

STATUS GIZI ANAK AUTIS DI SEKOLAH LANJUTAN AUTIS (SLA) FREDOFIOS SLEMAN YOGYAKARTA

NUTRITION STATUS OF AUTISTIC CHILDREN IN FREDOFIOS AUTISTIC HIGH SCHOOL OF SLEMAN REGENCY IN YOGYAKARTA

Oleh: Ahmad Baidhowi, PGSD Penjas, FIK, UNY

Baidhowiahmad39@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui status gizi anak autis di SLA Fredofios Sleman Yogyakarta. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, Metode yang digunakan yaitu metode survei dengan teknik pengukuran. Adapun teknik pengambilan datanya yaitu dengan cara mengukur tinggi badan dan berat badan siswa. Subjek penelitian yang digunakan yaitu seluruh siswa SLA Fredofios Sleman dengan jumlah 17 orang siswa. Teknik analisa data dalam penelitian ini adalah teknik deskriptif dengan presentase dan berdasarkan kategori tingkat status gizi. Lalu, hasil perhitungan dimasukkan dalam tabel penilaian status gizi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata status gizi anak autis di Sekolah Lanjutan Autis Fredofios Sleman Yogyakarta berada dalam kategori gizi kurang. Adapun pembagiannya Kategori sangat kurus ada 3 orang (17.64%), kategori kurus ada 4 orang (23.52%), kategori normal ada 6 orang (35.29%), kategori gemuk tidak ada (0%), dan kategori sangat gemuk 4 orang (23.52%).

Kata Kunci : status gizi, anak autis, sekolah lanjutan autis fredofios sleman yogyakarta

Abstract

The research was conducted in order to find out the Nutrition status of autistic children in fredofios autistic high school of sleman regency in Yogyakarta.

The nature of the research was a descriptive research. The method conducted was survey method done using measurement techniques. The data was collected by doing measurement on subjects' body height and weight. The subjects of the research were the whole students in fredofios autistic high school of sleman, ada many as 17 students. The data was analysed using descriptive technique using percentage and based on nutrition status level categorisation, the result was put into nutrition status assessment.

The result of the research showed that the average nutrition status of the autistic children in fredofios autistic high school of sleman in Yogyakarta was categorised as "low". The following is detailed categorisation; 3 students of very thin category (17.64%), 4 students of thin category (23.52%), 6 students of normal category (35.29 %), zero student of corpulent category (0%), and 4 students of obese category (23.52%)

Keywords : nutrition status, autistic child, fredofios autistic high school of sleman in Yogyakarta

PENDAHULUAN

Status gizi adalah keadaan tubuh yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan gizi dengan kebutuhan. Keseimbangan tersebut dapat dilihat dari

variabel pertumbuhan, yaitu berat badan, tinggi badan, atau panjang badan, lingkaran kepala, lingkaran lengan, dan panjang tungkai. Jika keseimbangan tadi terganggu,

dimana keadaan berat badan lebih rendah dari pada berat yang kuat menurut usianya disebut gizi kurang. Menurut Gibney & Barrie (2009: 94) Masalah gizi pada hakikatnya adalah masalah kesehatan masyarakat, tetapi penanggualangannya tidak dapat dilakukan dengan pendekatan medis dan pelayanan kesehatan saja. Masalah gizi juga bisa dikaitkan dengan kekurangan pangan. Pada kasus tertentu, seperti dalam keadaan krisis (bencana kekeringan, perang, kekacauan sosial, krisis ekonomi), masalah gizi muncul akibat masalah ketahanan pangan ditingkat rumah tangga, yaitu kemampuan rumah tangga dalam memperoleh makanan untuk semua anggotanya. Menyadari hal itu, peningkatan status gizi masyarakat memerlukan kebijakan yang menjamin setiap anggota masyarakat untuk memperoleh makanan yang cukup jumlah dan mutu. Dalam konteks ini, masalah gizi tidak lagi semata-mata masalah kesehatan, tetapi juga masalah kemiskinan, pemerataan, dan masalah kesempatan kerja. Masalah gizi di Indonesia dan di negara berkembang pada umumnya masih didominasi oleh masalah Kurang Energi Protein (KEP), masalah anemia Besi, masalah Ganguan Akibat kekurangan Iodium (GAKI), masalah Kurang Vitamin A (KVA), dan masalah obesitas terutama di kota-kota besar. Pada Widya Karya Nasional Pangan dan Gizi tahun 1993, telah terungkap bahwa Indonesia mengalami masalah gizi ganda yang artinya sementara masalah gizi kurang belum dapat diatasi secara menyeluruh, sudah muncul masalah baru, yaitu berupa gizi lebih. Berdasarkan Risesdas tahun 2013, prevalensi gizi buruk adalah 5,7%, gizi kurang 19,6%, sangat kurus 5,3%, kurus 6,8%, dan gemuk 11,9%. Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) adalah anak yang dalam proses pertumbuhannya atau perkembangannya mengalami kelainan atau penyimpangan fisik, mental-intelektual, sosial dan atau emosional dibandingkan dengan anak-anak lain seusianya sehingga membutuhkan

