

## PENGETAHUAN GIZI ORANG TUA DAN STATUS GIZI ANAK AUTIS DI SLB NEGERI PEMBINA YOGYAKARTA

Shindiana<sup>1</sup>, Laeli Nur Hasanah<sup>2\*</sup>

Program Studi Gizi, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas PGRI Yogyakarta<sup>1,2</sup>

\*Corresponding Author : laeli@upy.ac.id

### ABSTRAK

Orang tua memiliki peran penting dalam pengasuhan anak termasuk anak berkebutuhan khusus yakni anak dengan autisme. Pengetahuan orang tua berperan penting dalam menentukan status gizi anak autis yang rentan terhadap masalah gizi akibat pola makan yang selektif dan gangguan perilaku makan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan pengetahuan gizi orang tua status gizi anak autis di SLB Negeri Yogyakarta. Jenis penelitian ini adalah *observational* dengan desain penelitian *cross sectional*. Pengambilan sampel dilakukan secara *purposive sampling* di SLB N Pembina Yogyakarta sebanyak 38 orang tua dengan anak autis. Pengumpulan data dilakukan dengan pengisian kuesioner pengetahuan gizi dan pengukuran status gizi dilakukan dengan cara menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar anak autis laki-laki berusia 7-11 tahun, orang tua sebagian besar berusia madya (41-60 tahun) dan memiliki pendidikan tinggi. Pengetahuan gizi orang tua sebagian besar berkategori baik dan status gizi anak autis berkategori baik. Pada penelitian ini tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi orang tua terhadap status gizi anak autis di SLB N Pembina Yogyakarta ( $p > 0.05$ ). Temuan ini menunjukkan perlunya pendekatan yang lebih komprehensif dalam pemantauan status gizi anak autis, melibatkan tidak hanya pengetahuan orang tua, tetapi juga intervensi yang mempertimbangkan kebutuhan khusus anak dengan autisme.

**Kata kunci** : autism, pengetahuan gizi, status gizi, Yogyakarta

### ABSTRACT

*Parents have an important role in raising children, including children with special needs, namely children with autism. Parental knowledge plays an important role in determining the nutritional status of autistic children who are vulnerable to nutritional problems due to selective eating patterns and eating behavior disorders. This study aims to analyze the relationship between parents' nutritional knowledge and the nutritional status of autistic children in SLB Negeri Yogyakarta. This type of research is observational with a cross-sectional research design. Sampling was carried out by purposive sampling at SLB N Pembina Yogyakarta with as many as 38 parents with autistic children. Data collection was carried out by filling out a nutritional knowledge questionnaire, and measuring nutritional status was carried out by weighing body weight and measuring height. The results of the study showed that most autistic boys were 7–11 years old, parents were mostly middle-aged (41–60 years old), and they had higher education. Most parents' nutritional knowledge is categorized as good, and the nutritional status of autistic children is also classified as good. This study found no significant relationship between parental nutritional knowledge and the nutritional status of autistic children at SLB N Pembina Yogyakarta ( $p > 0.05$ ). These findings highlight the need for a more comprehensive approach to monitoring the nutritional status of children with autism, involving not only parental knowledge but also interventions that consider the specific needs of children with autism.*

**Keywords** : autism, nutritional knowledge, nutritional status, Yogyakarta

### PENDAHULUAN

Autis atau Gangguan Spektrum Autisme (ASD) adalah gangguan perkembangan fungsi otak pada anak yang ditandai dengan ketidakmampuan komunikasi, interaksi sosial, dan perilaku adaptif. Prevalensi autis terus meningkat di seluruh dunia. Menurut Pusat Pengendalian dan Pencegahan Penyakit atau *Centers Disease Control (CDC)* AS, 1 dari 44

anak di Amerika didiagnosis menderita ASD. Di Indonesia, data prevalensi autis masih terbatas, namun diperkirakan 2 dari 1.000 anak menderita ASD. Jumlah penyandang autis di Yogyakarta terus meningkat hal ini dibuktikan dengan semakin banyaknya anak autis yang orang tuanya menyekolahkannya di sekolah khusus anak autis di Jogja. Data perkiraan penderita autis di Yogyakarta menunjukkan bahwa jumlah penderita autis semakin meningkat, mencapai sekitar 3-4% setiap tahunnya. Dan tingkat pertumbuhan penderita autis selama periode 10 tahun mencapai 25% (Dinas Sosial DIY, 2020)

