



## HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DAN PERKEMBANGAN MOTORIK ANAK USIA DINI DI TKIT TUAH FISABILILLAH BATAM

**Muhammad Wahyu Nasution**

**Arifuddin Jalil**

STIT Internasional Muhammadiyah Batam

[nasutionwahyu695@gmail.com](mailto:nasutionwahyu695@gmail.com)

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara status gizi dan perkembangan motorik anak usia dini di TKIT Buah Fisabilillah, Batam. Status gizi merupakan salah satu faktor utama yang memengaruhi perkembangan motorik anak, baik motorik kasar maupun halus. Penelitian dilakukan pada 9 anak usia 4-6 tahun, terdiri dari 5 laki-laki dan 4 perempuan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa status gizi anak berpengaruh terhadap kemampuan motoriknya. Anak dengan status gizi kurang menunjukkan hambatan pada perkembangan motorik. Faktor ekonomi dan kesadaran orang tua tentang pentingnya gizi menjadi variabel pendukung dalam hasil ini. Guru di TKIT Buah Fisabilillah berperan aktif dalam menstimulus motorik anak melalui berbagai kegiatan. Penelitian ini menegaskan pentingnya asupan gizi seimbang sejak dini untuk mendukung tumbuh kembang anak secara optimal

**Kata Kunci :** status gizi, perkembangan motorik, anak usia dini

### ABSRTACT

This study aims to analyze the relationship between nutritional status and motor development of young children at TKIT Buah Fisabilillah, Batam. Nutritional status is one of the main factors that influences children's motor development, both gross and fine motor skills. The research was conducted on 9 children aged 4-6 years, consisting of 5 boys and 4 girls. The research results show that children's nutritional status influences their motor skills. Children with poor nutritional status show obstacles in motor development. Economic factors and parents' awareness of the importance of nutrition are supporting variables in this achievement. Teachers at TKIT Buah Fisabilillah play an active role in stimulating children's motor skills through various activities. This research emphasizes the importance of balanced nutritional intake from an early age to support children's optimal growth and development

**KEYWORDS:** *nutritional status, motor development, early childhood*

## **PENDAHULUAN**

Status gizi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik anak. Nutrisi yang cukup dan seimbang dapat memberikan dampak positif terhadap perkembangan motorik anak. Terdapat hubungan antara status gizi dengan kemampuan fisik motorik anak usia dini. Kekurangan gizi dapat mempengaruhi perkembangan motorik anak sehingga menyebabkan pertumbuhan dan perkembangannya lambat dibandingkan teman sebayanya. Perkembangan anak yang didukung oleh status gizi yang baik dan seimbang, gizi tidak seimbang maupun gizi buruk serta derajat kesehatan yang rendah akan sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan maupun perkembangan motorik halus anak. Orang tua mempunyai peranan penting dalam mencukupi asupan gizi anak, sehingga harus memahami kebutuhan nutrisi makanan anak yang baik dan makanan yang tidak baik tidak mempengaruhi gaya hidup yang serba instan.

Maksimal 10 baris Gizi yang seimbang perlu menjadi perhatian bagi setiap orang tua terutama ibu karena jika gizi yang masuk dalam tubuh anak tidak seimbang akan menyebabkan berbagai masalah kesehatan. Peran seorang ibu sangat penting atau dibutuhkan dalam menyediakan gizi pada anak. Pengetahuan dan keterampilan yang memadai seharusnya dimiliki oleh ibu sebagai modal dalam menyediakan gizi bagi anak, hal ini menandakan bahwa seorang ibu diharuskan tau atau paham tentang gizi yang diperlukan anaknya. Karena anak yang mendapatkan gizi yang cukup akan memudahkan anak dalam mengembangkan motorik nya. Periode penting dalam tumbuh kembang adalah masa balita. Pada masa ini perkembangan kemampuan berbahasa, kreatifitas, kesadaran sosial, emosional dan intelegensia berjalan cepat dan merupakan landasan perkembangan berikutnya, sehingga kelainan atau penyimpangan sekecil apapun apabila tidak terdeteksi dan tidak ditangani dengan baik, akan mengurangi kualitas sumber daya manusia di kemudian hari. Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap tumbuh kembang anak adalah lingkungan postnatal yaitu gizi Status gizi balita merupakan hal yang harus diketahui oleh setiap orangtua, perlunya perhatian lebih dalam tumbuh kembang di usia balita didasarkan fakta bahwa kurang gizi yang terjadi pada masa emas ini, bersifat irreversible/tidak dapat pulih. Keterampilan motorik halus merupakan koordinasi halus pada otot-otot kecil yang memainkan suatu peran utama. Pergerakan trampil adalah proses yang sangat kompleks, sehingga faktor-faktor yang berhubungan dengan ketidaktercapaian keterampilan perlu diminimalkan.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain deskriptif. Subjek penelitian adalah anak-anak usia 4-6 tahun di TKIT Tuah Fisabilillah, Batam, yang dipilih menggunakan teknik total sampling sebanyak 9 anak (5 laki-laki dan 4 perempuan). Data status gizi diperoleh melalui pengukuran berat badan dan tinggi badan, yang dianalisis menggunakan tabel status gizi. Data perkembangan motorik dikumpulkan melalui observasi menggunakan indikator kemampuan motorik kasar, seperti berjalan lurus, berjalan pada papan titian, senam, berlari sambil melompat, dan melempar bola. Wawancara juga dilakukan terhadap wali murid untuk memahami faktor pendukung dan penghambat perkembangan anak.

