GAMBARAN DUKUNGAN ORANG TUA, JENIS DAN FREKUENSI ASUPANBAHAN MAKANAN PADA ANAK AUTIS DI SEKOLAH LUAR BIASA BINA ANAK BANGSA PONTIANAK

Bercy Aprilia, Shelly Festilia Agusanty, Sopiyandi
Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Pontianak, Indonesia

Abstrak

Autis adalah gangguan perkembangan yang ditandai dengan ketidakmampuan dalam berinteraksi sosial, berkomunikasi dan berprilaku sesuai dengan perkembangan, ketertarikan dan aktifitasnya. Pada tahun 2021 penyandang disabilitas berdasarkan jenis kelamin laki-laki yaitu 66% dan jenis kelamin perempuan 34%. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran dukungan orang tua, jenis dan frekuensi asupan bahan makanan pada anak autis di SLB BinaAnak Bangsa Pontianak. Menggunakan metode deskriptif dengan desain cross sectional studi. Sebagian besar yang mengkonsumsi protein nabati memiliki kategori tidak baik yaitu 11 responden (100%) Sebagian besar yang mengkonsumsi sayuran memiliki kategori tidak baik 11 responden (100%). Sebagian besar yang mengkonsumsi buah-buahan memiliki kategori tidak baik yaitu 11 responden (100%). Hasil wawancara dengan orang tua dari anak autis diSLB Anak Bangsa Pontianak mengiisi kuesioner tentang dukungan orang tua terhadap jenis bahan makanan yang sehat dan bergizi sebagian besar orang tua anaknya sangat mendukung anaknya untuk mengkonsumsi jenis bahan makananyang sehat.

Kata Kunci: dukungan orang tua, jenis bahan makanan, anak autis

Abstract

Autism is a developmental disorder characterized by the inability to interact socially, communicate and behave according to their development, interests and activities. In 2021, people with disabilities based on male gender were 66% and female gender 34%. The purpose of this study was to determine the description of parental support, types and frequency of food intake in autistic children at SLB Bina Anak Bangsa Pontianak. Using a descriptive method with a cross-sectional study design. Most of those who consume vegetable protein have a bad category, namely 11 respondents (100%). Most of those who consume vegetables have a bad category, namely 11 respondents (100%). Most of those who consume fruits have a bad category, namely 11 respondents (100%). The results of interviews with parents of autistic children at SLB Anak Bangsa Pontianak filled out a questionnaire about parental support for healthy and nutritious food types, most of their children's parents strongly support their children to consume healthy food types.

Keywords: parental support, types of food ingredients, autistic children

Pendahuluan

Autis adalah gangguan perkembangan yang ditandai dengan ketidakmam-puan dalamberinteraksi sosial, berkomunikasi dan berperilakusesuai dengan perkembangan, ketertarikan dan aktifitasnya. Perilaku tersebut disebabkan oleh berbagai faktor seperti dukungan orang tua, pola konsumsi pangan dan sebagainya. Mengenai jenismakanan, indikator tersebut merupakan salah satu faktor yang harus diperhatikan bagi anak autis karena karena terdapat pantangan dalam hal makanan. Penyebab autis sampai saat ini belum diketahui. Namun penyebab munculnya gejala autisyaitu dari bahan metabolit sebagai hasil proses metabolisme (asam organik) yang menggangu fungsi otak dan keadaan tersebut biasanya munculnya gangguan pencernaan dan gangguan perilaku. (Mashabi, 2019).

Tingkat pengetahuan merupakan faktor yang mempengaruhi dukungan orang tua untuk menentukan jenis makanan pada anak autis. Faktor tersebut disebabkan karena sumber pendapatan yang rendah dalam keluarga sehingga mempengaruhi dalam memilih asupan makanan yang baik pada anak autis.

