

HUBUNGAN KONSUMSI GLUTEN DAN KASEIN DENGAN PERILAKU HIPERAKTIF ANAK AUTISME DI SLB YAYASAN PUSPA SURYAKANTI DAN RUMAH AUTIS HASANAH BANDUNG

Oktarian Pratama

Program Studi Diploma-3 Keperawatan STIKes Dharma Husada Bandung

Email : Ian.Pratama09@gmail.com

Abstrak

Autisme mengalami gangguan pada sistem pencernaannya hal tersebut menyebabkan terjadinya gangguan dalam mencerna protein, khususnya gluten dan casein, sehingga peptida dari gluten dan casein tidak tercerna keluar dari dinding usus. Peptida tersebut dibawa bersama oksigen melalui aliran darah masuk ke otak. Hal tersebut dapat memperburuk keadaan anak autis dengan meningkatnya hiperaktivitas anak autisme. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui konsumsi gluten dan casein pada anak autisme, perilaku hiperaktif anak autisme, dan hubungan antara konsumsi gluten dan casein dengan perilaku hiperaktif anak autisme di SLB Yayasan Puspa Suryakanti dan Rumah Autis Hasanah Bandung. Penelitian ini merupakan jenis penelitian studi korelasi menggunakan rancangan yang didesain secara cross sectional dan dianalisis menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan jumlah responden 38 anak dan menggunakan tehnik total sampling dalam menentukan sampel. Data konsumsi gluten dan casein diperoleh dengan menggunakan food recall. Data perilaku hiperaktif anak autisme diperoleh dengan menggunakan lembar observasi perilaku. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 38 responden, konsumsi gluten dan casein pada anak autisme yang tidak bebas ada 33 responden (87%), sedangkan perilaku hiperaktif anak autisme yang hiperaktif ada 31 responden (82%). Analisis hasil menunjukkan ada hubungan antara konsumsi gluten dan casein dengan perilaku hiperaktif anak autisme dengan $p\text{-value} = 0,000 < = 0,05$. Kategori tidak bebas pada konsumsi gluten dan casein diikuti juga dengan terlihatnya perilaku hiperaktif pada anak autisme. Oleh karena itu, di harapkan sekolah lebih memperhatikan konsumsi gluten dan casein pada anak autis dengan briefing satu bulan sekali kepada orang tua anak autisme dan melakukan pengecekan makanan anak di sekolah

Kata Kunci : *autisme, gluten, casein, hiperaktif*

PENDAHULUAN

Anak-anak merupakan generasi penerus dan harapan bangsa. Pembentukan dan perkembangan anak-anak untuk menjadi generasi penerus berkualitas tinggi, baik fisik maupun mental, tentunya menjadi tanggung jawab kita bersama. Namun, saat ini pertumbuhan dan perkembangan anak-anak banyak mengalami gangguan, tidak hanya masalah kesehatan fisik saja tetapi juga gangguan psikis yang mempengaruhi secara signifikan. dalam masyarakat, terdapat sekelompok anak yang berbeda dengan

anak-anak pada umumnya, yaitu anak-anak dengan kebutuhan khusus yang disebut anak dengan gangguan spektrum Autistik (GSA) atau lebih sering disebut anak autisme (Kemenkes, 2016).

Autisme adalah suatu gangguan perkembangan secara menyeluruh yang mengakibatkan hambatan dalam kemampuan sosialisasi, komunikasi, dan juga perilaku, gangguan tersebut dari taraf yang ringan sampai dengan taraf yang berat. Gejala autis ini pada umumnya muncul sebelum anak mencapai usia 3 tahun. Umumnya penyandang autis

mengacuhkan suara, penglihatan ataupun kejadian yang melibatkan mereka, dan mereka menghindari atau tidak merespon kontak sosial misalnya pandangan mata, sentuhan kasih sayang, bermain dengan anak lainnya. Gangguan yang dialami anak autis adalah gangguan dalam bidang interaksi sosial, gangguan dalam bidang komunikasi (verbal-non verbal), gangguan dalam bidang perilaku, gangguan bidang perasaan/emosi, dan gangguan dalam bidang persepsi-sensorik (Rahayu, 2014).

