

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak usia 4-5 tahun termasuk kedalam usia anak prasekolah yang biasanya disebut sebagai *golden period* atau masa keemasan dikarenakan proses tumbuh kembang berlangsung sangat pesat. Istilah tumbuh kembang sebenarnya mencakup dua peristiwa yang berbeda tetapi saling berkaitan dan sulit dipisahkan. Pertumbuhan (*growth*) mengacu pada perubahan fisik tertentu dan peningkatan ukuran tubuh anak, semua bentuk pertumbuhan anak ini dapat diukur secara langsung dan dapat dipercaya hasilnya. Sedangkan perkembangan (*development*) mengacu pada bertambahnya kemampuan (*skill*) dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam pola yang teratur dan dapat diramalkan sebagai hasil dari proses pematangan organ atau individu (Marimbi, 2010).

Pada usia ini pertumbuhan berlangsung secara stabil yang dapat dilihat dari bertambahnya ukuran tubuh seseorang. Ukuran tubuh manusia akan berubah seiring dengan bertambahnya umur, yaitu pertumbuhan yang baik akan menghasilkan berat dan tinggi badan yang optimal. Kesesuaian antara pertumbuhan seseorang dengan pertumbuhan yang umum terjadi pada anak-anak sehat akan menghasilkan status gizi yang baik. 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. 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). Keseimbangan yang paling baik adalah ketika pusat massa tubuh

(*Center Of Mass*, COM) atau pusat gravitasi (*Center Of Gravity*, COG) dipertahankan di atas bidang tumpu (*Base Of Support*, BOS) (Kisner & Lynn, 2017).

Dalam penelitian ini pengukuran keseimbangan dibagi menjadi dua, yaitu keseimbangan statis menggunakan *stork stand test* dengan mengukur lamanya anak mampu mempertahankan keseimbangannya menggunakan satu kaki, dan keseimbangan dinamis menggunakan *balance beam walking test* dengan mengukur waktu/kecepatan anak saat berjalan melewati papan titian (*balance beam exerciser*). Penentuan status gizi dilakukan dengan menggunakan metode antropometri dengan parameter berat badan (BB) dan umur (U), indeks pengukuran yang digunakan adalah berat badan menurut umur (BB/U) dan menggunakan standar rujukan dari *World Health Organization* (WHO 2005). Klasifikasi status gizi yang digunakan adalah klasifikasi berdasarkan Keputusan Kementerian Kesehatan RI tahun 2010, dimana kategori status gizi dibagi menjadi empat yaitu gizi lebih, gizi baik, gizi kurang dan gizi buruk.

Berdasarkan latar belakang diatas dan mengingat betapa pentingnya proses tumbuh kembang bagi anak usia 4-5 tahun, maka penulis tertarik untuk mengambil judul penelitian “Hubungan Status Gizi Terhadap Keseimbangan Anak Usia 4-5 Tahun”.

B. 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”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan utama

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

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.

D. Manfaat penelitian

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.

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.