FOCUS GROUP DISCUSSION (FGD) GURU TENTANG DIET UNTUK ANAK AUTISME DI SLB INSAN MADANI METRO

Sofyan Musyabiq Wijaya, Muhammad Aditya

Fakultas Kedokteran Universitas Lampung

Abstrak

Di Indonesia saat ini belum diketahui persis jumlah anak autis namun diperkirakan dapat mencapai 150-200 ribu orang. Perbandingan laki dan perempuan 2,6- 4 : 1. Alergi makanan dapat menjadi penyebab autisme serta pentingnya vitamin atau mineral untuk memperbaiki gejala autis, diperlukan edukasi kepada orang tua pasien. FGD merupakan upaya promosi kesehatan bina suasana, hal ini dikrenakan pada proses FGD nantinya akan menghasilkan data yang mendalam mengenai pengetahuan dari responden, serta untuk menentukan program dan mengembangkan teori. metode yang dipilih adalah dengan melalui metode *FGD* atau diskusi yang terarah. Hasil Kegiatan FGD ini diikuti oleh 13 Guru dari SD dan TK di SLB Insan Madani Metro, terdapat 3 (23%) guru yang masih belum mengerti mengenai diet untuk autis, semua responden mengerti tentang dampak yang ditimbulkan jika tidak menerapkan diet untuk anak autis, 8 responden yang belum mengetahui diet lainnya disamping diet bebas gluten dan bebas kasein, empat responden yang belum mengetahui bagaimana cara pemberian diet kepada anak autis.Simpulan masih banyak responden yang belum memahami mengenai diet autis, sehingga perlu ada pembinaan lebih lanjut.

Kata Kunci : Diet Autis, FGD, Guru

Korespondensi : Sofyan Musyabiq W, S.Gz, M.Gizi l Jl Soemantri Brojonegoro No.1 l Hp : 081334337960, Email : obiqwijaya@gmail.com

PENDAHULUAN

Hasil survei dari beberapa negara menunjukkan bahwa 2 - 4 anak per 10.000 anak berpeluangmenyandang autis dengan rasio 3 : 1 untuk anak laki-laki danperempuan; anak laki-laki lebih rentan menyandang sindrom autismedibandingkan anak perempuan.

Di Indonesia yang berpenduduk 200 juta, hingga saat ini belum diketahui persis jumlah anak autis namun diperkirakan dapat mencapai 150-200 ribu orang. Perbandingan laki dan perempuan 2,6- 4 : 1, namun pasien anak perempuan akan menunjukkan gejala yang lebih berat.[1]

Alergi makanan dapat menjadi penyebab autisme serta pentingnya vitamin atau mineral untuk memperbaiki gejala autis, diperlukan edukasi kepada orang tua pasien. Diet saat ini adalah bebas gluten dan kasein *(GFCF- Gluten Free-Casein Free)*. Gluten adalah sejenis kasein yang banyak ditemukanpada biji berbagai sereal seperti terigu atau gandum,gandum yang biasa dipakai dalam pembuatan bir serta gandum hitam. Kasein merupakan protein penting susu.[1]

Promosi kesehatan merupakan upaya untuk meningkatkan kemampuan masyarakat melalui pembelajaran diri, oleh dan untuk dan bersama masyarakat, agar mereka dapat menolong sendiri, serta mengembangkan kegiatan yang bersumber daya masyarakat, sesuai sosial budaya setempat dan didukung kebijakan publik yang berwawasan kesehatan.[2]

Strategi yang terdapat pada promosi kesehatan antara lain adalah kemitraan, advokasi, bina suasana, dan pemberdayaan. FGD merupakan upaya promosi kesehatan bina suasana, hal ini dikrenakan pada proses FGD nantinya akan menghasilkan data yang mendalam mengenai pengetahuan dari responden, serta untuk menentukan program dan mengembangkan teori. Secara tidak langsung akan membentuk persepsi yang sama mengenai masalah kesehatan dalam menentukan solusinya. Pada akhirnya dengan persamaan persepsi terdapat dorongan dari lingkungan sekitar seperti guru dan juga phika sekolah lainnya mengenai solusi masalah kesehatan.

