

HUBUNGAN PEMBERIAN ASUPAN GIZI SEIMBANG DENGAN PERKEMBANGAN FISIK MOTORIK ANAK USIA 4-5 TAHUN DI TK YASPI TAMPUBOLON KAB. TOBA T.A 2023/2024

Ummi Khiriyah, Zahratul Qalbi, Rafhi Febryan Putera

Program Studi PGPAUD, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Terbuka, Indonesia

* Email untuk Korespondensi: ummiriyah129@gmail.com

ABSTRAK

Pentingnya memperhatikan perkembangan anak usia dini, terutama dari segi fisik dan motorik, tidak dapat diabaikan karena periode ini merupakan dasar pertumbuhan yang mempengaruhi perkembangan selanjutnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi hubungan antara pemberian asupan gizi seimbang dengan perkembangan fisik motorik anak usia 4-5 tahun di TK YASPI Tampubolon pada tahun ajaran 2023/2024. Penelitian ini menggunakan metode penelitian korelasional. Populasi penelitian terdiri dari 65 anak TK, dengan sampel 21 anak dari kelas TK A. Metode yang digunakan adalah penelitian korelasional dengan menggunakan kuesioner (angket) untuk mengumpulkan data. Analisis data dilakukan dengan korelasi product moment Pearson. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pemberian asupan gizi seimbang dengan perkembangan fisik motorik anak, dengan koefisien korelasi sebesar 0,609. Selain itu, hasil uji t menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat dan signifikan antara kedua variabel tersebut, dengan t hitung sebesar 3,353 yang lebih besar dari tabel t Tabel (2,093). Kesimpulannya, penelitian ini menyatakan bahwa pemberian asupan gizi seimbang berperan penting dalam meningkatkan fisik motorik anak usia 4-5 tahun di TK YASPI Tampubolon.

Kata kunci:

Asupan Gizi Seimbang,
Perkembangan Fisik
Motorik, Anak Usia 4-
5 Tahun

Keywords:

Balanced Nutrition,
Physical Motor
Development, Children
Aged 4-5 Years

The importance of paying attention to the development of children of this age, especially in terms of physical and motor, cannot be ignored because this period is the basis of growth that affects further development. This study aims to evaluate the relationship between the provision of balanced nutritional intake and the physical and motor development of children aged 4-5 years at YASPI Tampubolon Kindergarten in the 2023/2024 school year. This study uses a correlational research method. The research population consisted of 65 kindergarten children, with 21 children from kindergarten class A. The method used was correlational research using questionnaires to collect data. Data analysis was carried out with Pearson product moment correlation. The results of the study showed that there was a significant relationship between the provision of balanced nutritional intake and the physical development of children's motor skills, with a coefficient of 0.609. In addition, the results of the t-test showed that there was a strong and significant relationship between the two variables, with a t-count of 3.353 which was greater than the t-table table (2.093). In conclusion, this study states that balanced nutritional intake plays an important role in improving the motor physique of children aged 4-5 years at YASPI Tampubolon Kindergarten.

*Ini adalah artikel akses terbuka di bawah lisensi [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).
This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.*

PENDAHULUAN

Pada masa usia dini anak mengalami masa keemasan (*the golden year*) yang merupakan masa-masa perkembangan motoriknya. Menurut Soetjningsih Cristiana pada tahun 2012, perkembangan fisik berkaitan dengan tinggi dan berat badan serta proporsi tubuh, dimana ada kemajuan dalam perkembangan otot sitem

saraf dan koordinasi motoriknya sehingga anak dapat melakukan berbagai kegiatan yang lebih tinggi tingkatannya (ALAWIAH et al., 2020). Sedangkan perkembangan motorik menurut Hurlock (dalam Soetjningsih Chistiana pada tahun 1991) adalah perkembangan pengendalian gerakan jasmani melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf, dan otot yang terkoordinasi (Talango, 2020). Oleh karena itu pemahaman tentang perkembangan fisik dan motorik pada periode ini sangat penting, karena akan mempengaruhi perkembangan mereka di masa depan.

Pentingnya memperhatikan perkembangan anak usia dini, terutama dari segi fisik dan motorik, tidak dapat diabaikan karena periode ini merupakan dasar pertumbuhan yang mempengaruhi perkembangan mereka selanjutnya. Santoso Soegeng pada tahun 2009, menekankan bahwa kesehatan dan gizi memegang peran sentral dalam proses ini, karena gizi yang seimbang mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal (Santoso & Ranti, 2009; Setyawati & Hartini, 2018). Oleh karena itu, kesadaran akan pentingnya asupan gizi yang seimbang dalam pembentukan anak yang berkualitas menjadi suatu hal yang sangat penting. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2014 Gizi Seimbang adalah susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi (Wardan et al., 2021).

