

**VARIASI MENU SEHAT DAN ETIKA MAKAN ANAK
BERKEBUTUHAN KHUSUS (ADHD) DALAM PROGRAM DIET DI PAUD
GRIYA ANANDA KARANGPLOSO**

SKRIPSI



Oleh :
Aisyah Zahroh Firdaus
NIM 19160034

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA DINI
FAKULTAS ILMU TARBIAH DAN KEGURUAN (FITK)
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2023**

**VARIASI MENU SEHAT DAN ETIKA MAKAN ANAK
BERKEBUTUHAN KHUSUS (ADHD) DALAM PROGRAM DIET DI PAUD
GRIYA ANANDA KARANGPLOSO**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Tarbiyah Universitas Islam Negeri Malang untuk
Memenuhi Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Strata Satu
Sarjana Pendidikan Islam (S.Pd)



Oleh :
Aisyah Zahroh Firdaus
NIM 19160034

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA DINI
FAKULTAS ILMU TARBİYAH DAN KEGURUAN (FITK)
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

**Variasi Menu Sehat Dan Etika Makan Anak Berkebutuhan Khusus
(ADHD) dalam Program Dietdi Paud Griya Ananda**

SKRIPSI

Oleh

AISYAH ZAHROH FIRDAUS

NIM : 19160034

Telah Disetujui Pada Tanggal 26 Mei 2023
Dosen Pembimbing,



Rikza Azharona Susanti, S.Pd., M.Pd

NIP. 19890805201608012017

LEMBAR PENGESAHAN

Variasi Menu Sehat dan Etika Makan Anak Berkebutuhan Khusus
(ADHD) Dalam Program Diet di Paud Griya Ananda Karangploso

SKRIPSI

Oleh

AISYAH ZAHROH FIRDAUS

NIM : 19160034

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji

Dan Dinyatakan Diterima Sebagai Salah Satu Persyaratan

Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Islam Anak Usia Dini

(S.Pd)

Pada 14 Juni 2023

Susunan Dewan Penguji:

1 Penguji Utama

Dr. H. Miftahul Huda, M.Ag

NIP : 197310022000031002

2 Ketua Sidang

Sandy Tegariyani Putri Santoso, M.Pd

198802142019032011

3 Sekretaris Sidang

Rikza Azharona Susanti, S.Pd., M.Pd

19890805201608012017

Tanda Tangan



Disahkan Oleh:

Ketua Program Studi,



Akhmad Mukhlis, MA

NIP. 19850201201503

HALAMAN PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillahirabbil'alamin, puja dan puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan pertolongan dalam penulisan skripsi yang berjudul: VARIASI MENU SEHAT DAN ETIKA MAKAN ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS (ADHD) DALAM PROGAM DIET DI PAUD GRIYA ANANDA KARANGPLOSO, dapat kami selesaikan dengan baik. Shalawat dan salam kita haturkan kepada baginda Rasulullah Muhammad SAW yang telah memberikan uswatun hasanah kepada kita dalam menjalani kehidupan ini secara syar'i. Dengan mengikuti beliau, semoga kita tergolong dalam orang-orang yang beriman dan mendapatkan syafaatnya di hari akhir kiamat. Aamiin.

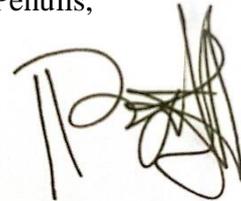
Dengan segala pengajaran, bimbingan/ pengarahannya, serta bantuan layanan yang telah diberikan, maka dengan segala kerendahan hati penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang tiada taranya kepada:

1. Kedua orang tua tercinta bapak Wasis Yulianto dan ibu Sri Rochyati yang senantiasa mendoakan dan memberikan dukungan serta kasih sayang. Semoga senantiasa dalam perlindungan Allah SWT.
2. Keluarga besar dan saudara penulis yang senantiasa mendoakan dan memberikan semangat kepada penulis hingga bisa sampai pada tahap ini.
3. Ibu Rikza Azharona Susanti, M.Pd selaku dosen pembimbing yang telah membantu dan sabar membimbing serta mengarahkan peneliti dalam mengerjakan skripsi ini.
4. Kepada pihak sekolah PAUD Griya Ananda, bapak Ashofro Abiry, ibu Sinta Vidayanti, ibu Sasril Mareta, ibu Anis Setyawati, ibu Inggit dan wali murid bapak Heru Tri Prasetyo yang telah meluangkan waktunya bersedia

menjadi narasumber dan memberikan informasi yang berguna dalam penyelesaian skripsi ini.

5. Kepada sahabat-sahabat saya Ida, Faradilla, Firda, Ira, Mita, Nia, Tyas, Vira, Ifa yang selalu memberikan semangat di setiap keadaan penulis.
6. Kepada teman Piaud kelas B yang sangat istimewa yang selalu membantu dan memberikan semangat di setiap keadaan penulis.
7. Keluarga besar Pendidikan Islam Anak Usia Dini angkatan 2019 yang telah menemani dan berjuang selama masa perkuliahandi Universitas Maulana Malik Ibrahim Malang.

Malang , 26 Mei 2023
Penulis,



Aisyah Zahroh Firdaus
NIM 19160034

MOTTO

““Mustahil” Allah membawamu sampai sejauh ini hanya untuk gagal, Ajak Allah SWT dalam rencanamu”

“Tidak ada kesuksesan tanpa kerja keras. Tidak ada keberhasilan tanpa kebersamaan. Tidak ada kemudahan tanpa doa”

(Ridwan Kamil)

Malang, 30 Mei 2023

PEMBIMBING

Rikza Azharona Susanti S.Pd., M.Pd

Dosen Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Univeristas Islam Negri Maulana Malik Ibrahim Malang

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi Aisyah Zahroh Firdaus

Lampiran : -

Yang Terhormat,

Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan (FITK)

UIN Maliki Malang

Di Malang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Sesudah melakukan beberapa kali bimbingan, baik dari segi isi, bahasa maupun teknik penulisan, dan setelah membaca Skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini

Nama : Aisyah Zahroh Firdaus

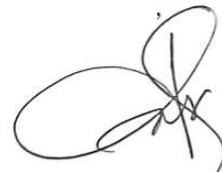
NIM : 19160034

Program Studi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Judul Skripsi : Variasi Menu Sehat dan Etika Makan Anak Berkebutuhan Khusus (ADHD) Dalam Program Diet di PAUD Griya Ananda

WassalamualaikumWr. Wb.

Pembimbing,



Rikza Azharona Susanti, S. Pd., M. Pd.

NIP. 19890805201608012017

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar rujukan.

Malang, 30 Mei 2023

Pembuat pernyataan



Aisyah Zahroh Firdaus

NIM 19160034

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puja dan puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan berbagai macam rahmat dan hidayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Variasi Menu Sehat dan Etika Makan Anak Berkebutuhan Khusus (ADHD) Dalam Program Diet di PAUD Griya Ananda” sebagai salah satu syarat untuk mendapat gelar Sarjana (S1) pada jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD) Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini tidak dapat terselesaikan tanpa adanya bantuan, dukungan, serta bimbingan dan nasehat dari berbagai pihak selama penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada :

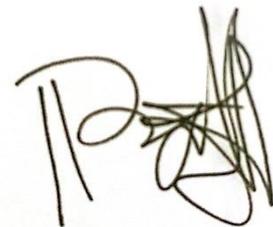
1. Bapak Prof. Prof. Dr. H. M. Zainuddin, M.A selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Bapak Prof. Dr. H. Nur Ali, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang .
3. Bapak Akhmad Mukhlis, M.A selaku Ketua Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Ibu Rikza Azharona Susanti, M.Pd selaku Dosen Pembimbing yang senantiasa membimbing serta mengarahkan.
5. Bapak Ashofro Abiry, S.Psi selaku Kepala Sekolah PAUD Griya Ananda, yang telah mengizinkan dan menyediakan tempat untuk melakukan penelitian.

6. Ibu Sinta Vidayanti selaku guru (juru masak) yang telah membantu peneliti untuk melakukan penelitian.
7. Bapak Heru Tri Prasetyo selaku wali murid yang telah membantu peneliti untuk melakukan wawancara.
8. Adik (Z) yang telah bersedia menjadi subjek penelitian

Peneliti juga menghaturkan mohon maaf yang sebesar-besarnya atas kesalahan dan kekurangan dalam penelitian ini, sehingga peneliti mengharapkan kritik dan saran sebaai bahan evluasi agar skripsi ini dapat menjadi lebih baik lagi.

Malang, 26 Mei 2023

Mahasiswa,



Aisyah Zahroh Firdaus

19160034

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB LATIN

Penulisan transliterasi Arab-Latin dalam Proposal ini menggunakan pedoman transliterasi berdasarkan keputusan bersama Menteri Agama RI dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI No. 158 tahun 1987 dan No. 0543 b/U/1987 yang secara garis besar dapat diuraikan sebagai berikut :

A. Huruf

ا	=	A	ز	=	z	ق	=	Q
ب	=	B	س	=	s	ك	=	K
ت	=	T	ش	=	sy	ل	=	L
ث	=	Ts	ص	=	sh	م	=	M
ج	=	J	ض	=	dl	ن	=	n
ح	=	H	ط	=	th	و	=	w
خ	=	Kh	ظ	=	zh	ه	=	h
د	=	D	ع	=	'	ء	=	,
ذ	=	Dz	غ	=	gh	ي	=	y
ر	=	R	ف	=	f			

B. Vokal Panjang

Vokal (a) panjang	=	â
Vokal (i) panjang	=	î
Vokal (u) panjang	=	û

C. Vokal Diftong

أو	=	Aw
أي	=	Ay
أو	=	Û
أي	=	Î

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
MOTTO	v
NOTA DINAS PEMBIMBING	vi
SURAT PERNYATAAN	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB LATIN	x
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK.....	xiv
ABSTRACT	xv
مستخلص البحث.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	12
C. Tujuan Penelitian	12
D. Manfaat penelitian.....	12
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Peneletian Terdahulu	14
B. Variasi Menu Makanan Sehat	16
C. Anak Berkebutuhan Khusus	22
D. Diet pada Anak Hiperaktif.....	39
E. Etika Makan dalam Perspektif Islam	45
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	51
B. Lokasi Penelitian	51
C. Subjek Penelitian.....	52
D. Data dan Sumber Data.....	52
E. Teknik Pengumpulan Data	53
G. Pengecekan Keabsahan Data	55
H. Analisis Data.....	55
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Hasil Penelitian	57
1. Variasi Menu Sehat dan Etika Makan Anak Berkebutuhan Khusus (ADHD) Dalam Program Diet di Paud Griya Ananda	57
2. Konsistensi Variasi Menu Makan Sehat dan Etika Makan Anak Berkebutuhan Khusus (ADHD) dalam Program Diet	63
3. Etika Makan dalam Prespektif Islam	66
B. Pembahasan Penelitian	66
1. Variasi Menu Sehat dan Etika Makan Anak Berkebutuhan Khusus (ADHD) Dalam Program Diet di Paud Griya Ananda	67
2. Konsistensi Variasi Menu Sehat dan Etika Makan Anak Berkebutuhan Khusus (ADHD) dalam Program Diet	71
3. Etika Makan dalam Perspektif Islam	75
C. Keterbatasan Penelitian	76
 BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	78
B. Saran	79
DAFTAR PUSTAKA	80
Daftar Riwayat Hidup Penulis	141

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Perbedaan anak ADHD dengan anak aktif	34
Tabel 2.2 Perbedaan anak ADHD dengan anak autis	36
Tabel 2.3 Perbedaan anak dengan anak superaktif.....	37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Izin Survey.....	86
Lampiran 2 Izin Observasi	87
Lampiran 3 Surat Telah Melakukan Penelitian	88
Lampiran Pra Penelitian 1.....	89
Lampiran 5	97
Lampiran 5	98
Lampiran 5	100
Lampiran 6 Hasil Validasi.....	101
Lembar 6 Hasil Validasi.....	102
Lampiran Foto	104
Lampiran 7	110
Lampiran 7	111
Lampiran 7	112
Lampiran 7	113
Lampiran Foto	115
Lampiran 8	116

ABSTRAK

Firdaus, Aisyah Zahroh, 19160034. Variasi Menu Sehat Dan Etika Makan Anak Berkebutuhan Khusus (ADHD) Dalam Program Diet Di Paud Griya Ananda. Skripsi, Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim Malang. Pembimbing : Rikza Azharona Susanti, M.Pd

Hiperaktif merupakan salah satu jenis anak yang berkebutuhan khusus yang memiliki kondisi dengan kata lain *Attention Deficit Hyperactive Disorder* (ADHD) perilaku ini berupa perilaku impulsif, kegiatan motorik yang berlebihan (hiperaktif), cemas dan mudah teralihkan atau rendahnya kemampuan untuk memperhatikan. Intervensi yang dapat dilakukan pada anak ADHD untuk mengatasi kurangnya konsentrasi pada anak ADHD dengan cara diet makan makanan sehat. Etika makan dalam islam etika yang dikembangkan terdapat etika yang ditunjukkan cukup kuat dalam kegiatan pemberian makan diantaranya: berdoa bersama-sama ketika masuk kamar mandi untuk cuci tangan, sebelum makan dan minum membaca basmallah, menjaga kehalalan makan dan minum, makan dan minum dengan duduk, menggunakan tangan kanan, makan dan minum tidak berbicara, tidak mencela makanan dan minuman, mengakhiri makan dengan hamdallah. Terapi ini bertujuan untuk mengatur zat-zat makanan yang bisa menyebabkan alergi. Oleh sebab itu, guru dan orang tua harus memahami mengenai variasi makanan sehat untuk diet dan konsisten terhadap pemberian menu makanan sehat untuk anak ADHD. Tujuan penelitian ini adalah (1) mengetahui variasi menu makanan sehat pada anak berkebutuhan khusus (ADHD) dalam program diet di PAUD Griya Ananda, (2) mengetahui konsistensi variasi menu makanan sehat pada anak berkebutuhan khusus (ADHD) dalam program diet di PAUD Griya Ananda. (3) mengetahui etika makan dalam perspektif Islam.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif jenis studi kasus, dengan menggunakan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Berdasarkan data yang telah dikumpulkan, peneliti menganalisis data dengan teknik analisis deskriptif yang mendeskripsikan data yang diperoleh selama di lapangan tentang variasi menu makanan sehat anak berkebutuhan khusus (ADHD) dalam program diet di Paud Griya Ananda Karangploso

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Paud Griya Ananda telah merencanakan untuk memenuhi kebutuhan anak berkebutuhan khusus (ADHD) dengan menerapkan program diet bebas gula dan tepung. Sehingga mulai dari kepala sekolah, guru (juru masak) mengerti dan memahami variasi menu makanan sehat untuk anak berkebutuhan khusus. Konsistensi terhadap menu makanan sehat harus diawasi secara ketat dan dilakukan secara berhati-hati, karena apabila terjadi ketidaksengajaan pemberian makanan yang tidak diperbolehkan akan memicu kembali sikap hiperaktivitas anak ADHD. Etika makan yang dikembangkan di Paud Griya Ananda Pembentukan nilai-nilai karakter pada kegiatan makan dapat dilakukan melalui proses pengulangan dari rutinitas etika dan konsistensi penerapan etika.

Kata Kunci : Variasi Menu Makanan Sehat, Etika Makan Dalam Islam, Konsistensi Menu Makanan Sehat, Perilaku ADH

ABSTRACT

Firdaus, Aisyah Zahroh, 19160034. Healthy Menu Variations and Ethics for Eating Children with Special Needs (ADHD) in the Diet Program at Griya Ananda Early Childhood Education. Thesis, Early Childhood Islamic Education Study Program, Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang. Advisor : Rikza Azharona Susanti, M.Pd

Hyperactivity is a type of child with special needs who has a condition, in other words, Attention Deficit Hyperactive Disorder (ADHD). This behavior is in the form of impulsive behavior, excessive motor activity (hyperactivity), anxiety and easily distracted or low ability to pay attention. Interventions that can be done in ADHD children to overcome the lack of concentration in ADHD children by eating a healthy diet. Ethics for eating in Islamic ethics that have been developed include ethics that are shown to be quite strong in feeding activities including: praying together when entering the bathroom to wash hands, before eating and drinking reading basmallah, keeping eating and drinking halal, eating and drinking while sitting, use the right hand, eat and drink don't talk, don't criticize food and drink, end the meal with hamdallah. This therapy aims to regulate food substances that can cause allergies. Therefore, teachers and parents must understand about a variety of healthy foods for diets and be consistent in providing a healthy diet for children with ADHD. The aims of this study were (1) to determine the variety of healthy food menus for children with special needs (ADHD) in the diet program at Griya Ananda PAUD, (2) to determine the consistency of healthy food menu variations for children with special needs (ADHD) in the diet program at Griya Ananda PAUD, (3) knowing the ethics of eating in an Islamic perspective.

This study uses a qualitative approach to the type of case study, using data collection techniques by observation, interviews, and documentation. Based on the data that has been collected, the researchers analyzed the data using a descriptive analysis technique that describes the data obtained while in the field about healthy food menu variations for children with special needs (ADHD) in the diet program at PAUD Griya Ananda Karangploso

The findings from the results of this study state that: 1) PAUD Griya Ananda has planned the concept of a variety of healthy food menus for children with special needs (ADHD). So that starting from the school principal, the teacher (Juru Maska) knows and understands a variety of healthy food menus for children with special needs. 2) The consistency of a healthy food menu must be closely monitored and carried out carefully, because if there is an accidental provision of food that is not allowed will trigger the hyperactivity of children with ADHD again. The eating etiquette developed at Griya Ananda Early Childhood Education The formation of character values in eating activities can be carried out through the process of repeating ethical routines and consistent ethical application.

Keywords: Healthy Food Menu Variation, Islamic Eating Ethics, Healthy Food Menu Consistency, ADHD Behavior

مستخلص البحث

ردوس، عائشة زهرة، ١٩١٦٠٠٣٤، تنوع من قوائم الطعام الصحية للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة في برنامج حمبة في المرحلة الطفولة المبكرة جريا أناندا كرغفلاص. البحث العلمي، التربية الإسلامية للأطفال، جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج. المشرفة: ريكزا أز هرونا سوسانتي الماجستير

فرط النشاط هو نوع من الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة الذين يعانون من حالة مرضية ، بمعنى آخر ، اضطراب فرط النشاط وتشتت الانتباه (ADHD). هذا السلوك يكون في شكل سلوك اندفاعي ، نشاط حركي مفرط (فرط النشاط) ، قلق وسهل صرف الانتباه أو انخفاض القدرة للانتباه. التدخلات التي يمكن القيام بها في الأطفال المصابين باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه للتغلب على نقص التركيز لدى الأطفال المصابين باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه عن طريق اتباع نظام غذائي صحي. أداب تأكل في الإسلام هو أداب تُطوّرت وتوجد أداب قوية تُظهر في نشاط إطعام الآخرين، ومن بينها: أن نصلي معًا عند دخول المرحاض لغسل الأيدي، وأن نقرأ "بسم الله" قبل تناول الطعام والشراب، وأن نحافظ على حلال الطعام والشراب، وأن نتناول الطعام والشراب ونحن جالسون، وأن نستخدم اليد اليمنى، وأن نتناول الطعام والشراب بدون الكلام، وأن لا ننتقص من قيمة الطعام والشراب، وأن نُحتم وجبة الطعام بقول "الحمد لله". يهدف هذا العلاج إلى تنظيم المواد الغذائية التي يمكن أن تسبب الحساسية. لذلك ، يجب على المعلمين وأولياء الأمور فهم مجموعة متنوعة من الأطعمة الصحية للنظام الغذائي. كانت أهداف هذه الدراسة هي (1) معرفة مجموعة متنوعة من قوائم الطعام الصحي للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة (ADHD) في برنامج النظام الغذائي في المرحلة الطفولة المبكرة جريا أناندا كرغفلاص. (2) معرفة اتساق متنوعة من قوائم الطعام الصحي للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة (ADHD) في برنامج النظام الغذائي في المرحلة الطفولة المبكرة جريا أناندا كرغفلاص. (3) معرفة أداب الطعام في النظرة الإسلامية.