pelayanan pendidikan khusus. Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) ada beberapa gangguan seringkali melibatkan gangguan neuroanatomis dan neurofungsional tubuh. Bila gangguan tersebut melibatkan neurofungsional tubuh salah satu yang terganggu adalah kemampuan koordinasi motorik oral seperti mengunyah dan menelan. Keadaan tersebut membuat proses makan pada penyandang akan terganggu sehingga akan mengalami kesulitan makan. Faktor penyebab lainnya adalah karena gangguan nafsu makan. Gangguan neurofungsional dan gangguan nafsu makan tersebut sangat berkaitan dengan gangguan saluran cerna yang dialami penyandang autis. Pendekatan diet eliminasi provokasi makanan adalah cara yang ideal untuk mencari penyebab gangguan saluran cerna tersebut. Gangguan saluran cerna penyandang autis dapat disebabkan karena alergi makanan, intoleransi makanan, intoleransi gluten (*celiac*) atau reaksi simpang makanan lainnya. Era teknologi informasi dan globalisasi saat ini membawa banyak perubahan dalam kehidupan masyarakat, antara lain adalah perubahan gaya hidup terutama pola makan. Makanan cepat saji (*fast food*) adalah makanan yang tersedia dalam waktu cepat dan siap santap. Seperti *fried chicken*, *humberger* atau *pizza*. Kebiasaan mengkonsumsi *fast food* secara berlebihan dapat menimbulkan masalah kegemukan. Ketika kita mengkonsumsi makanan yang tidak memenuhi asupan energi maka kita akan memiliki gizi buruk, tetapi jika lebih maka akan menjadi gizi lebih dan menyebabkan gizi badan berlebih.

Perkembangan zaman sekarang mengakibatkan banyaknya jenis makanan cepat saji atau instan. Makanan cepat saji atau instan banyak sekali di jumpai di manapun kita berada. Makanan cepat saji ini merupakan makanan yang sangat rendah gizi, banyak pewarna, banyak penawet, penambahan citra rasa, garam, dan gula. Jika anak terlalu sering mengkonsumsi makanan yang cepat saji

maka mengakibatkan pencernaan anak menurun dan adanya penyumbatan arteri. Makanan cepat saji sangatlah identik dengan nutrisi yang rendah dan berkalori tinggi. Hal ini berarti, jika kita sering mengkonsumsi makanan cepat saji maka kita akan mendapatkan rasa kenyang dan tidak mendapatkan asupan gizi yang cukup. Tubuh kita pun hanya akan mengkonsumsi karbohidrat dan lemak yang berlebihan sehingga kita pun mengalami masalah kurang gizi. Di samping itu, masalah obesitas pun mengancam kesehatan tubuh kita. Sering sekali melihat anak jaman sekarang yang gampang terkena penyakit karena mereka terbiasa makan makanan yang cepat saji. Maka dari itu orang tua maupun guru di sekolah harus lebih mengontrol atau memperhatikan makanan yang akan di makan sehingga makanan yang masuk pada tubuh anak gizinya bisa tercukupi. Makanan cepat saji menjadi salah satu faktor penyebab terjadinya autisme karena autisme bukan menyerang pada saat anak sudah beranjak tumbuh. Faktor kuat penyebab autisme yaitu pada saat masih di dalam kandungan. Sebuah penelitian mengungkapkan, makanan cepat saji yang sering dikonsumsi oleh ibu-ibu hamil bisa jadi kunci untuk meningkatkan autisme di masa depan bagi buah hati mereka. Makanan cepat saji yang dikonsumsi oleh ibu hamil membuat efek besar pada otak janin yang sedang berkembang, Anwar (2016: 60).

