

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **V.1 Kesimpulan**

Berdasarkan analisa hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilaksanakan oleh peneliti didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Distribusi Indeks Massa Tubuh (IMT) pada anak usia 7-12 tahun berada pada kategori normal sebanyak 106 sampel (81,5%).
2. Distribusi frekuensi keseimbangan pada anak usia 7-12 tahun berada pada kategori baik sebanyak 91 sampel (70%)
3. berdasarkan uji korelasi spearman dengan nilai sig sebesar 0,081 dimana nilai  $p > 0,05$  maka tidak terdapat hubungan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Keseimbangan Pada Anak Usia 7-12 Tahun

#### **V.2 Saran**

Penelitian ini diharapandapat menjadi referensi untuk pengembangan peneltian dimasa mendatang. Dilihat dari hasil peneltian, terdapat peran penting komposisi tubuh terhadap komponen kebugaran jasmani terutama keseimbangan, sehingga dibutuhkan edukasi terhadap masyarakat agar lebih memperhatikan kategori indeks massa tubuh anak.