

HUBUNGAN STATUS GIZI TERHADAP PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK USIA PRASEKOLAH

Susiani Endarwati¹, Novitalia²

^{1,2}Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas STRADA Indonesia

E-mail: susianie@strada.ac.id

Abstrak

Pertumbuhan dan perkembangan anak yang baik ditentukan oleh asupan gizi yang seimbang, kualitas maupun kuantitasnya, mencakup air, karbohidrat, lemak, protein, vitamin dan mineral untuk memperoleh tenaga yang cukup. Kecukupan gizi yang baik dapat membantu pertumbuhan anak menjadi optimal. Tujuan dari penelitian ini yaitu mengetahui hubungan status gizi dengan perkembangan motorik kasar anak usia 4-5 tahun. Jenis Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross sectional, menggunakan teknik total sampling didapatkan 42 anak usia 4-5 tahun. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi dan pemeriksaan SDIDTK, kemudian data diolah dan dianalisa dengan uji statistik *Sperman's rank*. Hasil penelitian menunjukkan p value : 0.000 lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ artinya ada hubungan status gizi terhadap perkembangan motorik kasar anak usia prasekolah. Diharapkan orang tua dapat memperhatikan kecukupan gizi anak dan memberikan stimulasi berdasar usia anak sehingga pertumbuhan dan perkembangan motorik kasar anak dapat berkembang optimal. Selain itu tenaga kesehatan dapat melakukan pemantauan rutin status gizi dan perkembangan anak secara berkala.

Kata kunci : status gizi, motorik kasar, anak usia prasekolah

Abstract

Growth and development in children are strongly influenced by balanced nutritional intake, both in terms of quality and quantity, which includes water, carbohydrates, fats, proteins, vitamins, and minerals to provide sufficient energy. Adequate nutrition supports children's optimal growth. The aim of this study was to determine the relationship between nutritional status and gross motor development in children aged 4–5 years. This research employed a quantitative method with a cross-sectional approach. Using a total sampling technique, 42 children aged 4–5 years were included. Data were collected through observation sheets and the SDIDTK assessment, then processed and analyzed using Spearman's rank statistical test. The results showed a p-value of 0.000, which is smaller than $\alpha = 0.05$, indicating a significant relationship between nutritional status and gross motor development in preschool children. It is recommended that parents pay close attention to their children's nutritional adequacy and provide age-appropriate stimulation to optimize growth and motor development. Furthermore, health workers are expected to conduct regular monitoring of children's nutritional status and developmental progress.

Keywords: *nutritional status, gross motor development, preschool children, growth, stimulation*

LATAR BELAKANG

Periode balita merupakan tahap krusial dalam proses perkembangan anak, dimana pertumbuhan serta perkembangan sesuai usia perlu mendapatkan perhatian khusus. Pada masa ini terjadi percepatan tumbuh kembang meliputi pertumbuhan fisik, perkembangan psikomotorik, mental serta sosial.(Luh Putu Sri Yuliastuti, Ana Lestari, 2024)

Asupan gizi memiliki peran penting dalam menentukan kualitas SDM. Kekurangan zat gizi dapat menimbulkan dampak serius, seperti hambatan pertumbuhan fisik serta perkembangan dan kecerdasan yang tidak maksimal. Selain itu kurang gizi juga dapat mengakibatkan menurunnya produktivitas, melemahnya kekebalan tubuh dan meningkatkan resiko terjadinya penyakit.(Ariani, 2017)

Menurut data WHO (2020) prevalensi gangguan perkembangan motorik kasar masih cukup tinggi, yaitu mencapai 28,5%, khusus anak prasekolah tercatat sekitar 21,6% mengalami gangguan perkembangan motorik kasar. Sedangkan berdasarkan Studi Status Gizi Indonesia persentase underweight pada balita sebesar 17%, wasting sebesar 7,7%, stunting sebesar 21,6% dan Overweight sebesar 3,5%. (Kemenkes RI, 2021)

Di provinsi Jawa Timur, sekitar 10% penduduk mengalami keterlambatan perkembangan. Salah satu penyebab nya Adalah masalah gizi. Data menunjukkan adanya gizi buruk sebesar 2,9%, gizi kurang 12%, gizi lebih 2,2%, sangat pendek 7,9%, pendek 18,8%, sangat kurus 1,6%, kurus 5,3% serta gemuk 5%. Berdasarkan laporan Dinkes Kota Kediri, rata rata kasus gizi bermasalah mencapai 10,9% meningkat 0,3% disbanding tahun sebelumnya.(Dinkes Jatim, 2023)