Yusuf Syamsu pada tahun 2016, berpendapat bahwa Pada anak usia prasekolah perkembangan fisik menyangkut ukuran berat dan tinggi badan serta proporsi tubuh berubah secara dramatis seperti pada usia 3 tahun, rata-rata tingginya sekitar 80-90 cm dan beratnya sekitar 10-13 kg (Marwoko, 2019; Yusuf, 2012). Pada usia 5 tahun, tingginya sudah mencapai sekitar 100-110 cm. Pada perkembangan motorik kasar, diusia ini sudah mampu melompat, mengendarai sepeda anak, menangkap bola dan bermain olah raga. Sedangkan pada perkembangan motorik halus di usia ini sudah mampu menggunakan pensil, menggambar, memotong dengan gunting dan menulis huruf cetak. Menurut WHO (*World Health Organization*), Perkembangan berat badan dan tinggi ideal anak usia 4-5 tahun adalah sebagai berikut :

Tabel 1. Perkembangan berat badan dan tinggi ideal anak usia 4-5 tahun

Usia	laki-Laki		Perempuan	
	Berat badan (kg)	Tinggi badan (cm)	Berat Badan (kg)	Tinggi Badan (cm)
4 tahun	13,6-19,9	95,5-108,2	13,0-19,2	95,0-106,9
5 tahun	15,0-22,6	102,0-21,7	14,4-21,7	101-113,9

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan Anak usia prasekolah harusnya memiliki tubuh yang proporsional dan tahapan perkembangan yang tidak terhambat, terutama dalam motorik kasar dan halus. Dalam motorik kasar mereka sudah bisa melompat, mengendarai sepeda, bermain olah raga, sedangkan dalam motorik halus mereka sudah bisa menggunakan pensil, menggambar, memotong dan menulis huruf cetak.

Peran orangtua terutama ibu, sangat penting dalam memberikan asupan gizi seimbang kepada anak-anak mereka. Kebiasaan makan yang baik akan membantu dalam perkembangan fisik mental anak-anak. Maka, penting bagi para orang tua untuk memperhatikan pola makan anak-anak mereka serta memperkenalkan berbagai macam makanan bergizi sejak dini.

Dodik iriawan merekomendasikan asupan gizi seimbang untuk anak usia 3-5 tahun dengan cara sebagai berikut :

1. Peran gizi tinggi dianjurkan agar mengonsumsi makanan dengan destinas gizi yang tinggi seperti karbohidrat kompleks, protein hewani, sayur dan buah-buahan. Pada anak usia 3-5 tahun dalam sehari, dianjurkan makan karbohidrat sebanyak 4 porsi, sayuran dua porsi, buah tiga porsi, lauk dua porsi, susu satu porsi, dan empat sendok teh minyak, serta dua sendok makan gula.
2. Perhatikan jumlah asupan gula, garam dan lemak. konsumsi gula tak lebih dari 67 gram per hari.
3. Hindari konsumsi olahan industri. Disarankan untuk menghindari makanan yang terbuat olahan industri karena banyak mengandung garam, gula dan lemak.
4. Air putih yang cukup. Air putih baik untuk metabolisme dan pencernaan tubuh. Anak dianjurkan minum air putih sebanyak 1,6 liter perhari.
5. Makan bersama anak. Ada baiknya untuk membiasakan makan bersama anak agar asupan bisa dikontrol. Kebiasaan ini dianggap akan berpengaruh saat anak sudah menginjak usia remaja.
6. Imbangi dengan aktivitas. Imbangi pola makan anak dengan aktivitas fisik seperti berlari dan melompat. Kegiatan ini baik untuk mencegah anak obesitas.

Hasil penelitian sebelumnya oleh Cut Rica Fitria Ananda dan rekan-rekannya pada tahun 2017 di TK FKIP UNSYIAH Darussalam Banda Aceh membahas tentang Hubungan Status Gizi dengan Fisik Motorik Anak TK FKIP Unsyiah Darussalam Banda Aceh yang memiliki tujuan penelitian untuk menentukan hubungan

status gizi dengan fisik motorik anak TK FKIP Unsyiah (Ananda, 2017). Penelitian sebelumnya dengan penelitian yang dilakukan memiliki persamaan yaitu sama-sama meneliti anak-anak di taman kanak-kanak dan menyoroti pentingnya status gizi atau asupan gizi yang seimbang dalam mendukung perkembangan fisik motorik mereka. Sedangkan perbedaan dari kedua penelitian ini dalam pendekatan dan lingkup kajian.

