



**GAMBARAN TINGKAT KESEIMBANGAN DINAMIS PADA  
SISWA KELAS 5 DI SDN LIMO 2 KOTA DEPOK**

**SKRIPSI**

**JUN YANTI MAGDALENA**

**2110715019**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM SARJANA**

**2025**



**GAMBARAN TINGKAT KESEIMBANGAN DINAMIS PADA  
SISWA KELAS 5 SDN LIMO 2 KOTA DEPOK**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Kesehatan**

**JUN YANTI MAGDALENA**

**2110715019**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM SARJANA**

**2025**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Tugas skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Jun Yanti Magdalena  
NIM : 2110715019  
Tanggal : 20 Desember 2024

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 20 Desember 2024

Yang Menyatakan,



(Jun Yanti Magdalena)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Jun Yanti Magdalena  
NIM : 2110715019  
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan  
Program Studi : Fisioterapi Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **“Gambaran Tingkat Keseimbangan Dinamis Pada Siswa Kelas 5 Di SDN Limo 2 Kota Depok”**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta  
Pada tanggal : 20 Desember 2024

Yang Menyatakan,



Jun Yanti Magdalena

## PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Jun Yanti Magdalena  
NIM : 2110715019  
Program Studi : Fisioterapi Program Sarjana  
Judul : Gambaran Tingkat Keseimbangan Dinamis Pada Siswa Kelas 5 Di SDN Limo 2 Kota Depok

Telah berhasil dipertahankan dihadapan tim penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan pada Program Studi Fisioterapi Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



Rena Mailani, S.Ft, M.Biomed, AIFO

Ketua Penguji



Dr. Abdul Chalik Meidian, FT, SAP, M.Fis

Penguji II

Rabia, S.Ft., M.Biomed, AIFO

Koordinator Prodi Fisioterapi Program Sarjana

Ditetapkan di: Jakarta

Tanggal ujian: 20 Desember 2024

# GAMBARAN TINGKAT KESEIMBANGAN DINAMIS PADA SISWA KELAS 5 DI SDN LIMO 2 KOTA DEPOK

Jun Yanti Magdalena

## Abstrak

**Latar Belakang:** Kemampuan mempertahankan keseimbangan merupakan dasar kinerja keterampilan motorik pada anak. Keseimbangan terbagi dua yaitu statis yang merupakan kemampuan mempertahankan tubuh agar tetap pada posisi ketika berdiri, yang selanjutnya dinamis yang merupakan kemampuan dalam mempertahankan posisi tubuh ketika bergerak atau berjalan. Ketidakseimbangan dinamis dapat mengganggu aktivitas fungsional sehari-hari dan meningkatkan kemungkinan cedera dan jatuh saat bermain atau beraktivitas. **Tujuan Penelitian:** Untuk mengetahui gambaran tingkat keseimbangan dinamis pada siswa kelas 5 di SDN Limo 2 Kota Depok dengan karakteristik usia, jenis kelamin, IMT, *flat foot*, dan aktivitas fisik. **Metode Penelitian:** Penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Alat ukur yang digunakan *Modified Bass Test of Dynamic Balance* dengan jumlah sampel sebanyak 88 siswa. **Hasil Penelitian:** Siswa yang memiliki keseimbangan dinamis kategori baik sebanyak 45 siswa (51,6%) yang terdapat pada karakteristik siswa berusia 11 tahun (77,8%) yang berjenis kelamin laki-laki (55,6%), memiliki IMT normal (66,7%), memiliki derajat kaki normal foot (60,0%), dan memiliki aktivitas fisik yang sedang (48,9%). **Kesimpulan:** Siswa kelas 5 di SDN Limo 2 Kota Depok mayoritas memiliki keseimbangan dinamis yang baik sekali berdasarkan karakteristik usia, jenis kelamin, IMT, *flat foot*, dan aktivitas fisik.

**Kata kunci:** Keseimbangan dinamis; keterampilan motorik; *flat foot*; *Modified Bass Test of Dynamic Balance*.

# DESCRIPTION OF THE LEVEL OF DYNAMIC BALANCE IN GRADE 5 STUDENTS AT SDN LIMO 2, DEPOK CITY

**Jun Yanti Magdalena**

## **Abstract**

**Background:** The ability to maintain balance is the basis of motor skills performance in children. Balance is divided into two, namely static which is the ability to maintain the body in a position when standing, which is then dynamic which is the ability to maintain body position when moving or walking. Dynamic imbalance can interfere with daily functional activities and increase the possibility of injury and falls while playing or doing activities. **Research Purposes:** To find out the description of the level dynamic balance in grade 5 students at SDN Limo 2 Depok City based on the characteristics of age, gender, BMI, flat feet, and physical activity. **Methods:** The research is a quantitative descriptive study using a cross-sectional approach. The measuring instrument used the Modified Bass Test of Dynamic Balance with a sample size of 88 students. **Results:** Students who had good category dynamic balance were 45 students (51.6%) who were found in the characteristics of 11-year-old students (77.8%) who were male (55.6%), had a normal BMI (48.9%), had a normal foot degree (60.0%), and had moderate physical activity (48.9%). **Conclusion:** The majority of 5th grade students at SDN Limo 2 Depok City have very good dynamic balance based on the characteristics of age, gender, BMI, flat foot, and physical activity.

