

## **BAB V**

### **PENUTUP**

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

- a. Dalam penelitian ini, terdapat 89 sampel dengan kategori usia rata-rata 13 tahun yang terdiri dari rentang usia 9 hingga 17 tahun, dengan persentase pria sebesar 58,4% dan wanita sebesar 41,6%.
- b. Kategori indeks massa tubuh sampel terbanyak terdapat pada kategori kelebihan berat badan, dengan proporsi 55,1%. Sedangkan kategori obesitas II memiliki proporsi terendah, yaitu hanya 1,1%.
- c. Secara umum sampel dalam penelitian ini memiliki keadaan seimbang pada kategori risiko jatuh menengah, yakni dengan proporsi 80,9%. Sementara pada risiko jatuh tinggi terdapat proporsi sebesar 4,5%, dan risiko jatuh rendah sebesar 14,6%
- d. Terdapat hubungan antara indeks massa tubuh (IMT) dengan keseimbangan pada anak *down syndrome*. Semakin tinggi indeks massa tubuh anak *down syndrome*, maka akan semakin kecil nilai keseimbangan yang dimilikinya dan semakin tinggi resiko jatuhnya.

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

- a. Bagi peneliti selanjutnya  
Disarankan bagi penelitian selanjutnya untuk melakukan penelitian pada saat kondisi terbaik dari sampel, seperti saat pasien belum melakukan aktivitas apapun sebelum menjalankan penelitian. Hal ini dilakukan agar dapat memperoleh perhatian maksimal dari sampel dalam mengikuti instruksi games yang diberikan oleh peneliti, karena dapat berpengaruh terhadap hasil penilaian pada alat ukur.
- a. Bagi Lokasi Penelitian  
Disarankan kepada ketua Yayasan atau pemilik YPLB Nusantara Depok untuk selalu melakukan pemeriksaan IMT dan kegiatan olahraga agar

kesehatan fisik dan aktivitas fisik mereka terjaga serta indeks massa tubuh tetap terkontrol.

b. Bagi Fisioterapis

Disarankan kepada fisioterapis untuk mengadakan penyuluhan membahas bahaya obesitas kepada Yayasan berkebutuh khusus sekaligus mengadakan kegiatan yang meningkatkan aktivitas fisik anak *down syndrome* agar aktivitas fisik anak meningkat dan dapat menekan indeks massa tubuh yang tinggi.