Dalam menjaga kesehatan, penting untuk memperhatikan asupan makanan seimbang, kebutuhan lemak tubuh, dan tingkat aktivitas fisik. Sayangnya, seringkali orangtua, terutama ibu memberikan makanan yang cukup namun kurang dalam kandungan gizi. Masalah pola makanan buruk dan masalah badan berlebih atau kekurangan pada anak-anak seperti yang pernah terjadi di Amerika Serikat, disebabkan oleh kebiasaan makan cepa, konsumsi berlebihan, dan makanan berlemak. Fenomena ini juga terjadi di Indonesia, dimana banyak anak lebih banyak memilih makanan cepat saji, kurang berolahraga, dan lebih banyak menghabiskan waktu di depan layar.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian korelasional (El Hasbi et al., 2023; Waruwu, 2023). Tujuan penelitian ini untuk mengeksplorasi hubungan antara pemberian asupan gizi seimbang dengan perkembangan fisik motorik anak usia 4-5 tahun di TK YASPI Tampubolon. Variabel penelitian terdiri dari pemberian asupan gizi seimbang sebagai variabel bebas (X) dan perkembangan fisik motorik anak sebagai variabel terikat (Y). Pemberian asupan gizi seimbang didefinisikan sebagai makanan sehari-hari yang memenuhi kebutuhan tubuh anak dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman makanan, aktivitas fisik, kebersihan, dan berat badan ideal. Sedangkan perkembangan fisik motorik anak mencakup perubahan tinggi badan dan berat badan, serta kemampuan gerak kasar dan halus anak.

Pengumpulan data dilakukan melalui angket tertutup yang diberikan kepada orang tua dan guru, dengan opsi jawaban yang sudah ditentukan. Validitas angket diuji menggunakan rumus korelasi product moment, sementara reliabilitasnya diukur dengan rumus reliabilitas internal. Selain itu, pengukuran langsung dilakukan untuk mengetahui perkembangan fisik anak melalui pengukuran berat badan dan tinggi badan sesuai dengan umur.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik analisis statistik untuk menghitung koefisien korelasi antara pemberian asupan gizi seimbang dan perkembangan motorik anak. Pengujian hipotesis dilakukan dengan uji t untuk menentukan signifikansi hubungan antara kedua variabel, dengan tingkat signifikansi kesalahan sebesar 5%. Jika nilai t berada di dalam daerah penerimaan, maka hipotesis alternatif dapat diterima, namun jika berada di luar daerah penerimaan, maka hipotesis alternatif akan ditolak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Hasil Penelitian

Bagian ini menyajikan gambaran mengenai hubungan antara pemberian asupan gizi seimbang (X) dengan perkembangan fisik motorik anak (Y) di TK YASPI Tampubolon pada tahun ajaran 2023/2024. Untuk menilai hubungan tersebut, peneliti mengumpulkan data melalui penyebaran kuesioner kepada ibu dari anak-anak yang menjadi sampel penelitian, kuesioner kepada guru untuk menilai perkembangan motorik anak, dan juga menggunakan pengukuran langsung untuk tinggi dan berat badan anak.

Dari perhitungan koefisien korelasi, diperoleh nilai r sebesar 0,609 dengan taraf signifikansi 5%. Nilai hitung sebesar 0,609 lebih besar dari nilai tabel, yaitu 0,433, sehingga $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($0,609 > 0,433$). Selanjutnya, hasil uji t menunjukkan nilai hitung sebesar -3,353, dengan derajat kebebasan (dk) 21-219. Nilai kritis yang diperoleh dari tabel adalah 2,093. Dengan membandingkan kedua nilai tersebut, yaitu 3,353 dan 2,093, hipotesis dapat diterima, menunjukkan adanya hubungan yang kuat dan signifikan antara pemberian asupan gizi seimbang dengan perkembangan fisik motorik anak usia 4-5 tahun di TK YASPI Tampubolon.