تستخدم هذه الدراسة نهجًا نوعيًا لنوع دراسة الحالة ، باستخدام تقنيات جمع البيانات عن طريق الملاحظة والمقابلات والتوثيق. بناءً على البيانات التي تم جمعها ، قام الباحثون بتحليل البيانات باستخدام تقنية التحليل الوصفي التي تصف البيانات التي تم الحصول عليها أثناء وجودك في الميدان حول اختلافات قائمة الطعام الصحي للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة (ADHD) في برنامج النظام الغذائي في المرحلة الطفولة المبكرة جريا أناندا كرغفلاص.

تشير نتائج هذه الدراسة إلى ما يلي (1) خططت المرحلة الطفولة المبكرة جريا أناندا لمفهوم مجموعة متنوعة من قوائم الطعام الصحي للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة (ADHD) لذلك بدءًا من مدير المدرسة ، يفهم المعلم (جورو ماسكا) ويفهم مجموعة متنوعة من قوائم الطعام الصحي للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة . (2) يجب مراقبة تناسق قائمة الطعام الصحي عن كثب وتنفيذها بعناية ، لأنه إذا كان هناك توفير عرضي للطعام غير مسموح به ، فسوف يؤدي ذلك إلى فرط نشاط الطفل المصاب باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه مرة أخرى. (3) الأداب الطعام التي تم تطويرها في روضة غريا أناندا تهدف إلى تعزيز قيم الشخصية خلال أنشطة تناول الطعام من خلال عملية التكرار للسلوك الأخلاقي والالتزام المستمر بالأخلاق.

الكلمات المفتاحية: تشكيلات من قوائم الطعام الصحية، تناسق من قوائم الطعام الصحية، السلوك ذوي الاحتياجات الخاصة

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak-anak mengalami berbagai fase pertumbuhan dan perkembangan, termasuk dalam kadungan, masa kanak-kanak, masa bayi, usia sekolah, dan remaja. Proses pertumbuhan dan perkembangan berlaku untuk setiap perkembangan anak. Semua anak memiliki karakteristiknya, sehingga jika suatu masalah terjadi pada setiap tahap perkembangan anak akan mempengaruhi kehidupan selanjutnya. Tidak semua anak melalui proses tumbuh kembang secara alami, sehingga ada beberapa anak yang memerlukan perlakuan khusus (Hamzar, 2012). Anak-anak adalah harapan keluarga, generasi penerus bangsa. Namun, beberapa bayi dilahirkan dengan kondisi prenatal, natal, dan pascanatal yang berbeda.

Anak berkebutuhan khusus (ABK) merupakan anak yang istimewa dengan jenis dan karakteristik yang berbeda dibandingkan anak pada umumnya. Dalam perkembangan mereka, banyak orang yang mengalami gangguan, hambatan, atau keterlambatan, yang merupakan faktor-faktor yang berpotensi berbahaya. Untuk mencapai perkembangan yang optimum, mereka memerlukan pendidikan atau penanganan khusus. Sementara itu, anak berkebutuhan khusus juga memerlukan pendidikan yang sesuai dengan hambatan belajar dan kebutuhan individunya, sesuai dengan individu yang berbeda beda dan sesuai dengan perkembangan pengakuan terhadap azas manusia termasuk anak-anak ini. Agar mendapatkan peran, tidak hanya sebagai

obyek pembangunan tetapi juga sebagai subyek pembangunan. Anak berkebutuhan khusus anak istimewa yang memerlukan pelayanan khusus seperti pelayanan medis, pelayanan pendidikan khusus, dan pelatihan khusus yang bertujuan untuk mengatasi keterbatasan atau ketergantungan akibat kelainan dan penyakit yang dideritanya, mereka sering dibedakan dari anak biasa dalam kehidupan di masyarakat (Hamzar, 2012). Sehingga ketika sekolah mau menerima anak berkebutuhan khusus dianggap dapat memberi manfaat baik bagi masyarakat umum maupun bagi anak berkebutuhan khusus. Selain itu, masyarakat akan mulai menerima kehadiran anak dengan kebutuhan khusus, yang akan memiliki kesempatan untuk belajar bersama anak normal dan menerima perawatan yang sama seperti anak normal.

Di Indonesia, ada berbagai kelainan dan gangguan pada anak berkebutuhan khusus, termasuk tunanetra (keterbatasan penglihatan), tunarungu (tidak dapat mendengar), tunagrahita (kecerdasan di bawah rata-rata), tunaksa (cacat fisik), tunalaras (anak berkelainan perilaku), autisme (anak yang menutup diri), dan ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*), yang juga dikenal sebagai gangguan hiperaktif. Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah anak berkebutuhan khusus meningkat setiap tahunnya. Pada tahun 2020–2021, jumlah anak berkebutuhan khusus mencapai kurang lebih 144.621. Lebih dari seratus ribu anak di Indonesia merupakan anak berkebutuhan khusus yang perlu mendapat perhatian yang istimewa (khusus). Menurut paudikmasceh.kemendikbud.go.id “Kementrian pendidikan dan kebudayaan (Kemendikbud) memperkirakan bahwa hampir 70% anak berkebutuhan khusus belum memperoleh pendidikan yang layak”. Karena itu,

anak dengan kebutuhan khusus juga membutuhkan pendidikan dan pembelajaran yang sama seperti anak normal (Department for Transport, 2003). Hal ini terdapat pada UU No 20 Tahun 2003 tentang sistem Pendidikan Nasional pasal 5 ayat 2 disebutkan bawasannya warga Negara memiliki kelainan fisik emosional, mental, intelektual dan sosial berhak memperoleh pendidikan yang baik dan khusus. Supaya anak berkebutuhan khusus dapat berkembang dengan baik walaupun berbeda dengan anak normal pada umumnya. Terbatasnya sekolah inklusi yang ada di kota Malang menyebabkan banyak sekolah yang menerima anak berkebutuhan khusus (ABK) meski belum memenuhi standar pendidikan inklusi yang ditetapkan pemerintah. Hasilnya adalah perselisihan dan sikap diskriminatif antara teman sekelas, guru, dan kependidikan disuatu sekolah. Selain itu, karena ABK berada pada tingkat perkembangan yang berbeda dengan anak normal, mereka akan kesulitan mengikuti proses pembelajaran (Nurani & Mukhlis, 2020). Kehadiran Tk ataupun sekolah biasa yang menerima anak berkebutuhan khusus merupakan upaya untuk menghapus pemikiran masyarakat dengan keterbatasan yang dimiliki anak berkebutuhan khusus harus sekolah di sekolah khusus pula. Dengan menerima anak berkebutuhan khusus di Tk reguler anak berkebutuhan khusus mesakan layaknya anak normal.

Dalam semua kegiatan, membutuhkan konsentrasi dan fokus, untuk membantu setiap orang melakukan pekerjaan dengan lebih baik. Anak-anak dengan ADHD tertinggal jauh dari anak-anak lain dalam hal pendidikan. Jika gangguan tersebut tidak ditangani sejak dini, akan mengalami hambatan kemampuan belajar, berkurangnya rasa percaya diri dan tentunya akan

mempengaruhi keoptimalan tumbuh kembang anak serta mengalami masalah-masalah lain yang mempunyai potensi efek berkepanjangan (Baihaqi & Sugiarmun, 2006). Penyebabnya masih belum diketahui diduga berkaitan dengan faktor genetika dan lingkungan (Sugeng et al., 2021). Untuk itu, anak dengan ADHD perlu mendapatkan pendampingan secara khusus dari orang tua maupun guru.

Hiperaktif merupakan salah satu jenis anak yang membutuhkan khusus yang memiliki kondisi dengan kata lain *Attention Deficit Hyperactive Disorder* (ADHD), adalah gangguan jangka panjang (lebih dari 6 bulan) yang biasanya menyerang anak-anak yang telah dideteksi sebelum umur 7 tahun berupa perilaku impulsif, kegiatan motorik yang berlebihan (hiperaktif), cemas dan mudah teralihkan atau rendahnya kemampuan untuk memperhatikan. Seringkali disertai juga dengan perkembangan emosi yang terlambat, sifat agresif, dan kemampuan akademik yang kurang (Sugeng et al., 2021). Anak-anak ADHD ditandai dengan ketidakmampuan mereka untuk memperhatikan sesuatu yang mereka hadapi secara umum. Selain itu, anak-anak dengan ADHD cenderung mengalihkan perhatian mereka dari satu aktivitas ke aktivitas lainnya. Gejala inatensi (kurang konsentrasi) yang terjadi pada anak ADHD mengganggu tahap perkembangan anak dalam perilaku kognitif, sosialisasi, dan komunikasi. Beberapa karakteristik utama anak-anak dengan ADHD adalah kurang perhatian, terlalu impulsif, dan hiperaktivitas.

Selain itu perilaku yang terlihat pada anak-anak dengan ADHD termasuk kesulitan menyelesaikan tugas di sekolah dan di rumah. Anak ADHD juga mengalami juga kesulitan dalam menyimak dan suka menyela atau

mencampuri pembicaraan orang lain. Ini merupakan perilaku umum yang menjadi ciri khas dengan anak-anak ADHD. Dengan begitu, mereka cenderung selalu bergerak terus secara konstan tidak bisa tenang (StudyCha, 2013). Kekurangan terbesar yang di alami oleh anak-anak ADHD adalah adanya penghalang yang terlihat antara mereka dan dampak dari berpartisipasi dalam kehidupan. Merupakan masalah bagi anak ADHD, yang secara konsisten tidak kooperatif dan juga dianggap sebagai anak nakal. Anak-anak dengan ADHD tidak dapat fokus dan menanggapi tugas dan aktivitas, jadi mereka tidak menanggapi perintah seperti anak-anak lain ketika diberikan arahan.

Banyak pakar ahli kesehatan mencoba mengembangkan metode intervensi untuk mengatasi masalah anak-anak dengan ADHD. Intervensi yang dapat dilakukan pada anak ADHD untuk mengatasi kurangnya konsentrasi pada anak ADHD dengan cara diet makan, terapi obat-obatan dan *play therapy*. Terapi nutrisi dan diet digunakan terutama dalam pengobatan penderita ADHD. Terapi ini bertujuan untuk mengatur zat-zat makanan yang bisa menyebabkan alergi.

Makanan berpengaruh terhadap fungsi otak, terutama pada anak-anak. Makanan dan nutrisi yang terkandung di dalamnya memengaruhi fungsi kognisi, kemampuan untuk memperhatikan (*atensi*), pola tidur dan suasana hati (*mood*). Orang-orang yang mengkonsumsi makanan yang “sehat” atau banyak sayuran, buah-buahan, biji-bijian yang tidak diproses dan daging rendah lemak mempunyai kesehatan mental yang lebih baik serta kecenderungan untuk mengalami gangguan suasana hati (*mood disorders*) lebih rendah 25% sampai 35% (Sugeng et al, 2021). Banyak orang tua yang mempunyai anak dengan

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) melaporkan bahwa bahan-bahan makanan tertentu berpengaruh terhadap hiperaktivitas anak-anak mereka (Sugeng et al, 2021). Makanan juga berfungsi untuk memelihara proses tubuh dalam pertumbuhan dan perkembangan serta mengganti jaringan tubuh yang rusak, memperoleh energi untuk melakukan aktivitas sehari-hari, fungsi yang mengatur metabolisme zat dalam berbagai keseimbangan air mineral dan cairan tubuh lainnya, juga berfungsi sebagai pertahanan mekanisme melawan berbagai penyakit (D'Arcy Wentworth Thompson, 1967). Wiliasari & Dewi (2016) juga mengemukakan bahwa zat gizi adalah komponen pembangunan tubuh manusia, zat pembangunan tersebut diperlukan untuk membentuk, memelihara, dan memperbaiki jaringan tubuh, mengatur proses yang ada didalam tubuh dan menyediakan energi bagi tubuh

Kebutuhan makanan anak berkebutuhan khusus saat ini harus memenuhi gizi yang beragam, bergizi dan seimbang. Pemberian *snack* makanan di ajurkan selama dua atau empat minggu serta menghindari makanan yang memprovokasi peningkatan terjadinya gangguan hiperaktif. Makanan ataupun *snack* selingan dapat menyumbangkan energi sekitar 25% AKG. Makanan anak terutama anak berkebutuhan khusus (ADHD) mengandung zat gizi yang cukup, terutama yang menyediakan karbohidrat, protein dan kalsium yang tinggi untuk memenuhi kebutuhan tubuh selama tumbuh kembang. Ada beberapa makanan yang dapat menimbulkan reaksi alergi pada anak berkebutuhan khusus (ADHD) seperti gula, susu sapi, gandum, coklat, telur. Selain itu, anak-anak berkebutuhan khusus (ADHD) harus menghindari konsumsi gluten dan kasein karena secara umumnya tidak tahan terhadap gluten dan kasein. Gluten adalah

protein yang bersifat khas yang terdapat pada tepung terigu, dan dalam jumlah kecil dalam tepung sereal lainya, gluten terdiri dari dua komponen protein yaitu gliadin dan glutein. Gliadin adalah jenis protein glutein khusus yang dibentuk oleh glutein dan biasanya ditemukan pada makanan gandum dan barley. Sedangkan kasein adalah protein kompleks yang ditemukan dalam susu yang cenderung mempunyai sifat khas yaitu dapat menggumpal dan membentuk massa yang kompak. Demikian pula dengan anak berkebutuhan khusus sangat membutuhkan makanan yang berkualitas bagi tubuhnya dan perlu mencerna dan mengkonsumsi makanan untuk memenuhi kebutuhan gizinya.

Setiap anak akan memiliki kebutuhan dan hambatan yang berbeda-beda, seperti halnya penyandang autisme dan ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*) memiliki kasus untuk menghindari makanan yang mengandung gluten, kasein dan gula karena dapat berpengaruh dengan gejala perilaku penyandang autisme dan ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*). Oleh karena itu, anak berkebutuhan khusus memerlukan perhatian agar tumbuh kembangnya dapat berkembang dengan baik. Setiap manusia ingin sehat dan memiliki kondisi fisik dan psikis yang sempurna. Mempunyai kondisi fisik dan psikis yang tidak normal merupakan tidak mengahilangi bagi setiap individu untuk menjalankan kehidupan dengan normal. Anak berkebutuhan khusus tidak bisa menentukan bagaimana mereka harus menjaga kesehatan, mencegah dari penyakit-penyakit yang mengancam kesehatannya dan mengatur pola makan dengan program dietnya. Maka dari itu modifikasi variasi menu

makanan untuk anak berkebutuhan khusus dengan program dietnya perlu dilakukan.

Terapi diet adalah terapi melatih anak ADHD untuk menghindari mengkonsumsi jenis-jenis makanan yang tidak mengandung salisilat, zat aditif makanan (seperti: pewarna, pengawet, perasa atau aroma buatan) dan gula. Terapi modifikasi perilaku dapat membantu mengatasi masalah ADHD pada anak (Faizah, 2022). Beberapa hasil penting dalam fungsi rutinitas sehari-hari anak ADHD yang dapat dicapai melalui dengan modifikasi perilaku yang mana kepatuhan mengikuti perintah, mengontrol perilaku hiperaktivitas, meningkatkan disiplin, kemandirian dan tanggung jawab, meningkatkan prestasi akademik, serta perbaikan hubungan dengan anggota keluarga dan relasi sosial. Popularitas terapi diet sebagai modalitas terapi penanganan sudah ada sejak karya Feingold di tahun 1970-an. Feingold menyatakan ada beberapa jenis makanan berbeda yang dapat berkontribusi pada peningkatan perilaku hiperaktivitas pada anak ADHD. Makanan jenis ini merupakan jenis makanan yang mengandung bahan pengawet, pewarna, perasa dan salisilat (Ekowarni, 2003). Sesungguhnya penderita hiperaktif tidak hanya memiliki reaksi alergi salisilat, zat aditif namun juga pada susu, gula, telur dan beberapa bahan makan lainnya. Dengan demikian penderita hiperaktif wajib menjauhi sumber salisilat dan zat aditif, karena diet ini dapat membantu penderita hiperaktif untuk mengendalikan reaksi alergi pada sistem pencernaan sekaligus bermanfaat untuk mengendalikan “keaktifan” penderita hiperaktif.

Terapi pada pola diet dapat membantu mengatasi perilaku hiperaktivitas pada anak dengan ADHD. Berdasarkan resep diet Feingold, menarapkan

suatu diet yang berhubungan dengan tidak mengonsumsi makanan siap saji (dalam kemasan siap makan) pada anak penderita ADHD. Menurut Rowe (1994) menemukan hubungan antara penggunaan pewarna makanan sintesis dan perubahan perilaku pada anak hiperaktif. Karena perubahan perilaku ini dapat menyebabkan anak menjadi mudah marah, tidak bisa diam, dan beberapa anak mengalami kesulitan tidur saat mengonsumsi tartazine. Pengaruh konsumsi gula pada anak hiperaktif dengan anak non hiperaktif konsumsi gula diketahui mempengaruhi terjadinya perilaku agresif-destruktif yang mengganggu dan kecemasan pada anak dengan hiperaktif (Ekowarni, 2003). Oleh karena itu anak harus diberi cukup vitamin dan mineral supaya tubuh tetap sehat, dan sebaiknya pemberian vitamin dan mineral dibawah pengawasan yang profesional (dokter).

Konsistensi pemberian menu makanan sehat dalam konsumsi gluten dan kasein sebenarnya masih terbilang kurang dilihat dari diet tradisional Indonesia jarang menggunakan gluten dan kasein tersebut, kecuali diet tradisional yang telah terkena pengaruh dari luar. Selain itu sangat penting bagi anak ADHD yang menerapkan diet bebas gluten, bebas kasein untuk membaca label makanan kemasan menggunakan bahan makanan yang mengandung gluten dan kasein. Dalam pemberian menu makanan sehat terhadap anak ADHD adanya konsistensi penerapan terapi diet gluten dan kasein pada anak tidak terlepas dari peran orang tua dan guru. Konsistensi dalam menyediakan menu makanan sehat sambil mempertimbangkan makanan yang harus disesuaikan dengan kebutuhan anak. Sangat penting untuk berkomitmen dan tegas dalam

menerapkan strategi diet ini selama proses mengubah dan menyesuaikan daftar makanan anak yang sehat.

