



GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN DAN PERILAKU TENTANG DIET *GLUTEN FREE CASEIN FREE* (GFCF) PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK DENGAN AUTISME DI SLB KOTA SURAKARTA

Notasya Devika Arynanda¹, Sitti Rahma Soleman²

^{1,2}Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Email : notasya.students@aiska-university.ac.id

Abstrak	Info Artikel
<p><i>Pengetahuan Ibu serta pola asuh Ibu menjadi faktor penting yang mempengaruhi status gizi anak autis. Anak dengan autisme rentan mengalami hilangnya nafsu makan, gangguan mencerna makanan serta pengaruh psikologis. Penderita gangguan autisme di Indonesia diperkirakan mengalami peningkatan sebanyak 500 orang setiap tahunnya. Pada tahun 2020-2021 terdapat 5.530 kasus gangguan perkembangan anak termasuk autisme. Gangguan perilaku pada anak autis dapat diringankan gejalanya dengan menjalani diet gluten free casein free. Tujuan: Mengetahui gambaran tingkat pengetahuan dan perilaku tentang diet Gluten Free Casein Free (GFCF) pada Ibu yang memiliki anak dengan autisme di SLB Kota Surakarta. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling dengan responden sebanyak 116 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 78 Ibu memiliki tingkat pengetahuan yang baik terhadap diet GFCF, sedangkan sebanyak 60 Ibu memiliki tingkat perilaku yang tergolong sedang dalam pemberian diet GFCF. Kesimpulannya yaitu karakteristik responden di SLB Kota Surakarta berdasarkan usia mayoritas dewasa menengah. Berdasarkan tingkat pendidikan mayoritas Ibu adalah SMA/SMK dan mayoritas pekerjaan Ibu adalah Ibu Rumah Tangga. Tingkat pengetahuan Ibu terhadap diet GFCF dalam kategori baik, sedangkan tingkat perilaku Ibu dalam pemberian diet GFCF tergolong sedang.</i></p>	<p>Diajukan : 2-07-2024 Diterima : 23-09-2024 Diterbitkan : 25-12-2024</p> <p>Kata kunci: <i>autisme, pengetahuan, perilaku, Ibu, diet gluten free casein free</i></p> <p>Keywords: <i>autism, knowledge, behavior, mother, gluten free casein free diet</i></p>
<p>Abstract</p> <p><i>Mother's knowledge and parenting style are important factors that influence the nutritional status of children with autism. Children with autism are susceptible to loss of appetite, problems digesting food and psychological effects. It is estimated that autism sufferers in Indonesia will increase by 500 people every year. In 2020-2021 there were 5,530 cases of child development disorders including autism. Symptoms of behavioral disorders in autistic children can be alleviated by undergoing a gluten-free, casein-free diet. Objective: To determine the level of knowledge and behavior regarding the Gluten Free Casein Free (GFCF) diet among mothers who have children with autism in SLB City Surakarta. This research uses quantitative descriptive methods. Sampling used a total</i></p>	

sampling technique with 116 respondents. The research results showed that as many as 78 mothers had a good level of knowledge regarding the GFCF diet, while as many as 60 mothers had a moderate level of behavior in administering the GFCF diet. The conclusion is that the characteristics of respondents in the Surakarta City SLB are based on the majority age of middle adults. Based on the education level, the majority of mothers are high school/vocational school and the majority of mothers' occupations are housewives. The mother's level of knowledge regarding the GFCF diet is in the good category, while the mother's level of behavior in providing the GFCF diet is moderate.

Cara mensitasi artikel:

Arynanda, N.D., & Soleman, SR. (2024). Gambaran Tingkat Pengetahuan dan Perilaku Tentang Diet *Gluten Free Casein Free* (GFCF) Pada Ibu yang Memiliki Anak dengan Autisme di SLB Kota Surakarta. *IJOH: Indonesian Journal of Public Health*, 2(4), hal 757-768 <https://jurnal.academiacenter.org/index.php/IJOH>

PENDAHULUAN

Reaksi dari orangtua berbeda-beda dalam menerima keadaan anaknya yang lahir dengan tidak sempurna, mulai dari tidak menerima kenyataan, marah, sedih dan merasa bersalah sebagai reaksi umum saat mengetahui anaknya berbeda dengan anak lainnya. Orangtua dengan anak berkebutuhan khusus akan menghadapi tantangan besar dalam mengasuh dan membesarkannya. Bagi orangtua yang memiliki anak dengan berkebutuhan khusus, maka masyarakat akan menganggap sebagai aib keluarga bahkan kutukan dari Tuhan (Syaputri dan Afriza, 2022).

Autisme atau yang biasa disebut dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD) adalah gangguan perkembangan saraf yang ditandai dengan kurangnya aktivitas interaksi sosial, kurangnya komunikasi verbal maupun non verbal, selalu menghindari kontak mata, mengalami kesulitan menunjukkan ekspresi wajah, kurangnya kontrol emosi, dan teratasnya kegiatan bakat dan minat (Zubaidah dan Utomo, 2021). Autisme merupakan gejala yang di dapatkan pada masa kanak-kanak dengan menggambarkan kesendirian, hambatan dalam perkembangan bahasa, melakukan tindakan tertentu dengan spontan, dan juga menghafalkan sesuatu tanpa berpikir (Rieskiana, 2021). *American Psychiatric Association* (APA) menyatakan bahwa gangguan autisme atau yang biasa disebut *Autistic Spectrum Disorder* (ASD) merupakan gangguan perkembangan yang biasanya mulai muncul pada usia awal perkembangan yang ditandai dengan minat terbatas dan kegiatan yang terpola serta ketidakmampuannya dalam melakukan komunikasi dan interaksi sosial (Gusti Agung Ayu Amritashanti dan Hartanti, 2023).