Pemberian Asupan Gizi Seimbang

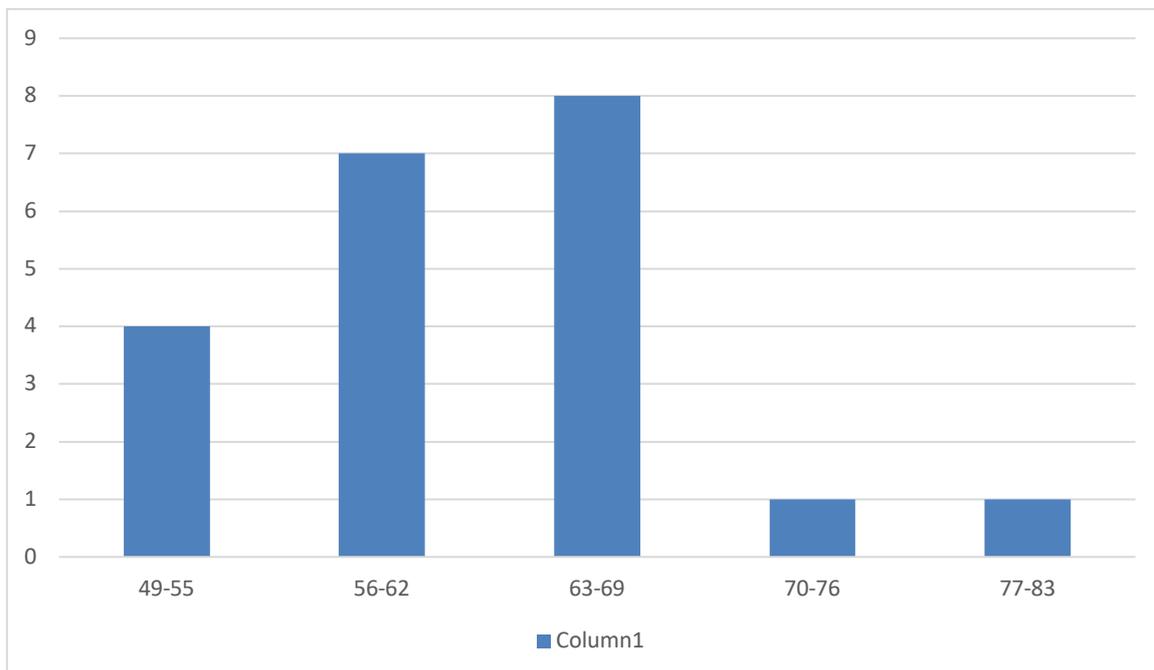
Dalam bagian ini, dipaparkan informasi mengenai data penelitian terkait pemberian asupan gizi seimbang (X) dan perkembangan fisik motorik anak (Y). Data yang disajikan adalah hasil skor dari angket yang diisi oleh responden. Responden yang memberikan informasi tentang pemberian asupan gizi seimbang adalah orang tua atau ibu dari anak-anak, sedangkan informasi tentang perkembangan fisik motorik anak diperoleh dari guru kelas.

Berdasarkan data penelitian yang dikumpulkan dari hasil penyebaran angket kepada 21 responden, secara keseluruhan pemberian asupan gizi seimbang memiliki skor tertinggi sebesar 80 dan skor terendah sebesar 49, dengan skor rata-rata mencapai 62.

Tabel 2. Daftar Distribusi Frekuensi Pemberian Asupan Gizi Seimbang (X)

Kelas Interval	Frekuensi	Frekuensi Kumulatif	Persentase (%)
49-55	4	4	19,04 %
56-62	7	11	33,33 %
63-69	8	19	38,09 %
70-76	1	20	4,76 %
77-83	1	21	4,76 %
Jumlah	21	-	100 %

Berdasarkan tabel diatas nilai rata-rata berada pada interval 63-69 hal ini menunjukkan bahwa terdapat 8 responden (38,09 %) yang berada pada skor rata-rata dengan kriteria tinggi dalam pemberian asupan gizi seimbang, 7 responden (33,33%) yang berada di atas rata-rata dengan kriteria sedang dalam pemberian asupan gizi seimbang dan 1 responden (4,76%) dengan kriteria kurang dalam pemberian asupan gizi seimbang yang berada di bawah rata-rata. Untuk lebih jelasnya penyebaran skor digambarkan pada gambar diagram berikut :

