

# HUBUNGAN ANTARA KOMPOSISI TUBUH DENGAN KESEIMBANGAN STATIS PADA ANAK USIA 7 SAMPAI 12 TAHUN

Putri Cahya Utami

## Abstrak

**Latar belakang:** Status risiko gizi meningkat akibat modifikasi gaya hidup tradisional yang saat ini tergantikan oleh gaya hidup sedentari. Anak-anak usia sekolah sering melakukan aktivitas sedentari seperti menggunakan komputer, smartphone, dan menonton televisi. Jika aktivitas tersebut dilakukan dalam jangka waktu yang lama, maka tubuh akan menyimpan lebih banyak energi daripada yang dikeluarkan sehingga dapat menyebabkan kegemukan atau obesitas. Kelebihan berat badan dapat mempengaruhi keseimbangan hal ini terjadi akibat hubungan antara ketebalan tulang, otot dan lemak tubuh. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan keseimbangan pada anak usia 7 sampai 12 tahun. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain penelitian cross-sectional, deskriptif, dan korelatif. 130 siswa SDN Girijaya 02 Garut yang berusia antara 7 sampai 12 tahun dijadikan sampel penelitian. **Hasil:** Penelitian diolah menggunakan SPSS 27 dengan uji spearman correlation dengan hasil sig (2-tailed) sebesar 0,044. **Kesimpulan:** Pada penelitian ini terdapat hubungan antara indeks massa tubuh dengan keseimbangan pada anak usia 7 sampai 12 tahun.

**Kata kunci:** Indeks massa tubuh, Keseimbangan, Obesitas

# RELATIONSHIP BETWEEN BODY COMPOSITION WITH STATIC BALANCE IN CHILDREN AGED 7 TO 12 YEARS

Putri Cahya Utami

## *Abstract*

**Background:** The status of nutritional risk has increased due to modifications to traditional lifestyles which are currently being replaced by sedentary lifestyles. School-age children often engage in sedentary activities such as using computers, smartphones and watching television. If the activity is carried out for a long time, the body will store more energy than it expends, which can lead to obesity or obesity. Being overweight can affect the balance, this occurs due to the relationship between bone thickness, muscle and body fat. **Purpose:** This study was to determine the relationship between Body Mass Index (BMI) and balance in children aged 7 to 12 years. **Method:** the research uses a cross-sectional, descriptive, and correlative research design. 130 students of SDN Girijaya 02 Garut aged between 7 to 12 years were used as the research sample. **Results:** the research were processed using SPSS 27 with the Spearman correlation test with a sig (2-tailed) result of 0.044. **Conclusion:** This study is that there is a relationship between body mass index and balance in children aged 7 to 12 years. **Keywords:** Body mass index, Balance, Obesity