Autisme mengalami gangguan pada sistem pencernaannya hal tersebut menyebabkan terjadinya gangguan dalam mencerna protein, khususnya gluten dan casein, sehingga peptida dari gluten dan casein tidak tercerna keluar dari dinding usus (Elder, 2008). Peptida tersebut dibawa bersama oksigen melalui aliran darah masuk ke otak, di otak disergap opioid receptor (penerima opioid). Keduanya berkonsentrasi, saling mengikat, bereaksi dan berfungsi seperti morfin sehingga mengacaukan simpul-simpul saraf pada otak anak. Hal tersebut dapat memperburuk keadaan anak autis dengan meningkatnya hiperaktivitas anak autisme (Prasetyono, 2008 dalam Marlina 2015).

Diet Gluten Free dan Casein Free (GFCF) saat ini salah satu dari yang paling umum digunakan untuk gejala autisme. Penelitian yang dilakukan oleh Autism Research Institute kepada sejumlah orang tua anak penyandang autisme menemukan bahwa 65% orang tua melaporkan adanya kemajuan perkembangan pada anak dengan diet gluten free dan casein free. Kedua jenis bahan tersebut dapat menimbulkan keluhan diare dan hiperaktifitas yang bukan hanya berupa gerakan tetapi juga emosi, seperti marah-marah, mengamuk atau mengalami gangguan tidur (Rahmah, 2015). Diet bebas gluten dan bebas casein merupakan bentuk terapi yang bertujuan untuk memperbaiki metabolisme tubuh anak autis dengan asupan tertentu yang di konsumsi anak.

Melalui wawancara yang dilakukan saat studi pendahuluan di Rumah Autis Hasanah dan di Sekolah Luar Biasa Yayasan Puspa Suryakanti Bandung, didapatkan informasi bahwa orang tua tahu dan awalnya menerapkan Diet Bebas Gluten Dan Kasein dengan ketat. Namun pada pelaksanaannya, mereka tidak tetap/teratur dalam menjalankan diet sesuai dengan aturannya, bahkan hanya beberapa yang masih menerapkan Diet Diet Bebas Gluten Dan Kasein pada anaknya. 15 orang tua yang diwawancarai, 10 orang diantaranya mengaku tidak melakukan diet secara konsisten, yaitu masih memberikan makanan yang mengandung gluten seperti roti, mie, atau biscuit pada anak dan makanan yang mengandung casein seperti susu, es krim atau coklat. Berbagai macam alasan yang menjadi hambatan ataupun keluhan orang tua diantaranya faktor ekonomi, karena tidak mau repot, kesulitan menghadapi anaknya ketika menolak/mengamuk, anak hanya mau makan makanan yang itu-itu saja, semakin besar anak semakin susah dilarang, dan pengaruh lingkungan yaitu ketika anak sedang berada bersama orang lain baik dirumah maupun diluar rumah.

Hal ini dibenarkan oleh pengajar disekolah, hasil wawancara para guru mengatakan bahwa jangka pendek dampak dari mengonsumsi kasein/ gluten akan terlihat jelas saat anak berada dikelas ia akan mengamuk, melempar benda-benda yang ada disekitarnya, mendorong temannya, berteriak-teriak, emosinya menjadi tidak terkendali, dan dalam jangka waktu yang panjang tidak terlihat kemajuan perkembangan terutama pada perilaku autistiknya. Berbeda dengan orang tua yang melakukan Diet Bebas Gluten Dan Kasein, mereka mengatakan terdapat perbaikan pada perilaku anaknya menjadi lebih baik, anak jadi lebih tenang, dapat berinteraksi, dan dapat mengendalikan emosinya dengan baik. Pada saat berada dikelaspun konsentrasi belajarnya lebih fokus.