Anak dengan autisme memiliki kebutuhan khusus dalam aspek kehidupan termasuk konsumsi pangan dan status gizi. Kondisi autisme menjadi tantangan tersendiri dalam pengaturan makan sehingga berdampak pada status gizi dan risiko terhadap masalah gizi baik gizi kurang dan gizi lebih. Orang tua menjadi salah satu faktor penting dalam menentukan status gizi anak. Pengetahuan gizi orang tua dapat menentukan pola makan yang tepat untuk anak autis (Fauzan, 2018). Peran orang tua dalam keluarga, selain mengasuh anak, juga berperan penting dalam tumbuh kembang anak, terutama dalam memilih makanan yang sesuai dengan kebutuhan anak. Pemilihan makanan yang tepat diperlukan untuk mencegah malnutrisi pada anak autis (Cekici, H., & Sanlier, N. 2019). Pengetahuan gizi orang tua dapat mempengaruhi kebiasaan konsumsi makanan anak autis (Hasanah, 2024). Orang tua yang memiliki pengetahuan gizi yang memadai dapat memilih makanan seimbang yang sesuai dengan kebutuhan anak autisnya. Di sisi lain, orang tua yang kurang memiliki pengetahuan tentang gizi dapat memilih makanan yang tidak seimbang dan menyebabkan kekurangan gizi pada anak autis (Elvandari, M & Kurniasari 2023).

Pola makan anak perlu memperhatikan komposisi gizi yang seimbang dan tepat untuk memenuhi kebutuhan fisiologis selama tumbuh kembang (S Syarfaini, et al., 2021). Gejala autis biasanya muncul sebelum usia tiga tahun dan dapat bervariasi dari ringan hingga berat. Anak autis diharapkan memperhatikan asupan makan khususnya membatasi pangan mengandung gluten dan kasein (Mulloy et al. 2010). Gluten adalah protein khusus yang ditemukan dalam tepung terigu dan sejumlah kecil tepung sereal lainnya. Kasein merupakan protein susu kompleks dengan ciri khas mampu menggumpal dan membentuk. Makanan penyebab alergi pada anak autis seperti gula, susu sapi, gandum, coklat, telur, kacang-kacangan atau ikan. Selain itu, konsumsi gluten dan kasein harus dihindari karena penderita autis sering kali tidak toleran terhadap gluten dan kasein dan menyebabkan hiperaktif (Curtis, L. T., & Patel, K. (2008); Devi (2019).

SBL N Pembina Yogyakarta sebagai salah satu lembaga pendidikan khusus di Yogyakarta memiliki sejumlah siswa dengan anak autism sehingga memerlukan perhatian khusus terkait kebutuhan gizi dan belum banyak yang meneliti secara khusus terkait pengetahuan dan status gizi anak autisme. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan pengetahuan gizi orang tua terhadap status gizi anak autism di SLB N Pembina Yogyakarta.

## METODE

Jenis metode penelitian ini menggunakan jenis pendekatan kuantitatif dengan menggunakan desain *cross sectional*. Penelitian dilakukan pada bulan Agustus-November 2024 di SLB Negeri Pembina Yogyakarta. Penelitian ini telah mendapatkan keterangan layak etik dari Komisi Etik Universitas Aisyiyah Yogyakarta dengan No.3956/KEP\_UNISA/IX/2024. Pengambilan data menggunakan instrumen kuesioner yang diisi secara mandiri oleh orang tua responden. Penilaian status gizi dilakukan dengan menimbang berat badan dan tinggi badan. Jumlah total responden yang terlibat adalah 38 orang. Pengolahan data menggunakan aplikasi SPSS menggunakan uji *chi-square*.