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa diperkirakan di seluruh dunia terdapat sekitar 1 dari 100 anak menderita gangguan autisme. Perkiraan ini mewakili angka rata-rata dan prevalensi yang dilaporkann sangat bervariasi antar penelitian (WHO, 2022). Studi di Asia, Eropa dan Amerika Utara telah menyimpulkan bahwa rata-rata prevalensi antara 1%-2% (CDC, 2019). Menurut Kemenkes RI (2022), jumlah penderita gangguan autisme di Indonesia diperkirakan mengalami peningkatan 500 orang setiap tahunnya. Periode tahun 2020-2021 dilaporkan sebanyak 5.530 kasus gangguan perkembangan pada anak, termasuk gangguan spektrum autisme yang

mendapatkan layanan di Puskesmas. Rekap Data Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial (PMKS) Provinsi Jawa Tengah, 2021 mengemukakan bahwa anak dengan penyandang disabilitas di Jawa Tengah sebanyak 22.480, sementara untuk data anak yang mengalami gangguan autisme adalah sebanyak 1.271 anak dan terjadi peningkatan pada tahun 2022 (Badan Pusat Statistik, 2022). Jawa tengah menempati posisi ke-3 dengan jumlah anak penyandang autisme terbanyak di Pulau Jawa. Berdasarkan data Kementerian Pendidikan, Kebudayaan (2023), menunjukkan bahwa anak berkebutuhan khusus di Kota Surakarta berjumlah 1.118 anak. Menurut Kementerian Pendidikan Kebudayaan (2023) di Surakarta terdapat 3 SLB Swasta yaitu SLB Autis Agca Center, SLB Autis Harmony dan SLB Autis Alamanda yang secara khusus menangani anak dengan gangguan autisme dan 1 SLB Negeri yaitu SLB Negeri Surakarta yang juga menangani anak dengan gangguan autisme.

Banyak orangtua awam yang tidak menyadari bahwa anaknya mengidap gangguan autisme. Ketidaktahuan ini disebabkan oleh kurangnya informasi tentang gangguan tumbuh kembang anak, gejalanya, dan kurangnya dokter spesialis tumbuh kembang anak dan psikolog. Asupan zat gizi anak, pengetahuan dari ibu, serta pola asuh ibu termasuk factor penting yang mempengaruhi status gizi anak autis. Anak dengan autisme rentan mengalami gangguan makan karena hilangnya nafsu makan, gangguan poses makan di mulut, serta pengaruh psikologis. Anak dengan autisme memiliki kewajiban untuk menjalankan diet yang disebut dengan Diet GFCE (*Gluten Free and Casein Free*). Selain diyakini dapat memperbaiki gangguan pencernaan, diet GFCE juga dapat berpengaruh dalam mengurangi gejala atau tingkah laku pada anak autis. Anak dengan autisme harus melakukan diet, banyak penelitian yang membuktikan bahwa gangguan saluran pencernaan yang disebut dengan *leaky gut* (kebocoran saluran cerna) terjadi pada sebagian besar penderita autis dan sangat berpengaruh pada gangguan fungsi otak yang mengakibatkan gangguan perilaku. Sebagian ahli berpendapat bahwa gangguan ini sangat berkaitan dengan *gastrointestinal food hypersensitivity*, artinya pengaruh reaksi makanan tertentu yang mengganggu saluran cerna sendiri dan fungsional otak (Berry *et al.*, 2015; Berding dan Donovan, 2016) (dalam Irawan, 2019).

Perilaku yang biasa ditunjukkan oleh anak autis disebut dengan perilaku hiperaktif, seperti sering kebingungan dan tidak fokus, susah mengikuti perintah, suka berbicara berlebihan, sulit untuk diam, tidak bisa duduk tenang dan terlalu lama, sering bersikap terburu-buru, suka berteriak kencang, bertindak seenaknya tanpa tujuan dan tidak bisa mengontrol emosi (Abidin, 2023). Perilaku ini dapat meningkat apabila anak dengan autisme mengonsumsi makanan yang mengandung gula tinggi dan zat tambahan makanan, seperti pewarna makanan dan perisa buatan (Siron *et al.*, 2021).

Berdasarkan penelitian Izzah *et al* (2020), menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada anak autis yang menjalani diet GFCE dengan anak autis yang tidak menjalani diet GFCE. Penelitian melibatkan 37 responden yang menjalankan diet dan 63 responden tidak menjalankan diet, hasil penelitian menunjukkan bahwa skor komunikasi, interaksi sosial, respon kognitif, dan gangguan perilaku pada anak autis yang melakukan diet lebih rendah daripada yang tidak diet. Sebanyak (37%) responden menyatakan bahwa ada pengaruh dari diet GFCE terhadap gejala pada anak autis. Penelitian juga dilakukan oleh April *et al* (2024), menyatakan bahwa pada anak autis yang melakukan diet GFCE sebanyak (55%) dan yang tidak melakukan diet sebanyak (45%) terdapat

perbedaan yang signifikan antara tingkat hiperaktif pada responden yang menerapkan diet dan yang tidak menerapkan diet.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Nurhidayah *et al*, (2021) terkait pengetahuan Ibu tentang diet gluten dan kasein pada anak penyandang autisme, menemukan bahwa dari 34 responden sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang tergolong kurang yaitu sebanyak (58,8%). Penelitian juga dilakukan oleh April *et al* (2024), menyatakan bahwa dari 29 responden sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan tentang diet GFCE dalam kategori kurang yaitu sebanyak 26 responden (89,7%). Rendahnya pengetahuan Ibu berdampak pada rendahnya perilaku penerapan diet GFCE pada anak penyandang autisme. Penerapan diet sangat diperlukan bagi anak penyandang autisme karena diet yang tidak baik dan tidak tepat dapat menimbulkan masalah kesehatan dan perilaku hiperaktif pada anak penyandang autisme.