TINJAUAN PUSTAKA

Autis secara harfiah berasal dari bahasa Yunani, *auto*, yang artinya sendiri. Hal ini di latar belakang oleh kenyataan bahwa anak autis pada umumnya hidup dengan dunianya sendiri, menikmati kesendirian, dan tidak respons dengan orang-orang sekitar (Geniofam, 2010).

Hiperaktifitas adalah suatu peningkatan aktifitas motorik hingga pada tingkatan tertentu yang menyebabkan gangguan perilaku terjadi, setidaknya pada dua tempat dan suasana yang berbeda (Warsiti, 2010 dalam Rusiana 2013).

Diet CFGF (Casein-free, Gluten-free), yaitu sama sekali tidak boleh mengkonsumsi susu dengan segala produknya (keju, yoghurt, dan lain-lain) maupun terigu dengan segala produknya (roti, kue, bakmi dan lain-lain). Diet ini harus dilakukan secara ketat. Artinya seratus persen benar-benar tanpa susu dan terigu. Tak boleh sedikit pun terjadi kebocoran' baik yang disengaja maupun berupa kontaminasi' (sneaky) dari bahan makanan lain (Mulyadi, 2014).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk jenis Studi Korelasi dengan pendekatan waktu pengumpulan data dilakukan dalam satu waktu saja penelitian dengan cara ini dinamakan *cross sectional*.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua orang tua dan anak autis di SLB Yayasan Puspa Suryakanti dan Rumah Autis Hasanah yang berjumlah 38 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah total sampling.

Instrumen penelitian menggunakan Tabel *food recall* 2 hari yang Berisi kolom Waktu makan, Menu Makan, dan banyaknya menurut Ukuran Rumah Tangga (URT). Di lakukan dengan wawancara

langsung kepada orang tua anak autis. Hiperaktivitas menggunakan Tabel hiperaktivitas, terdiri dari enam macam perilaku menurut kriteria diagnostik DSM-IV-TR untuk gangguan defisit-atenasi/hiperaktivitas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Konsumsi gluten dan kasein pada anak autisme di SLB Suryakanti dan Rumah Autis Hasanah Bandung

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Konsumsi Gluten dan Kasein pada Anak Autisme di SLB Suryakanti dan Rumah Autis Hasanah Bandung. (N=38)

Konsumsi gluten dan kasein	Frekuensi (F)	Persen (%)
Bebas	5	13%
Tidak Bebas	33	87%
Total	38	100%

2. Perilaku hiperaktif anak autisme di SLB Suryakanti dan Rumah Autis Hasanah Bandung

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Perilaku Hiperaktif pada Anak Autisme di SLB Suryakanti dan Rumah Autis Hasanah Bandung. (N=38)

Perilaku Hiperaktif	Frekuensi (F)	Persen (%)
Tidak hiperaktif	7	18%
Hiperaktif	31	82%
Total	38	100%

3. Hubungan konsumsi gluten dan kasein dengan perilaku hiperaktif anak autisme di SLB Suryakanti dan Rumah Autis Hasanah

Tabel 3 Hubungan konsumsi Gluten dan Kasein dengan perilaku hiperaktif pada Anak Autisme di SLB Suryakanti dan Rumah Autis Hasanah Bandung

Konsumsi gluten dan kasein	Perilaku hiperaktif				Total		P Value
	Tidak hiperaktif		Hiperaktif		N	%	
	N	%	N	%			
Bebas	5	13,2	0	0	5	100	0,000
Tidak Bebas	2	5,3	31	81,6	33	100	
Jumlah	7	18,4	31	81,6	38	100	

Konsumsi gluten dan kasein pada anak autis, peneliti hanya mendapatkan data secara umum tentang ada tidak nya gluten dan kasein pada makanan anak, tidak bisa secara terperinci tentang berapa banyak gluten dan kasein yang di konsumsi oleh anak autis, hal tersebut menjadi keterbatasan peneliti karena tidak menemukan satuan baku makanan dari ukuran rumah tangga ke gram spesifik gluten dan kasein.

