

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan kajian hasil penelitian dan pembahasan maka kesimpulan yang diambil adalah

1. Sebagian besar responden dengan *flat foot* derajat 2.
2. Sebagian besar responden melakukan keseimbangan dengan mata terbuka dan kaki kanan maupun saat kaki kiri diangkat dalam kategori baik. Sebagian besar responden melakukan keseimbangan dengan mata tertutup dan kaki kanan diangkat dalam kategori baik, sedangkan saat melakukan keseimbangan dengan mata tertutup dan kirin diangkat dalam kategori cukup.m
3. Ada hubungan negatif antar derajat *flat foot* dengan keseimbangan pada anak usia 4-5 tahun di Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD)

B. Saran

1. Keilmuan

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai manfaat latihan keseimbangan bagi anak dengan *flat foot*, sehingga diharapkan dapat meningkatkan keseimbangan tubuh pada saat melakukan aktivitas dan meminimalkan terjadinya resiko jatuh.

2. Peneliti lain

Berdasarkan adanya hasil penelitian dan keterbatasan penelitian diharapkan mn peneliti lain dapat menambah variabel penelitian yang berhubungan dengan keseimbangan tubuh sehingga diharapkan diperoleh hasil penelitian yang lebih mendalam dan variatif.