Penelitian yang dilakukan oleh Sinaga & Pardede, (2021), menyatakan bahwa perilaku atau tindakan Ibu dalam pola makan anak autisme yaitu sebanyak (50%) dan masuk dalam kategori cukup. Penelitian lain yang dilakukan oleh Murdiyanta *et al* (2015), mengemukakan bahwa dalam pemilihan makanan pada anak dengan gangguan autisme sebagian besar Ibu tidak patuh (92%) terhadap diet GFCE. Kepatuhan Ibu dalam menerapkan diet GFCE meliputi ketaatan sikap dan tindakan untuk mendapatkan hasil diet GFCE yang maksimal sehingga dibutuhkan pengetahuan Ibu mengenai diet GFCE.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti mulai bulan Januari 2024 di beberapa SLB di Surakarta didapatkan total data siswa penyandang autisme sebanyak 116 siswa pada tahun ajaran 2023/2024. Jumlah siswa autisme di SLB Autism Center sebanyak 10 siswa, 45 siswa di SLB Autism Harmony, 25 siswa di SLB Autism Alamanda, serta 36 siswa autisme di SLB Negeri Surakarta. Data yang diperoleh merupakan data primer yang diambil melalui wawancara dengan salah satu guru yang menjabat sebagai koordinator autisme di 4 SLB di Surakarta.

Sekolah Luar Biasa (SLB) Negeri Surakarta memiliki tenaga pengajar autisme sebanyak 9 orang, tetapi tidak memiliki tenaga kesehatan mandiri seperti psikolog maupun ahli gizi. Sekolah Luar Biasa (SLB) Negeri Surakarta menjalin hubungan kerja sama dengan Pusat Layanan Terapi R.M. Said dalam menjalankan terapi khusus untuk anak penyandang disabilitas termasuk penyandang autisme. Pusat Layanan Terapi menyediakan terapi khusus diantaranya, seperti terapi okupasi, fisioterapi dan terapi wicara yang dilaksanakan 1 kali dalam seminggu. Sekolah Luar Biasa Negeri Surakarta juga menyediakan program khusus autisme, yakni Pengembangan Interaksi Komunikasi dan Perilaku (PIKP) yang dilaksanakan 4 jam dalam seminggu.

Studi pendahuluan juga dilakukan pada 3 SLB Autism Swasta, dimana ketiga SLB ini menerapkan kurikulum 13 dengan sistem belajar mengajar selama 5 hari dalam seminggu. Ketiga SLB ini bekerja sama dengan Pusat Layanan Autism (PLA) dalam kegiatan terapi yang dijalani oleh siswa autisme dengan jadwal yang berbeda untuk setiap anak. Terapi yang disediakan meliputi terapi okupasi, fisioterapi dan terapi wicara. Selain itu, terdapat SLB yang menyediakan program mandiri, yakni SLB Autism Harmony yang memiliki jadwal tambahan untuk bimbel dan keterampilan sesuai jam sekolah.

Data primer hasil wawancara dengan 8 Ibu wali murid anak penyandang autisme di SLB Kota Surakarta. Didapatkan 6 dari 8 responden mengatakan belum mengetahui lebih spesifik tentang diet khusus GFCE pada anak autisme. Perilaku Ibu dalam penerapan program

diet khusus terhadap anak dengan autisme masih kurang. Oleh karena itu, peneliti tertarik dan akan melakukan penelitian tentang pengetahuan dan perilaku diet GFCCF untuk para Ibu yang memiliki anak autis, hingga saat ini edukasi yang diberikan hanya melalui personal dan belum mendetail.

Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian “Gambaran Tingkat Pengetahuan Dan Perilaku Tentang Diet Gluten Free Casein Free (GFCCF) pada Ibu Yang Memiliki Anak Dengan Autisme di SLB Kota Surakarta”.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif menggunakan metode noneksperimental deskriptif. Metode kuantitatif adalah salah satu jenis penelitian yang spesifikasinya sistematis, terencana dan terstruktur dengan jelas sejak awal hingga pembuatan desain penelitiannya yang berlandaskan pada data berupa angka yang akan diukur menggunakan statistik. Penelitian deskriptif adalah salah satu penelitian yang tujuannya untuk menggambarkan secara lengkap mengenai suatu fenomena atau kenyataan sosial. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan dan perilaku tentang diet *Gluten Free Casein Free* (GFCCF) pada Ibu yang memiliki anak dengan autisme di SLB Negeri Surakarta, SLB Autis Agca Center, SLB Autis Harmony, dan SLB Autis Alamanda.

Instrument penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah kuesioner. Kuesioner adalah jenis pengumpulan data dengan menggunakan daftar pertanyaan yang telah disiapkan dan akan dijawab berdasarkan responden yang dituju.