Etika makan dan minum dalam Islam mengatur dari etika memulai makan dan minum, saat makan dan minum sampai selesai makan dan minum. Banyak orang memandang proses makan dan minum sebagai sesuatu yang lazim, adat atau kebutuhan hidup. Hingga tidak jarang terdengar ungkapan bahwa “Hidup untuk makan dan makan untuk hidup”. Pembentukan nilai-nilai karakter pada kegiatan makan dapat dilakukan melalui proses pengulangan dari rutinitas etika dan konsistensi penerapan etika. Anak akan mengetahui nilai karakter religiusnya dari tahapan awal mengenal perilaku yang sesuai kaidah agama, kemudian mengenalinya sesuai keteladanan yang diberikan dalam keseharian anak oleh lingkungannya hingga menjadi kebiasaan yang terus menerus dilakukan anak dan melekat yang menjadi karakternya. Anak akan mengetahui nilai karakter religiusnya dari tahapan awal mengenal perilaku yang sesuai kaidah agama, kemudian mengenalinya sesuai keteladanan yang diberikan dalam keseharian anak oleh lingkungannya hingga menjadi kebiasaan yang terus menerus dilakukan anak dan melekat yang menjadi karakternya.

Waktu makan merupakan kegiatan yang kompleks tidak semata-mata ditujukan untuk memenuhi kebutuhan anak akan gizi tetapi juga mengembangkan eating habits dan perilaku hidup sehat pada anak serta yang terpenting adalah karakter religius dimana anak memahami konsep syukur, berbagi atau shadaqah, tanggung jawab, sabar, adil, komitmen dan anak memahami konsep bahwa makanan yang anak-anak makan adalah rezeki dari

Allah. Selain itu kegiatan makan juga menjadi bagian dari cara anak belajar menentukan preferensi makanan yaitu dengan konsep halalan thayyiban. Dalam kegiatan waktu makan, guru dapat mencontohkan sikap syukur, sabar dan jujur. Misalnya dengan berdoa sebelum makan, menghabiskan makanan bekal sebagai bagian dari sikap syukur dan tanggungjawab.

Adanya permasalahan kurangnya variasi dan konsistensi menu makanan sehat dalam program diet serta etika makan untuk anak berkebutuhan khusus di sekolahan-sekolahan masih belum banyak yang menerapkan walaupun memang ada beberapa sekolahan yang sudah menerapkan dan memang sudah muncul dari beberapa tahun yang lalu. Berdasarkan fenomena tersebut sekolah yang yang dituju oleh peneliti yaitu lembaga anak usia dini (PAUD) di kecamatan Karangploso.

Dalam penelitian ini, lebih memfokuskan pada menu makananan sehat dan konsistensi pemberian menu makanana sehat serta etika makan dalam islama untuk anak berkebutuhan khusus dari permasalahan yang ada di PAUD Griya Ananda Karangploso, berdasarkan hasil pengamatan peneliti pada saat melaksanakan PKL di PAUD Griya Ananda Karangploso, peneliti memperoleh data awal pada saat proses pembelajaran di lembaga tersebut bahwa terdapat variasi menu makanan sehat untuk anak ADHD dan konsistensi terhadap pemberian makanan sehat untuk anak ADHD.

Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Variasi Menu Sehat dan Etika Makan Sehat Anak Berkebutuhan Khusus (*ADHD*) Dalam Program Diet Di Paud Griya Ananda Karangploso”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah di paparkan diatas ditemukan beberapa masalah yang akan di kaji lebih jauh melalui rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana variasi menu makanan sehat pada anak berkebutuhan khusus (ADHD) dalam program diet di PAUD Griya Ananda?
2. Bagaimana konsistensi pemilihan bahan menu makanan sehat pada anak berkebutuhan khusus (ADHD) dalam program diet di PAUD Griya Ananda?
3. Bagaimana etika makan dalam perspektif Islam di PAUD Griya Ananda ?

C. Tujuan Penelitian

Merujuk pada rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini dapat diakumulasi sebagai berikut :

1. Mengetahui variasi menu makanan sehat pada anak berkebutuhan khusus (ADHD) dalam program diet di PAUD Griya Ananda.
2. Mengetahui konsistensi pemilihan bahan menu makanan sehat pada anak berkebutuhan khusus (ADHD) dalam program diet di PAUD Griya Ananda.
3. Mengetahui etika makan dalam perspektif Islam di PAUD Griya Ananda.

D. Manfaat penelitian

Berangkat dari tujuan penelitian diatas, peneliti ingin agar hasil dari studi ini dapat memberikan manfaat kepada para pembaca baik secara teoritis ataupun praktis. Adapun secara garis besar manfaat penelitian ini diklasifikasikan menajdi 2 yaitu :

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk menambahkan khasanah ilmu pengetahuan tentang variasi menu makanan sehat dan pemilihan bahan makanan anak berkebutuhan khusus (ADHD) dalam program diet, serta etika makan dalam Islam.

2. Manfaat Praktis

Bagi lembaga, diharapkan peningkatan ini dapat dimanfaatkan sebagai bahan pertimbangan untuk upaya pemenuhan variasi menu makanan sehat dan konsistensi pemilihan bahan makanan untuk anak berkebutuhan khusus (ADHD) melalui program diet, serta etika makan dalam Islam.

Bagi peneliti lain atau pembaca, penelitian ini dapat digunakan untuk bahan informasi tentang variasi menu makanan sehat dan konsistensi pemilihan bahan makan untuk anak berkebutuhan khusus (ADHD) dalam program diet, serta etika makan dalam Islam

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Peneletian Terdahulu

Pada penelitian relaven atau penelitian terdahulu didasarkan pada hasil penelitian sebelumnya yang digunakan sebagai acuan. Menyajikan antara persamaan dan perbedaan dalam bidang yang diteliti. Dimana peneletian sebelumnya ini mengakaji yang berhubungan dengan menu makanan sehat untuk anak berkebutuhan khusus dalam program diet.

Penelitian yang dilakukan Erry Nur Rahmwati, Widya Rahmawati, Sri Andarin, Pangungsari, berjudul *Binge eating* dan status gizi pada anak penyandang *Attention Deficit Hyperactivity Disoder*. Dalam penelitian ini di jurnal Indonesian Journal Of Human Naturion, peneliti ingin mengetahui hubungan antara tipe ADHD dengan kejadian *binge eating* dan status gizi pada penyandang ADHD (Rahmawati1 et al., 2014). Penelitian ini menggunakan metode analisis observasional dengan menggunakan subjek 10 orangtua atau pengasuh. Pengambilan data dari penelitian ini menggunakan kusioner. Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa anak penyandang ADHD dengan tipe hiperaktif-impulsif, yang cenderung menerapkan *binge eating* pada kebiasaan pola makanan sehari-hari.

Penelitian oleh Srianita et al, (2019) dalam jurnal Obsesi Vol. 4 Issue 1 tahun 2020 yang berjudul “Pembentukan Karakter Dalam Pendidikan Makan (Studi Kasus di Raudhatul Athfal Istiqlal Jakarta)”. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif studi kasus. Teknik analisis data

yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan tiga komponen model Miles dan Huberman, yaitu: 1) data condensation, 2) data display and 3) conclusion drawing/verification. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan karakter makan ditentukan tidak hanya oleh peran Guru seperti peran guru pada pembentukan karakter dalam kegiatan makan diantaranya: Guru sebagai tauladan atau modelling, guru sebagai pengamat atau observer, guru sebagai pendukung, guru sebagai fasilitator, guru sebagai evaluator.

Skripsi yang ditulis oleh Rachman (2018), berjudul perilaku anak hiperaktif di Raudhatul Athfal Al-Huda. Metode penelitian ini menggunakan kualitatif deskriptif. Subjek penelitian ini mencakup kepala sekolah, guru, dan siswa kelompok B. Pengumpulan data dengan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil analisis data menunjukkan bahwa anak hiperaktif adanya suatu pola perilaku yang menetap pada seorang anak. Seperti tidak fokus, sifat menentang, destruktif atau merusak, tidak mengenal lelah tanpa tujuan jelas.

Penelitian yang dilakukan oleh Yubaedi, Lulu, Nindiya, Ananda. Berjudul Diet anak attention deficit/hyperactivity disorder (ADHD) tantangan orang tua, yang di unggah di Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiska. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Target audiens untuk survei ini termasuk orang tua siswa. Pengumpulan data melalui wawancara terstruktur. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa orang tua berperan sentral dalam keberhasilan program pemberian makanan ADHD pada anaknya (Pendidikan et al., 2020).

Terdapat perbedaan antara penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan datang, dan perbedaan penelitian sebelumnya ditujukan pada bagaimana memberikan pola makan yang sehat secara menyeluruh untuk anak berkebutuhan khusus ADHD (hiperaktif), dan etika pemberian karakter dalam pendidikan makan. Dapat disimpulkan bahwa masih sedikit penjelasan tentang pemberian makanan sehat bagi anak ADHD (hiperaktif) dan etika makan dalam Islam, untuk mempengaruhi peran orang tua dan guru dalam mengetahui konsistensi makanan sehat bagi anak berkebutuhan khusus ADHD (hiperaktif) terhadap anak berkebutuhan khusus ADHD (hiperaktif). Di sini juga para peneliti akan meneliti bagaimana variasi menu sehat dan etika makan pada anak berkebutuhan khusus (ADHD) dalam program diet dan bagaimana konsistensi pada anak berkebutuhan khusus (ADHD) dalam program diet melalui makanan sehat. Sehingga dapat mengetahui dan menerapkan variasi menu sehat dan etika makan serta konsistensi pemberian bahan makanan pada anak berkebutuhan khusus (ADHD) dalam program diet.

B. Variasi Menu Makanan Sehat

Makanan yang sehat menjadi kebutuhan dasar dalam kehidupan manusia. Salah satu faktor pendukung tubuh sehat dan kecerdasan meningkat adalah kebutuhan gizi yang terpenuhi sesuai dengan standar kesehatan. Oleh karena itu, makanan yang dikonsumsi setiap hari, sebaiknya dipastikan memenuhi kebutuhan gizi. Memastikan makanan yang dikonsumsi adalah makanan sehat yang memenuhi kebutuhan gizi sangat penting, tak terkecuali bagi anak dengan kebutuhan khusus (hiperaktif).

Menurut Santoso dan Ranti (2004:88) dalam jurnal (Wilda & Desmariyenti, 2020) mendefinisikan makanan bagi manusia (Anak Berkebutuhan Khusus (Hiperaktif)) merupakan kebutuhan dasar yang harus dipenuhi untuk mempertahankan dan menjalani kehidupan. Makanan diperlukan untuk memenuhi kebutuhan gizi bagi kehidupan, pemulihan, pertumbuhan dan perkembangan. Makan bagi anak dapat berfungsi untuk menerima dan memilih makanan yang baik dan sehat, serta menentukan kecukupan jumlah makanan yang berkualitas. Sedangkan menurut Novianti (Novianti et al., 2018) menjelaskan dalam bukunya bahwa yang disebut sebagai makanan sehat adalah makanan yang mengandung zat cukup dan seimbang yang di dalamnya tidak terdapat unsur berbahaya yang menyebabkan kerusakan kesehatan. Orang tua berperan dalam mendampingi anak-anak dalam memilih jajanan atau makanan yang halal dan sehat untuk dikonsumsi. Memilih makanan anak sejak usia dini akan membantu mereka dalam perkembangan psikologis yang baik, termasuk dalam pembentukan akhlak mulia bagi anak.

Pola Makanan yang sehat adalah variasi makanan seimbang yang dapat memenuhi semua kebutuhan gizi untuk tubuh, yang dapat mempengaruhi kesehatan fisik dan mental pada anak. Anak-anak dengan gangguan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) mengalami kesulitan dalam memperhatikan dan biasanya hiperaktif dalam beraktivitas. Salah satu pemicu hiperaktif adalah makanan, pola makan yang tidak terkontrol dapat menyebabkan peningkatan hiperaktivitas dan emosi yang tidak menentu. Menurut Prasetyo (dalam Suprayanto (2016:12).

Hiperaktivitas pada anak-anak meningkat dengan adanya gula dan perasa buatan dalam bahan tambahan makanan seperti pewarna makanan buatan (Pendidikan, 2020). Selain itu, ada penelitian yang menunjukkan hubungan antara makanan dan aktivitas listrik otak pada anak ADHD. Hiperaktivitas pada anak-anak meningkat dengan adanya gula dan perasa buatan dalam bahan tambahan makanan seperti pewarna makanan buatan.

Anak berkebutuhan khusus pada dasarnya memiliki masalah gizi yang sama dengan pada umumnya, meskipun dengan kondisi yang berbeda. Tantangan gizi yang dihadapi anak berkebutuhan khusus bervariasi, mulai dari tinggi badan cenderung lebih rendah hingga yang cenderung kurang gizi atau sebaliknya. Kurangnya kemampuan mengunyah disebabkan oleh perkembangan motorik yang lambat, sering sembelit, hingga suka pilih-pilih makan dan sulit makan.

Gejala hiperaktif juga dapat muncul tergantung dari makanan yang dimakan sebelumnya yang tidak tercerna dengan baik oleh anak hiperaktif. Pencernaan sempurna pada normalnya membutuhkan waktu 12-24 jam, dan rata-rata anak mengalami satu kali proses pencernaan. Anak hiperaktif dan autis menghabiskan 33 jamnya dari mulut sampai ke anus, sedangkan anak autis tidak dapat dipastikan kapan makanan dapat di proses karena adanya gangguan pencernaan maupun alerginya (Dewi Putri Dewi:2012). Salah satu tindakan atau usaha yang dapat dilakukan untuk mengatasi perilaku hiperaktif dengan pengaturan pola makan dan pemilihan makanannya. Makanan merupakan sangat penting di perhatikan bagi anak hiperaktif. makanan pada

umumnya sama dengan makanan anak normal lainnya, yaitu sehat dan memenuhi gizi yang seimbang.

Pola makan anak, terutama anak hiperaktif harus mengandung jumlah zat gizi, terutama karbohidrat, protein dan kalsium yang tinggi guna memenuhi kebutuhan fisiologis selama pertumbuhan dan perkembangan. Ada beberapa jenis makanan yang menyebabkan reaksi alergi pada anak hiperaktif seperti gula, susu sapi, gandum, coklat, telur, kacang maupun ikan. Selain itu mengonsumsi gluten dan kasein harus dihindari karena penderita hiperaktif umumnya tidak tahan terhadap gluten dan kasein.

Gluten adalah protein yang bersifat khas yang terdapat pada tepung terigu, dan dalam jumlah kecil dalam tepung serelia lainnya, gluten terdiri dari dua komponen protein yaitu gliadin dan glutein. Adapun kasein merupakan protein kompleks pada susu yang mempunyai sifat khas yaitu dapat menggumpal dan membentuk massa yang kompak. Saat gula darah anak terlalu rendah, mereka akan mengalami lambat, mudah bingung dan kalut. Sebaliknya, ketika gula darah anak tinggi, anak menjadi mudah marah, gelisah, cemas, dan mereka tidak bisa dikendalikan. Mereka bertindak tanpa tujuan, dan ini terjadi di luar kendali mereka. Dan itu adalah gejala pertama seorang anak hiperaktif.

1. Mengatasi Perilaku ADHD dari Aspek Makanan

Salah satu tindakan atau upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi perilaku hiperaktif adalah dengan mengartur pola makan. Makanan adalah salah satu hal yang harus diperhatikan bagi penderita hiperaktif. Pola Makanan seseorang anak pada umumnya sama dengan anak lainnya, yang memiliki pola makan sehat dan memenuhi gizi. Dengan kata lain, terpenuhi dari segi energi

sebagai zat tenaga (karbohidrat dan lemak), sumber zat pembangun (protein) dan sumber zat pengatur (berbagai vitamin dan mineral). Hanya saja lebih teliti dalam memilih jenis bahan maknanya. Bahan makanan yang dilarang sebaiknya diganti dengan makanan lain tanpa mengurangi kandungan gizinya. Menurut Kulze, (2009) anak dengan ADHD harus membatasi konsumsi makanan tinggi gula, seperti nasi putih dan berbagai tepung olahan, karena zat tersebut cenderung memupuk glukosa dalam darah serta berakibat pada perasaan hati anak. Selain itu, anak ADHD juga menghindari makanan yang mengandung kasein di malam hari karena membuat mereka lebih aktif menjelang tidur.

Hal ini terlihat pada perilaku anak yang mudah tanturm dan mudah marah dengan bertepuk tangan dan melompat-lompat tanpa sebab. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Maria, (2009) dengan judul “hubungan konsumsi gluten terhadap perilaku hiperaktif pada anak *downsyndrom*” dan hasilnya menunjukkan hubungan yang signifikan antara konsumsi gluten dan perilaku hiperaktif. Gluten adalah protein yang kurang sempurna (*partially complete protein*). Namun, bila protein ini mengandung asam amino esensial yang lengkap, tetapi beberapa diantaranya hanya sedikit. Protein ini tidak dapat menjamin pertumbuhan tetapi dapat mempertahankan kehidupan jaringan yang ada.

2. Makanan yang Harus Dihindari Anak ADHD

Makanan anak dengan pemanis buatan, coklat, susu, tepung, gula. Namun, ada pendapat lain mengatakan bahwa makanan degan protein daging sapi, penyedap makanan, keju, dan pewarna buatan juga harus dihindari

menurut Kulze (2009), anak ADHD (hiperaktif) harus membatasi konsumsi jenis makanan yang mengandung banyak zat gula seperti nasi putih dan berbagai olahan tepung terigu, karena zat ini konon bisa meningkatkan glukosa darah dan berpengaruh pada mood anak. Selain itu, jauhkan anak dari makanan yang mengandung kasein sebelum tidur.

Makanan yang mengandung salsilat sebaiknya dihindari untuk diberikan kepada anak yang memiliki keistimewaan ADHD atau hiperaktif. misalnya jeruk, coklat, gandum, serta makanan cepat saji (junk food). Makanan yang mengandung salsilat dapat menyebabkan gangguan perilaku hiperaktif dan implusif serta kesulitan memusatkan perhatian yang akan berpengaruh juga pada suasana hati, konsentrasi, serta perilaku (Suryani & Ba'diah, 2017). Apabila asupan gizi yang dibutuhkan oleh tubuh seimbang, status gizi yang baik akan tercapai.