**Gambar 1. Diagram Pemberian Asupan Gizi Seimbang**

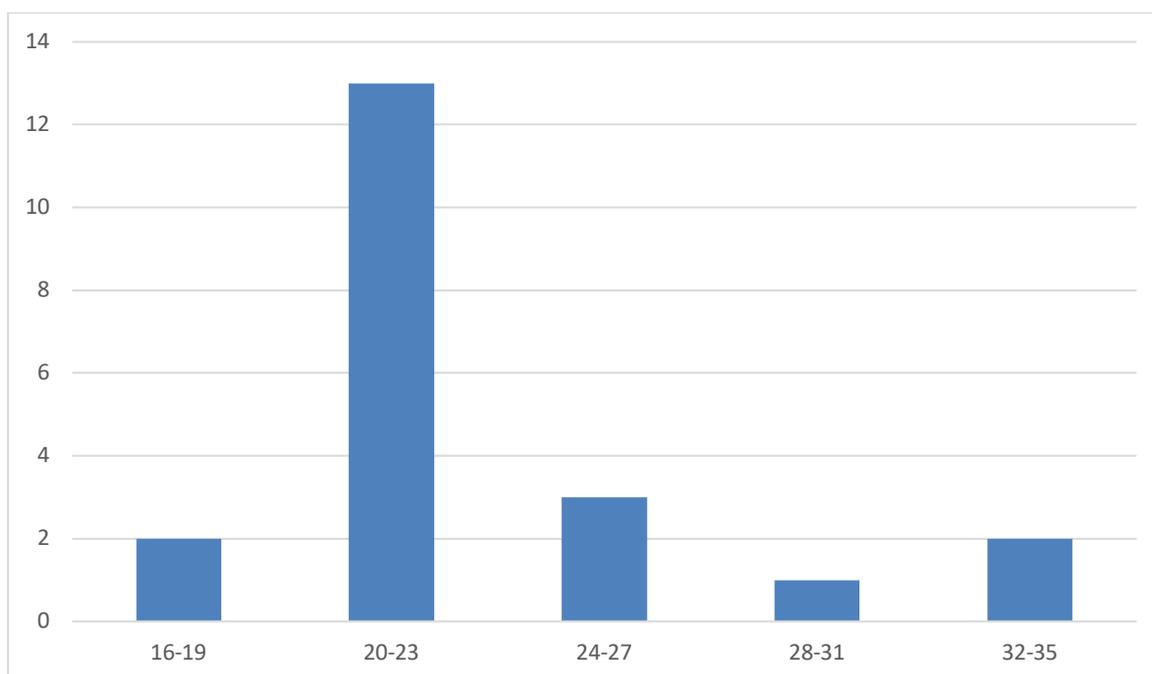
Perkembangan Motorik Anak

Dari hasil penelitian yang melibatkan 21 responden, diperoleh data mengenai perkembangan fisik motorik anak. Skor tertinggi yang diperoleh adalah 32, sedangkan skor terendahnya adalah 19. Rata-rata skor perkembangan fisik motorik anak adalah 23.

Tabel 3. Daftar Distribusi Frekuensi Perkembangan Fisik Motorik Anak (Y)

Kelas Interval	Frekuensi	Frekuensi Kumulatif	Persentase (%)
16-19	2	2	9,52 %
20-23	13	15	61,90 %
24-27	3	18	14,28 %
28-31	1	19	4,76 %
32-35	2	21	9,52 %
Jumlah	21	-	100 %

Berdasarkan tabel 3, nilai rata-rata menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki perkembangan motorik yang tinggi, dengan 13 responden (61,90%) mencapai skor di atas rata-rata. Sementara itu, 2 responden (9,52%) memiliki perkembangan motorik yang sedang, dan 3 responden (14,28%) menunjukkan perkembangan motorik yang kurang. Diagram pada Gambar 2 memperlihatkan penyebaran skor secara visual.



Gambar 2. Diagram Perkembangan Motorik Anak

Perkembangan Fisik Anak

Perkembangan fisik anak dapat dinilai melalui pengukuran langsung terhadap tinggi dan berat badannya. Pada rentang usia 4-5 tahun, terdapat standar yang menjadi acuan untuk menentukan berat badan dan tinggi badan yang ideal bagi anak-anak dalam tahap perkembangannya.