Teknik pengumpulan data yang dilakukan oleh peneliti adalah untuk memperoleh data primer dari responden, yaitu ibu yang memiliki anak dengan gangguan autisme yang kemudian akan dibagikan lembar kuesioner.

Sedangkan metode analisis yang digunakan adalah Analisa Univariat. Analisa Univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian yang diteliti ke dalam tabel distribusi frekuensi dalam bentuk presentase. Variabel yang diteliti oleh peneliti dalam penelitian ini adalah karakteristik responden, tingkat pengetahuan Ibu tentang diet GFCCF serta perilaku Ibu terhadap diet GFCCF.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik berdasarkan usia Ibu di SLB Kota Surakarta

Hasil penelitian distribusi untuk kategori usia pada Ibu di SLB Kota Surakarta mayoritas berusia dewasa menengah (41-60 tahun) yaitu sebanyak 65 responden (56%). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa mayoritas Ibu dengan anak autis di SLB Kota Surakarta berusia dewasa menengah (41-60 tahun). Ibu dengan usia dewasa menengah memiliki lebih banyak pengalaman dan waktu untuk mengumpulkan pengetahuan tentang berbagai hal termasuk diet yang tepat untuk anak autis. Ibu dengan usia dewasa menengah juga memiliki tingkat komunikasi yang lebih terampil dalam membangun hubungan dengan anaknya.

Pada hasil penelitian didapatkan Ibu dengan anak autis mayoritas berusia dewasa menengah sedangkan usia yang paling rendah berada pada kategori dewasa lanjut.

Teori berdasarkan Nur Hasanah (2024), menyatakan bahwa semakin bertambahnya usia Ibu maka semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya. Pada usia tertentu atau menjelang usia lanjut kemampuan untuk menerima atau mengingat suatu pengetahuan juga akan berkurang, akan tetapi usia terlalu muda juga dianggap belum matang untuk menerima atau mencari informasi tentang anaknya. Teori mengatakan usia 41-60 tahun termasuk dalam usia dewasa menengah yang memiliki ciri yaitu intelegensi meningkat, kemampuan intelektual cenderung memperlihatkan kemajuan, akumulasi informasi meningkat walaupun terjadi kemunduran memori karena banyaknya informasi yang semakin lama semakin menumpuk dalam perjalanan waktu (John W, 2012).

Hasil analisis peneliti didapatkan bahwa para Ibu dengan usia dewasa menengah yang memiliki anak dengan gangguan autisme harus bisa beradaptasi dengan perubahan dalam rutinitas dan harapan mereka. Kemampuan beradaptasi dapat dipengaruhi oleh pengalaman hidup mereka. Usia dewasa menengah dianggap membawa dan memiliki sejumlah pengalaman dan kebijaksanaan dalam pola asuh anak. Mereka cenderung memiliki emosi yang lebih tenang dalam menghadapi perilaku anak.

2. Karakteristik berdasarkan pendidikan Ibu di SLB Kota Surakarta

Berdasarkan hasil penelitian, kategori tingkat pendidikan Ibu dengan anak autisme di SLB Kota Surakarta mayoritas berada di jenjang SMA/SMK yaitu sebanyak 64 responden (55.2%) dan memiliki tingkat pengetahuan yang baik. Secara umum semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka akan semakin baik pula tingkat pengetahuannya. Namun, Ibu sebagai responden dengan tingkat pendidikan terakhir SMA dirasa cukup untuk menerima informasi-informasi dikarenakan sudah menyelesaikan tahap wajib belajar.

Pada penelitian didapatkan hasil bahwa pendidikan Ibu sudah berada dalam kategori yang tinggi yaitu jenjang SMA/SMK. Ibu memiliki peran penting dalam hubungannya dengan pengetahuan gizi dan pemenuhan gizi keluarga khususnya anak, karena Ibu dengan pendidikan rendah antara lain akan kesulitan dalam menyerap informasi. Apabila pendidikan dan pengetahuan Ibu tentang gizi atau asupan makanan rendah maka akibatnya ia tidak mampu untuk memenuhi syarat gizi seimbang (Mulyani et al., 2021).

Hasil analisis peneliti didapatkan bahwa pendidikan orang tua merupakan salah satu faktor yang penting dalam tumbuh kembang anak. Karena dengan pendidikan yang baik, maka orang tua dapat menerima segala informasi dari luar tentang cara pengasuhan anak yang baik, bagaimana menjaga kesehatannya dan lain sebagainya. Sehingga semakin banyak pengetahuan yang dimiliki diharapkan akan muncul tindakan perkembangan yang baik. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan sangat mencerminkan penerimaan Ibu, dilihat dari penelitian ini pendidikan paling tinggi adalah sarjana. Namun hasil yang didapat pada tingkat pendidikan mayoritas Ibu adalah SMA/SMK, hal ini sangat berperan penting dalam penerimaan anak dengan gangguan autisme. Ibu dengan pendidikan tinggi akan lebih mudah menerima dan memberikan edukasi sehingga akan dapat menerima kondisi anaknya. Bagi Ibu dengan pendidikan rendah atau kurang baik akan sedikit sulit untuk membangun proses edukasi.