## HASIL PENELITIAN

Data status gizi anak laki laki dan anak perempuan usia 4-6 tahun di TKIT tuah fisabilillah kecamatan bulang yang berjumlah diantaranya 5 laki laki dan 4 perempuan. Dapat dilihat pada table dibawah ini

**Tabel 1**

### Status gizi anak laki laki dan perempuan

No	kategori	Laki laki	perempuan
1.	Sangat kurus	1	
2.	Kurus	1	1
3.	Normal	3	3
4.	Gemuk		
5.	Obesitas		

**Tabel 2**

### Hasil observasi kemampuan motorik anak usia 4-6 tahun

No	Kemampuan motorik	BB	MB	BSH
1.	Berjalan lurus pada garis lurus		1	8
2.	Berjalan pada papan titian	1	1	7
3.	Berjalan sambal berjinjit		2	7
4.	Senam dengan mengikuti irama			9
5.	Berlari sambal melompat	1	1	7
6.	Melempar dan menangkap bola	1	1	7

Berdasarkan hasil penelitian di TKIT tuah fisabilillah kampung pulau nipah kecamatan bulang kelurahan setokok kota Batam, Terdapat satu anak yang mengalami kendala dengan perkembangan motorik nya, Dengan itu dilakukannya wawancara dengan wali murid. wali murid menjelaskan bahwasannya anaknya mengalami koma sejak kecil di umurnya yang memasuki 3 bulan. Penyebab koma itu dikarenakan kesalahan sang ibu yang salah memberikan obat kepada buah hatinya yang masih berusia 3 bulan itu. 2 minggu koma dirumah sakit membuat anak ibu ini terkena gangguan saraf otaknya, Sehingga saat ini anaknya memiliki keterlambatan berbicara. Kepala sekolah TKIT tuah fisabilillah kecamatan bulang mengatakan bahwasannya anak ini normal dan sama seperti anak yang lainnya. Beliau mengatakan ada kelainan saraf yang terputus yang mempengaruhi daya tangkap, motoric dan kesulitan berbicara. Namun kelainan ini masih bisa ditoleransi karena anak masih bisa dikendalikan, anak masih bisa mengenali perintah, tahu maksud dari perintah, indikatornya adalah anak nurut dan melakukan arahan dari ibu guru sehingga masih bisa diarahkan. Ibu dari anak selalu memperhatikan makanan anaknya bahkan ibu tersebut sampai membatasi anaknya untuk jajan di luar.

Adapun salah satu factor anak kekurangan gizi dan keterlambatan berbicara karena ekonomi keluarga yang kurang memungkinkan untuk memberikan asupan makanan yang cukup bergizi. Karena ekonomi yang kurang memungkinkan, keluarga tersebut hanya bisa memakan makanan yang ada saja. Dari penjelasan orang tua murid di atas dapat disimpulkan gizi baik pada anak tidak hanya didapatkan ketika orang tua anak itu paham akan pentingnya gizi, tapi faktor ekonomi dalam sebuah keluarga juga sangat berpengaruh dalam memberikan gizi yang seimbang bagi anak. Dari penelitian di TKIT tuah fisabilillah juga terdapat satu anak yang kurus dengan berat badan 12kg dengan tinggi 112cm. Wali murid mengatakan bahwasannya anaknya jarang makan karbohidrat dan sering mengomsumsi makanan instan. Dan kesalahan wali murid selalu menuruti kemauan sang anak, Sehingga disekolah peran guru adalah mendorong anak agar menyukai makanan yang sehat untuk perkembangan anak, Dengan mengajarkan anak untuk menyukai sayuran dan buah buahan. Dengan gizi yang kurang membuat perkembangan motoric anak jadi terhambat. Lalu apa yang dilakukan guru TKIT tuah fisabilillah kecamatan bulang untuk menstimulus perkembangan motoric anak didiknya. Yaitu dengan membuat kegiatan kegiatan yang dapat merangsang motoric kasar dan halus anak.