Kebiasaan makan anak autis dapat berpengaruh pada perbaikan per-ilakunya. Oleh karena itu orang tua perlu melakukan beberapa halseperti disiplin dalam memberikan makanan yang tepat dan aman untuk dikonsumsi anak autis, serta pengaturan yang baik untuk memberi asupan makan kepada anak autisme. Pengawasan dan pemberian informasi kepada orang-orang sekitarjuga perlu dilakukan agar mereka tidak sembarangan memberi makanan kepada anak autis. Wilayah Kalimantan Barat berdasarkan sumber bidang rehabilitasi sosial Dinas Sosial Kalbar bahwa data penyandang disabilitas tahun 2020 ber-dasarkan usia adalah 4.097 jiwa, didalamnyatermasuk autisme yang merupakan disabilitas mental.Pada tahun 2021 tercatat prevalensipenyandang disabilitas berdasarkan jenis kelamin laki-laki yaitu 66% dan 34% anak perempuan dan berdasarkan data dari Autisme Center di Pontianaktercatat bahwa jumlah anak yang diterapi pihaknyatahun 2017 sebanyak 90 anak dan 88 orang masih masuk dalam daftar tunggu.

Meskipun data anak dengan gangguan autis di indonesia belum pasti, tetapi berdasarkan data Biro Pusat Statistik (BPS) jumlah penduduk Indonesia dengan tingkat pertumbuhan 1,14 persen dapat diprediksi penderita autis di Indonesiaberkisar 2,4 juta orang dengan peningkatan 500 orang per tahun (Herna, 2022).

Asupan makanan yang benar harus ditingkatkan dengan tepat dan cepat agar anak berkebutuhan khusus tetap hidup sehat dan dapat berperan aktif dalam lingkungan sosial kemasyarakatan (Noveliyanti, 2018). Asupanmakanan yang berisi zat gizi yang tidak sesuaikebutuhan dapat menimbulkan gizi berlebih maupun gizi kurang. Apabila tubuh mendapat cukup zat gizi yang digunakan secara efisien makaakan tercipta status gizi baik. Apabila tubuh mendapat zat gizi dalam jumlah berlebihan akan menimbulkan gizi lebih, sedangkan bila tubuh kekurangan zat gizi esensial maka akan terjadi gizikurang (Rianasari, 2018).

Metode

Penelitian ini mengguna Jenis penelitian ini adalah observasional dengan *study cross sectional.* Penelitan ini dilakukan pada 28 Juli 2023 di slb Bina Anak Bangsa Pontianak. Populasi padapenelitian ini berjumlah 13 siswa/i. sampel yang diambil pada penelitian ini 11 orang siswa/I dikarenakan 2 siswa lainnya sedang berhalangan hadir sehingga tidak dapat dilakukan pengukuran terhadap status gizi dan asupan. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan wawancara untuk mendapatkan hasil dukungan orang tua terhadap asupan makan anak autis.

Hasil dan Pembahasan

Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Anak Autis di SLB Bina Anak Bangsa Pontianak Tahun 2023

Karakteristik	n	%
Jenis kelamin		
Laki-laki	10	90,9
Perempuan	1	9,1
Umur		
13 tahun	1	9,1
14 tahun	5	45,5
15 tahun	4	36,4
16 tahun	1	9,1
Kelas		
7	2	18,2
8	5	45,5
9	4	36,4

Berdasarkan tabel 1 distribusi karakteristik anak autis di SLB Bina Anak Bangsa Pontianak tahun 2023 diketahui berdasarkan jenis kelamin bahwa laki-laki memiliki jumlah tertinggi (90,9%). Berdasarkan kategori umur bahwa lebih banyakberumur 14 tahun sebanyak 5 responden (45,5%), dan berdasarkan kelas bahwa kelas 2 SMP memiliki jumlah siswa tertinggi (36,4%).

Dukungan Orang Tua

Tabel 2. Frekuensi Dukungan Orang TuaResponden di SLB Bina Anak Bangsa Pontianak Tahun 2023

Nilai	n	%
Baik	8	72,7
Tidak Baik	3	27,3
Total	11	100

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat sebagianbesar nilai dukungan Orang Tua yang baik yaitu8 responden (72,7%).