3. Karakteristik berdasarkan pekerjaan Ibu di SLB Kota Surakarta

Berdasarkan hasil penelitian untuk kategori pekerjaan Ibu mayoritas bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) yaitu sebanyak 68 responden (58.6%). Ibu yang memiliki anak dengan kondisi yang memerlukan diet khusus seperti gangguan autisme akan lebih termotivasi untuk mempelajari tentang diet GFCF. Pekerjaan yang memerlukan waktu dan tenaga yang banyak akan menyulitkan Ibu untuk meluangkan waktu mempelajari tentang diet GFCF. Sebaliknya, Ibu dengan pekerjaan yang lebih fleksibel atau memiliki banyak waktu luang akan memiliki kesempatan yang lebih besar untuk mendalami informasi tentang diet GFCF.

Pada penelitian didapatkan hasil bahwa Ibu mayoritas bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT). Secara umum, pekerjaan Ibu berdampak dengan perkembangan anak dengan gangguan autisme. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurhidayah et al (2021), dimana sebagian besar dari responden berstatus sebagai ibu rumah tangga yaitu sebanyak (70,6%), dimana pekerjaan sebagai ibu rumah tangga dapat membantu perkembangan anak penyandang autis untuk menjadi lebih baik sehingga anak selalu berada dibawah pengawasan ibu dan mendapatkan kualitas pengasuhan yang tepat baik di rumah maupun di luar lingkungan rumah.

Hasil analisis peneliti dapat disimpulkan bahwa penerapan diet GFCF pada anak autis harus dilakukan secara tepat dan teratur. Hal tersebut membutuhkan peran ibu dalam pengawasan dalam pemberian pola makan kepada anak. Oleh karena itu, dibutuhkan komitmen dalam menjalaninya karena terapi diet GFCF tidak hanya dilakukan di rumah, di sekolah maupun saat anak makan. Ibu harus konsisten dan tegas dalam menerapkan diet GFCF agar mendapatkan hasil yang maksimal.

4. Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Diet *Gluten Free Casein Free* (GFCF) Pada Ibu yang Memiliki Anak dengan Autism Di SLB Kota Surakarta

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SLB Kota Surakarta yang terdapat pada tabel 4.4 menunjukkan bahwa distribusi frekuensi tingkat pengetahuan Ibu tentang diet GFCF pada anak autis termasuk dalam kategori baik sebanyak 78 responden (67.2%). Pada penelitian ini, peneliti memfokuskan pada tahap tahu, memahami dan aplikasi Ibu tentang diet GFCF pada anak yang memiliki gangguan autisme.

Hasil analisa peneliti didapatkan bahwa pemaparan informasi juga dapat mempengaruhi pengetahuan ibu adalah informasi yang didapat oleh ibu mengenai diet gluten dan kasein yang belum lengkap. Dari hasil penelitian yang dilakukan, ada beberapa ibu yang menyatakan bahwa di sekolah sudah pernah diadakan penyuluhan tentang diet gluten dan kasein tetapi hanya satu kali dan ada juga beberapa ibu yang mendapatkan informasi ketika awal didiagnosa oleh tim kesehatan tanpa ada penjelasan lebih lanjut mengenai bagaimana cara menerapkan diet gluten dan kasein dengan baik dan benar. Sementara itu, Ibu yang sering berkonsultasi dengan tim kesehatan dan memiliki pengalaman merawat anak cenderung memiliki pengetahuan yang baik mengenai diet GFCF. Hal ini bisa diperkuat dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa mayoritas usia Ibu berada dalam kategori dewasa menengah. Pada usia ini, Ibu sudah memiliki banyak pengalaman dan pengetahuan yang luas dalam berbagai aspek kehidupan. Tingkat pengetahuan ini juga bervariasi tergantung pada pendidikan, pekerjaan, pengalaman hidup dan akses terhadap informasi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mulyani *et al* (2021), yang mengatakan bahwa responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik yaitu sebanyak (72.7%). Pada penelitian ini pengetahuan Ibu dipengaruhi oleh usia. Usia orang tua akan mempengaruhi kualitas pengasuhan terhadap anaknya. Usia biasanya mempengaruhi kesiapan seseorang untuk menjalani proses-proses dalam kehidupannya. Tahapan kehidupan salah satunya dijalani dengan berkeluarga. Usia orang tua dapat mempengaruhi kesiapan menjalankan peranannya, terutama dalam memenuhi kebutuhan anak untuk menunjang tumbuh kembang yang optimal. Ibu dengan usia yang lebih matang memiliki banyak pengalaman dalam merawat anak dan lebih sering terpapar informasi tentang diet GFCF dari berbagai sumber. Bertambahnya umur seorang dapat berpengaruh pada peningkatan pengetahuan yang diperoleh, akan tetapi pada umur tertentu atau menjelang usia lanjut kemampuan dalam menerima dan mengingat suatu pengetahuan akan berkurang.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mulyani *et al* (2021), yang mengatakan bahwa Ibu yang memiliki pengetahuan baik sebanyak (72.2%). Pada penelitian ini pengetahuan Ibu dipengaruhi oleh pendidikan Ibu, yaitu tingkat menengah atas sebanyak (61.1%). Pada tingkat sekolah menengah atas/ sederajat (SMA) sudah memenuhi program wajib belajar dari pemerintah. Ibu dengan pendidikan SMA umumnya memiliki kesadaran yang lebih baik tentang pentingnya nutrisi dan diet dibandingkan dengan yang hanya memiliki pendidikan dasar. Pendidikan SMA juga meningkatkan kemampuan membaca dan memahami informasi dari berbagai sumber terkait diet yang dibutuhkan oleh anak khususnya penyandang autisme.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurfadhillah *et al* (2021), yang mengatakan bahwa Ibu yang memiliki pengetahuan baik sebanyak (83.78%). Pada penelitian ini pengetahuan Ibu sebagai responden dipengaruhi oleh pekerjaan Ibu, yaitu sebagai Ibu Rumah Tangga sebanyak (59.5%). Kebanyakan ibu tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga. Peneliti menyatakan bahwa mengasuh anak dengan autisme umumnya berdampak pada pekerjaan orang tua, terutama Ibu, sehingga Ibu lebih memilih untuk tidak bekerja dan fokus membesarkan anak. Peran Ibu dalam menerapkan diet bebas gluten dan casein sangat dibutuhkan untuk pengawasan ketat pada diet anak karena implementasi diet bebas gluten dan casein harus dengan benar dan teratur. Ibu rumah tangga biasanya memiliki fleksibilitas waktu yang lebih besar untuk mempelajari dan mencari tahu makanan yang sesuai dengan diet dibandingkan dengan Ibu yang bekerja penuh waktu.