**Keywords:** Dynamic balance; motor skills; flat foot; and Modified Bass Test of Dynamic Balance.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala kasih karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan dengan judul “Gambaran Tingkat Keseimbangan Pada Siswa Kelas 5 Di SDN Limo 2 Kota Depok”. Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dari awal hingga akhir, pihak tersebut diantaranya:

- a. Ibu Rena Mailani, S.Ft, M. Biomed, AIFO selaku dosen pembimbing yang selalu mengarahkan, membimbing, mengingatkan serta memberikan saran dari awal hingga akhir,
- b. Ibu Simangunsong dan Bapak Siahaan selaku orang tua penulis yang selalu mendukung dan menjadi garda terdepan kebahagiaan penulis,
- c. Mamatua, Bapakua, ito, kakak keluarga besar Siahaan dan Simangunsong yang siap siaga membantu penulis dengan kasih sayang dan cinta,
- d. Fisioterapi Program Sarjana Angkatan 2021 serta sahabat yang saling mengingatkan, berdiskusi, dan memberi doa serta semangat dari awal penyusunan hingga akhir kepada penulis,
- e. Jun Yanti Magdalena terima kasih sudah berproses dari awal hingga akhir meski banyak tantangan tak terduga tapi kamu berhasil melewatinya, terus semangat jangan menyerah karena banyak rintangan yang harus di lewati.
- f. Terakhir yang paling dicintai Tuhan Yesus Kristus tanpaMu penulis tidak akan bisa ada pada tahap ini, terima kasih atas segala berkat dan hikmat yang Kau berikan dan penulis sangat bangga menjadi milikMu.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penyelesaian skripsi ini, oleh karena dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan kritik serta saran yang membangun dari pembaca Demikian yang dapat penulis sampaikan, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua.

Jakarta, September 2024

Penulis

Jun Yanti Magdalena



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
PENGESAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR SKEMA.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	2
I.3 Tujuan Penelitian .....	2
I.4 Manfaat Penelitian .....	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	4
II.1 Landasan Teori .....	4
II.2 Kerangka Teori.....	19
II.3 Penelitian Terdahulu.....	20
BAB III METODE PENELITIAN.....	26
III.1 Kerangka Konsep .....	26
III.2 Definisi Operasional.....	27
III.3 Desain Penelitian.....	28
III.4 Populasi Dan Sampel .....	28
III.5 Lokasi Dan Waktu Penelitian.....	28
III.6 Metode Pengumpulan Data .....	28
III.7 Instrumen Penelitian.....	29
III.8 Analisis Data .....	31
III.9 Etika Penelitian .....	32
III.10 Jadwal Penelitian.....	32
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	34
IV.1 Hasil Penelitian .....	34
IV.2 Pembahasan .....	38
IV.3 Keterbatasan Penelitian .....	43
BAB V PENUTUP.....	45
V.1 Kesimpulan.....	45
V.2 Saran.....	45
DAFTAR PUSTAKA .....	46

RIWAYAT HIDUP  
LAMPIRAN

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Bass Test.....	16
Tabel 2	Penelitian Terdahulu .....	20
Tabel 3	Definisi Operasional .....	27
Tabel 4	Klasifikasi Bass Test.....	31
Tabel 5	Jadwal Penelitian.....	32
Tabel 6	Karakteristik Pada Siswa Kelas 5 Di SDN Limo 2 Kota Depok .....	34
Tabel 7	Karakteristik Usia Terhadap Keseimbangan Dinamis .....	35
Tabel 8	Karakteristik Jenis Kelamin Terhadap Keseimbangan Dinamis.....	36
Tabel 9	Karakteristik Imt Terhadap Keseimbangan Dinamis.....	37
Tabel 10	Karakteristik Derajat Kaki Terhadap Keseimbangan Dinamis.....	37
Tabel 11	Karakteristik Aktivitas Fisik Terhadap Keseimbangan Dinamis.....	38

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Anatomi Telinga Bagian Dalam.....	9
Gambar 2	Sistem Vestibular .....	10
Gambar 3	Anatomi Mata.....	11
Gambar 4	Somatosensori .....	12
Gambar 5	Proses Fisiologi Keseimbangan .....	13
Gambar 6	Area Bass Test.....	30

## DAFTAR SKEMA

Skema 1	Kerangka Teori.....	19
Skema 2	Kerangka Konsep .....	26

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar Monitoring
Lampiran 2	Sertifikat <i>Etichal Approval</i>
Lampiran 3	Surat Izin Penelitian
Lampiran 4	Penjelasan Setelah Persetujuan (PSP)
Lampiran 5	<i>Informed Consent</i>
Lampiran 6	<i>Instrument</i> Pemeriksaan
Lampiran 7	Dokumentasi
Lampiran 8	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 9	Hasil Uji Turnitin