1. Jenis Bahan Makanan

Sumber Makanan Pokok

Tabel 3. Jenis Bahan Makanan Pokok di SLB Anak Bangsa Pontianak Tahun 2023

Jenis Bahan Makanan Pokok	n	%	Score
Nasi	10	90,9	500
Kentang	7	63,6	80
Bihun	4	36,4	45
Singkong	2	18,2	30
Talas	1	9,1	20
Ubi jalar Kuning	1	9,1	15

Berdasarkan tabel 3 diatas dapat dilihat jenis bahan makanan pokok yang paling banyakdikonsumsi yaitu bahan makanan nasi sebanyak 10 responden (90,9%) dengan skor 500 dan kentang sebanyak 7 responden (63,6%) denganskor 80.

Sumber Lauk-Pauk

Tabel 4. Jenis Bahan Makanan Lauk PaukNabati di SLB Anak Bangsa Pontianak Tahun 2023

Jenis Bahan Makanan Lauk Pauk Nabati	n	%	Score
Tahu	8	72,7	150
Tempe	8	72,7	115
Kacang kedelai	2	18,2	75
Kacang hijau	3	27,3	75
Kacang tanah	3	27,3	70
Kacang merah	1	9,1	50

Berdasarkan tabel 4 dapat dilihat jenis bahan makanan lauk-pauk nabati yang paling banyak dikonsumsi 5 teratas yaitu bahan makanan tahu sebanyak 8 responden (72,7%) dengan skor 150, tempe sebanyak 8 responden (72,7%).

Tabel 5. Jenis Bahan Makanan Lauk PaukHewani di SLB Anak Bangsa Pontianak Tahun 2023

Jenis Bahan Makanan Lauk Pauk Hewani	n	%	Score
Daging ayam	6	54,5	155
Telur ayam	8	72,7	130
Ikan nila merah	3	27,3	90
Ikan kembung	3	27,3	85
Ikan kakap	4	36,4	85
Daging sapi	4	36,4	35
Ikan lele	2	18,2	30
Bakso	3	27,3	30
Udang segar	2	18,2	20
Cumi-cumi	4	36,4	20
Telur puyuh	2	18,2	20
Ikan asin kering	1	9,1	5
Ikan tenggiri	1	9,1	5
Telur asin	1	9,1	5

Berdasarkan tabel 5 dapat dilihat jenis bahan makanan lauk-pauk protein hewani yangpaling banyak dikonsumsi 5 teratas yaitu daging ayam sebanyak 6 responden (54,4%) dengan kor 150, telur ayam sebanyak 8 responden (72,7%) dengan skor 130, skor 125 dan ikan nila merah sebanyak 3 responden (27,3%) dengan skor 90.

Sumber Sayuran

Tabel 6. Jenis Bahan Makanan Sayuran diSLB Anak Bangsa Pontianak Tahun 2023

Jenis BahanMakanan Sayuran	n	%	Score
Sawi	7	63,6	140
Bayam	6	54,5	115
Wortel	7	63,6	90
Ketimun	6	54,5	65
Daun bawang	2	18,2	55
Seledri	2	18,2	55
Gambas	4	36,4	50
Kacang panjang	4	36,4	50
Kangkung	2	18,2	35
Toge kacang hijau	2	18,2	30
Tomat	2	18,2	25
Kembang kol	2	18,2	25
Labu air	2	18,2	15
Terong	1	9,1	15
Selada	1	9,1	10
Daun singkong	1	9,1	10

Berdasarkan tabel 6 diatas dapat dilihat jenis bahan makanan sayur-an yang paling banyak dikonsumsi 5 teratas yaitu sayur sawi sebanyak 7 responden (63,6%) dengan skor 140, sayur bayam 6 responden (54,5%) dengan skor 115, sayur wortel 7 responden (63,6%) skor 90, sayur ketimun dengan 6 responden (54,5%) dengan skor 65 dan sayur daun bawang 2 responden (18,2%) dengan skor55.