Peneliti dapat menyimpulkan bahwa tingkat pengetahuan Ibu terhadap diet GFCF pada anak autis berada dalam kategori baik sebanyak 78 responden (67.2%). Pemberian makanan yang tepat sangat diperlukan bagi anak penyandang autis sehingga pengetahuan ibu tentang makanan bagi anak penyandang autis menjadi suatu hal yang penting untuk diperhatikan. Pengetahuan Ibu sangat penting karena dapat membentuk Ibu menjadi lebih percaya diri baik dari sikap dan perilaku sehingga pengetahuan dapat mendukung tindakannya. Pengetahuan ibu menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi penerapan diet GFCF pada anak penyandang autis karena dapat membantu untuk menjalankan perannya sehari-hari.

5. Gambaran Tingkat Perilaku Tentang Diet *Gluten Free Casein Free* (GFCF) Pada Ibu yang Memiliki Anak dengan Autism Di SLB Kota Surakarta

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SLB Kota Surakarta yang terdapat pada tabel 4.5 menunjukkan bahwa distribusi frekuensi tingkat perilaku Ibu tentang diet GFCF pada anak autis termasuk dalam kategori sedang dengan jumlah 60 responden (51.7%). Pada penelitian ini, peneliti memfokuskan seberapa baik Ibu memahami prinsip dasar, ketaatan diet GFCF serta persepsi Ibu tentang efek diet GFCF pada kesehatan maupun perilaku anak dengan gangguan autisme. Hasil penelitian ini menunjukkan mayoritas perilaku Ibu dalam penerapan diet GFCF dan pengalaman tentang perubahan yang terjadi setelah menerapkan diet GFCF belum maksimal.

Hasil analisis oleh peneliti didapatkan bahwa banyak Ibu yang tidak dapat memberikan diet karena anak menolak, merasa kasihan jika anak rewel dan sakit ketika tidak bisa memakan makanan yang diinginkan. Hal ini memicu perilaku acuh Ibu terhadap diet yang telah dianjurkan bagi anak dengan gangguan autisme. Mayoritas responden pada penelitian ini bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) yang terlibat langsung dalam pengasuhan anak autis, hal ini menyebabkan mereka cenderung lebih berempati ketika anak rewel sehingga merasa tidak tega saat menjalankan diet ketat. Dalam hal ini, komitmen sangat dibutuhkan dalam menjalankan diet bebas gluten dan casein pada anak karena harus dilakukan di rumah, sekolah dan dimanapun saat anak makan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh T. Sinaga & Pandede (2021), yang mengatakan bahwa responden yang memiliki tingkat perilaku cukup yaitu sebanyak 25 responden (62.5%). Pada penelitian ini perilaku responden atau Ibu dipengaruhi oleh usia ibu yaitu dewasa menengah (<60 tahun) sebanyak (67.5%). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Mulyani *et al* (2021), menyatakan bahwa usia Ibu yang matang dapat mempengaruhi kesiapannya menerima informasi untuk menunjang tumbuh kembang anak yang optimal. Pada usia ini Ibu cenderung lebih berhati-hati dalam menerapkan diet dan memastikan semua kebutuhan nutrisi anak terpenuhi.

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Karya *et al* (2024), yang mengatakan bahwa responden atau Ibu yang mayoritas berpendidikan hingga jenjang SMA sebanyak (63.4%) memiliki tingkat perilaku tidak taat diet sebanyak (43.7%). Tingkat pendidikan Ibu dapat mempengaruhi perilaku mereka terhadap diet GFCF karena pendidikan berhubungan dengan pengetahuan, pemahaman dan keterampilan dalam menerapkan diet tertentu. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi juga akan meningkatkan motivasi kesadaran Ibu dalam menerima informasi tentang pengaruh diet GFCF terhadap kondisi anak. Namun hal ini juga harus didukung oleh adanya informasi dari komunitas ataupun tenaga kesehatan untuk mengimplementasikan dan mengevaluasi diet GFCF termasuk tentang label makanan dan petunjuk diet ini.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmah *et al* (2015), yang mengatakan bahwa responden atau Ibu yang mayoritas bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga sebanyak (61.30%) memiliki tingkat perilaku diet dalam kategori kurang serta tidak patuh yaitu sebanyak (70.97%). Diketahui bahwa mereka sudah

menerapkan diet gluten dan kasein pada anak mereka tetapi dalam pelaksanaannya belum konsisten.