3. Penerapan Makanan ADHD Menurut Islam

Penerapan makananan untuk anak berkebutuhan khusus ADHD menurut islam memandang semua manusia sama, islam tidak memandang fisik, harta dan tahta melainkan hati dan keimanan seseorang. Seperti yang tercantum dalam QS. An-nur : 61 yang artinya “ *Tidak ada halangan bagi orang buta, tidak pula bagi orang pincang, tidak pula bagi orang sakit, dan tidak (pula) bagi dirimu, makan (bersama-sama mereka) di rumah kamu atau dirumah bapak-bapakmu, dirumah ibu-ibumu, dirumah saudara-saudaramu yang laki-laki, dirumah saudara-saudaramu yang perempuan, dirumah saudara-saudara bapakmu yang perempuan, dirumah saudara-saudara ibumu yang laki-laki, dirumah saudara-saudara ibumu yang perempuan (di rumah) yang*

kamu miliki kuncinya atau (di rumah) kawan- kawanmu. Tidak ada halangan bagi kamu makan bersama-sama mereka atau sendiri-sendiri. Apabila kamu memasuki rumah-rumah hendaklah kamu memberi salam(kepada penghuninya, yang berarti memberi salam) kepada dirimu sendiri, dengan salam yang penuh berkah dan baik dari sisi Allah.” Demikianlah Allah menjelaskan ayat- ayatnya.

Kewajiban yang harus kita penuhi adalah hak bagi tubuh kita *“seseungguhnya tubuhmu mempunyai hak atas dirimu”* (HR. Imam Muslim), kita harus memahami hak akan tubuh kita, seperti halnya diet bebas gluten dan bebas kasein untuk autis ataupun hiperaktif. Anak anak dengan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) lebih cenderung mengalami masalah pencernaannya dan gangguan pada sistem pencernaan, sistem saraf dan kekebalan tubuh. Anak autis ataupun hiperaktif tidak dapat mencerna kasein yang banyak terkandung dalam susu sapi dan gluten yang banyak terdapat pada tepung terigu. Jika terus mengkonsumsi makanan tersebut, kadar morfin dari zat tersebut meningkat sehingga menyebabkan anak berperilaku pecandu atau morfinis, karena zat tersebut mempengaruhi sistem saraf pusat dan dapat menimbulkan gangguan perilaku.

C. Anak Berkebutuhan Khusus

1. Pengertian Anak Berkebutuhan Khusus

Dalam implementasi anak berkebutuhan khusus adalah anak yang membutuhkan layanan pendidikan yang spesifik, berbeda dengan anak pada umumnya. Anak-anak dengan kebutuhan khusus mengalami hambatan dalam belajar dan perkembangan, oleh karena itu mereka membutuhkan layanan

pendidikan yang sesuai dengan kebutuhan belajar masing-masing. Menurut (Depdiknas 2004:2), anak berkebutuhan khusus (ABK) adalah anak yang mengalami signifikan kelainan atau penyimpangan (fisik, mental-intelektual, sosial emosional) dalam proses pertumbuhan atau perkembangannya. Anak berkebutuhan khusus juga dapat diartikan sebagai anak yang lambat atau mengalami gangguan yang tidak akan pernah berhasil di sekolah sebagaimana anak-anak pada umumnya (Hayati & Apsari, 2019).

Anak yang berkebutuhan khusus yang juga secara umum dikenal masyarakat sebagai anak luar biasa, terlebih dahulu dibahas tentang hakekat anak luar biasa. “anak luar biasa” adalah mereka yang memiliki kelebihan yang luar biasa. Pengertian “luar biasa” dalam dunia pendidikan mempunyai ruang lingkup pengertian yang lebih luas daripada pengertian “berkelainan atau cacat” dalam percakapan sehari-hari. Anak berkebutuhan khusus (dulu disebut sebagai anak luar biasa) didefinisikan sebagai anak yang memerlukan pendidikan dan layanan khusus untk mengembangkan potensi kemanusiaan mereka juga sempurna (Abdul Hadis, 2006). Pemahaman masyarakat umum mengenai anak berkebutuhan khusus masih sangat minim, kebanyakan mereka menganggap bahwa anak berkebutuhan khusus merupakan anak yang tidak memiliki kemampuan apapun. Salah satu dari mereka adalah anak hiperaktif (ADHD). Anak hiperaktif adalah gangguan pemusatan perhatian yang mana di tandai dengan kondisi dengan gangguan pemusatan perhatian pembicaraan yang lepas kontrol.

Dalam Buku Panduan Penanganan Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) yang dikeluarkan oleh Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan

Perlindungan anak menyatakan bahwa disabilitas masuk dalam klasifikasi ABK yang terbagi menjadi dua belas kategori (Winarsih et al., 2013), yaitu:

- 1) Anak tunanetra.
- 2) Anak dengan gangguan pendengaran.
- 3) Anak disabilitas intelektual.
- 4) Anak disabilitas fisik.
- 5) Anak disabilitas sosial.
- 6) Anak dengan gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas (ADHD).
- 7) Anak dengan gangguan *spectrum autisme*.
- 8) Anak dengan gangguan ganda.
- 9) Anak lamban belajar.
- 10) Anak dengan kesulitan belajar khusus.
- 11) Anak dengan gangguan kemampuan komunikasi yang terbatas.
- 12) Anak dengan potensi kecerdasan dan bakat istimewa.

Anak luar biasa disebut sebagai anak yang berkebutuhan khusus atau istimewa karena dalam rangka untuk memenuhi kebutuhan hidupnya, anak ini membutuhkan layanan pendidikan, layanan sosial, layanan bimbingan, layanan konseling (Abdul Hadis, 2006). Dari sini dapat disimpulkan bahwa anak yang berkelainan sekarang disebut sebagai anak berkebutuhan khusus yang secara signifikan mengalami kesulitan dalam mengikuti proses pembelajaran karena mengalami kelainan fisik, mental, intelektual, emosional atau sosial, sehingga mereka memerlukan layanan pendidikan yang bersifat khusus.

2. Pengertian Anak ADHD

Attentions Deficit Hyperactivity (ADHD) adalah gangguan perilaku yang ditandai dengan gangguan pemusatan perhatian, pembicaraan yang lepas kontrol, dan perilaku yang hiperaktif. Menurut Ikatan Psikiatri Amerika, ADHD adalah sebuah pola tetap tentang kesulitan memusatkan perhatian atau perilaku hiperaktif dan impulsif yang terlihat lebih sering dan lebih parah daripada yang biasa terlihat pada individu. Gejala utama anak ADHD adalah tidak mampu berkonsentrasi dalam waktu yang lama. Dengan kata lain, anak ADHD mudah teralihkan dan tidak bisa diam. Keadaan tersebut mengakibatkan berbagai kesulitan belajar, kesulitan berperilaku, dan kesulitan dalam bersosialisasi dan diarahkan perilakunya (Hayati & Apsari, 2019). Apabila dibandingkan dengan anak berkebutuhan khusus jenis lain seperti autis, gangguan hiperaktivitas ini tidak populer dikenali oleh masyarakat, karena anak dengan gangguan hiperaktivitas dapat menjadi autis, namun anak autis belum tentu mengalami gangguan hiperktivitas.

Pada umumnya, gangguan ini sering dijumpai pada anak usia sekolah dengan jenis kelamin laki-laki. Menurut Geoger dalam jurnal (Hayati & Apsari, 2019) ADHD ini mengalami ketidakmampuan yang abnormal untuk memusatkan perhatian, gelisah, dan juga timbul rasa resah. Selain itu juga, ia menemukan bahwa anak ADHD memiliki kekurangan yang serius yang berasal dari bawaan biologis. Kondisi tersebut mencakup pada disfungsi otak, keadaan tersebut mengakibatkan berbagai kesulitan belajar, kesulitan bereprilaku, dan kesulitan dalam bersosialisasi. Perilaku anak ADHD sangat membingungkan dan sangat kotrakduktif. Perilaku yang gegabah (kurang terkontrol) dan tidak

terorganisasi adalah sumber utama bagi stress anak, orang tua, guru, saudara, dan teman dikelas (Hayati & Apsari, 2019). Sikap lain yang muncul adalah sering lari dan naik keatas meja kursi, akibatnya mereka mengalami kesulitan didalam mengontrol diri dan mengganggu orang lain.

Sekolah juga cenderung sulit menerima anak dengan keistimewaan ADHD dikarenakan mereka cenderung impulsif dan terlalu aktif. Pendekatan secara pendidikan, yang biasanya diberikan suatu penempatan sekolah tepat dalam program khusus. Penempatan ini dianggap sangat penting untuk “pengobatan atau penyembuhan” anak-anak ADHD. Adanya anak dengan ADHD umumnya mengalami kesulitan belajar karena adanya sifat hiperaktif, sifat impulsif, dan berkurangnya daya atensi saat mengikuti pelajaran, serta sering mengalami masalah dalam bergaul dengan anak lain. Kesulitan ini dapat berlanjut seiring mereka tumbuh dewasa, jika mereka tidak ada yang mereka butuhkan. Beberapa anak mengalami kesulitan konsentrasi atau memperhatikan, tidak terlalu aktif atau impulsif. Anak-anak jenis ini digambarkan memiliki *Attention Defisit Disorder* (ADD). Sebelumnya, pernah adalah istilah ADD, kependekan dari *attention deficit disorder* yang berarti ‘gangguan pemutusan perhatian’. Pada saat ditambahkan ‘hiper-activity atau hiper-aktif’ penulisan istilahnya menjadi beragam. Ada yang ditulis ADHD, AD-HD, ada pula yang menulis ADD/H. Tetapi, sebenarnya dari tiga jenis penulisan itu, maksudnya adalah sama.

Hiperaktif bukan merupakan penyakit tetapi suatu gejala symptoms. Menurut (Bandi Delphie, 2006) dalam buku “Pembelajaran Anak Berkebutuhan Khusus” symptoms merupakan (gejala) terjadi disebabkan oleh

faktor *brain damage an emotional disturbance, a heraing deficit, or mental retardation*. hal ini dimungkinkan terjadi bahwa seorang anak mempunyai kelainan in-atensi disoder dengan hiperaktif (*Attention Deficit Disoder- with Hyperactivity*) atau in-atensi disoder tanpa hiperaktif (*Attention Deficit Disoder*). Kenyataanya, ADHD ini tidak selalui disertai dengan gangguan hiperaktif. Oleh karena itu, maka istilah ADHD di indonesia, lazimnya diterjemahkan menjadi gangguan pemusatan perhatian atau tanpa hiperaktif (GPP/H). Anak yang mengalami ADHD atau GPP/H kerap kali tumpang tindih dengan kondisi-kondisi lainnya, seperti disleksia (*dyslexia*), dispraksia (*dyspraxia*), gangguan menentang dan melawan (*oppositional defiant disoder/OOD*) (Mirwati & H. Amka:2019).

Istilah ini memberikan gambaran tentang suatu kondisi medis yang telah disahkan secara internasioanal mencakup disfungsi otak, di mana individu mengalami kesulitan dalam mengendalikan implus, menghambat perilaku, dan tidak mendukung rentang perhatian atau perhatian anak mudah teralihkan. Bila hal ini terjadi pada seorang anak, maka anak tersebut mengalami kesulitan untuk belajar, untuk berperilaku, kesulitan bersosial, dan kesulitan terkait lainnya yang kait mengaitkan. ADHD didenfinisikan sebagai berikut (Baihaqi & Sugiarmi, 2008) :

- a. Gangguan berperlikan neurobiologis ADHD sangat kurang dipahami, tetapi ada dua faktor langsung dan tidak langsung terlibat dari keadaan neurobologis (Barkley, Faraone dan Biederman, 1998). Faktor tidak langsung adalah bukti yang tidak melibatkan faktor langsung yang mempengaruhi struktur atau fungsi otak yang muncul dari hubungan

antara peristiwa atau kondisi terkait dengan gangguan neurologis dan gejala yang dimulai dengan ditandai tingkat perhatian yang berkembang secara tidak tepat menjadi bersifat kronis. Dalam beberapa kasus, itu disertai dengan hiperaktivitas.

- b. Gangguan biokimia kronis dan perkembangan neurologis yang mempengaruhi kemampuan anak untuk mengatur dan mencegah perilaku serta mempertahankan perhatian pada berbagai hal.
- c. Inefisiensi neurologis terjadi pada di area otak yang mengontrol impuls dan pada pusat pengambilan keputusan (relugasi dan kontrol diri).

Berdasarkan simptom tersebut ada 3 tipe ADHD berdasarkan DSM-IV-TR (dalam Satler, 2022) yaitu :

- (a) ADHD tipe kombiasi
- (b) ADHD dengan tipe dominan pemusatan perhatian yang minim
- (c) ADHD dengan tipe dominan hiperaktif-implusif

Beberapa faktor penyebab ADHD yaitu genetika (keturunan), proses kelahiran yang tidak normal atau bemasalah, struktur otak yang tidak normal, efek kuat keracunan dan kontaminasi lingkungan, alaergi makanan, kondisi kesehatannya lainnya (misalnya seperti pembengkakan kelenjar tiroid, epilepsi, auits), bisa juga efek samping obat, keluarga yang tidak harmonis dan psikososial yang buruk Parker (1992); Bell & Peiper (2000) (dalam Ekowarni, 2003).

Attention Deficit Hyperactivity Disoder (ADHD) dapat ditarik kesimpulan “merupakan sebagai gangguan yang ada pada aktifitas dan gangguan perhatian (gangguan hiperkenetik) ADHD didefinisikan sebagai

gangguan psikiatrik dengan gejala utama yang ditunjukkan adalah inatensi (kurangnya perhatian), hiperaktivitas (tidak bisa diam atau sulit fokus), dan impulsivitas (bertindak tanpa dipikir) yang tidak konsisten dengan tingkat perkembangan anak, remaja, atau orang dewasa.” Anak-anak ADHD sering disalah artikan dengan anak-anak yang memiliki karakter yang hampir sama dengan aktif, super aktif, autis, nakal dan lain-lain. Perbedaan tersebut memiliki pola yang hampir sama .

Kesulitan belajar anak hiperaktif disebabkan pula adanya kontrol diri yang kurang dan sering impulsif dalam setiap kegiatan yang anak ADHD lakukan, sangat mudah marah dan seringkali suka berkelahi. Karena impulsif ini, umumnya anak hiperaktif sering mengalami “kecelakaan” dan mendapatkan luka. tidak suka berolahraga karena kecanggungan atau gerakannya kaku. Namun perlu dicatat bahwa tidak semua anak yang mengalami hiperaktif atau kesulitan untuk belajar memiliki *attention deficit disorder hyperactivity* (ADHD).

Pengobatan terhadap anak ADHD umumnya dilakukan dengan berbagai pendekatan termasuk program pendidikan khusus, modifikasi perilaku, terapi melalui obat-obatan, dan konseling. Selain melalui pendekatan yang kontroversial misalnya melalui diet khusus, dan penggunaan obat-obatan dan vitamin tertentu (Bandi Delphie, 2006).

Pendekatan secara pendidikan, umumnya diberikan suatu penempatan sekolah yang tepat dalam suatu program khusus. Penempatan ini dinilai sangat penting karena guna untuk penyembuhan anak yang mengalami ADHD. Pada umumnya anak dengan ADHD mengalami kesulitan untuk belajar karena

adanya gangguan hiperaktif, impulsif, dan menurunnya daya atensi saat mengikuti pelajaran (Bandi Delphie, 2006). Perkembangan dan pertumbuhan diri anak yang bersangkutan, diperlukan suatu bentuk program pembelajaran yang spesifik dalam sebuah kelas khusus dengan didampingi seorang asisten yang dapat membantu kegiatan selama layanan pembelajaran berlangsung.

3. Macam-macam Perbedan

a. Perbedaan Anak ADHD dengan Anak Aktif

Sekilas aktifitas anak aktif dan hiperaktif sebenarnya tampak sama, namun jika kita ingin melihat lebih dala. Perbedaanya sangat jelas, berikut ciri-cirinya (Mirwati & H. Amka:2009) :

Tabel 2.1 Perbedaan anak ADHD dengan anak aktif

Anak ADHD	Anak Aktif
1. Anak biasanya tidak fokus, anak hiperaktif biasanya tidak bisa bertahan lebih dari 5 menit dalam suatu permainan.	1. Anak aktif mampu memfokuskan perhatiannya dengan baik. Tapi, contohnya ketika bermain puzzle, mewarnai atau menyusun balok, anak aktif cenderung akan menyelesaikan permainan dengan perhatian penuh. Terkadang mereka mempunyai imajinasi sendiri.
2. Melawan, ketika anak hiperaktif sulit untuk dikasih tau dan akan terus melakukan aktifitas dengan sesuka hatinya. Biasanya anak akan berontak dan melawan.	2. Anak aktif masih bisa dikasih tau dan mamu mematuhi dengan baik. Asalkan orang tua memberikan alasan dan dengan cara yang tidak menyudutkan anak atau biasanya cenderung berkesan memarahinya.
3. Merusak, anak hiperaktif cenderung merusak. Saat bermain, dia lebih suka membongkar mainan dan memainkannya dengan caranya sendiri.	3. Anak aktif cenderung lebih kreatif dalam mengembangkan permainan baru yang terkadang tak pernah orang dewasa duga.
4. Tidak mudah lelah dan tanpa tujuan, anak hiperaktif tidak pernah lelah dengan segala aktivitasnya, banyak yang tidak memiliki tujuan yang jelas.	4. Lebih sabar, anak aktif memiliki kesabaran lebih baik saat diminta untuk menyelesaikan contohnya puzzle.

5. Tidak sabar dan cenderung agresif, anak hiperaktif tidak mau menunggu dia cenderung merebut benda yang di mainkan atau di penggang temanya. Ia juga cenderung agresif terhadap teman bermainnya. Contohnya adalah ketika seorang anak memukul tanpa sebab dan dia cuek setelah melakukan itu.	5. Anak aktif biasanya sadar bila lelah. Sehingga ia akan beristirahat dan menghentikan aktivitasnya saat ia lelah.
6. Intelegensi yang rendah, anak hiperaktif kurang kreatif karena kecerdasannya cenderung dibawah anak anak normal.	6. Anak dengan intelegensi yang tinggi, biasanya aktif , biasanya lebih cerdas dan lebih mandiri.

Ciri-ciri anak hiperaktif yang paling mudah dikenali adalah mereka akan selalu bergerak dari suatu tempat ketempat lain. Selain itu, anak yang bersangkutan sangat jarang untuk diam selama kurang lebih 5 hingga 10 menit guna melakukan suatu tugas kegiatannya yang diberikan oleh gurunya. Oleh karena itu, di sekolah anak hiperaktif mendapatkan kesulitan untuk berkonsentrasi dalam mengerjakan tugas-tugasnya. Anak ADHD selalu mudah bingung atau kacau pikirannya, tidak suka memperhatikan perintah atau penjelasan dari gurunya.

b. Perbedaan Anak ADHD dengan Anak Autis

Dalam uraian tentang pengertian anak berkebutuhan khusus anak autis juga merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari anak luar biasa. Anak autis ialah anak yang mengalami gangguan perkembangan berat yang antara lain berhubungan dengan orang lain (Abdul Haris, 2006). Autis juga merupakan gangguan perkembangan organik yang mempengaruhi kemampuan anak dalam berinteraksi dan menjalani kehidupannya. Autis juga merupakan gangguan perkembangan yang kompleks yang melibatkan komunikasi,

interaksi sosial dan aktivitas imajinasi, dan anak autis yang memiliki masalah atau gangguan dalam komunikasi, pola bermain dan emosi (Depdiknas, 2002).