## HASIL

### Karakteristik Responden

Jumlah responden pada penelitian ini sebanyak 38 orang. Hasil penelitian berdasarkan karakteristik subjek data anak yaitu meliputi, umur, jenis kelamin, tahun dideteksi autis. Disajikan pada tabel berikut:

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di SLB Negeri Pembina Yogyakarta**

Karakteristik	n	%
<b>Umur</b>		
7-11 Tahun	21	55,3
12-15 Tahun	6	15,8
16-19 Tahun	8	21,1
>19 Tahun	3	7,8
<b>Jenis kelamin</b>		
Laki laki	31	81,6
Perempuan	7	18,4
<b>Tahun dideteksi autis</b>		
2	14	36,8
3	9	23,7
4	4	10,5
5	8	21,1
8	2	5,3
9	1	2,6
<b>Total</b>	<b>38</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan sebagian besar subjek kategori umur 7-11 tahun dengan jumlah 21 orang (55,3%) dan umur >19 tahun lebih sedikit dengan jumlah 3 orang (7,8%). Sebagian besar subjek berjenis kelamin laki-laki dengan jumlah 31 orang (81,6%). Dan sebagian kecil berjenis kelamin perempuan berjumlah 7 orang (18,4%). Berdasarkan tahun pertama dideteksi autis dilaporkan bahwa anak mulai dideteksi autis sebagian sampel sejak usia 2 tahun sebanyak 14 (35,8%) dan sampel terendah pada usia 9 tahun sebanyak 1 (2,6%).

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Data Orang Tua**

Karakteristik	Ayah		Ibu	
	n	%	n	%
<b>Umur Orang Tua</b>				
Dewasa Awal (18-40)	4	10,5	10	26,3
Dewasa Madya (41-60)	32	84,2	28	73,7
Dewasa Lanjut (>60)	2	5,3	0	0
<b>Pendidikan Terakhir Orang Tua</b>				
Tidak Sekolah	0	0	0	0
SD	2	5,3	4	10,5
SMP	1	2,6	1	2,6
SMA	15	39,5	11	28,9
Perguruan Tinggi	20	52,6	22	57,9
<b>Pekerjaan Orang Tua</b>				
Tidak Bekerja	0	0	0	0
Pelaut	0	0	0	0
Petani	0	0	0	0
Pedagang/wirausaha	27	71,1	5	13,2
PNS/TNI/Polri	11	28,9	13	34,2
Ibu rumah tangga	0	0	20	52,6
<b>Total</b>	<b>38</b>	<b>100</b>	<b>38</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua berusia madya (41-60 tahun) baik ayah dan ibunya. Pendidikan terakhir orang tua sebagian besar lulusan perguruan tinggi baik ayah dan ibu subjek. Sebagian besar ayah subjek memiliki pekerjaan sebagai pedagang dan ibu sebagai ibu rumah tangga.

### Pengetahuan Gizi Orang Tua dan Status Gizi Anak Autis

Pengetahuan gizi orang tua dan status gizi anak disajikan pada Tabel 3. Sebagian besar orang tua subjek memiliki pengetahuan pendidikan gizi dengan kategori baik dan sebagian besar anak autis memiliki status gizi baik. Hasil uji statistik menunjukkan tidak ada hubungan pengetahuan gizi orang tua terhadap status gizi anak autis di SLB Negeri Pembina Yogyakarta ( $p<0.05$ ).

**Tabel 3. Pengetahuan Gizi Orang Tua dan Status Gizi Anak di SLB Negeri Pembina Yogyakarta**

Pengetahuan gizi orang tua	Status Gizi										<i>r</i>	<i>P</i> -value	
	Gizi buruk		Gizi kurang		Gizi baik		Gizi lebih		Obesitas				
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
Kurang	0	0	0	0	1	2,6	0	0	0	0	1	2,6	
Cukup	1	2,6	1	2,6	9	23,9	1	2,6	0	0	12	31,6	0.228
Baik	2	5,3	2	5,3	17	44,7	1	2,6	3	7,8	25	65,8	
<b>Total</b>	<b>3</b>	<b>7,9</b>	<b>3</b>	<b>7,9</b>	<b>27</b>	<b>71,2</b>	<b>2</b>	<b>5,2</b>	<b>3</b>	<b>7,8</b>	<b>38</b>	<b>100</b>	

### PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa status gizi anak sebagian besar berkategori baik sebanyak 27 orang (71,2%) namun masih ada yang memiliki status gizi buruk sebanyak 3 orang, gizi kurang sebanyak 3 orang dan gizi lebih 2 orang serta obesitas sebanyak 3 orang. Pengetahuan gizi orang tua subjek sebagian besar berkategori baik sebanyak 25 orang (65,8%), dan masih ada yang memiliki pengetahuan gizi cukup sebanyak 12 orang dan 1 orang yang masih kurang. Hasil uji korelasi antara pengetahuan gizi orang tua dengan status gizi menunjukkan tidak ada hubungan signifikan ( $p>0.05$ ) dengan kekuatan korelasi sangat lemah. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di SKH Yenaiz Kota Tangerang oleh Septiana *et.al* (2024). Pengetahuan ibu mengenai autis serta diet khusus bebas gluten dan kasein sudah cukup baik karena beberapa orang tua rajin melakukan terapi dan konsultasi. Namun masih ada responden yang masih keliru dengan beberapa sumber bahan makanan yang mengandung gluten dan kasein. Oleh karena itu meskipun tingkat pengetahuan ibu mengenai gizi dan autis baik masih ada anak yang memiliki status gizi tidak baik pada beberapa anak autis.

Hasil ini juga dapat disebabkan oleh berbagai faktor yang memengaruhi status gizi anak autis, yang tidak hanya bergantung pada pengetahuan gizi orang tua. Salah satu faktor utama adalah kesulitan yang sering dihadapi anak autis dalam hal pola makan, seperti preferensi makanan yang terbatas dan sensitivitas terhadap tekstur atau aroma tertentu, sehingga membuat mereka sulit menerima makanan bergizi. Walaupun orang tua memiliki pengetahuan yang baik tentang gizi, mereka mungkin tetap mengalami kendala dalam mengatasi selektivitas makanan anak autis, yang akhirnya berdampak pada status gizi anak (Rapali *et al.*, (2023)). Hal tersebut juga dimungkinkan orang tua tidak dapat mempraktikkan pengetahuan yang mereka miliki secara langsung. Penelitian sejenisnya juga dikakukan oleh Devi (2019) menjelaskan bahwa masih banyak orang tua yang mengalami kesulitan dan kepatuhan dalam pengaturan diet autis anak.

Pengelolaan pola makan pada anak autis memerlukan keterampilan yang lebih dari sekadar pengetahuan dasar tentang gizi. Orang tua perlu memahami pendekatan khusus dalam

mengenalkan makanan baru dan menciptakan lingkungan makan yang nyaman bagi anak autis. Pengetahuan gizi orang tua tidak selalu mencakup strategi ini, sehingga walaupun pengetahuan gizi mereka cukup baik, penerapan dalam keseharian mungkin tidak optimal. Sebagai contoh, pengetahuan tentang pentingnya protein dan serat tidak akan berpengaruh signifikan apabila anak tidak mau mengonsumsi makanan tersebut. Dengan demikian, intervensi yang lebih spesifik seperti program edukasi mengenai manajemen pola makan bagi orang tua anak autis mungkin dibutuhkan.

Lebih lanjut, hasil penelitian ini menunjukkan perlunya pendekatan multidimensional dalam menjaga status gizi anak autis. Selain pengetahuan gizi orang tua, diperlukan dukungan dari tenaga kesehatan, seperti ahli gizi dan terapis okupasi, untuk membantu anak dalam mengatasi masalah pola makan dan mengoptimalkan asupan gizi mereka. Program intervensi yang melibatkan pihak sekolah, tenaga medis, dan orang tua dapat memberikan dampak yang lebih baik pada status gizi anak autis. Temuan ini juga mengindikasikan bahwa upaya meningkatkan status gizi anak autis perlu memperhitungkan kondisi dan kebutuhan khusus mereka.