Peneliti dapat menyimpulkan bahwa Ibu masih kesulitan dalam menjalankan diet gluten dan kasein pada anak mereka salah satunya karena pengaruh lingkungan yang tidak mendukung seperti makanan jajanan yang mengandung gluten dan kasein yang mudah didapatkan oleh anak autis. Mengubah pola makan mereka juga menjadi tantangan karena anak dapat merasakan tidak nyaman dengan perubahan. Peran Ibu siaga sangat dibutuhkan dalam pengawasan pada pola makan anak dengan autis karena Ibu sebagai orang terdekat sekaligus penyelenggara makan pada anak. Ibu siaga harus memastikan bahwa diet anak seimbang dan mencakup semua makanan penting, serta mempertimbangkan suplemen yang dibutuhkan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisa data dan pembahasan, maka kesimpulan yang dapat peneliti uraikan adalah sebagai berikut:

1. Mayoritas usia Ibu yang memiliki anak autis di SLB Kota Surakarta berada dalam kategori dewasa menengah (41-60 tahun).
2. Mayoritas pendidikan Ibu yang memiliki anak autis di SLB Kota Surakarta berada pada jenjang SMA/SMK.
3. Mayoritas pekerjaan Ibu yang memiliki anak autis di SLB Kota Surakarta bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga.
4. Tingkat pengetahuan Ibu terhadap diet GFCF pada anak autis berada dalam kategori baik.
5. Tingkat perilaku Ibu terhadap pemberian diet GFCF pada anak autis di SLB Kota Surakarta berada dalam kategori sedang.

DAFTAR RUJUKAN

- Abidin, M. (2023). Analysis of Hyperactive Child Behavior and Handling Efforts in Education. *Al-Iltizam: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 8(1), 25. <https://doi.org/10.33477/alt.v8i1.4489>
- Aisyah, Elvandari, M., & Kurniasari, R. (2023). Hubungan asupan zat gizi makro, pengetahuan dan pola asuh ibu dengan status gizi anak autis di SLB kota bandung. 105-118.
- Alini, T. (2021). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Hamil Tentang Buku KIA. *Jurnal Genta Kebidanan*, 6(2). <https://doi.org/10.36049/jgk.v6i2.95>
- Aprilianza, F. R., Indria, D. M., & Rachman, L. (2022). Citra Diri Dan Perilaku Diet Berhubungan Dengan Status Gizi Dewasa Usia 20-39 Tahun Di Kota Malang. *Jurnal Bio Komplementer*, 1-11.
- Aulia, O., Hartanto, B., Puteri, C. M., & Latifah, L. (2023). *Jurnal Indonesia : Manajemen Informatika dan Komunikasi Berbasis Circular Economy Sebagai Upaya Abstrak Jurnal Indonesia : Manajemen Informatika dan Komunikasi*. 4(1), 335-342.
- Bagaskorowati, R., Ayesadira, M., Ramadhanti, F., & Sumantri, Vita A, R. (2022). Urgensi Diet Gluten dan Casein Free pada Hiperaktivitas Individu Autisme dan ADHD. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 1(10), 1399-1404.

- Baspinar, B., & Yardimci, H. (2020). Gluten-free casein-free diet for autism spectrum disorders: Can it be effective in solving behavioural and gastrointestinal problems? *Eurasian Journal of Medicine*, 52(3), 292-297. <https://doi.org/10.5152/eurasianjmed.2020.19230>
- Damanik, F. I., & Al-Idrus, S. I. (2023). Forward chaining. *Diagnosa Autisme Pada Anak Dengan Sistem Pakar Menggunakan Metode Forward Chaining*, 1(2), 448-460. <https://doi.org/https://doi.org/10.55606/jsr.v1i2.1063>
- Darsini, Fahrurrozi, & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan; Artikel Review. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 97.
- Eka Yolanda Siregar, Ester Magdalena Nababan, Eunike Rehulina Ginting, Benita A Nainggolan, Dian Lorensa Ritonga, & Damayanti Nababan. (2022). Perlunya Pembinaan Terhadap Dewasa Awal Dalam Menghadapi Tugas Perkembangannya. *Lumen: Jurnal Pendidikan Agama Katekese Dan Pastoral*, 1(2), 16-22. <https://doi.org/10.55606/lumen.v1i2.39>
- Fajri, Syafiqoh, M., Moviana, & Yenny. (2023). *Edukasi Diet Rotasi Eliminasi Berbasis Website*. 2(2), 42-54.
- Febri, A. B. (2019). *Gizi Untuk Anak Autis*. Rumah Sakit Jiwa Dr. Radjiman Wediodiningrat Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan Kementerian Kesehatan. <https://rsjlawang.com/news/detail/344/gizi-untuk-anak-autis>
- Gusti Agung Ayu Amritashanti, I., & Hartanti, H. (2023). Efektivitas JASPER Intervention untuk Meningkatkan Kemampuan Joint Attention Anak dengan Autisme Berat. *Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 212-220. <https://doi.org/10.37985/murhum.v4i1.190>
- Hakim, R. Y. N., Tamtomo, D., & Murti, B. (2023). Effect of Gluten Free Casein Free Diet on Maladaptive Behavior in Autistic Children: Meta-Analysis. *Indonesian Journal of Medicine*, 8(3), 286-294.
- Irawan, R. (2019). *Gangguan Metabolik Otak & Terapi Nutrisi pada Anak Autisme/Roedi Irawan*. Airlangga University Press.
- Isnanto, Nurjanah, E., Larasati, R., & Purwaningsih, E. (2021). Faktor Internal Dan Eksternal Pengetahuan Ibu Tentang Kesehatan Gigi dan Mulut. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Gigi*, 3(2), 612-618. <https://ejournal.poltekkestasikmalaya.ac.id/index.php/jikg/article/view/781/0>
- Izzah, A. F., Fatmaningrum, W., & Irawan, R. (2020). Perbedaan Gejala pada Anak Autis yang Diet Bebas Gluten dan Kasein dengan yang Tidak Diet di Surabaya. *Amerta Nutrition*, 4(1), 36. <https://doi.org/10.20473/amnt.v4i1.2020.36-42>
- Mahendra, D., Jaya, I. M. M., & Lumban, A. M. R. (2019). Buku Ajar Promosi Kesehatan. *Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Fakultas Vokasi UKI*, 1-107.
- Mulyani, N. S., Putri, N., & Arnisam, A. (2021). Tingkat pengetahuan orang tua dengan penerapan diet pada anak autis di Kota Banda Aceh. *Darussalam Nutrition Journal*, 5(1), 35. <https://doi.org/10.21111/dnj.v5i1.4878>
- Nur Hasanah, L. (2024). *Perubahan Pengetahuan Ibu Dengan Anak Autis Tentang Diet Bebas Gluten Dan Kasein Di Slb N 1 Bantul.*, 5, 1501-1506.
- Nurfadhillah, S., Aqwal, S. M., Mediana, P. A., & ... (2021). Pembelajaran Anak Autisme di SDN Larangan 5. *BINTANG: Jurnal Pendidikan Dan Sains*, 3, 507-516. <https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/bintang/article/view/1558>