Nutrisi atau gizi diperlukan anak untuk memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan secara umum pada Tingkat setinggi mungkin. Asupan gizi yang optimal memiliki peran penting dalam mendukung perkembangan motorik kasar anak, karena aktivitas motorik kasar membutuhkan koordinasi serta keseimbangan tubuh yang melibatkan otot otot besar. (Almatsier, 2019)

Status gizi pada balita merupakan aspek penting yang harus mendapatkan perhatian khusus dari setiap orang tua. Hal ini didasari oleh kenyataan bahwa gangguan gizi pada usia balita dapat menimbulkan dampak permanen yang tidak bisa dipulihkan. Kekurangan gizi terbukti berpengaruh terhadap perkembangan motorik anak (Marimbi, 2018). Sementara itu, perkembangan fisik motorik merupakan bagian dari perkembangan kepribadian manusia yang

berkaitan dengan gerakan tubuh dan fungsi otot, yang dipengaruhi oleh dorongan pikiran, perasaan, serta kehendak individu (Alwi, 2018).

Motorik kasar adalah kemampuan gerak tubuh yang melibatkan penggunaan otot-otot besar, baik sebagian maupun seluruh anggota tubuh. Keterampilan ini penting agar anak mampu melakukan aktivitas seperti duduk, menendang, berlari, serta naik turun tangga (Sunardi & Sunaryo, 2019). Motorik kasar juga mencakup kemampuan anak dalam mengendalikan gerakan tubuh yang terlihat melalui keterampilan merangkak, berjalan, berlari, berjinjit, menjaga keseimbangan, melompat, memanjat, berguling, maupun berenang, yang semuanya diperoleh melalui usaha dan pengalaman anak sendiri

Penelitian Nurul Musfira dkk (2022) di TK Dharma Wanita Bontoramba menunjukkan sebagian besar anak memiliki status gizi baik (65%) sedangkan perkembangan motorik kasar Sebagian besar sesuai harapan (65%) hasil penelitian terdapat hubungan status gizi dengan perkembangan motorik kasar Dimana anak dengan gizi baik cenderung lebih aktif dan bersemangat sehingga perkembangan motoriknya optimal.(Musfirah, 2022)

Survei awal pada berdasarkan buku pemeriksaan bulanan, masih ditemukan anak dengan status gizi kurang serta keterlambatan perkembangan motorik kasar. Guru juga menilai bahwa beberapa anak tampak lesu dan enggan beraktivitas, bahkan salah satu anak menunjukkan gangguan koordinasi saat berjalan yang mengindikasikan adanya hambatan motorik kasar. Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait permasalahan yang ada. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara status gizi dengan perkembangan motorik kasar pada anak usia prasekolah.

METODE

Desain pada penelitian ini Adalah analitik korelasional dengan pendekatan cross sectional. Populasi pada penelitian ini Adalah seluruh anak usia prasekolah (4-5 tahun) di TK Dharma Wanita Tosaren II Kota Kediri, dengan Teknik total sampling didapatkan 42 anak. Pengumpulan data pada variabel independen menggunakan lembar observasi yang memuat pengukuran berat badan dan tinggi badan sedangkan variabel dependen menggunakan Lembar SDIDTK dengan jumlah 10 soal tentang perkembangan motorik kasar. Data yang telah terkumpul dilakukan pengolahan data kemudian di analisa dengan menggunakan uji statistik *Spearman's rank*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Status Gizi

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Status Gizi anak usia 4-5 tahun

Kategori	Jumlah	Prosentase (%)
Gizi Buruk	0	0
Gizi Kurang	0	0
Gizi Baik	39	92.9
Gizi Lebih	3	7.1
Obesitas	0	0
Total	42	100.0

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan dari 42 responden yang diteliti dapat diinterpretasikan sebagian besar (92,9%) responden dalam kategori gizi baik.

2. Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Prasekolah

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Perkembangan Motorik Kasar anak Usia Prasekolah

Kategori	Jumlah	Prosentase (%)
Sesuai	39	92,9
Meragukan	3	7,1
Menyimpang	0	0
Total	42	100.0

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan dari 42 responden yang diteliti dapat diinterpretasikan sebagian besar (92,9%) responden memiliki perkembangan motorik kasar sesuai.

3. Tabulasi Silang

Tabel 3 Hasil Uji Statistik

Variabel	Nilai Signifikasi	n
Pengaruh Status Gizi terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Prasekolah	0.000	42

Hasil analisis data dengan menggunakan uji *Spearman's rank* menunjukkan nilai $p = 0,000$, yang lebih kecil dari $\alpha = 0,05$. Hal ini berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima, engan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara status gizi dengan perkembangan motorik kasar pada anak usia prasekolah.

Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar anak usia 4–5 tahun memiliki status gizi baik, yaitu sebesar 92,9%. Temuan ini mengindikasikan bahwa mayoritas orang tua telah memperhatikan kebutuhan nutrisi anak, baik dari segi kuantitas maupun kualitasnya. Hal tersebut penting karena status gizi yang baik merupakan salah satu faktor utama dalam mendukung pertumbuhan fisik dan perkembangan anak, khususnya pada masa usia dini yang dikenal sebagai periode emas perkembangan

Menurut Febriawati (2023), berat badan merupakan salah satu parameter yang dapat digunakan untuk menggambarkan massa tubuh dalam satuan kilogram. Massa tubuh ini sangat peka terhadap perubahan mendadak, misalnya akibat penyakit infeksi yang menurunkan nafsu makan atau berkurangnya jumlah asupan makanan. Oleh karena itu, berat badan sering dijadikan acuan dalam menilai kesehatan anak, khususnya terkait status gizi. Indeks BB/U (berat badan menurut umur) digunakan sebagai indikator untuk mendeteksi adanya gangguan pertumbuhan pada anak (Herni, 2023)

Sementara itu, Luh Putu Sri Yuliastuti dan Ana Lestari (2024) menjelaskan bahwa kekurangan gizi pada balita berdampak negatif terhadap pertumbuhan fisik maupun mental, yang kemudian dapat memengaruhi prestasi belajar anak. Dampak lainnya meliputi penurunan daya tahan tubuh, berkurangnya masa hidup sehat, bahkan dapat menyebabkan kecacatan, meningkatnya angka kesakitan, hingga kematian. Anak yang mengalami gizi buruk berisiko 13 kali lebih tinggi untuk meninggal dibandingkan dengan anak dengan gizi normal. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa lebih dari separuh kasus kematian bayi dan balita berhubungan dengan kondisi gizi yang buruk. WHO memperkirakan sekitar 54% kematian bayi dan balita disebabkan oleh masalah gizi.

Berdasarkan hasil penelitian, terlihat bahwa hampir seluruh anak prasekolah menunjukkan perkembangan motorik kasar yang sesuai usianya (92,9%), sementara sebagian kecil berada pada kategori meragukan (7,1%) dan tidak ditemukan adanya penyimpangan. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum anak telah mendapatkan stimulasi dan kesempatan yang cukup untuk mengembangkan keterampilan geraknya. Meski demikian, adanya anak dengan perkembangan meragukan tetap perlu diperhatikan agar tidak berkembang menjadi keterlambatan. Oleh sebab itu, orang tua dan guru diharapkan dapat memberikan stimulasi yang lebih beragam melalui permainan aktif dan kegiatan fisik sederhana, serta melakukan pemantauan secara berkala

Pengembangan motorik kasar di TK bertujuan untuk memperkenalkan serta melatih Gerakan dasar tubuh, meningkatkan ketrampilan dalam mengendalikan dan mengoordinasikan Gerakan, serta membiasakan anak untuk hidup sehat sehingga mendukung pertumbuhan fisik yang kuat, sehat dan terampil. Melalui berbagai aktivitas anak dilatih berbagai aktivitas Gerak yang dapat menunjang perkembangan motorik di masa mendatang.