Maulana (2012: 11-12) mengatakan autisme terjadi pada 5 dari setiap 10.000 kelahiran, dimana jumlah penderita laki-laki empat kali lebih besar dibandingkan penderita wanita. Meskipun demikian, bila kaum wanita mengalaminya, maka penderitanya akan lebih parah dibanding kaum pria. Gejala-gejala autisme mulai nampak sejak masa yang paling awal dalam kehidupan mereka. Sebagian besar penderita autisme mengalami gejala-gejala negatif skizofrenia, seperti menarik diri dari lingkungan, serta lemah dalam berpikir ketika menginjak dewasa. Autisme memiliki tingkat keparahan yang

berbeda-beda antara satu individu dengan individu yang lainnya dan istilah “*spectrum autisme*” digunakan untuk mendeskripsikan tingkat keparahan tersebut. Autisme bisa ditemukan pada anak dengan berbagai kemampuan, ada yang memiliki tingkat intelegensinya di atas rata-rata, ada pula yang mengalami kesulitan untuk mempelajari sesuatu. Anak-anak yang tampaknya tidak terkena autisme terlalu parah atau mereka yang menunjukkan kemampuan yang cukup baik dalam beberapa hal, dapat dikategorikan menderita sindrom asperger.

Penelitian yang relevan dengan penelitian ini ialah penelitian dari Angga Wibawa pada tahun 2009 dengan judul Status Gizi Anak Autis di SLB Bina Anggita Yogyakarta. Subyek yang digunakan sampel seluruh siswa autis di SLB Bina Anggita Yogyakarta. Sampel yang digunakan sebanyak 30 anak. Penelitian ini menggunakan metode survey dan pengukuran. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata status gizi anak autis di SLB Bina Anggita Yogyakarta berada pada kategori normal (42,89%), terdapat 4 anak (13,33%) dengan status gizi *underweight*, 19 anak (63,33%) dengan status gizi normal, 2 anak (6,67%) dengan status gizi *overweight*, dan 5 anak (16,67%) dengan status gizi obesitas. Persamaan penelitian ini terletak pada metode penelitiannya yaitu menggunakan metode penelitian deskriptif dengan teknik pengukuran. Penelitian yang relevan kedua dengan penelitian ini ialah penelitian dari Handoyon Indragiri pada tahun 2011 dengan judul Status Gizi Siswa Kelas V SD Negeri Se-Gugus Tamansari Kec. Kebumen Kab. Kebumen Tahun Pelajaran 2010/2011. Populasi yang digunakan yaitu siswa kelas V SD Negeri se-gugus tamansari kecamatan kebumen kabupaten kebumen tahun pelajaran 2010/2011 yang berjumlah 162 siswa. Penelitian ini menggunakan metode populasi dimana sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah semua populasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa status gizi siswa kelas

V SD Negeri se-gugus tamansari kecamatan kebumen kabupaten kebumen tahun pelajaran 2010/2011 dalam kategori kurus 33.13% atau 54 siswa, kategori status gizi normal 65.03% atau 106 siswa, kategori sedang 0.61% atau 1 siswa, dan yang termasuk kategori gemuk 1.23% atau 2 siswa.

Sekolah Lanjutan Autis Fredofios belum memiliki data tentang status gizi anak sehingga peneliti berinisiatif untuk melakukan penelitian tentang status gizi siswa agar bisa menjadi acuan bagi pihak sekolah untuk lebih memperhatikan status gizi anak. Selain itu, juga menjadi kontrol kepada anak untuk memberikan gizi yang cukup agar tidak terjadi siswa yang kekurangan gizi maupun obesitas. Jika anak terkena gizi kurang maupun obesitas maka anak akan merasa kurang percaya diri dan mengakibatkan anak cenderung untuk menyendiri.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian yang digunakan merupakan penelitian deskriptif. Artinya penelitian ini hanya menggambarkan situasi yang saat ini sedang berlangsung tanpa adanya pengujian hipotetis. Metode yang digunakan yaitu metode survey dengan teknik pengukuran. Adapun teknik pengambilan datanya yaitu dengan cara mengukur tinggi badan dan berat badan.

Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa-siswi SLA Fredofios yang berjumlah 17 orang.

Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini instrument penelitian yang digunakan adalah IMT (Indeks Massa Tubuh) dengan menggunakan alat:

1. Stadiometer adalah alat yang digunakan untuk mengukur tinggi badan. Satuan pengukuran menggunakan sentimeter (cm)

2. Timbangan adalah alat yang digunakan untuk mengukur berat badan. Timbangan berat badan standar dengan satuan kilogram (kg).