Dalam buku berjudul “pendidikan anak ADHD” Mirwati & H.Amka (2019) ada beberapa perbedaan mendasar yang dapat kita amati pada perilaku anak dengan GPPH atau Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (ADHD atau Attention Defisit dan Hyperactivity Disorder) dengan Autis, yakni sebagai berikut :

Tabel 2.2 Perbedaan anak ADHD dengan anak autis

Anak ADHD	Anak Autis
1. Kemampuan untuk berkonsentrasi juga berkurang dan sangat mudah terganggu oleh aktivitas yang baru, tetapi lebih mudah untuk diarahkan melakukan suatu tugas sederhana meskipun biasanya tugas itu belum selesai.	1. Mereka kurang konsentrasi dan sangat sulit diarahkan untuk menyelesaikan tugas tertentu. Aktivitas yang dilakukan lebih didasarkan pada kemauan sendiri.
2. Mudah bosan dan selalu ingin berganti mainan, namun tetap bisa bermain secara interaktif dan imajinatif. Namun mampu bermain interaktif dan imajinatif.	2. Mereka juga kesulitan berganti mainan, karena cenderung memainkan mainan dan permainan yang sama sendirian, berulang-ulang dan bersifat stereotopik.
3. Kotak mata terkadang masih dilakukan, masih ingin disentuh, masih suka di peluk.	3. Biasanya terganggu oleh pengaruh lingkungan dan cenderung menghindari kontak mata serta tidak nyaman disentuh dan dipeluk.
4. Banyak anak ADHD juga menderita dalam keterlambatan bicara. Karena kemampuannya berbahasa memerlukan konsentrasi.	4. Sering tidak memahami perintah dan tidak mampu melakukan komunikasi secara aktif. Kata-kata yang diucapkan terdengar aneh dan sering menggunakan istilah yang tidak biasa digunakan.
5. Tingkah laku yang ditunjukkan lebih diwarnai impulsivitas berupa ketidak sabaran, keterpaksaan kemauan dan kurangnya pengendalian diri. Keterlambatan banyak berkaitan dengan koordinasi motorik halus, berkonsentrasi maupun berbahsa.	5. Perilaku mereka sering digambarkan aneh dan berlebihan, mereka cenderung melakukan perilaku stereotopik seperti tertawa sendirian tetapi tidak dalam situasi senang, bertepuk tangam, berjalan jinjit, melompat-lompat, yang

	terjadi tanpa tujuan dan dalam rentang waktu yang lama.
--	---

Sejak dini anak autis telah menunjukkan perilaku enggan untuk berinteraksi sosial dengan orang lain. Anak autis yang berumur kurang dari satu tahun, menunjukkan perilaku yang tidak membutuhkan orang lain, sedikit melakukan komunikasi dua arah dan tidak menjulurkan tangan untuk dipeluk. Pada usia ini di mana anak autis sudah mulai berjalan, akan tetapi cenderung anak ini tidak membawa benda yang menarik baginya yang ditemukan sendiri untuk diperlihatkan kepada orang tuanya, padahal ia memiliki hasrat untuk itu.

Anak autis juga biasanya tidak bermain mengikuti orang tuanya yang sedang bermain, dan tidak peduli dengan reaksi orang tua yang meninggalkan dirinya dan reaksi orang tua yang baru datang menghampirinya.

c. Perbedaan Anak ADHD dengan Anak Superaktif

Anak superaktif merupakan anak yang kelebihan energi, tidak memiliki gangguan dalam perilaku dan hasil konsentrasi. Anak superaktif akan diam ataupun duduk dengan tenang jika dia melakukan sesuatu dengan keinginannya. Ada beberapa perbedaan mendasar yang dapat kita amati dari perilaku anak dengan GPPH atau Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (ADHD atau *Attention Defisit dan Hyperactivity Disorder*) dengan superaktif (Mirnawati M.Pd, 2557), perbedaan tersebut adalah sebagai berikut :

Tabel 2.3 Perbedaan anak dengan anak superaktif

Anak ADHD	Anak Superaktif
1. Anak suka merusak mainan tak digunakan sebagaimana mestinya, tapi bisa di banting-banting hingga rusak.	1. Setelah melakukan aktivitasnya, anak juga bisa lelah. Biasanya jika lelah dia biasanya berhenti atau tidur.
2. Ketika orangtua melarang atau meminta tolong meminta sesuatu, ia	2. Tenangnya yang lebih digunakan untuk melakukan tugas-

akan cuek atau masih melakukan apa yang ia lakukan.	tugas yang diberikan kepadanya. tugas yang diberikan padanya. Setidaknya dia mencoba berusaha untuk menyusun permainan yang diberikan secara konstruktif.
3. Anak-anak bisa terus berlarian rumah ataupun sekolahan walaupun orang tuanya sudah memintanya berhenti.	3. Intelektualitas lebih baik.
4. Suka melakukan sesuatu tanpa tujuan yang jelas, sekedar menuruti saja.	
5. Karena perhatiannya mudah teralihkan, dia hanya menerima informasi sepotong-sepotong dan karena itu apa yang diajarkan kepadanya tidak lengkap.	

Walaupun anak superaktif sulit duduk dalam waktu lama dan dengan tenang, bahkan terkadang mereka akan berlari ketika kesana kemari saat pembelajaran, dengan adanya ciri-ciri tersebut anak superaktif juga bisa capek.

2. Karakteristik Anak ADHD

Menurut DSM IV (dalam Baihaqi & Sugiarmun 2006:8), gangguan ADHD memiliki tiga karakteristik utama, yaitu:

- a. Inatensi (kesulitan memusatkan perhatian)
 - 1) Seringkali mengalami kesulitan memusatkan perhatian terhadap tugas atau aktivitas bermain.
 - 2) Sering gagal berkonsentrasi atau mendengarkan saat diajak bicara secara langsung.
 - 3) Seringkali tidak mengikuti instruksi dan gagal dalam menyelesaikan pekerjaan sekolah.
 - 4) Mereka sering mengalami kesulitan melakukan atau menyelesaikan tugas.

- 5) Menghindari, tidak menyukai atau tidak ingin melakukan tugas yang membutuhkan usaha mental ataupun yang berkelanjutan, seperti menyelesaikan pekerjaan sekolah atau pekerjaan rumah.
- b. Implusivitas (kesulitan menahan keinginan)
- 1) Tidak sabar memberikan jawaban sebelum pertanyaan selesai.
 - 2) Cenderung menunggu giliran dengan tidak sabar.
 - 3) Mereka sering mengganggu orang lain.
- c. Hiperaktif (kesulitan mengendalikan gerakan)
- 1) Mereka mengalami kesulitan menganyunkan tangan kaki mereka dan sering menggeliat di kursi.
 - 2) Mengalami kesulitan bermain atau berpartisipasi dalam permainan.
 - 3) Mengalami lari-larian atau naik-naik secara berlebihan dalam kondisi yang tidak tepat.
 - 4) Sering meninggalkan tempat duduk di dalam kelas, yang mana mereka diharapkan untuk tetap duduk.

4. Tipe Anak ADHD (Hiperaktif)

Untuk mengetahui tipe-tipe ADHD yang dapat didiagnosis atau diamati menurut *American Psychiaratic Assocation* (2004), dibagi menjadi dua tipe berdasarkan gejala awalnya, yaitu :

- a. Tipe sulit kosentrasi (*Predominantly Inatentive Type*)
- 1) Kesulitan untuk fokus pada aktivitas sepanjang waktu.
 - 2) Seperti tidak mendengarkan saat diajak bicara.
 - 3) Cenderung belum mengikuti instruksi dari guru ataupun orangtua dan tidak menyelesaikan tugasnya.

b. Tipe hiperaktif – implusif (*Predominantly Hyperactive*)

- 1) Sering meninggalkan tempat duduknya.
- 2) Selalu bergerak, seolah-olah ada mesin yang mendorong tubuhnya.
- 3) Mengalami banyak bicara.
- 4) Bereaksi terlalu cepat ketika memberi jawaban saat ditanya, sering memotong atau menyela pembicaraan.
- 5) Cenderung tidak mampu melakukan atau mengikuti kegiatan dengan tenang.

5. Faktor Penyebab Anak ADHD (Hiperaktif)

Menurut *American Psychiaratic Association* (2004), penyebab pasti dan patalogi masih belum diketahui secara jelas. ADHD adalah gangguan kelainan yang bersifat multifaktorial. Banyak faktor yang diyakini sebagai penyebab gangguan ini (Mirnawati M.Pd, 2557), antara lain :

a. Faktor Ginetik

Faktor ginetik tampaknya memang memegang peran terbesar dalam perkembangan gangguan perilaku ADHD. Beberapa penelitian menemukan bahwa hiperaktivitas pada anak selalu dikaitkan dengan adanya riwayat gangguan yang sama di dalam keluarga walaupun setidaknya ada satu orang dalam keluarga dekat. Faktanya, jika salah satu orang tua menderita ADHD, maka anak tersebut memiliki peluang 60% untuk menderita ADHD, dan jika kedua orang tuanya menderita ADHD, maka anak tersebut memiliki peluang 95% untuk mengalami ADHD.

- 1) Perkembangan otak selama kehamilan.
- 2) Perkembangan otak prenatal.

- 3) Ketidakseimbangan hormon.
- 4) Lingkungan fisik dan sosial anak serta pola asuh orang tua, guru dan orang yang berpengaruh disekitarnya.

Kerusakan jaringan otak atau "*cedera otak*" yang disebabkan oleh trauma primer dan trauma yang berulang pada tempat yang sama dengan trauma primer. Gangguan pada saluran cerna penderita ADHD berhubungan dengan penerimaan respon makanan tertentu. Teori tentang alergi makanan, teori Feingold yang menyatakan bahwa asam salisat berdampak buruk pada tingkah laku anak, dan teori bahwa gula adalah zat substansi yang merangsang hiperaktivitas anak. Cedera sistem saraf pusat (SSP) secara anatomi mirip dengan cedera yang disebabkan oleh infeksi perdarahan dan hipoksia.

b. Faktor Risiko

Jika salah satu saudara atau orang tua menderita ADHD atau gangguan mental lainnya, risiko terjadi ADHD meningkat. Gangguan mental dan perilaku ini termasuk gangguan bipolar, gangguan konduksi, depresi, gangguan disosiatif, dan gangguan kecemasan. beberapa gangguan terjadi selama kehamilan, persalinan dan masa kanak-kanak harus dipelajari sebagai faktor risiko, karena terdapat banyak bukti dalam penelitian yang mendukung adanya disfungsi sistem saraf pusat (SSP).

c. Faktor Lingkungan

Penelitian menunjukkan kemungkinan korelasi genetik antara penggunaan rokok pada risiko ADHD. Pencegahan terbaik adalah menghindari tembakau dan alkohol selama kehamilan, atau menjauhi orang-orang yang merokok. Faktor lingkungan lain yang terkait dengan risiko ADHD adalah adanya kadar

timah hitam yang tinggi pada tubuh anak-anak prasekolah. Karena penggunaan timah tidak lagi diperbolehkan masuk cat dan biasanya hanya ditemukan di bangunan tua, anak-anak yang tinggal di gedung-gedung tua di mana timah masih ada di pipa ledeng atau dalam cat mengandung timah hitam, risiko lebih tinggi mengalami ADHD.

d. Kerusakan pada otak

Gangguan perhatian disebabkan oleh masalah di otak, area otak ini dikaitkan dengan atensi, fungsi eksekutif, keterlambatan respons, dan organisasi respons. Kerusakan pada area ini memunculkan simtom-simtom yang serupa dengan simtom-simtom ADHD. Anak-anak yang mengalami kecelakaan saat lahir dapat mengalami kerusakan otak yang dapat menyebabkan beberapa gejala perilaku yang sama dengan ADHD, tetapi hanya sebagian kecil anak dengan ADHD yang mengalami cedera otak traumatis. Anak-anak ADHD memiliki korteks prefrontal kanan yang lebih kecil daripada anak-anak non ADHD Pradana et al., (2016) dan menunjukkan kelainan struktural dalam berbagi bagian dalam basal ganglia (Zalecki et al., 2005). Namun, perbedaan otak tidak dapat dibatasi pada korteks prefontal dan *ganglia basalis* aja. Hasil penemuan MRI baru-baru menunjukkan bahwa anak-anak kecil dengan ADHD memiliki lebih sedikit isi total serebal (3-45) dan otak kecil (Castellanos et al., 2006). Berdasarkan atas kemampuan otak yang almah untuk beradaptasi, maka bagian otak yang cedera akan mencoba survive dengan jalan melepaskan berbagai neuro-inhibitor persediaanya yang terbatas, agar keadaan tidak menjadi lebih buruk.

e. Faktor Gadget

ADHD merupakan gangguan multifaktoral berupa faktor alami dan faktor lingkungan. Salah satu faktor lingkungan yang berperan dalam terjadinya ADHD adalah penggunaan gadget. Penggunaan gadget yang berlebihan mempengaruhi neurotransmitter serotonin dan dopamin. Hal ini menyebabkan peningkatan produksi hormon dopamin sehingga menyebabkan kematangan korteks prefrontal terganggu. Prefrontal korteks berfungsi sebagai pusat untuk mengontrol emosi dan mengontrol impuls. Sedangkan ketidakseimbangan pada jumlah serotonin di lokus coeruleus menyebabkan buruknya kontrol terhadap impuls, agresi, dan inatensi.

Sebuah studi terbaru dari Kanada membandingkan perilaku anak usia 3-hingga 5 tahun berdasarkan beberapa lama mereka menggunakan perangkat elektronik. Ini termasuk tv atau bermain gadget. Ini telah ditemukan terkait dengan perkembangan ADHD. Dari hasil penelitian tersebut menemukan bahwa anak-anak yang menggunakan perangkat elektronik lebih dari 2 jam sehari sejak usia 3 tahun keatas memiliki kemungkinan yang lebih tinggi untuk mengalami ADHD. Sebaliknya, jika anak-anak yang menggunakan perangkat elektronik kurang dari 30 menit per hari memiliki kemungkinan yang lebih rendah untuk mengalami gangguan perilaku tersebut. Sementara itu, gangguan ADHD (hiperaktif) di Paud Griya Ananda ini yang terjadi ada beberapa faktor yaitu gadget, pengaruh pola asuh yang tidak tepat hal tersebut juga didukung oleh keluarga yang tidak harmonis.

D. Diet pada Anak Hiperaktif

Reaksi makanan yang merugikan terjadi pada anak hiperaktif terkait dengan penyerapan dan metabolisme makanan tertentu. Perkembangan respon

makanan yang tidak normal dapat mempengaruhi fungsi otak sehingga mempengaruhi perkembangan anak. Gangguan fungsional di otak dapat menyebabkan masalah seperti konsentrasi yang buruk, gangguan emosi, keterlambatan bicara, dan gejala hiperaktivitas yang memburuk. Makanan penyebab reaksi simpang makanan sangat bervariasi tergantung dari gangguan yang mendasar (Pbb & Farhan, 2003). Peran orang tua terutama ibu sangatlah penting untuk anak hiperaktif dalam menyediakan makanan yang baik serta bergizi dan sesuai dengan kebutuhannya.

Jadi, untuk menghindari kesalahan dalam pemilihan bahan makanan, orang tua harus mempersiapkan diri dengan baik sebelum memulai diet untuk memaksimalkan hasil, konsultasikan dengan dokter atau ahli gizi dan fokus untuk memulai jenis diet tertentu. Dengan melibatkan dokter atau ahli gizi, orang tua dapat memperoleh bimbingan dan wawasan untuk mengevaluasi diet, menentukan hasil yang dicapai, mengidentifikasi kemungkinan efek samping, dan memusatkan pengobatan yang dilanjutkan atau dihentikan. Kemudian mempelajari kondisi kesehatan anak seperti gangguan pencernaan, alergi makanan, intoleransi makanan, gangguan gizi. Setiap anak berkebutuhan khusus memiliki kondisi kesehatan yang berbeda, begitupun menentukan jenis diet. Sebelum menyusun diet yang tepat, penting untuk mempelajari keadaan kesehatan terlebih dahulu agar hasil yang dicapai sesuai dengan tujuan diet (Pbb & Farhan, 2003). Dengan adanya diet pada anak hiperaktif diharapkan terjadi penurunan dari perilaku anak hiperaktif serta perbaikan dari keterampilan kognitif, bersosialisasi dan komunikasi. Berikut jenis jenis diet yang dapat digunakan untuk anak berkebutuhan khusus (hiperaktif) antara lain:

1. Diet Bebas Gluten dan Bebas Kasein

Gluten merupakan protein yang bersifat khas yang ditemukan dalam tepung terigu dan juga ditemukan dalam jumlah kecil pada tepung serelia lainnya, tetapi gluten juga merupakan campuran protein dari 80% gladin dan gluten. Gluten menyebabkan penyakit intoleransi terhadap gluten (*celiac disease*). Yang mana kondisi tersebut ditandai dengan terjadinya radang mukosa usus halus sehingga mukosa menyebabkan tidak berfungsi secara normal. Gluten ditemukan dalam makan seperti gandum, gandum hitam dan barley. Sedangkan, kasein disisi lain, adalah komponen protein ditemukan dalam susu. Ada dua kelompok varian didalam kasein, yaitu kasein A (A1 dan A2) dan kasein B varian A1 sering menyebabkan banyak masalah yang penyebabnya *sudden death syndrome*, penyakit jantung iskemik (Pbb & Farhan, 2003). Gluten dan kasein merupakan jenis protein yang sulit dicerna sehingga tidak diperbolehkan untuk anak berkebutuhan khusus.

Diet bebas gluten dan bebas kasein ini cukup efektif dilakukan untuk mengurangi perilaku hiperaktivitas pada anak ADHD dan autisme. Gluten dan kasein yang terkandung pada makanan perlu dihindari oleh anak ADHD dan autisme. Kedua zat tersebut merupakan peptida. Peptida merupakan jenis zat medium yang tercipta dari asam amino yang memiliki identitas khusus protein namun bukan protein. Sementara itu gluten ialah protein yang terkandung di dalam gandum sedangkan kasein merupakan protein yang bersumber pada susu serta berbagai produk olahannya (seperti susu sapi, susu bubuk, susu skim (susu bubuk), susu kambing, mentega, dan keju). Gluten dan kasein bisa mengakibatkan diare atau mencret serta hiperaktivitas yang tidak hanya

berbentuk gerakan namun termasuk juga emosi, marah, mengamuk serta menghadapi gangguan tidur (Bagaskorowati et al., 2022). Dalam pelaksanaan diet bebas gluten dan bebas kasein tidak boleh dihentikan secara tiba-tiba, terutama pada anak di bawah usia 4 tahun, karena reaksi penolakan dapat terjadi. Selain itu juga, harus mempertahankan efek withdrawal (ketagihan) yang akan timbul (Nurhidayati, 2015). Efek withdrawal yang terjadi pada awal penerapan diet bebas gluten dan bebas kasein adalah efek normal seperti kotak mata yang sudah tercipta hilang, bertambah hiperaktif, mengatuk bahkan melukai diri sendiri adalah efek yang normal dan mereda setelah 2-3 minggu. Oleh karena itu, untuk mengurangi efek tersebut asupan gluten dan kasein dilakukan secara bertahap sehingga anak-anak dapat terbiasa dengan kebiasaan pola makan baru mereka.