Tabel 4. Perkembangan Berat dan Tinggi Badan Ideal Menurut WHO

Usia	laki-laki		Perempuan	
	Berat Badan (kg)	Tinggi Badan (cm)	Berat Badan (kg)	Tinggi Badan (cm)
4 Tahun	13,6 -19,9	95,5 – 108,2	13,0 – 19,2	95,0-106,9
5 Tahun	15,0-22,6	102,0 – 115,1	14,4-21,7	101 -113,9

Dari hasil penelitian, ditemukan bahwa dari total 20 anak usia 4-5 tahun yang diamati, 14 di antaranya memiliki berat badan dan tinggi badan yang sesuai dengan standar ideal untuk usia mereka. Ini menunjukkan bahwa sebagian besar anak pada rentang usia tersebut memiliki pertumbuhan yang sehat dan normal. Temuan ini disajikan dalam tabel berikut.

Tabel 5. Pengukuran Tinggi dan Berat Badan anak TK A di TK Yaspi Tampubolon

No	Nama Anak	Jenis Kelamin		Tinggi badan Cm	Berat Badan Kg	Usia Tahun	Kriteria
		L	P				
1	A.N.F		p	103	15	4	Normal
2	A.F.M.L	L		103	18	4	Normal
3	A.F.S		P	107	20	5	Pendek/Gemuk
4	A.Q		P	100	14	5	Normal
5	A.K.R.P		P	110	24	4	Pendek/Gemuk
6	A.Z.E	L		104	15	4	Normal
7	A.S.H		P	106	18	4.5	Normal
8	B.J.M.I		P	103	18	5	Normal
9	D.S	L		100	14	4	Normal
10	F.A	L		100	14	4	Normal
11	G.R.B.H	L		109	17	4	Normal
12	I.R.B.H		P	100	13	4.5	Normal
13	K.R.P	L		111	17	5	Normal

14	M.K.P.Y	L	103	14	5	Normal
15	M.P.G	P	110	19	5	Normal
16	N.N.K	P	98	13	4,6	Normal
17	R.A.A	L	95	11	4	Normal
18	R.A.S	L	104	16	4,7	Normal
19	W.S.W	L	104	17	5	Normal
20	N.A	P	115	22	5	Normal
21	M.I.T	P	106	14	4	Normal

Pembuktian Hipotesis

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan analisis terhadap hubungan antara pemberian asupan gizi seimbang dan perkembangan fisik motorik anak usia 4-5 tahun di TK Yaspi Tampubolon. Peneliti menggunakan metode analisis korelasi product moment untuk mengevaluasi hubungan antara kedua variabel tersebut. Selain itu, untuk menguji hipotesis yang diajukan, peneliti menerapkan uji t. Hasil perhitungan menunjukkan nilai korelasi serta hasil uji yang memberikan gambaran tentang sejauh mana keterkaitan dan signifikansi antara asupan gizi seimbang dan perkembangan fisik motorik anak-anak tersebut dan perolehannya sebagai berikut

Tabel 6. Indeks Korelasi Pemberian Asupan Gizi Seimbang dengan Perkembangan Fisik Motorik Anak

Indeks	Hasil korelasi	Kategori
Pemberian Asupan Gizi seimbang Dengan Perkembangan Fisik Motorik	0,609	Tinggi/kuat

Hasil pengujian hipotesis dilakukan terhadap sampel sebanyak 21 anak, yang menghasilkan nilai uji sebesar 3.353. Berdasarkan perhitungan, diperoleh nilai t tabel sebesar 2,093 dengan derajat kebebasan (dk) 21-2-19. Perbandingan antara kedua nilai tersebut menunjukkan bahwa nilai uji (3,353) lebih besar dari nilai t tabel (2,093), sehingga hipotesis alternatif (Ha) diterima. Hal ini mengindikasikan adanya hubungan yang positif, kuat, dan signifikan antara pemberian asupan gizi seimbang dengan perkembangan fisik motorik anak usia 4-5 tahun di TK Yaspi Tampubolon Tahun Ajaran 2023/2024.

Pembahasan Penelitian

Pembahasan penelitian juga menekankan pentingnya hubungan antara gizi seimbang dan perkembangan fisik motorik anak. Menurut Soetjningsih Christiana, perkembangan fisik mencakup aspek tinggi, berat badan, dan proporsi tubuh, serta kemajuan dalam perkembangan otot, sistem saraf, dan koordinasi motorik. Sementara menurut Hurlock dalam Soetjningsih Christiana pada tahun 1991, perkembangan motorik melibatkan pengendalian gerakan jasmani melalui koordinasi sistem saraf, urat syaraf, dan otot. Oleh karena itu, perkembangan fisik motorik anak mengacu pada perubahan fisik yang melibatkan tinggi badan, berat badan sesuai usia, dan kemampuan motorik yang berkembang seiring dengan kematangan fungsi organ tubuh.