Anak usia dini membutuhkan zat gizi setiap hari, yang diperoleh dari berbagai macam makanan dan minuman yang digunakan sebagai sumber energi, pertumbuhan, mengganti sel-sel yang rusak, dan untuk menjaga kesehatan. Pada dasarnya terdapat 6 macam zat gizi yaitu karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral, dan air. Zat gizi digolongkan menjadi 2 (dua), yaitu zat gizi makro (karbohidrat, protein, dan lemak) dan zat gizi mikro (vitamin dan mineral). Tubuh manusia membutuhkan aneka ragam pangan untuk memenuhi semua zat gizi tersebut. Kekurangan atau kelebihan salah satu unsur zat gizi dalam konsumsi pangan akan menyebabkan kelainan atau penyakit. Oleh karena itu, perlu diterapkan kebiasaan makan yang seimbang sejak usia dini dengan jumlah yang sesuai kebutuhan masing-masing anak agar dapat dicapai tingkat kecerdasan dan kondisi kesehatan yang baik. Zat tenaga atau energi diperlukan untuk melakukan

aktivitas fisik sehari-hari yang sebagian besar diperoleh dari bahan pangan sumber karbohidrat, lemak dan protein. Zat pembangun atau protein ini penting untuk pertumbuhan dan mengganti sel-sel rusak yang didapatkan dari bahan makanan hewani atau tumbuh-tumbuhan (nabati). Sedangkan zat pengatur atau vitamin dan mineral berperan untuk proses metabolisme atau bekerjanya fungsi organ tubuh. Adapun beberapa makanan untuk memenuhi sumber gizi anak yaitu karbohidrat, Karbohidrat merupakan sumber utama zat tenaga/energi. Di dalam tubuh setiap 1 g karbohidrat dapat memberikan energi sebesar 4 kkal. Pada umumnya, karbohidrat terdiri dari karbohidrat sederhana, yaitu monosakarida (glukosa, fruktosa, galaktosa), disakarida (sukrosa, laktosa, maltosa), karbohidrat kompleks (polisakarida seperti pati, glikogen, selulosa), pektin, dan lignin. Sumber karbohidrat sederhana adalah berbagai jenis tepung dan gula, sedangkan sumber karbohidrat kompleks adalah padi-padian (misalnya beras, jagung, gandum); umbi-umbian (misalnya ubi jalar, ubi kayu/singkong, talas, kentang); sagu; pisang; dan hasil olahannya (misalnya combro, pisang goreng, getuk, lontong, biskuit).

Konsumsi karbohidrat sederhana akan segera menghasilkan tenaga/energi, namun akan cepat habis sehingga akan cepat merasa lapar. Oleh karena itu, sebaiknya mengonsumsi karbohidrat kompleks agar rasa kenyang lebih lama. Kekurangan karbohidrat pada anak dapat menyebabkan mudah lelah, mudah terkena infeksi, dan kurang konsentrasi. Konsumsi karbohidrat sederhana akan segera menghasilkan tenaga/energi, namun akan cepat habis sehingga akan cepat merasa lapar. Oleh karena itu, sebaiknya mengonsumsi karbohidrat kompleks agar rasa kenyang lebih lama. Kekurangan karbohidrat pada anak dapat menyebabkan mudah lelah, mudah terkena infeksi, dan kurang konsentrasi. Lemak juga dapat berpengaruh dalam perkembangan kognitif anak, ada beberapa factor yang mempengaruhi perkembangan motorik anak dalam hal lemak yaitu, Lemak menghasilkan energi tertinggi karena setiap 1 gram asupan lemak akan menghasilkan 9 kkal energi. Pada umumnya lemak merupakan trigliserida yang terdiri dari gliserol dan asam-asam lemak. Asam lemak dikelompokkan menjadi asam lemak jenuh (asam palmitat dan asam stearat), dan asam lemak tidak jenuh (omega-3 (misalnya asam linoleat, asam dokosaheksaenoat/DHA) dan omega-6 (asam linoleat, asam arakidonat/ARA). Asam lemak tidak jenuh sangat dibutuhkan anak-anak terutama untuk proses pertumbuhan, dan perkembangan motorik anak.