Adapun rumus IMT yaitu : $IMT = \frac{BB \text{ (kg)}}{TB^2 \text{ (m)}}$

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan adalah dengan memanggil satu-persatu anak yang menjadi subjek dalam penelitian untuk diukur berat badannya kemudian tinggi badannya oleh peneliti sesuai nomer absensinya.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik deskriptif dengan presentase dan berdasarkan kategori tingkat status gizi, hasil perhitungan dimasukkan dalam tabel penilaian status gizi. Adapun tabel penilaian status gizi sebagai berikut :

Tabel 1. Kategori IMT usia 18 tahun keatas (dewasa)

IMT	Kategori	
< 17,0	Sangat Kurang	Kekurangan berat badan tingkat berat
17,0 – 18,4	Kurang	Kekurangan berat badan tingkat ringan
18,5 – 25,0	Normal	-
25,1 – 27,0	Lebih	Kelebihan berat badan tingkat ringan
>27,0	Sangat Berlebih	Kelebihan berat badan tingkat berat

Tabel 2. Kategori status gizi anak pada usia 5-18 tahun dengan indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U)

Indeks	Kategori status gizi	Batas ambang (Z-score)
Indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U) anak umur 5-18 tahun	Sangat Kurang	<-3 SD
	Kurang	-3 SD sampai dengan <-2 SD
	Normal	-2 SD sampai dengan 1 SD
	Lebih	>1 SD sampai dengan 2 SD
	Obesitas	>2 SD

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Sekolah Lanjutan Autis (SLA) Fredofios Sleman Yogyakarta berada pada kategori status gizi kurang. Namun demikian ada sebagian siswa yang memiliki satatus gizi normal, dan juga sangat gemuk. Status gizi anak autis dibagi dalam 5 kategori yaitu sangat kurus, kurus, normal, gemuk, dan sangat gemuk (obesitas). Adapun rekapitulasi penghitungan keadan gizi anak autis di Sekolah Lanjutan Autis (SLA) Fredofios Sleman Yogyakarta seperti dalam tabel berikut ini.

Status Gizi	Jenis Kelamin				Total	
	Laki-laki		Perempuan			
	F	%	F	%	F	%
Sangat Kurang	3	17.64 %	0	0	3	17.64 %
Kurang	4	23.52 %	0	0	4	23.52 %
Normal	5	29.41 %	1	5.88 %	6	35.29 %
Lebih	0	0	0	0	0	0
Sangat Berlebih	3	17.64 %	1	5.88 %	4	23.52 %
Jumlah	15	88.23 %	2	11.76 %	17	100%

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa dari siswa laki-laki yang berjumlah 15 siswa, 3 siswa mempunyai status gizi sangat kurang (17.64%), 4 siswa mempunyai status gizi kurang (23.52%), 5 siswa mempunyai status gizi yang normal (29.41%), dan 3 siswa mempunyai status gizi sangat lebih (17.64%). Sementara untuk siswa perempuan yang berjumlah 2 siswa, 1 siswa mempunyai status gizi normal (5.88%), 1 siswa mempunyai status gizi sangat berlebih (5.88%). Unuk kategori gizi lebih tidak ada siswa yang mempunyai status gizi lebih, jadi dari keseluruhan total siswa laki-laki dan perempuan yang memiliki status gizi

sangat kurang berjumlah 3 siswa (17.64%), kurang 4 siswa (23.52%), normal 6 siswa (35.29%), lebih 0 siswa (0%), dan sangat berlebih 4 siswa (23.52%)

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Sekolah Lanjutan Autis (SLA) Fredofios Sleman Yogyakarta berada pada kategori status gizi kurang. Namun demikian ada sebagian siswa yang memiliki satatus gizi normal, dan juga sangat berlebih. Hasil penelitian ini menggambarkan bahwa status gizi di Sekolah Lanjutan Autis (SLA) Fredofios Sleman Yogyakarta sebagian besar menunjukkan pada kriteria gizi kurang, hal ini disebabkan oleh pola makan anak yang tidak teratur dan juga pola perilaku anak dalam asupan makan kurang baik. Kemungkinan ini disebabkan karena anak memiliki gangguan dalam pencernaan dan juga pola perilaku makan yang kurang baik yaitu suka memainkan makanan di dalam mulut yang cukup lama, suka memuntahkan makanan yang tidak disukain olehnya. Akan tetapi ada sebagian anak memiliki nafsu makan yang sangat besar sehingga menyebabkan anak memiliki kriteria status gizi yang sangat gemuk. Hal tersebut sesuai dengan teori Thamaria (2017: 4) mengatakan status gizi (*Nutrition status*) adalah keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh. Setiap individu membutuhkan asupan zat gizi yang berbeda antar individu, hal ini tergantung pada usia orang tersebut, jenis kelamin, aktivitas tubuh dalam sehari, berat badan, dan lainnya. Status gizi seseorang tergantung dari asupan gizi dan kebutuhannya, jika antara asupan gizi dengan kebutuhan tubuhnya seimbang, maka akan menghasilkan status gizi baik. Kebutuhan asupan gizi setiap individu berbeda antar individu, hal ini tergantung pada usia, jenis kelamin, aktivitas, berat badan, dan tinggi badan. Kurangnya pengetahuan orang tua akan hubungan