Menghilangkan asupan gluten dan kasein merupakan sumber protein dapat membuat anak kekurangan protein. Hal ini dapat dihindari dengan mengganti asupan protein dengan makanan lain seperti ayam atau ikan. Asupan zat gizi lainnya juga harus diperhatikan untuk mencegah anak tidak mengalami kekurangan zat gizi tertentu. Oleh karena itu, disarankan untuk berkonsultasi dengan dokter dan ahli gizi ketika memilih bahan makanan pengganti dan tambahan makanan yang tepat (Kusumayanti, n.d.). Diet bebas gluten dan kasein (GF atau CF, Gluten free Casein Free) adalah terapi untuk anak-anak dengan ADHD yang dilaksanakan dari dalam tubuh. Banyak anak dengan ADHD yang mengalami perkembangan pesat, termasuk sosialisasi dan komunikasi setelah menjalankan terapi diet ini.

2. Diet untuk alergi dan intoleransi makanan

Alergi makanan adalah reaksi imunologis tubuh yang menyimpang terhadap makanan atau komponen makanan. Makanan yang dapat menyebabkan alergi antara lain ikan, udang, telur dan susu. Sedangkan intoleransi makanan adalah reaksi makanan nonimunologik dan merupakan sebagian besar penyebab reaksi yang tidak diinginkan terhadap makanan. Reaksi ini disebabkan oleh zat-zat yang mungkin terkandung dalam makanan akibat kontaminasi racun (yang misalnya toksin yang disekresi oleh Salmonella, Campylobacter, dan Shigella, histamine pada keracunan ikan), zat farmakologik yang mungkin terkandung dalam makanan (Judarwanto, 2016). Makanan yang sering menimbulkan intoleransi pada anak berkebutuhan khusus adalah susu, telur dan gandum (Pbb & Farhan, 2003). Alergi pada anak dapat menyerang semua organ tubuh tanpa terkecuali mulai dari ujung kepala hingga ujung kaki sehingga menimbulkan berbagai macam bahaya dan komplikasi. Terakhir terungkap akhirnya alergi ternyata dapat mengganggu fungsi otak, sehingga dapat mengganggu perkembangan anak.

Cara mengatur makanan untuk anak dengan alergi dan intoleransi makanan, pertama-tama kita perlu mengetahui sumber penyebabnya. Makanan yang diduga menyebabkan gejala alergi atau intoleransi harus dihindari. Ada terlalu banyak kontroversi seputar reaksi alergi dan kemungkinan bahwa pola makan adalah penyebab ADHD. Pernyataan ini tidak diterima secara universal oleh banyak orang (McGee, Stanton & Sears, 1993). Sebuah pandangan yang populer pada tahun 70an dan 80an, bahwa zat tambahan pada makanan membuat anak-anak menjadi hiperaktif dan inatentif.

3. Diet Sulfat dan salisilat

Berbagai penelitian menunjukkan metilasi, transulfurasi dan sulfasi merupakan jalur biokimia yang optimal untuk anak berkebutuhan khusus. Jalur ini berfungsi dalam detoksifikasi, eliminasi, logam berat, perencanaan, fungsi imun, fungsi metabolik dan menjaga keseimbangan flora usus. Beberapa bahan makanan mengandung salisilat secara alami, contohnya almond, apel, buah beri, cheri, kopi, teh, mentimun, anggur dan kismis. Salisilat diproduksi oleh tumbuhan untuk mempertahankan diri dari serangan, fungus dan penyakit. Dalam sehari rata-rata orang mengkonsumsi salisilat dalam bahan makanan sekitar 10-200mg (Sugeng et al., 2021). Beberapa orang mempunyai reaksi alergi (intoleran) terhadap bahan-bahan makanan yang mengandung salisilat. Hiperaktivitas terhadap salisilat lebih sering ditemukan pada penderita asma yaitu sekitar 2-22% (Sugeng et al., 2021). Zat yang dianggap berpengaruh terhadap tingkat hiperaktivitas seseorang, hingga penambahan vitamin dan mineral, tidak begitu berpengaruh dengan tingkat hiperaktivitas seseorang. Kebiasaan makan anak ADHD yang mengandung pemanis buatan, sebagian besar anak juga jarang mengonsumsi makanan berpemanis buatan layaknya coklat dan permen, bahkan asma salisilat juga berpengaruh terhadap anak ADHD (Meilani et al., 2016). Bahan makanan yang mengandung salisilat alami sangat banyak, sehingga susah untuk menerapkan diet tanpa salisilat. Padapenelitian *case control* yang dilakukan di Sydney menunjukkan hasil yang signifikan untuk mengurangi gejala hiperaktif atau gejala alergi lain, bahkan bisa memberikan efek samping kekurangan nutrisi lain (Sugeng et al., 2021). Hal ini dapat diatasi dengan menghindari zat-zat tertentu seperti fenol dan

salisiat serta menambahkan zat gizi yang dapat mendukung jalur tersebut (Pbb & Farhan, 2003).

4. Diet Zat Aditif dan Gula

Penggunaan aditif makanan telah digunakan sejak zaman dahulu, dan ada dua jenis bahan aditif makanan ada dua, yaitu bahan aditif makanan alami dan buatan sintesis. Zat aditif yang berasal dari sumber alami, seperti resti dan asam sitrat. Sedangkan zat aditif sintetis dibuat dari bahan kimia yang memiliki sifat yang mirip dengan bahan alami yang serupa, seperti susunan kimia maupun sifat atau fungsinya, seperti amil asetat dan asam askrobat. Gangguan perhatian adalah gejala ADHD yang disebabkan oleh gula atau yang diperburuk oleh gula dan zat aditif makanan. Sebuah penelitian Di *University of South Carolina* menyimpulkan bahwa semakin banyak gula dikonsumsi anak yang hiperaktif dengan ADHD, semakin gelisah dan aktif. Penelitian di *Yale* mengindikasikan bahwa diet tinggi gula bisa meningkatkan gangguan untuk memperhatikan pada anak dengan ADHD (Sugeng et al., 2021).

E. Etika Makan dalam Perspektif Islam

1. Pengertian Etika

Dalam pengertian umum kata etika dapat diartikan dengan tatacara atau tingkah laku yang baik. Kata etika ini berasal dari bahasa Prancis yaitu *etiquette*. Berbagai macam tafsiran dapat diberikan terhadap etika ini seperti sopan santu, tata krama, tata pergaulan, perilaku dan sebagainya. Kesemuanya itu dapat dimasukkan dalam suatu kesimpulan mendidik atau menjadi manusia lebih baik lagi (Imritiyah, 2016). Etika itu mempunyai arti yang penting sekali dalam kehidupan manusia pada umumnya, sebagai salah satu pelengkap hubungan

antara manusia satu dengan yang lainnya atau masyarakat. Adab makan dapat diartikan sebagai etika yang baik dilakukan seorang muslim dari mulai awal melakukan kegiatan makan hingga sesudah makan.

Sebagai orang Muslim, kita telah diajarkan banyak etika atau adab dalam hal apapun, termasuk salah satunya dalam adab makan dan minum. Adab, akhlak, tingkah laku atau etika harus selalu diterapkan oleh setiap manusia, tak terkecuali pada kegiatan makan. Rendahnya kesadaran Muslim saat ini tentang pentingnya mengaplikasikan etika dalam Islam dalam kehidupan sehari-hari, terutama etika makan dan minum. Hal ini sering ditemukan pada anak-anak di PAUD, anak saat makan dan minum sambil berdiri maupun berjalan, makan dengan tangan kanan namun ketika minum menggunakan tangan kiri, mencela makanan yang dimakan dengan mengatakan “tidak enak” serta ketika saat makanpun tanpa membaca *basmalah* terlebih dahulu dan *hamdalah* sesudahnya, dan lain sebagainya. Perilaku-perilaku ini tentu tidak sesuai dengan ajaran etika yang telah diajarkan oleh Rasulullah. Hal ini terjadi bukan karena mereka tidak tahu dan tidak faham tentang etika makan dan minum yang benar dalam Islam, namun karena sebagian besar dari mereka menganggap melanggar hal-hal kecil tersebut sebagai sesuatu yang lumrah, kemudian perilaku dilakukan terus menerus sehingga menjadi sesuatu kebiasaan (Imritiyah, 2016). Jika kita mengamati pola makan Rasulullah, maka kita akan dapati bahwa beliau mengumpulkan beberapa aspek, diantaranya aspek faidah, kenikmatan dan penjagaan terhadap kesehatan. Jika dilihat dari segi kesehatan untuk anak berkebutuhan khusus (ADHD), ajaran beliau tentang etika makan

ini sebenarnya telah teruji kebenaran manfaatnya bagi kesehatan oleh penelitian-penelitian modern.

Pembentukan etika ditunjukkan dengan perilaku saat makan dalam pribadi anak usia dini di lembaga PAUD Griya Ananda. Gambaran etika makan tersebut menjadi keunikan dan pembeda pada anak berkebutuhan khusus (ADHD) diantara etika yang dikembangkan terdapat etika yang ditunjukkan cukup kuat dalam kegiatan pemberian makan diantaranya: berdoa bersama-sama ketika masuk kamar mandi untuk cuci tangan, sebelum makan dan minum membaca basmallah, menjaga kehalalan makan dan minum, makan dan minum dengan duduk, menggunakan tangan kanan, makan dan minum tidak berbicara, tidak mencela makanan dan minuman, mengakhiri makan dengan hamdallah.

2. Etika Ketika Makan dan Minum

Apa yang dimakan dan diminum anak-anak serta bagaimana dia makan sangat berpengaruh terhadap kehidupannya. Dalam hal makan dan minum, manusia dan binatang sama-sama melakukan dan membutuhkannya. Namun yang membedakan adalah manusia mempunyai tata cara (adab atau etika), sedangkan binatang menjadikan makan dan minum hanya sekedar untuk memuaskan nafsunya. Etika makan dan minum tersebut menjadikan kegiatan makan dan minum bagi manusia tidak hanya sekedar untuk memuaskan nafsu saja, namun juga terkandung nilai ibadah (Ningtyas, 2018).

a. Adab Sebelum Makan dan Minum

- 1) Mencuci tangan terlebih dahulu
- 2) Duduk dengan baik

Rasulullah memberi contoh makan dengan duduk dan mencela makan dan minum sambil berdiri atau berjalan karena dapat menghilangkan keberkahan makanan.

3) Berdoa sebelum makan dan minum.

Sebelum makan kita diperintahkan untuk berdoa, hal ini mengandung maksud agar kegiatan makan dan minum nantinya diberi keselamatan. Makanan dan minuman yang akan kita masukkan ke dalam tubuh tidak hanya sekedar menghilangkan lapar dan dahaga, namun dapat menjadikan berkah. Energi yang dihasilkan dari makanan tersebut dapat bermanfaat untuk menunjang kegiatan kita, baik belajar, bekerja, ibadah dan sebagainya.

Pembentukan nilai-nilai karakter pada kegiatan makan dapat dilakukan melalui proses pengulangan dari rutinitas etika dan konsistensi penerapan etika. Anak akan mengetahui nilai karakter religiusnya dari tahapan awal mengenal perilaku yang sesuai kaidah agama, kemudian mengenalinya sesuai keteladan yang diberikan dalam keseharian anak oleh lingkungannya hingga menjadi kebiasaan yang terus menerus dilakukan anak dan melekat menjadi karakternya. Sebelum makan hendaknya membaca basmalah hal ini sesuai hadis yang mengajarkan etika makan dan minum yaitu: *“Telah menceritakan kepada kami Muammal bin Hasyim, telah menceritakan kepada kami Ismail, dari Hisyam yaitu Ibn Abi Abdillah ad-Daswati, dari Budail, dari Abdillah bin ‘Ubaid, dari perempuan diantara kalian, telah berkata kepadanya Ummu Kultsum, dari Aisyah. Ra, dia berkata: Rasulullah Saw bersabda: Jika seseorang diantara kalian makan, maka hendaknya dia menyebut nama Allah.*

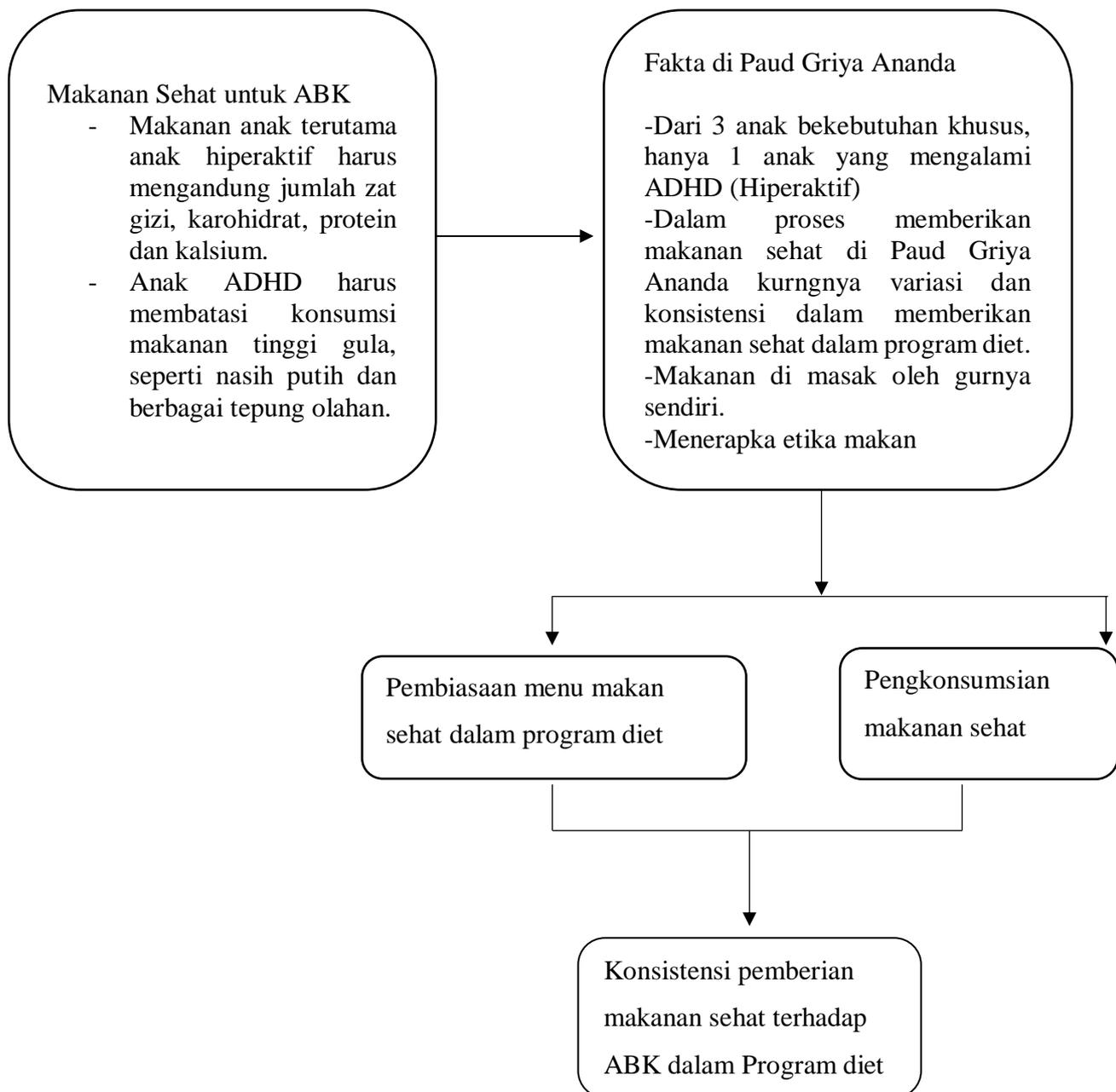
Jika dia lupa menyebut nama Allah pada awal mula, maka hedaknya dia berkata, “Dengan menyebut nama Allah pada awal dan akhir” (9 kitab Imam Hadits).

Dari Abu Hafsh Umar bin Abi Salamah, anak tiri Rasulullah SAW, berkata, “ketika saya masih kecil di bawah asuhan Rasulullah SAW, ketika saya makan saya biasa memutar-mutar pada piring atau mangkuk. Maka Rasulullah SAW berkata kepadaku, ‘wahai anak kecil, bacalah *basmalah* (*bismillahir rahmaanir rahiim*), dan makanlah menggunakan tangan kananmu, dan makanlah sesuatu yang dekat denganmu.’ Setelah itu, baru saya makan.”. (HR.Bukhari dan Muslim).

Berdasarkan hadits di atas, diajarkan mengucapkan *basmalah* pada saat mulai makan, hal ini sudah merupakan kesepakatan para ulama, oleh karena itu diajarkan juga mengucapkan *hamdalah* selesai makan. Begitu juga dianjurkan mengucapkan *basmalah* pada waktu mulai minum, bahkan dalam setiap urusan yang diniatkan.

3. Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual dibuat untuk memudahkan dalam menjelaskan dan memberikan pemahaman kepada pembaca terhadap tujuan dari penelitian dilaksanakan. Kerangka konseptual dalam penelitian ini bertujuan untuk memudahkan pembaca, memahami konsep penelitian yang berjudul **“Variasi Menu Makanan Sehat Anak Berkebutuhan Khusus (ADHD) Dalam Program Diet di Paud Griya Ananda Karangploso”**



BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pada penelitian yang berjudul “Variasi Menu Makanan Sehat terhadap Anak Berkebutuhan Khusus ADHD dalam Program Diet di PAUD Griya Ananda”. Peneliti menggunakan pendekatan kualitatif. Pemilihan kualitatif di karenakan dalam studi ini peneliti ingin mengetahui dan mengimplemntasikan tema yang di kaji Menurut Sugiono, Penelitian kualitatif adalah penelitian dimana peneliti ditempatkan sebagai instrumen kunci untuk memperoleh data (Sugiono, 2010). Jenis penelitian yang akan di gunakan pada peneliti ini adalah studi kasus eksplorasi mendalam mengenai sebuah sistem yang terikat. Bisa juga aktivitas, kejadian, proses atau individu, berdasarkan pengumpulan data yang ekstensif Cresswell (199), dalam Indrawan & Yaniawati, 2014). Sesuai dengan pengertian dari teori diatas, maka alasan penleiti memilih pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus karena penelitian yang akan dilakukan membahas sebuah peristiwa untuk mnedapatkan kejelasan secara mendalam terhadap sebuah kegiatan di sekolah.

B. Lokasi Penelitian

Lokasi yang dipilih untuk dijadikan objek penelitian yaitu salah satu lembaga pendidikan anak usia dini di Malang yaitu PAUD Griya Ananda Karangploso, Kota Malang, Jawa Timur. Peneliti memilih lokasi ini berdasarakan pertimbangan-pertimbangan, diantaranya :

1. PAUD Griya Ananda Karangploso telah menerapkan menu makanan sehat pada anak berkebutuhan khusus yang mana itu semua di buat sendiri oleh gurunya.
2. Guru juga memperhatikan etika maakan anak berkebutuhan khusus dalam program dietnya.