Pangan sumber lemak/minyak secara umum dibedakan menjadi dua, yaitu nabati (tumbuhan) dan hewani (hewan). Pangan sumber lemak nabati yaitu minyak kelapa, minyak sawit, minyak jagung, minyak kedelai, minyak kacang tanah, berbagai kacang, kemiri, alpukat, durian dan margarin. Pangan sumber lemak hewani antara lain kuning telur, daging sapi, daging kambing, daging ayam, udang, ikan, hati, susu, mentega dan keju. Konsumsi lemak berlebih dalam waktu lama dapat mengakibatkan peningkatan berat badan dan berlanjut menjadi kegemukan (obesitas). Bagi anak yang telah mengalami obesitas sebaiknya dibatasi konsumsinya tidak lebih dari 5 (lima) sendok makan setiap hari. Tidak hanya gizi vitamin juga menjadi pelengkap dalam membantu proses perkembangan motorik anak, Vitamin merupakan zat gizi yang diperlukan tubuh dalam jumlah sangat sedikit namun sangat penting, serta harus

selalu tersedia dalam makanan karena tidak dapat dibuat oleh tubuh. Berdasarkan kelarutannya, vitamin dibagi menjadi vitamin larut air (vitamin B1, B2, B3, B6, B12, asam pantotenat, asam folat, biotin, dan vitamin C); dan vitamin larut lemak (vitamin A, D, E, K). Air juga mempunyai fungsi penting bagi tubuh manusia, yaitu 1) sebagai pembentuk tubuh; 2) sebagai pengatur suhu tubuh; 3) sebagai pelarut; 4) sebagai pelumas dan bantalan; 5) sebagai media transportasi; dan 6) sebagai media pembuangan racun dan sisa metabolisme. Asupan air wajib sekurang-kurangnya sebesar 1600 mL berasal dari air minum, makanan, dan hasil oksidasi zat makanan.

## **SIMPULAN**

Terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dan perkembangan motorik anak usia dini. Anak dengan status gizi normal memiliki perkembangan motorik yang lebih baik dibandingkan anak dengan status gizi kurang. Faktor ekonomi keluarga dan pola asuh orang tua sangat memengaruhi status gizi anak. Orang tua yang kurang memahami kebutuhan gizi anak cenderung menyebabkan hambatan perkembangan motorik. Guru berperan penting dalam menstimulasi perkembangan motorik anak melalui berbagai aktivitas yang dirancang untuk mendukung motorik kasar dan halus anak. Untuk orang tua sebaiknya lebih ditingkatkan lagi pemahaman tentang pentingnya gizi seimbang bagi anak. Hindari kebiasaan mengonsumsi makanan instan, dan prioritaskan pemberian makanan sehat seperti sayuran, buah-buahan, protein, dan karbohidrat kompleks. Untuk guru juga perlu memperbanyak kegiatan stimulasi motorik anak, seperti permainan fisik yang melibatkan koordinasi otot besar dan kecil, serta edukasi kepada orang tua mengenai gizi dan pola makan sehat. Perlu ada program edukasi gizi kepada masyarakat dari pemerintah, terutama bagi keluarga dengan ekonomi rendah, untuk meningkatkan kesadaran pentingnya gizi dalam mendukung tumbuh kembang anak.

## DAFTAR PUSTAKA

Nurhasanah Bakhtiar, Winda Trimelia Utami, Febi Liza Rindhani, 2022 Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau

Yasita Primasari, Ni'matuzuhroh, Devi Fitria Sandi, 2018 Primasari, Y., Ni'matuzuhroh, I., & Sandi, DF (2018). PENGARUH STATUS GIZI TERHADAP PERKEMBANGAN MOTORIK HALUS PADA ANAK PRA SEKOLAH (PAUD) DI DESA BLARU KECAMATAN BADAS KABUPATEN KEDIRI. *Jurnal Insan Cendekia*, 5 (2, September). Diambil dari <https://digilib.itskesicme.ac.id/ojs/index.php/jic/article/view/413>

Fitriana, Aida Ayu. "Pemahaman orang tua mengenai gizi anak." *Jurnal Pendidikan Modern* 5.3 (2020): 96-101.

Yendi, Yoseph Denianus Nong, Ni Luh Putu Eka, and Neni Maemunah. "Hubungan antara peran ibu dalam pemenuhan gizi anak dengan status gizi anak prasekolah di TK Dharma Wanita Persatuan 2 Tlogomas Kota Malang." *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan* 2.2 (2017).

Pangan, D. B. P. K., DAN BAHAN BERBAHAYA, and B. P. O. D. Makanan. "Pedoman pangan jajanan anak sekolah untuk pencapaian gizi seimbang." Jakarta: BPOM RI (2013): 25-26.

Dr.Dadan suryana.2016.Pendidikan anak usia dini stimulasi dan aspek perkembangan anak.Jakarta:Kencana.

PRE, OF SOFT MOTOR TO. "Pengaruh Status Gizi Terhadap Perkembangan Motorik Halus Pada Anak Pra Sekolah (PAUD) Di Desa Blaru Kecamatan Badas Kabupaten Kediri." *Jurnal Insan Cendekia* Volume 5.2 (2018): 125.