- Nurhidayah, I., Achadiyanti, D., Ramdhanie, G. G., Keperawatan, F., & Padjadjaran, U. (2021). Pengetahuan Ibu Tentang Diet Gluten Dan Kasein Pada Anak Penyandang Autis Di Slb Wilayah Kabupaten Garut. *Jurnal Perawat Indonesia*, 5(1), 599–611. <https://doi.org/10.32584/jpi.v5i1.849>
- Octaviana, D. R., & Ramadhani, R. A. (2021). *Hakikat Manusia: Pengetahuan (Knowledge), Ilmu Pengetahuan (Sains), Filsafat Dan Agama Dila*. 5(1(22)), 143–159. <https://doi.org/10.25587/svfu.2021.22.1.007>
- Permata, S. I., Rahayu, N., & Budiani, D. (2023). Pengaruh Partisipasi Siswa Dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Japanese Club Terhadap Minat Belajar Bahasa Jepang Siswa Sma Negeri 9 Pekanbaru. *Jurnal Pendidikan Bahasa Jepang Undiksha*, 9(3), 199–205.
- Piwowarczyk, A., & Horvath, A. (2018). Gluten and Casein free diet and autism spectrum disorders in children: a systemic review. *European Journal of Nutrition*. <https://doi.org/10.1007/s00394-017-1483-2>
- Purba, S., Revida, E., Parinduri, L., Purba, B., Muliana, Pratiwi Bernadetta Purba, T., Tahulending, P. S., Simarmata, H. M. P., & Agustian Budi Pasetya, Sherly, N. V. L. (2020). Prilaku Organisasi. In *Yayasan Kita Menulis*.
- Rahmadani, D. A. (2022). *Teori Perilaku Karyawan*. 2(4), 1–8.
- Rahmah, J., Diani, N., & Rachmawati, K. (2015). Kepatuhan Orang Tua Tentang Diet Gluten Free Dan Casein Free Dengan Perilaku Anak Autis. *DK Diet Gluten Free Dan Casein Free*, 3(2), 16–25.
- Rieskiana, F. (2021). Peran Sekolah Inklusi Terhadap Tumbuh Kembang Anak Autisme. *JEA (Jurnal Edukasi AUD)*, 7(2), 61. <https://doi.org/10.18592/jea.v7i2.4625>
- Sidabutar, B. E. E., Neolaka, A., & Simbolon, B. (2020). Peran Orangtua Dalam Menangani Anak Autisme. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 9(1), 61–87. <https://doi.org/10.33541/jmp.v9i1.3013>
- Sinaga, T., & Pandede, J. (2021). Pengetahuan Dan Sikap Dengan Tindakan Ibu Dalam Pola Makan Pada Anak Autis. *Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 11(1), 77–84. <https://doi.org/10.32583/pskm.v11i1.1038>
- Siron, Y., Muslihah, L., Sari, N., & Dina, A. E. S. (2021). Diet Untuk Anak Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD): Tantangan Orang Tua. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*, 8(3), 161. <https://doi.org/10.23887/paud.v8i3.25701>
- Sugiyono, D. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan*.
- Syaputri, E., & Afriza, R. (2022). Peran Orang Tua Dalam Tumbuh Kembang Anak Berkebutuhan Khusus (Autisme). *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 1(2), 559–564. <https://doi.org/10.56248/educativo.v1i2.78>
- Yin, R. K. (2014). Robert K. Yin. (2014). Case Study Research Design and Methods (5th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage. 282 pages. *The Canadian Journal of Program Evaluation*, 30(1), 282. <https://doi.org/10.3138/CJPE.BR-240>
- Zubaidah, Z., & Utomo, P. (2021). Kesejahteraan Psikologis Anak Autis Ditinjau dari Layanan Bimbingan dan Konseling Berkebutuhan Khusus di Sekolah. *Jurnal Hawa : Studi Pengarus Utamaan Gender Dan Anak*, 3(1), 25–32. <https://ejournal.iainbengkulu.ac.id/index.php/hawa/article/view/5420>