makanan dan kesehatan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kekurangan gizi atau gizi berlebih pada anak. pola makan anak perlu di perhatikan oleh orang tua dirumah, sebab status gizi anak tergantung pada makanan yang dihidangkan atau diberikan oleh orang tua kepada anaknya. Kerjasama dari pihak sekolah dengan orang tua merupakan sebuah solusi untuk menuntaskan masalah kekurangan gizi pada anak, mengingat banyaknya anak yang berada pada kategori gizi kurang di sekolah ini. Harapannya pihak sekolah melakukan penyuluhan atau sosialisasi terhadap orang tua siswa tentang pemberian asupan gizi yang baik sehingga ketika dirumah orang tua mengerti apa yang perlu di hidangkan kepada anaknya agar asupan gizinya bisa terpenuhi dengan baik. Bagi anak atau siswa yang sudah berada pada kategori status gizi yang normal untuk mempertahankan agar tidak mengalami penurunan atau bahkan mengalami kenaikan (kegemukan).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan analisis hasil penelitian dan pembahasan di dapatkan status gizi anak autis di SLA Fredofios yang termasuk kategori sangat kurang 3 orang (17.64%), kategori kurang 4 orang (23.52%), kategori Normal 6 orang (35.29%), kategori lebih tidak ada (0%), kategori sangat berlebih 4 orang (23.52%). maka dapat disimpulkan bahwa status gizi anak autis di Sekolah Lanjutan Autis (SLA) Fredofios Sleman Yogyakarta termasuk pada kategori kurang yaitu dengan 7 orang (41.17%).

Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas beberapa saran yang dapat disampaikan oleh peneliti antara lain.

1. Perlunya program tambahan makan bagi anak autis di SLA Fredofios Sleman Yogyakarta yang masih mengalami status gizi kurang.

2. Perlunya pengurangan makanan dan juga penambahan aktifitas fisik bagi anak autis di SLA Fredofios Sleman Yogyakarta yang masuk pada kategori gizi lebih (gemuk)
3. Adanya penyelenggaraan makan di sekolah agar sekolah bisa mengontrol asupan gizi siswa.
4. Pemeriksaan status gizi secara berkala.
5. Penyuluhan/sosialisasi terhadap orang tua siswa mengenai pemberian makanan/gizi yang baik untuk anaknya.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, C. R. (2016). *Gaya Hidup Dan Promosi Makanan Siap Saji*. Makassar : Journal Etnografi Indonesia. Volume 01. Hal 60.
- Gibney, Michael J, Margett, Barrie. M, Kearney, John M, Arab Lenore, et al. (2009). *"Gizi Kesehatan Masyarakat"*. Jakarta : Buku Kedokteran EGG
- Hasdianah. (2013). *"Autis pada anak pencegahan, perawatan, dan pengobatan"*. Yogyakarta: Nuha medika.
- Hidayati, N.L. (2015). *" buku ajar asuhan gizi olahraga"*. Yogyakarta: Rapha Publishing.
- Maulana, M. (2012). *"Anak Autis, Mendidik Anak Autis dan Gangguan Mental Menuju Anak Cerdas dan Sehat "*. Yogyakarta : Katahati.
- Skripsi Angga wibawa. (2009). *Status Gizi Anak Autis di SLB Bina Anggita Yogyakarta*. UNY
- Skripsi Handoyo Indragiri. (2011). *Status gizi siswa kelas V SD Negeri Se-Gugus Tamansari kec. Kebumen kab. Kebumen*. UNY

Skripsi Pratiwi, R.A. (2013). Hubungan skor frekuensi diet bebas gluten bebas casein dengan skor perilaku autis. UNDIP

Thamaria, N. (2017). "*Penilan Status Gizi*". Kementrian RI.

Yusuf, A.M. (2014). "*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, & Penelitian Gabungan*". Jakarta.