik dari pada keseimbangan statis anak. Hal ini dapat terjadi dikarenakan

pada saat melakukan perlakuan *stork stand test* untuk mengukur keseimbangan statis, anak tidak dapat berkonsentrasi dengan apa yang dilakukannya. Hal ini menyangkut kedalam faktor visual anak, peneliti melakukan test ini dengan cara berkelompok terdiri dari 3-4 orang. Hal ini membuat anak menjadi tidak dapat berkonsentrasi dengan baik dikarenakan konsentrasinya terpecah kepada orang-orang disekitarnya. Sedangkan pada saat melakukan test keseimbangan dinamis dengan menggunakan *balance beam walking test*, anak mampu berkonsentrasi dengan baik dikarenakan pada saat melakukan test anak melakukannya secara mandiri tanpa ada gangguan dari faktor lingkungan. Ini sejalan dengan yang dituturkan oleh Cook Shumway & Marjorie (2007) yang menyatakan bahwa suatu gerakan muncul dari interaksi antara individu, tugas, dan lingkungan. Dalam individu, gerakan muncul melalui usaha kooperatif dari banyak struktur dan proses otak yang berhubungan dengan *perception* (persepsi), *cognition* (kognitif), and *action* (tindakan). Persepsi sangatlah penting untuk memulai suatu tindakan, sama seperti tindakan penting untuk persepsi. Persepsi merupakan integrasi tayangan sensorik ke pusat informasi yang bermakna secara psikologis. Persepsi mencakup mekanisme sensorik perifer yang menerima implus dari aferen. Sistem sensoris/perseptual memberikan informasi tentang keadaan tubuh dan keadaan lingkungan yang dapat mempengaruhi suatu gerakan.

4. PENUTUP

4.1 Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat diperoleh dalam penelitian ini adalah :

- 4.1.1 Usia responden dimulai dari usia 50-59 bulan dan berjumlah 32 anak dari 3 TK (Taman Kanak-Kanak) yang berbeda.
- 4.1.2 Responden sebagian besar memiliki status gizi baik yaitu sebanyak 28 anak dan status gizi kurang sebanyak 4 anak.

- 4.1.3 Hasil pengukuran keseimbangan statis menggunakan *stork stand test* mendapatkan bahwa anak dengan kategori keseimbangan kurang sangat mendominasi yaitu berjumlah 12 anak, sedangkan dengan kategori keseimbangan baik sebanyak 4 anak.
- 4.1.4 Hasil pengukuran keseimbangan dinamis dengan *menggunakan balance beam walking test* didapatkan bahwa anak dengan kategori keseimbangan baik sebanyak 14 anak dan kategori keseimbangan kurang sebanyak 2 anak.
- 4.1.5 Berdasarkan hasil *crostabulation* (penyilangan) antara status gizi dengan keseimbangan statis dan keseimbangan dinamis, dapat diketahui bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan keseimbangan secara keseluruhan.
- 4.1.6 Berdasarkan data yang telah diperoleh, dapat disimpulkan bahwa keseimbangan dinamis anak lebih baik dibandingkan dengan keseimbangan statis.
- 4.1.7 Waktu penelitian cukup singkat pada hari tersebut dikarenakan menyesuaikan dengan jadwal sekolah, sehingga hasil yang didapatkan kurang maksimal.

4.2 Saran

Adapun saran yang dapat peneliti sampaikan adalah sebagai berikut :

- 4.2.1 Untuk peneliti selanjutnya, dapat mengoptimalkan mengenai beberapa indeks pengukuran status gizi yang dapat digunakan atau faktor-faktor lain yang dapat berpengaruh terhadap keseimbangan anak.
- 4.2.2 Untuk peneliti selanjutnya, dapat melakukan 2 perlakuan pada 1 anak sehingga dapat membuktikan manakah keseimbangan yang paling baik pada anak tersebut.
- 4.2.3 Perlu dilakukan latihan untuk melatih fokus anak agar dapat melakukan instruksi yang telah diberikan oleh peneliti.
- 4.2.4 Perlu waktu yang cukup lama untuk melakukan penelitian seperti ini agar mendapatkan hasil yang optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Allen, K. Eileen & Lynn R. Marotz. 2010. *Profil Perkembangan Anak : Prakelahiran Hingga Usia 12 Tahun*. Jakarta : PT Indeks
- Cook-shumway, Anne & Marjorie H. Wollacolt. 2007. *Motor Control : Translating Research Into Clinic Practice*. Lippincott Williams & Wilkins.
- Depkes. 2008. *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar RISKESDAS Indonesia-Tahun 2007*. Jakarta : Depkes RI.
- Dinkes Kota Surakarta. 2015. *Profil Kesehatan Kota Surakarta tahun 2014*. Surakarta
- Hildayani, R. 2008. *Psikologi Perkembangan Anak*. Jakarta : Universitas Terbuka
- Irfan M. 2012. *Fisioterapi Bagi Insan Stroke*. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Marimbi, Hanum. 2010. *Tumbuh Kembang, Status Gizi dan Imunisasi Dasar Pada Balita*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Muehlbauer, T., Gollhofer, A., & Granacher, U. 2015. *Associations Between Measures of Balance and Lower-Extremity Muscle Strength/Power in Healthy Individuals Across the Lifespan: A Systematic Review and Meta-Analysis*. *Sports Medicine*, 45(12), 1671–1692. <https://doi.org/10.1007/s40279-015-0390-z>
- Nur Mahardika, Ommes Nilamsari. 2013. *Hubungan Antara Status Gizi dengan Kemampuan Gerak Dasar Siswa Sekolah Dasar*. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan* Vol. 01 Nomor 3 Tahun 2013, 659-667. UNESA.
- Par'i, Holil Muhammad. 2016. *Penelitian Status Gizi*. Jakarta : EGC
- R Steindl *et al.* 2006. *Effect of age and sex on maturation of sensory systems and balance control*. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 48 : 477-482. DOI : 10.1017/S00121622060010022.
- Samsudin. 2008. *Pelajaran Motorik di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta : Prenada Media Group
- Yuliana S, dkk. 2014. *Pelatihan Kombinasi Core Staibility Exercise dan Ankle Strategy Exercise Tidak Lebih Meningkatkan Keseimbangan Statis Pada Mahasiswa S1 Fisioterapi STIKES Aisyiyah Yogyakarta*. *Sport and Fitness Journal* Vol. 2, No. 2 : 63 – 73.