Sumber Buah-Buahan

Tabel 7. Jenis Bahan Makanan Buah-Buahan di SLB Anak Bangsa Pontianak Tahun 2023

Jenis Bahan Makanan Sumber Buah-buahan	n	%	Score
Jeruk manis	4	36,4	85
Pepaya	6	54,5	80
Semangka	6	54,5	80
Pisang ambon	3	27,3	45
Apel	4	36,4	35
Mangga	3	27,3	30
Pir	3	27,3	30
Pisang kepok	2	18,2	30
Pisang mas	2	18,2	30
Melon	2	18,2	30
Alpukat	3	27,3	25
Jambu air	1	9,1	20
Jambu biji	1	9,1	20
Salak	1	9,1	20
Anggur	1	9,1	15
Manggis	1	9,1	15
Durian	1	9,1	5

Berdasarkan tabel 7 dapat dilihat jenis bahan makanan buah-buahan yang paling banyak dikonsumsi 5 teratas yaitu buah jeruk manis sebanyak 4 responden (36,4%), buah
pepaya 6 responden (54,5%) dengan, buah semangka 6 responden (54,5%), dan buah apel 4 responden (36,4%).

Frekuensi Konsumsi Bahan Makanan

Sumber Karbohidrat

Tabel 8. Frekuensi Sumber KarbohidratPer Hari PadaAnak Autis Di SLB Bina Anak Bangsa Pontianak Tahun 2023

Frekuensi Bahan Makanan Sumber Karbohidrat	Rata- rata Frekuensi Per Hari
Nasi	30
Talas	3
Kentang	2
Bihun	1

Berdasarkan tabel 8 distribusi rata-rata frekuensi bahan makanan sumber karbohidrat pada anak autis jenjang SMP di SLB Bina Anak Bangsa Pontianak diatas menunjukkan bahwa rata-rata frekuensi per hari dalam konsumsi bahan makanan sumber karbohidrat terdapatpada bahan makanan nasi dengan rata-rata 30 kali untuk 11 responden (mas-ing-masing responden dalam 1 hari ada yang mengkonsumsi 3 kali sehari dan ada yang 2 kalisehari), talas 3 kali, kentang 2 kali, dan bohun 1kali.

Sumber Protein Hewani

Tabel 9. Frekuensi Sumber Hewani Per Hari Pada Anak Autis di SLB Bina Anak Bangsa Pontianak Tahun 2023

Frekuensi Bahan Makanan SumberProtein Hewani	Rata – rataFrekuensi PerHari
Telur ayam	4
Ikan kakap	4
Ikan kembung	3
Daging sapi	2
Daging ayam	2
Ikan teri	2
Ikan nila merah	2
Ikan bandeng	2
Ikan patin	2
Ayam kampung	2

Berdasarkan tabel 9 distribusi rata-rata frekuensi bahan makanan sumber protein hewani pada anak autis jenjang SMP di SLB Bina Anak Bangsa Pontianak diatas menunjukkan bahwa rata-rata frekuensi per hari dalam konsumsi bahan makanan sumber proteinhewani terdapat pada telur ayam 4 kali, ikan kakap 4 kali, ikan kembung 3 kali, daging sapi 2 kali, daging ayam 2 kai, ikan teri 2 kali, ikan nila merah 2 kali, ikan bandeng 2 kali, ikan patin 2 kali, dan ayam kampung 2 kali.

Sumber Protein Nabati

Tabel 10. Frekuensi Sumber Protein Nabati Per Hari Pada Anak Autis di SLB Bina Anak Bangsa Pontianak Tahun 2023

Frekuensi BahanMakanan Sumber Protein Nabati	Rata –rata Frekuensi Per Hari
Tempe	7
Tahu	6
Kacang panjang	1

Berdasarkan tabel 10 distribusi rata-rata frekuensi bahan makanan sumber protein nabati menunjukkan frekuensi per hari dalam konsumsi bahan makanan sumber protein nabatiterbanyak yaitu tempe dan tahu.