Berdasarkan pertimbangan-pertimbangan diatas, peneliti menemukan kesesuaian objek serta narasumber yang dapat menjadi rujukan untuk memperoleh data peneletian mengenai variasi menu makanan terhadap anak berkebutuhankhusus (ADHD) dalam progrm diet.

C. Subjek Penelitian

Dalam skripsi ini peneliti berencana menentukan beberapa narasumber yang berkaitan dengan judul penelitian. Narasumber atau informan yang ditentukan untuk wawancara terkait penelitian ini adalah Kepala sekolah, guru, dan wali murid.

D. Data dan Sumber Data

Data merupakan suatu keterangan berdasarkan fakta yang dapat digunakan sebagai informasi untuk melakukan penelitian. data yang dikumpulkan dalam studi ini bukan berupa angka melainkan data verbal mengingat penelitian ini merupakan penelitian kualitatif karena data yang dikumpulkan bukan berupa angka, melainkan data deskriptif yang berasal dari naskah wawancara, catatan lapangan, dokumentasi, serta dokumen-dokumen pendukung yang mampu menggambarkan secara mendalam dan terperinci. mengenai Variasi menu makan sehat dan etika makan anak berkebutuhan khusus (ADHD) dalam program diet di Paud griya ananda Karangploso. Data

yang digunakan sebagai sumber data meliputi sumber data primer dan sekunder.

1. Sumber Data Primer

Sumber data primer merupakan keterangan atau informasi yang dihasilak dari tempat penelitian baik dari hasil wawancara, observasi, maupun dokumentasi narasumber. Narasumber pada studi ini meliputi Kepala Sekolah, Guru, dan Wali Murid. Hal ini di karenakan penelitian ini membutuhkan subjek penelitian yang berkaitan dengan variasi menu makanan sehat terhadap anak berkebutuhan khusus (ADHD) dalam program diet di PAUD Griya Ananda.

2. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder merupakan data yang diperoleh peneliti dari hasil studi kepustakaan atau secara tidak langsung yaitu baik melalui buku, jurnal, ataupun dokumen-dokumen lainnya. Yang menunjang keberlangsungan dan keberhasilan penelitian ini.

Dengan sumber data yang diperoleh dari data primer dan data sekunder diharapkan penelitian ini dapat menghasilkan data yang dibutuhkan dalam penelitian dan menghasilkan karya tulis ilmiah sesuai dengan prosedur yang telah ditetapkan.

E. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara merujuk observasi terhadap kondisi rill di lapangan, serta menggunakan sumber rujukan data primer dan data sekunder. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini melalui tahapan observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Adapun

penjelas mengenai teknik pengumpulan data yang digunakan adalah sebagai berikut :

1. Wawancara

Menurut Morris dalam (Hasanah, 2017), menjelaskan wawancara adalah kegiatan tanya jawab secara langsung antar peneliti dan narasumber guna mendapatkan informasi atau data yang di butuhkan. Wawancara merupakan cara pertama dalam pengumpulan informasi yang bersifat verbal. Teknik wawancara digunakan untuk mendapatkan sumber data primer. Wawancara dilakukan kepada pihak pihak yang berkaitan dengan penelitian ini untuk memperoleh data yang diinginkan. Dalam wawancara, pemilihan narasumber sangatlah penting, maka dalam studi ini informan yang akab diwawancarai adalah orang faham tentang menu makanan untuk anak berkebutuhan khusus (ADHD) dan dalam program dietnya.

2. Obervasi

Observasi merupakan pengamatan secara seksama terkait kejadian kejadian nyata yang ada dilapangan. Pada tahapan observasi peneliti berusaha mengarahkan seluruh indra yang dimiliki untuk mendapatkan data yang dibutuhkan. Observasi juga dapat memperkuat data yang diperoleh. Tahapan observasi yang dilakukan secara teliti dan seksama dapat mempermudah peneliti menemukan beberapa temuan yangakan berguna bagi penelitian. Selain itu, proses observasi yang dilakukan secara seksama dan teliti akan berpengaruh pada keabsahan data yang diterima dan menyakinkan.

3. Dokumentasi

Pengumpulan data melalui dokumentasi yang mana merupakan pelengkap data yang membuktikan bahwa dilokasi tersebut benar-benar terjadi peristiwa yang sudah lalu. Tahapan ini penting untuk dilakukan karena dapat digunakan sebagai alat bukti benar atau tidaknya penelitian diadakan pada lokasi tersebut. Peneliti mengambil dokumentasi berupa hasil wawancara, observasi.

F. Pengecekan Keabsahan Data

Pada penelitian kualitatif, temuan dinyatakan benar apabila tidak ditemukan adanya perbedaan antara data yang didapatkan oleh peneliti dengan kondisi yang sesuai ada dilapangan pada objek penelitian. oleh sebab itu, penelitian memilih teknik trigulasi sebagai alat untuk menguji keabsahan data. Untuk mencapai tingkat kepercayaan atau kredibilitas yang tinggi validasi internal bahan penelitian dilakukan sesuai dengan fakta yang ada di lapangan melalui triangulasi. Pada proses pemeriksaan data yang dilakukan peneliti terhadap narasumber dengan tujuan untuk mengetahui apakah data yang diberikan sesuai dengan data yang diberikan oleh narasumber. Proses ini juga untuk memeriksa keabsahan data. Peneliti menggunakan triangulasi teknik untuk menguji data yang diperoleh dari narasumber melalui teknik yang berbeda yaitu dengan cara menguji kredibilitas data melalui observasi dengan hasil data angket ataupun dari data hasil dokumentasi.

G. Analisis Data

Penelitian ini analisis datanya menggunakan model Miles dan Huberman atau bersifat kualitatif deskriptif yang terdiri dari 3 (tiga) tahapan diantaranya reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan yang mana kegiatan pengumpulan data ditambahkan diawal (Moleong, 2013).

Diawali dengan peneliti mengumpulkan data yang diperoleh dari penelitian terdahulu dan sumber-sumber lainya yang dapat dijamin kebenarannya. Dari data yang diperoleh akan dilakukan reduksi data yaitu proses penyederhanaan sesuai dengan keperluan penelitian dan juga bertujuan untuk mempermudah mendapatkan informasi. Selanjutnya data yang disajikan dapat berupa teks pemaparan, tabel atau bentuk-bentuk lainnya, dengan tujuan untuk mempermudah pemahaman dari data yang diperoleh. Tahap terakhir yaitu proses penarikan kesimpulan atau verifikasi yang disajikan pada bagian akhir laporan

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

Pada bab ini merupakan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti di PAUD Griya Ananda. Dalam mengumpulkan data yang ada, peneliti menggunakan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi sehingga data yang didapatkan bisa dijabarkan sebagai berikut :

1. Variasi Menu Sehat dan Etika Makan Anak Berkebutuhan Khusus (ADHD) Dalam Program Diet di Paud Griya Ananda

Dari penelitian yang telah dilakukan selama observasi yang hampir dilakukan 10 kali pertemuan terdapat beberapa menu makanan untuk anak ADHD yang diberikan sehari-hari dari hari senin sampai kamis yang diberikan pada waktu pulang sekolah.

Lembaga pendidikan PAUD Griya Ananda telah merencanakan konsep tentang variasi menu makanan sehat terhadap anak berkebutuhan khusus (ADHD). Sehingga mulai dari kepala sekolah, guru, dan juru masak untuk mengerti dan memahami mengenai menu makanan sehat anak berkebutuhan khusus (ADHD) untuk menjalankan program diet. Dengan demikian akan menjadi suatu hal pengetahuan yang mudah ketika akan menerapkan sebuah makanan sehat pada anak berkebutuhan khusus (ADHD) dalam program dietnya. Dengan begitu akan menjadi kiprah konsistensi dalam menerapkan makanan sehat untuk anak berkebutuhan khusus (ADHD) dalam program diet, begitupula ungkapan mengenai anak berkebutuhan khusus harus diet tepung, gluten, dan lain-lain yakni :

Membaca dari beberapa referensi dan berdiskusi dengan beberapa ahli untuk pratisi dokter anak memang untuk anak berekbutuhan khusus salah satunya ADHD ini harus diet tepung yang mengandung tepung gluten, yang di konsumsi oleh ADHD menimbulkan reaksi cenderung menstimulasi menjadi mengalami hiperaktif atau mengalami gangguan emosi. Ketika kita memutuskan untuk melakukan sesuatu treatment harus dengan mempelajari terlebih dahulu (W1.A1). Adanya ahli gizi ataupun internet memudahkan manusia untuk mengetahui tentang anak berkebutuhan khusus sebgaiian harus menjalankan diet selain itu juga paham mengenai anak berkebutuhan khusus (ADHD) harus diet tepung, gluten juga diungkapkan melalui sudut pandang yang diberikan oleh Guru (juru masak) Paud Griya Ananda, yakni terkait anak ADHD harus diet, mendapatkan informasi dari pak ifir jadi semua *snack* yang di sediakan untuk anak-anak direkomendasikan oleh pak ifir. Setelah interview anak ini harus diet ketat, ada yang bisa memakan olahan ketan setelah berjalan beberapa bulan diet dan memang adanya perubahan, biasanya ada yang sudah diperbolehkan (W2. S1).

Menurut Novianti menjelaskan dalam bukunya bahwa yang disebut sebagai makanan sehat adalah makanan yang mengandung zat cukup dan seimbang yang di dalamnya tidak terdapat unsur berbahaya yang menyebabkan kerusakan kesehatan (Novianti et al., 2018). Orang tua berperan dalam mendampingi anak-anak dalam memilih jajanan atau makanan yang halal dan sehat untuk dikonsumsi. Memilih makanan anak sejak usia dini akan membantu mereka dalam perkembangan psikologis yang baik, termasuk dalam pembentukan akhlak mulia bagi anak.

Hal ini diperkuat oleh orang tua anak yang mengalami ADHD yang telah merasakan dampak dari adanya program diet untuk anak ADHD dalam variasi menu makanan sehat untuk anak berkebutuhan khusus ini yang bernama bapak Heru beliau mengatakan: Pertama hindari semua barang yang bergerak cepat misalnya (TV, Handphone, Tablet). Terutama TV karena itu bergerak cepat dan anak-anak tidak bisa fokus, orang tua menyadari bawasanya anaknya mengalami ADHD. Makanan semua turunan dari susu itu tidak boleh, keju, roti, pisang terlalu banyak juga tidak boleh. Karena, anak itu aktif tujuan dari diet itu untuk melemaskan tubuh biar bisa konsentrasi, tatap mata itu penting jadi selama ngobrol (Z) tidak pernah tatap mata, dia tidak melihat tapi mendengarkan dia tau apa yang kita omongkan. Makanan itu penting, sekarang banyak itu makanan gluten free. Kalau buah itu pisang, durian yang berbau alkohol kayak semangka itu tidak boleh (**W3.H3**).

Sebuah pengetahuan dan kesiapan dan yang dihadapi mengenai pembuatan menu makanan, minuman dan snack yang diperbolehkan dan tidak diperbolehkan. Sehingga disini pengetahuan tentang makanan dan minuman yang dibolehkan dan tidak diperbolehkan untuk anak ADHD, sebagaimana yang diungkapkan oleh kepala sekolah bapak Ashfro Abiry, yakni: Dari refrensi akhirnya mengkaji dan kita mengobservasi dengan menguji cobakan bahwa ketika anak diberikan makanan dengan kandungan seperti itu, maka reaksinya seperti apa. Ketika mengujicobakan akan muncul reaksi, ketika dia memang tidak cocok dan tidak boleh diberikan makanan tertentu dari situ, jadi mengetahui bahwa anak ini sebaiknya tidak diberikan makanan dengan kandungan yang misalnya tepung (**W1.A2**).

Berbeda dengan kepala sekolah, juru masak lebih mempersiapkan dan yang dihadapi mengenai menu makanan sehat untuk anak berkebutuhan khusus (ADHD) yakni: Terkait kesiapan menyiapkan bahan terlebih dahulu. Misalnya dengan tepung terigu, kita ubah menjadi tepung beras dengan tambahan (tepung beras kan akan berbeda rasa pada anak-anak) maka di tambah dengan labu atau biasanya ubi tambahan rasa untuk mengurangi gula karena, labu kuning sudah memiliki pemanis alami. Kesiapannya lebih membedakan bahan makanan (W2.S2).

Untuk mengetahui dan mempersiapkan variasi menu makanan sehat juga didukung oleh pernyataan kepala sekolah yang mana kepala sekolah dan guru masih mengikuti pelatihan atau pendidikan khusus untuk mengetahui menu dan program diet untuk anak berkebutuhan khusus, biasanya pihak kepala sekolah juga mengikuti beberapa penelitian dan bimbingan khusus untuk mengetahui menerapkan pola hidup sehat dan pola makanan sehat bagi anak berkebutuhan khusus (W1.A3).

Berbeda dengan keterangan bapak Heru selaku orang tua anak mengetahui informasi yang didapatkan untuk kesembuhan dan mengetahui variasi menu makanan sehat dalam program diet melalui *sharing*, tanya ke dokter yakni : informasi yang berhubungan dengan ADHD diikuti, dari internet, tanya-tanya ke teman, ke dokter juga, guru yang di sekolahn juga, apa yang tidak boleh sama apa yang boleh (W3.H6).

Adapun jawaban yang disampaikan juru masak mengenai kesulitan yang dihadapi untuk mempersiapkan menu sehat untuk anak berkebutuhan khusus (ADH) yakni: Yang dihadapi itu mengkreasikan dalam bentuk yang sama

akhirnya kita harus membuat dalam bentuk minimal itu harus menyurapai dengan rasa yang tidak sama, supaya anak tidak merasa kalau dibedakan **(W2.S3)**.

Bu Sinta juga mengatakan alasan kenapa muncul ide menu dalam seminggu ini dan gangguan perkembangan yang lain mencerna gluten dan kasein secara berbeda. Reaksi kimia hasil pencernaan itu terbawa ke sistem saraf pusat dan mengakibatkan gangguan pada otak. Memang, belum ada bukti klinis yang membuktikan hal tersebut, tapi saat kami memulai atas saran dari kepala sekolah akhirnya banyak orang tua yang merasakan perubahan positif pada sang anak setelah penerapan diet ini,. maka makanan bebas gluten dan bebas kasein, serta bahan makanan pengganti gluten dan kasein menjadi menu alternatif bagi Ananda dengan kebutuhan khusus **(W2.S5)**. Dengan begitu, bu Sinta juga memberikan alasan kenapa mempertimbangkan pemberian menu sehat untuk anak berkebutuhan khusus dengan lebih kepada menemukan pola atau mengubah keadaan anak yang tadinya tantrum sehingga lebih tenang (perilaku terkendali) dan itu memang berdampak pada mudahnya pendekatan pada anak, dan melatih fokus Ananda pada stimulasi yang kita lakukan atau berikan **(W2.S6)**.

Sebelum mengetahui dan mempersiapkan makanan sehat untuk anak berkebutuhan khusus, terlebih dahulu mengetahui sejak kapan orang tua menyadari bahwa anak itu menderita ADHD, disampaikan oleh orang tua murid bapak Heru, yakni :Jadi waktu itu umur 2 tahun, itukan harusnya anak sudah mulai mengenal kata, dia mengalami speech delay, di umur 5 tahun mengetahui jika anak saya terkena ADHD dan saya menerapkan diet **(W3.H1)**.

Curiga umur antara 2 sampai 3 tahun cuma emang tidak saya puse itu ke tumbuh kembang anak karena banyak faktor, orang tua dan inginnnya anak saya tidak kenapa-kenapa (**W3.H2**).

Hal ini juga didukung oleh pendapat Mirwati yang mana menyebutkan ciri-ciri anak ADHD salah satunya tidak sabar dan cenderung agresif, anak hiperaktif tidak mau menunggu dia cenderung merebut benda yang dimainkan atau di penggang temanya (Mirwati H.Amka, 2009). Anak juga cenderung agresif terhadap teman bermainnya. Contohnya adalah ketika seorang anak memukul tanpa sebab dan dia cuek setelah melakukan itu.

Variasi menu makanan di PAUD Griya Ananda juga membuat jadwal mengenai menu sehat untuk anak berkebutuhan khusus, hal ini disampaikan oleh kepala sekolah yakni : Menu sehat harus setiap hari, sekolahan juga bekerja sama dengan orang tua, dengan membuat menu sendiri, jadi memisahkan anak yang tidak bemasalah tentang hal perkembangan dengan anak yang bermasalah atau anak yang mengalami gangguan. Jadi kita membuat semacam 2 menu yang misalnya menu untuk anak-anak non ADHD misalnya pakai tepung, maka anak ADHD membuat menu makanan yang tidak pakai tepung, jadi jelas. Dan kita membuat daftar apa saja yang boleh dan tidak boleh. Dan harus memenuhi nutrisi untuk memenuhi kebutuhan anak dalam proses makanan sehat dan disekolah kita yang mengatur artinya kita jadwal. Kalau di rumah harus mendapatkan dukungan penuh selama tidak mengganggu jadwal diet dan makanan yang tidak dibolehkan, maka harus diberi asupan makanan sehat (**W1.H5**). Pernyataan tersebut didukung atas hasil observasi bahwa untuk menghasilkan menu makanan sehat dilakukan berulang kali dan pihak sekolah

telah menerapkan variasi menu makanan sehat anak berkebutuhan khusus (ADHD).

2. Konsistensi Variasi Menu Makan Sehat dan Etika Makan Anak Berkebutuhan Khusus (ADHD) dalam Program Diet

Menurut Prasetyo dalam Suprayanto (2016:12), pola makan sehat adalah variasi makanan seimbang yang memenuhi kebutuhan gizi tubuh untuk kesehatan mental dan fisik anak. Anak dengan ADHD mengalami kesulitan untuk fokus dan cenderung hiperaktif. salah satu pemicu hiperaktif adalah pola makan tidak terkontrol yang dapat memicu peningkatan hiperaktivitas dan emosi tidak menentu.

Dengan demikian, penelitian yang sudah dilakukan menunjukkan bahwa penggunaan makanan yang sehat dalam program diet anak yang didiagnosis dengan ADHD dilakukan dengan melihat jenis makanan yang diberikan kepada anak. Hal ini sejalan dengan wawancara bapak Ashfro : Melihat komposisi makanan dan makanan sehat yang diberikan ke anak-anak itu, termasuk yang ADHD yang mengandung protein, vitamin jadi dia mungkin bisa, di satu sisi tidak boleh memakan yang mengandung gluten, tapi disisi yang lain harus terpenuhi gizi untuk kebetuhan pengganti dari zat tertentu yang tidak boleh ia dapatkan dari tepung. Kita tetap memenuhi kebutuhan nutrisi anak sehingga, meskipun dia diet tetap terpenuhi nutrisi, vitamin Untuk kesehatan dan untuk hal yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan (W1. A4)

Menurut wawancara, bapak Ashfro menjelaskan bahwa menyediakan makanan dengan sehat dan kaya protein dan vitamin untuk anak berkebutuhan khusus adalah pilihan yang baik. Hal ini sesuai dengan teori di atas bahwa

anak-anak memiliki pola makanan yang sebanding dengan anak-anak lain, yang memiliki pola makanan sehat yang penuh dengan zat tenaga (karbohidrat dan lemak), protein, dan zat pembangun (berbagai vitamin dan mineral).