Ada enam poin yang menunjukkan bahwa anak autis berperilaku hiperaktif, yaitu 1) sering gelisah dengan tangan atau kaki atau menggeliat di kursi ; 2) sering meninggalkan bangku di ruang kelas atau di situasi lain padahal diharapkan ia tetap duduk. 3) sering berlari di sekeliling atau memanjat pada situasi yang tidak sesuai. 4) sering memiliki kesulitan di dalam bermain atau terlibat di dalam aktivitas senggang diam-diam. 5) sering "sangat aktif" atau sering bertindak seolah-olah dikendalikan oleh motor''. 6) sering bicara berlebihan. (kriteria diagnostic DSM IV).

Perilaku hiperaktivitas pada anak autis di sekolah tidak terlepas dari peran guru/terapis yang mendampingi. Anak autis sudah terbiasa dididik untuk bersikap lebih tenang di sekolah. Akan tetapi, sekolah memiliki keterbatasan untuk dapat mengontrol perilaku anak

terutama saat anak tersebut berada di rumah masing-masing. Oleh karena tidak didapatkannya ijin orangtua untuk melakukan penelitian di rumah anak autis maka hal ini menjadi keterbatasan peneliti untuk dapat mengobservasi perilaku anak saat di rumah.

Dampak dari gluten dan kasein tersebut begitu besar terhadap gangguan perilaku pada anak autisme terutama munculnya hiperaktif, dari pengamatan peneliti, bahwa memang benar begitu besar dampak dari konsumsi gluten dan kasein tersebut, terlihat di kelas anak yang selalu membawa bekal yang mengandung gluten dan kasein juga terlihat perilaku hiperaktifnya dan anak yang menerapkan diet bebas gluten dan kasein terlihat lebih tenang dan tidak terlihat perilaku hiperaktifnya

KESIMPULAN

1. Konsumsi gluten dan kasein pada anak autisme di SLB Yayasan Puspa Suryakanti dan Rumah Autis Hasanah, 33 anak (87%) tidak bebas gluten dan kasein dalam makanannya.
2. Perilaku anak autisme di SLB Yayasan Puspa Suryakanti dan Rumah Autis Hasanah, 31 anak (82%) terlihat perilaku hiperaktifnya.
3. Terdapat hubungan yang bermakna antara konsumsi gluten dan kasein dengan perilaku hiperaktif anak di SLB

Yayasan Puspa Suryakanti dan Rumah Autis Hasanah Bandung dengan *p-value* = 0,000 < = 0,05.

SARAN

Adapaun saranyang dapat diberikan oleh peneliti adalah sebagai berikut :

Bagi pihak sekolah

- a. Mendukung kemajuan perkembangan anak dan mengurangi gangguan perilaku hiperaktif pada anak autisme, disarankan untuk melakukan hal-hal berikut :
- b. Melakukan briefing satu bulan sekali pada saat ada pertemuan dengan orang tua agar pengetahuan dan kepatuhan orang tua dalam menerapkan diet bebas gluten dan kasein bisa tercapai dengan baik.
- c. Melakukan pengecekan makanan di sekolah tentang bekal yang di bawa oleh anak autisme, apabila ada makanan yang mengandung gluten dan kasein disarankan untuk tidak diberikan dan guru menghubungi orang tua untuk

mengganti dengan makanan yang bebas gluten dan kasein

DAFTAR PUSTAKA

Baihaqi & Sugirman.2006.*Memahami dan membantu Anak ADHD*.Bandung: Refika Aditama

Danuatmaja, B.(2003). *Terapi anak autis* . Jakarta: Puspa Swara.

Doucherty, Michael. 1993. *Psychological Consultation and Community Settings*. Thomson. Fourth Edition. (diterjemahkan Mahasiswa PAUD 2009) UNM

Febry K. D., & Marendra Z. (2010). *Smart Parents: Pandai Mengatur Menu & Tanggap Saat Anak Sakit*. Jakarta: Gagas Media.

Kessick, R. 2009. *Autisme dan Pola Makan Yang Penting Untuk Anda Ketahui*. Penerjemah Savitri, I.D. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.