Santoso Soegeng pada tahun 2009, juga menegaskan pentingnya peran gizi seimbang dalam pertumbuhan dan perkembangan anak (Santoso & Ranti, 2009; Setyawati & Hartini, 2018). Anak yang mendapat gizi seimbang akan berkembang menjadi individu yang berkualitas (Munawaroh et al., 2022; Wigati et al., 2022). Dari penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa gizi seimbang memainkan peran yang signifikan dalam proses perkembangan anak.

Pemberian asupan gizi seimbang mengacu pada konsumsi makanan sehari-hari yang menyediakan zat-zat gizi dalam jumlah dan variasi yang mencukupi untuk memenuhi kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keberagaman makanan, aktivitas fisik, kebersihan, dan pemeliharaan berat badan yang ideal untuk mencegah masalah gizi (FRISCA, 2023; Suhaimi, 2019). Sementara itu, perkembangan fisik motorik anak mencakup perubahan fisik yang terkait dengan tinggi dan berat badan yang sesuai dengan usia mereka, serta kemampuan motorik kasar dan halus (Kamelia, 2019).

Hasil penelitian oleh Cut Rica Fitria Ananda dan rekan-rekannya pada tahun 2017 di TK FKIP UNSYIAH Darussalam Banda Aceh menunjukkan adanya korelasi antara status gizi dengan perkembangan fisik motorik anak, dengan melibatkan 51 responden (Ananda, 2017). Observasi awal menunjukkan bahwa fisik motorik anak berhubungan dengan aktivitas fisik dan proses mental mereka. Lingkungan tempat anak tinggal juga memengaruhi pola perilaku mereka. Misalnya, anak-anak yang berkegiatan di dalam ruangan kelas cenderung memiliki aktivitas yang terlihat dari perilaku mereka selama di dalam kelas. Hal ini berkaitan dengan status gizi mereka sehari-hari.

Secara umum, anak usia 5 tahun termasuk kelompok rawan gizi karena asupan makanan yang tidak seimbang, kurangnya pola hidup sehat, dan kurangnya istirahat yang cukup (Junita et al., 2023; Ramlah, 2021). Oleh karena itu, penting untuk memperhatikan asupan gizi yang seimbang dan menjaga pola hidup yang sehat untuk mendukung perkembangan fisik motorik anak-anak.

Dari penelitian yang relevan di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi hubungan antara pemberian asupan gizi seimbang dan perkembangan fisik motorik anak usia 4-5 tahun di TK Yaspi Tampubolon. Sampel penelitian terdiri dari 21 anak yang dipilih secara menyeluruh dari populasi anak usia 4-5 tahun di TK tersebut. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang disebarakan kepada orangtua serta angket perkembangan fisik motorik yang diberikan kepada guru kelas TK A.

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa dari total responden, 11 di antaranya berada di atas rata-rata dengan kategori tinggi, 8 responden berada pada skor rata-rata dengan kategori sedang, dan 2 responden berada di bawah rata-rata dengan kategori kurang.

Selanjutnya, dalam pembuktian hipotesis dilakukan indeks korelasi dan uji t. Hasil korelasi menunjukkan nilai sebesar 0,609, yang masuk ke dalam kategori tinggi atau kuat. Sementara itu, hasil uji t adalah 3,353. Dari hasil data dan perhitungan tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara pemberian asupan gizi seimbang dengan perkembangan fisik motorik anak usia 4-5 tahun di TK Yaspi Tampubolon pada tahun ajaran 2023/2024.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara pemberian asupan gizi seimbang (X) dan perkembangan fisik motorik (Y) anak usia 4-5 tahun di TK Yaspi Tampubolon. Hal ini didukung oleh hasil pengujian hipotesis melalui uji korelasi dengan jumlah sampel sebanyak 21 anak. Dari hasil perhitungan data, koefisien korelasi untuk perkembangan fisik motorik anak diperoleh sebesar 0,609 dengan signifikansi 0,05 sebesar 0,433, yang menunjukkan bahwa $r_{xy} > t_{tabel}(0,609 > 0,433)$. Selain itu, dari perhitungan nilai uji-t, diperoleh nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$, yaitu $3,353 > 2,093$. Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang positif antara pemberian asupan gizi seimbang dengan perkembangan fisik motorik anak usia 4-5 tahun di TK Yaspi Tampubolon.