Tujuan dari pengabdian ini adalah mendapatkan informasi pengetahuan guru mengenai diet untuk autis, serta memberikan beberapa informasi tentang diet untuk anak autis sehingga terbentuknya persamaan persepi. Secara tidak langsung hal ini menjadi daya dukung kepada orang tua untuk menerpakan diet untuk autis

METODE PENGABDIAN

Dalam melakukan pengabdian ini metode yang dipilih adalah dengan melalui

metode *FGD* atau diskusi yang terarah dengan memberikan pertanyaan mengenai diet untuk anak autis. Subjek yang ikut dalam pengabdian ini adalah seluruh guru SLB Insan Madani Metro.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan FGD ini diikuti oleh 13 Guru dari SD dan TK di SLB Insan Madani Metro. Berdasarkan data yang didapatkan dari FGD terdapat beberapa temuan terkait diet untuk autis, antara lain yaitu a) mengenai pengetahuan guru tentang diet untuk autis, b) mengenai pengetahuan guru tentang dampak jika anak autis tidak melakukan diet, c) mengenai pengethaun guru tentang diet lain untuk anak autis disamping diet GFCF, d) mengetahui pengetahuan guru tentang upaya dalam menerapkan diet untuk anak autis.

Gambar 1. Suasana pada Diskusi

Pada temuan pertama mengenai pengetahuan guru tentang diet untuk autis dapat diketahui bahwa terdapat 3 (23%) guru yang masih belum mengerti mengenai diet untuk autis. Guru tersebut tidak tahu sama sekali tentang diet untuk autis. Selain itu ada beberapa responden masih ragu terhadap jawabannya tentang diet , misalkan

" .....setahu saya pak, diet untuk anak autis itu agar anak tidak tantrum (marah)...." (R3)

Akan tetapi sebagian besar guru (77%) faham mengenai diet untuk anak autis.

"...kalau anak autis itu dietnya GFCF (Gluten Free Casein Free), seperti tidak boleh susu sama tepung-tepungan (tepung terigu)....." (R7)

Informasi mengenai diet untuk anak autis sebelumnya juga telah diberikan oleh pihak sekolah melalui penyuluhan oleh petugas kesehatan di sekolah tersebut. Secara teori diet GFCF pada anak autis dikarenakan pemecahan yang kurang sempurna dari gluten dan kasein dari makanan di pencernaan. Hal ini dapat mengakibatkan peningkatan kadar *opioid peptide. Opioid peptide* masuk dalam sirkulasi darah dan masuk ke dalam barier otak. Lebih lanjut gejala tersebut dapat mengganggu kerja dari neurotransmiter pada sistem syaraf pusat dan pada akhirnya akan mengakibatkan gejala autistik pada anak autis. [3]

Temuan kedua menjelaskan bahwa semua responden mengerti tentang dampak yang ditimbulkan jika tidak menerapkan diet untuk anak autis. Temuan ini dilatarbelakangi oleh penagalaman mengajar dari semua guru, baik yang langsung menangani anak yang autis maupun yang tidak membantu secara langsung. Gejala yang nampak adalah seringnya ditemui anak didik yang tantrum (marah) setelah diketahui mengkonsumsi makanan yang mengandung gluten dan kasein. *"....kalau anak sudah salah makan atau tidak diet biasanya suka tantrum atau gak memukul-mukul kepala....."*(R11)

"...biasanya sih bisa kejadian anak konsentrasi belajarnya kurang, terus hiperaktif..."(R6)

Pemberian makan rendah gluten dan rendah kasein pada autisme akan merespon perubahan perilaku. Namun, berat ringannya gangguan perilaku pada anak autis juga dipengaruhi ada tidaknya terapi perilaku, terapi obat, dan diet bebas gluten dan bebas kasein. [4]

Suatu penelitian pada 22 penyandang autisme yang menjalani diet dilaporkan terjadi peningkatan komunikasi verbal dan non verbal, emosi, kemampuan motorik, hiperaktif berkurang, dan terjadi perubahan pola tidur.[5]

Temuan berikutnya adalah ,masih banyak responden yang belum mengetahui diet lainnya disamping diet bebas gluten dan bebas kasein, yaitu sejumlah delapan respoden. Rata-rata mereka hanya mengetahui dari diet bebas gluten dan terapi perilaku saja.