Sumber Sayur-Sayuran

Tabel 11. Frekuensi Sumber Sayur- sayuran Per Hari Pada Anak Autis di SLBBina Anak Bangsa Pontianak Tahun 2023

Frekuensi SumberSayur-sayuran	Rata-rata FrekuensiPer Hari
Bayam	2
wortel	2
Daun bawang	2
Daun seledri	2
Tomat	1
Kembang kol	1
Gambas	1

Berdasarkan tabel 11 distribusi rata-rata frekuensi bahan makanan sumber sayuran padaanak autis di SLB Bina Anak Bangsa Pontianak menunjukkan bahwa rata-rata frekuensi per haridalam sayuran terdapat bayam 2 kai, wortel 2 kali, daun bawang 2 kali, daun seledri 2 kali, tomat 1 kali, kembang kol 1 kali dan gambas 1 kali.

Sumber Buah-Buahan

Tabel 12. Frekuensi Sumber Buah-buahanPerhari Pada Anak Autis di SLB BinaAnak Bangsa Pontianak Tahun 2023

Frekuensi Sumber Buah-buahan	Rata-rata Frekuensi Per Hari
Semangka	2
Pepaya	2
Jeruk manis	1

Berdasarkan tabel 12 distribusi rata-rata frekuensi bahan makanan sumber buah-buahanpada anak autis di SLB Bina Anak Bangsa Pontianak diatas menunjukkan bahwa rata-rata frekuensi per hari dalam sumber buah-buahan terdapat semangka 2 kali, pepaya 2 kali, dan jeruk manis 1 kali.

Pembahasaan

Dukungan Orang Tua

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nilai dukungan Orang Tua terhadap anak autis di SLB Anak Bangsa Pontianak sebagian besarbernilai baik yaitu 8 responden (72,7%). Hasil wawancara dengan orang tua dari anak autis di SLB Anak Bangsa Pontianak mengisi kuesioner tentang dukungan orang tua terhadap jenis bahan makanan yang sehat dan bergizi sebagianorang tua mereka sangat mendukung anaknya untuk mengkonsumsi jenis makanan yang sehat. Sebagian besar orang tua mereka juga men-dukung anaknya untuk membawa bekal sendiri dari rumah. Dukungan orang tua terhadap anak berkebutuhan khusus memiliki peran yang sangat penting. Orang tua memilikiperanan utama dalam menghadapi tantangan dalam mengasuh dan membesarkannya.

Jenis Makan

Jenis makan makanan adalah kebiasaan makan yang meliputi jumlah, frekuensi dan jenis atau macam makanan. Penentuan pola konsumsi makan harus memperhatikan nilai gizi makanan dan kecukupan zat gizi yang di- anjurkan. Pola konsumsi makanan anak autis berbeda dengan anak yang memiliki kondisi normal. Pola konsumsi makanan harus memperhatikan yang dianjurkan dan makanan yang harus dihindarkan.

Hasil penelitian ini menunjukkan jenis makanan yang paling sering dikonsumsi anak autis di SLB Anak Bangsa Pontianak yaitu sumber ma-kanan pokok nasi dan kentang. Sumber makanan protein nabati tahu dan tempe. Sumber makanan hewani telur ayam, daging ayam dan ikan nila merah.

Sumber makanan sayur-sayuran sawi, wortel, dan bayam. Sumber buah-buahan pepaya, semangka dan jeruk manis. Ditambah lagi dengan jumlah anak yang banyak, pendapatan rendah, serta memiliki jumlah keluarga yang besar tentunya pemerataan dan kecukupan makanan dalam keluarga menjadi kurang.