Peningkatan motorik kasar sendiri sangat dipengaruhi oleh adanya stimulus, yaitu rangsangan yang diberikan oleh orang lain untuk melatih berbagai kemampuan anak, meliputi aspek fisik-motorik, kognitif, bahasa, sosial-emosional, dan lainnya (Endarwati, S. Komariyah, 2017)

Berdasarkan hasil pembahasan di atas, disarankan agar orang tua senantiasa menjaga kualitas asupan gizi anak dengan memberikan makanan seimbang yang kaya akan zat gizi makro maupun mikro, karena status gizi yang baik terbukti berhubungan erat dengan perkembangan motorik kasar. Guru dan tenaga pendidik di taman kanak-kanak juga diharapkan dapat memberikan stimulasi motorik melalui kegiatan fisik yang menyenangkan, bervariasi, dan sesuai tahap perkembangan anak, sehingga anak dapat mengasah keterampilan gerak dasar sekaligus membangun kebiasaan hidup sehat. Selain itu, tenaga kesehatan perlu melakukan pemantauan rutin pertumbuhan dan perkembangan anak, serta memberikan edukasi kepada orang tua mengenai pentingnya gizi dan stimulasi sejak dini.

KESIMPULAN DAN SARAN

Ada pengaruh status gizi dengan perkembangan motorik kasar anak usia prasekolah di TK Dharma Wanita Tosaren II Kota Kediri. Disarankan agar orang tua terus memperhatikan asupan gizi seimbang anak dan memberikan stimulasi motorik melalui aktivitas fisik yang bervariasi. Guru perlu mendukung perkembangan motorik kasar melalui permainan aktif di sekolah, sementara tenaga kesehatan berperan dalam pemantauan pertumbuhan dan edukasi gizi

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima disampaikan kepada Kepala Sekolah dan para guru di TK Dharma Wanita Tosaren II Kota Kediri yang telah membantu jalannya proses penelitian mulai dari studi awal hingga pengambilan data penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

Almatsier, S. (2019). *Prinsip dasar Ilmu Gizi*. PT Gramedia Pustaka Utama.
Alwi, M. (2018). Meningkatkan potensi psikomotorik siswa Madrasah Ibtidaiyah. *Jurnal*

- Primary*, 6(1), 23–27.
- Ariani, P. (2017). *Ilmu Gizi* (1st ed.). Nuha Medika.
- Dinkes Jatim. (2023). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2023*. [https://dinkes.jatimprov.go.id/userfile/dokumen/PROFIL KESEHATAN PROVINSI JAWA TIMUR TAHUN 2023.pdf](https://dinkes.jatimprov.go.id/userfile/dokumen/PROFIL%20KESEHATAN%20PROVINSI%20JAWA%20TIMUR%20TAHUN%202023.pdf)
- Endarwati, S. Komariyah, S. (2017). Hubungan Status Gizi dan Perkembangan Anak Usia 1-3 tahun di Kelurahan Campurejo Kec. Mojoroto Kota Kediri. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(1). [https://doi.org/https://doi.org/10.32831/jik.v6i1.157](https://doi.org/10.32831/jik.v6i1.157)
- Herni, F. & T. dkk. (2023). Hubungan Status Gizi dengan Perkembangan anak usia 3-5 tahun. *Malahayati Nursing Journal*, 5(8), 2559–2567. https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/105322547/Download_20Artikel-libre.pdf?1693181245=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DHubungan_Status_Gizi_dengan_Perkembangan.pdf&Expires=1756915885&Signature=XkxhR7pBgytKUNHrYPdVrHSJec149tcz3cIFYTCLAx
- Kemenkes RI. (2021). *Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia*. SSGL.
- Luh Putu Sri Yulastuti, Ana Lestari, E. G. K. (2024). Hubungan Pendidikan dan Pekerjaan ibu dengan status gizi anak prasekolah. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 4(2), 999–1006. <https://sg.docworkspace.com/d/sIAiA36TxAejfk7wG>
- Marimbi, H. (2018). *Tumbuh Kembang, Status Gizi dan Imunisasi Dasar pada balita*. Nuha Medika.
- Musfirah, N. & R. dkk. (2022). Hubungan status gizi terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Dharma Wanita Bontoramba. *PAUD Agapedi*, 4(1), 1–10. <https://eprints.unm.ac.id/34154/1/ARTIKEL.pdf>
- Sunardi & Sunaryo. (2019). *Intervensi Dini Anak berkebutuhan Khusus*. Depdiknas.
- WHO. (2020). *Improving Early Childhood Development*.