".....kalau itu mungkin dietnya kaya terapi perilaku, mengurangi nonton tv..." (R3)

Disamping itu responden lainnya juga menjawab tentang mengeliminasi makanan karena pada kasus tertentu , siswa mempunyai sensitifitas yang tinggi terhadap makanan tertentu.

"...mungkin dengan makan yang tradisional atau gula merek tropicana ya pak..." (R1)

Selain diet bebas gluten dan kasein masih ada beberapa diet yang dapat berpengaruh pada anak autis, antara lain adalah diet bebas *yeast/*ragi/jamur. Diet jamur adalah diet pada anak autis yang mengalami gangguan infeksi jamur. Kemudian juga terdapat diet untuk alergi dan intoleransi makanan, pada umumnya untuk anak yang mempunyai alergi yang berat.[5]

Pada temuan berikutnya dapat diketahui bahwa masih terdapat empat responden yang belum mengetahui bagaimana cara pemberian diet kepada anak autis. Masih banyak beranggapan bahwa yang dimaksud adalah terbatas memberikan informasi diet untuk anak autis, tana memberikan cara untuk dietnya.

"....*seharusnya orang tua ya konsultasi dulu sama guru kalo gak sama ahli gizinya..".*.(R8)

Akan tetapi terdapat responden yang menjawab dengan tepat dengan memberikan pendapat mengenai pola makan yang diatur oleh orang tua.

"...*cara diet yang baik yaitu membentuk pola makan yang baik dan mengganti makanan yang dilarang untuk anak autis.."* (R12)

Pemilihan makanan yang sesuai diet dan diberikan secara tepat dapat mencegah terjadinya kekurangan gizi pada anak autis. Hal tersebut sering dilaporkan oleh orang tua yang memiliki anak autis.[5] Permasalahan makan pada anak autis diantaranya yaitu menolak makan , *picky eaters* (memilih-milih makanan), kesulitan menerima makanan baru, tantrum dan gerakan mengunyah pelan-pelan.[6]

Pada akhir sesi dari proses FGD ini , responden diberikan beberapa informasi yang benar terkait diet bebas gluten dan bebas kasein oleh fasilitator. Hal ini dimaksudkan agar terdapat persamaan persepsi pada seluruh responden mengenai diet yang benar pada anak autis. Informasi ini diharpakan membantu responden dalam menyampaikan lebih lanjut kepada orang tua siswa di SLB Insan Madani Metro.

SIMPULAN

Masih terdapat responden yang belum mengetahui tentang diet untuk anak autis serta cara penerapan dietnya. Akan tetapi semua responden dalam kegiatan ini sebenarnya sudah mengerti tentang dampak yang timbul akibat tidak menerapkan diet untuk anak autis. Selain itu perlu ada tindakan lebih lanjut terkait pendidikan mengenai diet untuk anak autis.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sari, Intan D. 2009. Nutrisi pada Pasien Autis. Medical Departement, PT Kalbe Farma. Jakarta
2. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2011. Promosi Kesehatan. Jakarta. Kemenkes
3. Indah S, Widyahening, Ismail Raden. Is Gluten Free and Casein Free diet effective for individuals with autism?. Jakarta. Med J Indones ; 2011.20- 114-8
4. Ramadayanti S. Perilaku Pemilihan Makanan dan Diet Bebas Gluten Bebas Kasein pada Anak Autis. Skripsi. Semarang. Universitas Diponegoro.2012.
5. Slimak KM. The special food comprehensive intervension program and 'the special food diet' for autistic individuals [internet]. 2004 [Disitasi 23 September 2016]. Tersedia dari dari: URL: http://www.special foods.com.CIP-Aut Diet. html.
6. Rahayu, S.M. *Deteksi dan* Intervensi Dini pada Anak Autis. Jurnal Pendidikan Anak. Vol III. Edisi 1.2014.
7. Lewinsohn Peter M,et all. Problematic Eating and Feeding Behaviour of 36-months-old Children. International Journal of Eating Disorders. 2005.38;3, 208-19