Frekuensi Bahan Makan

Hasil penelitian ini menunjukkan jenis makanan yang paling sering dikonsumsi anak autis di SLB Anak Bangsa Pontianak yaitu bahan makanan nasi, telur ayam, ikan kakap, tempe, tahu, bayam, wortel, dan semangka.

Dalam penelitian ini juga terdapat responden dengan pola makan baik meskipun jumlahnya hanya sedikit, menururt peneliti terjadinya pola makan yang baik pada anak autis dapat terjadi dikarenakan perhatian mengenai asupan, frekuensi dan jumlah makanan yang dikonsumsi oleh anak autis. Polamakan baik terjadi apabila dalam makanan tersebut mengandung karbohidrat, protein nabati dan hewani, sayur-sayuran dan buah- buahan serta dengan porsi makan yang sesuai dan juga frekuensi makan yang baik yaitu 3x sehari.

Penutup

Berdasarkan hasil pembahasan dan penelitiandi SLB Bina Anak Bangsa Pontianak jenjang SMP mennjukkan bahwa karakteristik anak autis yang duduk dibangku SMP menurut jenis kelamin bahwa jumlah laki-laki paling banyak yaitu 90,9%. Karakteristik anak autis yang duduk dibangku SMP menurut umur bahwa umur yang berkisar 14 tahun yaitu 45,5% dan umur 15 tahun 36,4%. Jenis bahan makanan yang paling banyak dikonsumsi anak autis jenjang SMP adalah nasi, roti tawar, fried chicken, mie, biskuit, gorengan terigu, kentang, tahu, telur ayam, tempe, daging ayam, sawi, wortel, bayam, ketimun, pepaya, semangka. Frekuen bahan makanan anak autis yang sering dikonsumsi bahan makanan nasi, telur ayam, ikan kakap, tempe, tahu, bayam, wortel, dan semangka

Daftar Pustaka

Almatsier S. Prinsip dasar ilmu gizi. Jakarta: PT. Gramedia Pusat Utama; 2009

Almatsier, S. (2004). Prinsip Dasar Ilmu Gizi.

Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.

Auliana, Rizqie. (2001). Gizi dan Pengolahan Pangan. Adicita Karya Nusa, Yogyakarta.

Herna. (2022). Pemanfaatan Komunitas Virtual Dalam Komunikasi Pembangunan. *Jurnal Inovasi Penelitian*, *3*(1), 4333–4344.

Mashabi NA, Tajudin NR. Pengetahuan gizi ibu dan pola makan anak autis. J Makara Kesehat UI. 2009;13(2):88–90

Noveliyanti, E. (2018). Evaluasi Program Pelayanan Sosial Pemberian Gizi untuk Anak Berkebutuhan Khusus di Yayasan Sayap Ibu Bintaro. Uin Syarif Hidayatullah Jakarta

Onibala, E. M., Dundu, A. E., & Kandou, L. F. J. (2016). Kebiasaan makan pada anak gangguan spektrum autisme. *E-CliniC*, *4*(2).

Puspaningrum, C. (2010). Landasan Konseptual Perencanaan dan Perancangan Pusat Terapi Anak Autis di Yogyakarta. Skripsi. Yogyakarta: FT Universitas Atma Jaya

Rendani, I. P., & Fatmawati, A. (2021). Hubungan Dukungan Sosial Orantua dan Perkembangan Emosional Terhadap Proses Berfikir Anak Autis. *JPI (Jurnal PendidikanInklusi)*, *4*(2), 153.

Sarafino (2016), dukungan sosial mengacu pada kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diberikan orang lain atau kelompok kepada individu

Soekirman. (2020). Ilmu Gizi dan Aplikasinya untuk Keluarga dan Masyarakat. Jakarta: Direktorat Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional

Tahsa, O. A., & Ekawati, Y. N. (2022). Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Anak Autis Dalam Menjalani Program Terapi Di Pusat Layanan Autis Provinsi Jambi. *Jurnal Psikologi Jambi*, *6*(02), 41–51.