Sebagai tambahan, uji-t tersebut dilakukan dengan menggunakan nilai t_{tabel} dengan derajat kebebasan $(dk) = 21 - 2 = 19$. Dengan nilai t_{tabel} sebesar 2,093, dan nilai t_{hitung} sebesar 3,353, maka H_0 diterima, yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang positif, kuat, dan signifikan antara pemberian asupan gizi seimbang dengan perkembangan fisik motorik anak usia 4-5 tahun di TK Yaspi Tampubolon pada tahun ajaran 2023/2024.

Penting untuk memperhatikan perkembangan anak sejak usia dini, karena fase ini akan membentuk landasan penting bagi pertumbuhan dan perkembangan selanjutnya. Pemberian asupan gizi yang seimbang oleh orangtua memiliki dampak yang signifikan terhadap perkembangan fisik motorik anak pada usia dini. Semakin baik asupan gizi yang seimbang yang diberikan kepada anak oleh orangtua, semakin baik pula perkembangan fisik motorik anak tersebut. Dengan demikian, peran orangtua dalam memberikan asupan gizi yang seimbang sangatlah penting dalam memastikan pertumbuhan dan perkembangan optimal anak sejak usia dini.

REFERENSI

- Alawiah, S., St Aisyah, B. M., & Hamriani, H. (2020). Upaya Pemenuhan Kota Layak Anak (Kla) Kelurahan Manggala Kecamatan Manggala Kota Makassar. *Washiyah: Jurnal Kajian Dakwah Dan Komunikasi*, 1(4).
- Ananda, C. R. F. (2017). Hubungan Status Gizi dengan Fisik Motorik Anak Tk Fkip Unsyiah Darussalam Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Biologi*, 2(2).
- El Hasbi, A. Z., Damayanti, R., Hermina, D., & Mizani, H. (2023). Penelitian Korelasional (Metodologi Penelitian Pendidikan). *Al-Furqan: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 2(6), 784–808.
- Frisca, A. (2023). *Pengetahuan Ibu Tentang Pemenuhan Gizi Seimbang Anak Usia Dini*.
- Junita, F., Wati, P. K., & Ulfah, R. (2023). Nutritional Status with the Incidence of Anemia in Students of LSPR Jakarta Institute of Communication and Business. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), 288–294.
- Kamelia, N. (2019). Perkembangan fisik motorik anak usia dini (standar tingkat pencapaian perkembangan anak) stppa tercapai di ra harapan bangsa maguwoharjo condong catur yogyakarta. *KINDERGARTEN: Journal of Islamic Early Childhood Education*, 2(2), 112–136.

- Marwoko, G. (2019). Psikologi perkembangan masa remaja. *Tasyri: Jurnal Tarbiyah-Syariah-Islamiah*, 26(1), 60–75.
- Munawaroh, H., Nada, N. K., Hasjiandito, A., Faisal, V. I. A., Heldanita, H., Anjarsari, I., & Fauziddin, M. (2022). Peranan Orang Tua Dalam Pemenuhan Gizi Seimbang Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Anak Usia 4-5 Tahun. *Sentra Cendekia*, 3(2), 47–60.
- Ramlah, U. (2021). Gangguan kesehatan pada anak usia dini akibat kekurangan gizi dan upaya pencegahannya. *Ana' Bulava: Jurnal Pendidikan Anak*, 2(2), 12–25.
- Santoso, S., & Ranti, A. L. (2009). *Kesehatan & gizi*.
- Setyawati, V. A. V., & Hartini, E. (2018). *Buku ajar dasar ilmu gizi kesehatan masyarakat*. Deepublish.
- Suhaimi, A. (2019). *Pangan, gizi, dan kesehatan*. Deepublish.
- Talango, S. R. (2020). Konsep perkembangan anak usia dini. *Early Childhood Islamic Education Journal*, 1(01), 93–107.
- Wardan, K., Pd, M., & Muri'ah, D. R. H. S. (2021). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*.
- Waruwu, M. (2023). Pendekatan penelitian pendidikan: metode penelitian kualitatif, metode penelitian kuantitatif dan metode penelitian kombinasi (Mixed Method). *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 2896–2910.
- Wigati, A., Sari, F. Y. K., & Suwanto, T. (2022). Pentingnya edukasi gizi seimbang untuk pencegahan stunting pada balita. *Jurnal Abdimas Indonesia*, 4(2), 155–162.
- Yusuf, S. (2012). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*.