## KESIMPULAN

Sebagian besar anak autis di SLB Negeri Pembina Yogyakarta berumur 7-11 tahun 21(55,3%), usia ayah dan ibu 41-60 tahun. Tingkat pendidikan terakhir orang tua sebagian besar adalah lulusan perguruan tinggi. Pekerjaan ayah sebagian besar sebagai pedagang/wirausaha 27 (71,1%) sedangkan ibu sebagai IRT 20 (52,6%). Status gizi anak sebagian besar berkategori baik sebanyak 27 orang (71,2%) namun masih ada yang memiliki status gizi buruk, gizi kurang, gizi lebih dan obesitas. Pengetahuan gizi orang tua subjek sebagian besar berkategori baik sebanyak 25 orang (65,8%), dan masih ada yang memiliki pengetahuan gizi cukup sebanyak 12 orang dan 1 orang yang masih kurang. Tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi orang tua dengan status gizi anak autis di SLB N Pembina Yogyakarta.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada sekolah dan guru-guru di SLB Negeri Pembina Yogyakarta serta seluruh pihak yang sudah membantu dan mendukung penelitian ini sehingga berjalan dengan baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Cekici, H., & Sanlier, N. (2019). Current nutritional approaches in managing autism spectrum disorder: A review. *Nutritional neuroscience*, 22(3), 145-155.
- Curtis, L. T., & Patel, K. (2008). Nutritional and environmental approaches to preventing and treating autism and attention deficit hyperactivity disorder (ADHD): a review. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 14(1), 79-85
- Devi, M. (2019). Hubungan Pengetahuan Gizi Orangtua Dan Orangtua Dalam Penerapan Diet Autis Pada. *Jurnal Elektronik Universitas Negeri Malang*.
- Dinas Sosial DIY. (2020). *Penanganan Autisme di DIY*. <https://dinsos.jogjaprov.go.id/>
- Elvandari, M., & Kurniasari, R. (2023). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro, Pengetahuan Dan Pola Asuh Ibu Dengan Status Gizi Anak Autis Di Slb Kota Bandung. *Jurnal Gizi Masyarakat Indonesia (The Journal of Indonesian Community Nutrition)*, 12(2).
- Fauzan, N. (2018). *Hubungan Antara Pola Makan, Aktivitas Fisik, dan Pola Asuh Orangtua Terhadap Status Gizi Anak Autis di Sekolah Luar Biasa Rumah Melati Tahun 2018*. 1-78.

- <https://repository.binawan.ac.id/541/1/GIZI - 2018 - NADYA FAUZAN repo.pdf>
- Hasanah, L. N. (2024). Perubahan Pengetahuan Ibu Dengan Anak Autis Tentang Diet Bebas Gluten Dan Kasein Di Slb N 1 Bantul, Di Yogyakarta (DIY). *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(1), 1501-1506.
- Herawanto, H., Rositadinyati, A. F., Rau, M. J., Marselina, M., & Purwanti, L. (2020). The Correlation Between Personal Hygiene and Food Processing in Diarrhea Occurrences on Post-Earthquake And Liquefaction Toddlers In Refugee Camps Of Biromaru Public Health Center. *Ghidza: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 4(1), 79-89.
- Mulloy, A., Lang, R., O'Reilly, M., Sigafoos, J., Lancioni, G., & Rispoli, M. (2010). Gluten-free and casein-free diets in the treatment of autism spectrum disorders: A systematic review. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 4(3), 328-339.
- Poncowuri, Devi, Handayani, M., & Kurniawan, A. (2019). Hubungan Pengetahuan Gizi Orangtua Dan Pendapatan Orangtua Dengan Kepatuhan Orangtua Dalam Penerapan Diet Autis Pada Anak Autis Di Slb Autis Laboratorium Universitas Negeri Malang. *Preventia : The Indonesian Journal of Public Health*, 4(1), 42. <https://doi.org/10.17977/um044v4i1p42-49>
- Rapali, S. G. J., Lestari, N. E., Anindya, I., & Suryadi, B. (2023). Hubungan Profil Sensori dengan Perilaku Makan Anak Autism Spectrum Disorder (ASD). *Journal of Nursing Education and Practice*, 3(1), 11–17. <https://doi.org/10.53801/jnep.v3i1.180>
- Rositadinyati, A. F., Purwanti, L., & Faculty, P. H. (2020). *Ghidza : jurnal gizi dan kesehatan*. 4(1), 79–89.
- Septiana, N., Harna, H., Wahyuni, Y., Nadiyah, N., & Palupi, K. C. (2024). Hubungan Pengetahuan Ibu, Pola Asuh, Asupan Energi, Zat Gizi Makro, Diet Gluten Free Casein Free dengan Status Gizi Anak Autis. *Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 8(1), 74-80.
- Syarfaini, S., Syahrir, S., Jayadi, Y. I., & Musfirah, A. A. (2021). Hubungan tipe pola asuh dan perilaku makan dengan status gizi anak disabilitas di SLB Negeri 1 Makassar tahun 2020.