Dalam hal ini juga terdapat perbedaan menu makanan antara anak ADHD dengan anak non ADHD, pola makanan ini diterapkan dalam sekolah juga di dalam rumah. Menurut wawancara dengan bapak Ashrof :Dilembaga kita, kita mementingkan makanan sehat , jadi menu antara anak ADHD dengan non ADHD kita usahakan seimbang sehingga seperti misalnya snack diatur bagaimana dia tidak mengandung bahan pengawet kemudian gula, pemanis buatan, kemudian pewarna dengan ini juga berlaku untuk anak sehat juga. kalau disekolah menu kita atur sedemikian rupa bagaimana itu anak bisa aman, mereka dapat makanan sehat disekolah, pihak sekolah memposisikan misalnya hari ini anak-anak dibuatkan makanan nasi kuning atau mereka diberikan bubur, kolak, kompisisinya diatur. Bagaimana nanti penenrapan juga bisa diberikan kepada anak-anak yang ADHD dan non ADHD. Kalau bisa bikin kolak pisang, kita menggantikan dulu anak-anak yang ADHD kita berikan itu berpengaruh tidaknya dengan gangguanya, kalau tidak berpengaruh berarti bisa kita samakan. Kalau misalnya bikin pisang goreng itu yang jelas anak ADHD tidak diberikan tepung untung pisangnya atau mengganti membuat pisang bakar dan itupun bagaimanapun jangan sampai terlihat beda dengan anak non ADHD sehingga anak-anak tidak merasa minder **(W1.A6)**.

Begitu pula penerapan makanan sehat di rumah, orang tua anak ADHD menjelaskan bahwa mereka : Sebisa mungkin tidak membeli di luar, karena beli diluar kita tidak pernah tau kan minyaknya seperti apa. (Z) itu hampir

jarang beli makanan diluar, kita semuanya masak dirumah mau kemanapun kita repot menyiapkan makanan dari rumah **(W3.H9)**.

Menurut guru (juru masak) terkait dengan konsistensi menu makanan sehat yang berada di sekolah mengenai proses penerapan menu sehat dalam program dietnya anak : Diet awal itu diet ketat 3 bulan awal non tepung, non terigu, non susu, kemudian gula, tidak ada tepung ketan terutama kita tidak berikan pada pertama awal 3 bulan itu, berarti kita membuat makanan yang tidak ada bahan tersebut. Biasanya lebih ke bahan-bahan singkong, singkong tidak sering karena ada alkohol jadi gas kan ada singkong. Jadi lebih seringnya ke ubi, kentang, membiasakan anak karena awal itu yang dirumah segala diberikan kemudian di sekolah dia akan bertemu makanan yang tidak pernah disajikan dirumah **(W2.H6)**.

Hal ini juga sesuai dengan fakta yang ada dilapangan yang mana pembuatan menu sehat sudah konsisten tidak memberikan pengawet dan tepung, yakni didukung oleh ibu guru (juru masak) : Alhamdulillah, jadi mulai dari awal dulu Griya Ananda ketika menerima anak berkebutuhan khusus kita menu memang konsisten tidak memberikan yang tidak diperbolehkan. Biasanya kecolongannya ketika dirumah ada saudara yang datang, kita menyajikan ke tamu anak-anak juga mengambilnya yang disajikan karena rasa penasaranya anak-anak. Dulu kita diskusikan efeknya ketika kita sudah memulai diet satu kali saja kecolongan, kita mengulang dari nol (0). Jadi kita kembalikan lagi kepada orang tua, mau repot lagi, atau mau konsisten yang bentar lagi selesai. **(W2.S10)**

Hal ini serupa dengan yang dilakukan di rumah, di mana orang tua yang memulai diet selalu membuat makanan yang sehat untuk anaknya. Beliau juga menyatakan : Waktu 6 bulan itu konsisten karena takut, karena kita telat dan terjadi yang tidak diinginkan. Berjalan 1 tahun sedikit longgar, sekarang sudah mulai tambah longgar lagi tapi ya, ini menjaga (W3.H8).

3. Etika Makan dalam Prespektif Islam

Perkembangan dalam nilai moral dan agama pada tahap etika, hal ini sejalan dengan adanya penerapan etika sebelum pemberian makanan sehat. pendidikan etika di Paud Griya ananda merupakan pembelajaran yang tidak mudah. Hal ini peneliti menanyakan bagaimana menerapkan etika sebelum makan dan sesudah makan yang ada di Paud Griya ananda. Guru kelas mengatakan mencuci tangan terlebih dahulu, berdoa sebelum makan dan sesudah makan, makan dan minum sambil duduk dan makan memakai tangan kanan (W2.S7) Dari hasil observasi yang peneliti lakukan anak sudah tertib melakukan etika makan dan sesudah makan.

B. Pembahasan Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian melalui data observasi, data wawancara, serta data dokumentasi, variasi menu makanan sehat anak berkebutuhan khusus (ADHD) dalam program diet di lingkungan sekolah sudah tergolong baik hal ini dilihat dari perilaku anak serta peran guru dalam membantu anak ADHD dalam program diet anak. Sehingga peneliti fokus terhadap pembahasan terhadap beberapa poin berikut :

1. Variasi Menu Sehat dan Etika Makan Anak Berkebutuhan Khusus (ADHD) Dalam Program Diet di Paud Griya Ananda

Pemberian makanan pada anak ADHD harus memperhatikan kandungan yang ada dalam makanan tersebut. Karena makanan berpengaruh terhadap fungsi otak, terutama pada anak-anak. Makanan dan nutrisi yang terkandung di dalamnya memengaruhi fungsi kognisi, kemampuan untuk memperhatikan (*atensi*), pola tidur dan suasana hati (*mood*). Orang-orang yang mengonsumsi makanan yang “sehat” atau banyak sayuran, buah-buahan, biji-bijian yang tidak diproses dan daging rendah lemak mempunyai kesehatan mental yang lebih baik serta kecenderungan untuk mengalami gangguan suasana hati (*mood disorders*) lebih rendah 25% sampai 35% sejalan dengan (Sugeng et al., 2021) makanan sehat untuk anak ADHD ini memang berpengaruh dalam kondisi perilaku anak, karena ketika memakan makanan sehat atau yang dihindari aktivitas hiperaktif semakin berkurang, sebaliknya jika mengonsumsi yang dilarang anak akan beraktivitas berlebihan. Namun, berdasarkan temuan dari wawancara dengan wali murid, beberapa buah, seperti mengonsumsi pisang yang berlebihan, tidak baik untuk anak dengan ADHD. Karena pada dasarnya tujuan dari diet adalah untuk mengurangi makanan yang mengandung tepung, gluten, dan keju sehingga tubuh menjadi lebih lemas dan anak dapat lebih fokus.



Gambar 4.1 Variasi menu sehat sayur dan kentang

Berdasarkan hasil observasi menunjukkan bahwa anak-anak yang menderita ADHD dapat makan berbagai jenis makanan yang mengandung protein, bebas gluten dan tepung, tetapi dengan nutrisi yang cukup, seperti kentang, pisang bakar, kolak tanpa santan, dan jagung rebus. Untuk menjaga keamanan dan kesehatan anak, PAUD Griya Ananda mengolah makanan mengcaver sendiri. Ini dilakukan agar lebih mudah untuk mengidentifikasi hal-hal yang tidak diinginkan saat terjadi sesuatu.

Para pengolah makanan yang ada di PAUD Griya Ananda sebelumnya juga mempelajari dan mencari informasi dari dokter, dan beberapa situs yang ada di internet. Mereka memilah-memilih beberapa bahan makanan yang diperbolehkan untuk anak ADHD, semisal dalam penggantian bahan tepung terigu, mereka menggantinya dengan tepung beras. Sama halnya dengan gula, mereka menggantinya dengan memberikan labu kuning karena dalam labu kuning sudah terdapat pemanis alami.



Gambar 4.2 Makanan dan Minuman Diet Anak ADHD

Pola makan anak, terutama anak hiperaktif harus mengandung jumlah zat gizi, terutama karbohidrat, protein dan kalsium yang tinggi guna memenuhi kebutuhan fisiologis selama pertumbuhan dan perkembangan. Ada beberapa jenis makanan yang menyebabkan reaksi alergi pada anak hiperaktif seperti gula, susu sapi, gandum, coklat, telur, kacang maupun ikan. Selain itu mengonsumsi gluten dan kasein harus dihindari karena penderita hiperaktif umumnya tidak tahan terhadap gluten dan kasein.



Gambar 4.3 menu sehat buah-buahan

Oleh sebab itu, menu makanan yang dibuat oleh sekolah, terdapat perbedaan atau pemisah antara anak yang tidak bemasalah dengan anak yang

bermasalah atau anak yang mengalami gangguan. Jadi sekolah membuat semacam 2 menu yang misalnya menu untuk anak-anak non ADHD misalnya pakai tepung, maka anak ADHD membuat menu makanan yang tidak pakai tepung. Selain itu, sekolah membuat daftar makanan yang boleh dan tidak boleh dikonsumsi.

Menurut guru (juru masak) PAUD Griya Ananda beliau pernah memberikan menu makanan ataupun snack yang mengandung tepung dan pemanis buatan dan alhasil anak yang hiperaktivitasnya sudah membaik waktu itu, besoknya anak kembali seperti dahulu (teriak-teriak, begitu juga dengan larinya), karena olahan makanan yang terlalu manis. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Maria, 2009) yang menunjukkan pengaruh perilaku hiperaktif secara signifikan antara konsumsi gluten, karena gluten adalah protein yang kurang sempurna (*partially complete protein*). Oleh karena itu, mengatur diet anak dengan ADHD ini sangat berpengaruh jika tidak diawasi dan diperhatikan. Untuk mencapai tujuan yang diinginkan, orang tua dan guru juga harus bekerja sama dan mempersiapkan dengan baik dalam hal menyediakan menu makanan yang sehat bagi anak yang menderita ADHD.

Menurut kulze (2009), anak ADHD harus membatasi konsumsi jenis makanan dengan pemanis buatan, keju, coklat, susu, tepung, gula, dan yang mengandung zat gula seperti nasi putih dan berbagai olahan tepung terigu. Karena zat ini dikatakan dapat meningkatkan glukosa dan memengaruhi *mood* anak. Hal ini juga sesuai dengan wawancara yang dilakukan dengan orang tua anak ADHD, yang menunjukkan bahwa orang tua sangat berhati-hati dengan pemberian makanan. Orang tua anak ADHD tidak memberikan makanan yang

dijual diluar untuk menghindari bahan-bahan makanan yang tidak diperbolehkan untuk dikonsumsi anak ADHD.

2. Konsistensi Variasi Menu Sehat dan Etika Makan Anak Berkebutuhan Khusus (ADHD) dalam Program Diet

Dalam konsistensi pemberian menu makanan sehat terhadap anak ADHD, orang tua bekerja sama dengan pihak sekolah agar anak dapat melaksanakan program diet. Dengan orang tua bekerja sama dengan sekolah, maka tujuan awal pemberian program diet terhadap anak ADHD akan terlaksana sesuai tujuan.

Menurut Bandi Delphie (2006) pengobatan terhadap anak ADHD umumnya dilakukan dengan berbagai cara termasuk modifikasi perilaku, terapi melalui obat-obatan selain itu juga melalui pendekatan kontroversial yaitu dengan diet khusus. Sejalan dengan teori yang dilakukan Bandi Delphie pihak sekolah juga menerapkan yang dilakukan program diet terhadap anak ADHD ini harus dilaksanakan sebelum anak masuk ke sekolah selama 3 bulan. Setelah itu, dia baru bisa masuk sekolah untuk diobservasi dan melanjutkan program diet selama minimal 2 tahun. Selama 2 tahun tersebut program diet harus dilakukan dengan ketat dan berhati-hati agar nanti setelah lewat 2 tahun atau mungkin 1 tahun pertama dengan melihat perkembangan anak tersebut bagus maka akan diizinkan untuk di uji coba dengan makanan-makanan yang tadinya di larang sedikit demi sedikit. Adapun jika anak tidak menimbulkan reaksi yang berat boleh dilanjutkan tetapi jika ada reaksi yang muncul dari makanan yang dimakan, maka harus diberhentikan sampai memang perkembangan dia benar-benar bagus dan signifikan untuk secara keseluruhan.

Hal yang mungkin akan terjadi ketika pelaksanaan program diet bagi anak ADHD ini adalah anak akan merasa terjadi perbedaan antara makanannya dengan makanan anak yang tidak mengalami ADHD. Permasalahan tersebut dapat diatasi dengan memberikan pengertian dan pemahaman bagi anak ADHD agar tetap konsisten dalam memberikan menu makanan sehat. Konsistensi pemberian makanan sehat ini tidak hanya dilakukan di sekolah, namun orang tua di rumah juga harus menerapkan pemberian makanan sehat. Agar nantinya ketika di sekolah diberikan makanan sehat program diet, anak tidak merasa kaget dan sudah terbiasa dengan makanan sehat yang diberikan di rumah.



Gambar 4.3 Pemberian Makanan kepada anak ADHD

Menurut penelitian yang telah dilakukan, pemberian makanan sehat di PAUD Griya Ananda bagi anak ADHD mereka mengolahnya sendiri agar sekolah dapat secara konsisten memberikan menu makanan sehat untuk program diet anak ADHD serta sekolah dapat mendeteksi secara langsung apabila terjadi sesuatu hal.

Diet untuk anak ADHD harus diperhatikan dengan baik, dan dijalankan dengan benar, diet dengan kualitas rendah dapat meningkatkan resiko ADHD yang lebih tinggi. Sebuah penelitian yang dilakukan (Pendidikan et al., 2020) menyimpulkan bahwa gejala ADHD pada masa kanak-kanak berkaitan dengan kualitas diet yang buruk, kualitas diet yang buruk dapat membuat gejala lebih buruk dari sebelumnya, peneliti bahkan memberikan himbauan kepada para ahli untuk berhati-hati dalam memantau diet anak dan menyarakannya kepada para orang tua (Mianet al., 2018). Hal ini juga sebagai bentuk usaha dari pihak sekolah dan dari orang tua untuk memberikan menu makanan sehat untuk anak berkebutuhan khusus dengan ide-ide yang bervariasi. Untuk mengetahui konsistensi pemberian menu makanan sehat pada saat di rumah peneliti tentunya melakukan wawancara pada wali murid. Adapaun hasil wawancara yang telah didapatkan, biasanya terjadi ketidaksengajaan yang dilakukan ketika anak di rumah, yakni anak kedapatan mengkonsumsi makanan-makanan yang tidak diperbolehkan. Dalam hal ini orang tualah yang harus mengontrol dan mengantisipasi hal-hal yang tidak diinginkan agar program diet yang dilaksanakan tidak kembali dari nol. Menurut beberapa pendapat dan hasil wawancara dapat disimpulkan konsistensi pemberian makanan sehat yang harus di perhatikan pada anak penderita ADHD karena terdapat dalam proses pemilihan dan pemberian makan pada anak harus tegas dalam menerapkan terapi diet ini.

Baihaqi dan Sugiarmun (2006) memaparkan bahwa pada intinya kunci untuk menangani anak ADHD terletak pada peraturan yang ditetapkan dengan jelas, sesuai dengan harapan dan instruksi. Hal ini sesuai dengan teori

(Nurhidayati, 2015) bawasaanya dalam pelaksaan diet untuk anak berkebutuhan khusus bebas gluten, bebas kasein tidak boleh di hentikan seacara tiba-tiba terutama pada anak di bawah usia 4 tahun, karena bisa menimbulkan reaski penolakan yang akan terjadi. Selain itu berdasarkan observasi peneliti pada saat kunjungan, ketika anak secara tidak sengaja memakan apa yang tidak diperbolehkan maka anak akan menunjukkan sikap yang tidak fokus ketika guru sudah menyuruhnya untuk bersikap baik dan diam,dan tidak mudah lelah disaat teman-teman pada kecapean dia main sendiri dan berlari kesana kemari. Hal ini didukung dengan pendapat yang diberikan (Tentama, 2009) dalam jurnalnya mengenai perilaku anak ADHD, bahwa mereka akan tidak bisa diam, sering meninggalkan tempat duduk di kelas, berlari-lari dan badanya seperti digerakkan oleh mesin, kemudian mereka tidak akan bisa tenang meskipun keadaan sekitarnya menuntut untuk tenang. Hal ini sejalan juga dengan teori yang di berikan (Nurhidayah et al., 2021) dalam jurnalnya bawasanya konsistensi menu makanan sehat dalam penerapan diet ini memiliki pengaruh yang sangat besar sehingga anak penyandang ADHD dapat memiliki pertumbuhan dan perkembangan yang baik. Apabila pemberian makanan buruk, maka berdampak negatif terhadap kesehatan anak penyandang ADHD.



Gambar 4.4 Perbedaan makanan ADHD dan Non ADHD

Satu hal yang peneliti dapatkan dari observasi dan wawancara di sekolah sudah menerapkan diet ketat dengan makanan, *snack*, ataupun minuman dengan bervariasi dengan tidak mengurangi protein dan nutrisi untuk anak berkebutuhan khusus, hal ini juga dilakukan di rumah, orang tua memberikan makanan sehat dan bervariasi.

Mengenai konsistensi ketika di sekolah, pihak sekolah sudah konsisten dan berhati-hati untuk mengolah makanan, *snack*, ataupun minuman untuk anak ADHD sehingga terdapat perbedaan pemberian makanan untuk anak ADHD dan non ADHD. Untuk di rumah mulai belakangan ini menurut orang tua memberikan makanan untuk anak ADHD sedikit longgar, tetapi pihak orang tua akan berusaha untuk memperbaiki itu semua. Jika program pemberian makanan sehat untuk anak ADHD ingin berhasil dengan sukses, keterlibatan orang tua dan dukungan orang tua dalam partisipasi dalam bidang kesehatan secara berkesinambungan harus terus dipantau dan dilaksanakan dengan konsisten.

3. Etika Makan dalam Perspektif Islam

Pembentukan etika dalam pendidikan makan di Paud Griya Ananda merupakan kesatuan yang utuh dalam pendidikan anak usia dini. Berdasarkan triangulasi diperoleh gambaran tentang kondisi pemberian menu sehat untuk anak berkebutuhan khusus (ADHD), menjadi rangkaian satu kesatuan dalam kegiatan rutin harian dalam Kegiatan Belajar Mengajar (KBM). Paud Griya Ananda, menyiapkan kegiatan pemberian menu sehat dengan tujuan anak-anak terbiasa berperilaku yang baik dan benar selama kegiatan pemberian menu makan sehat dan perilaku ini dapat membentuk etika anak.



Gambar 4.4 Etika makan dalam Islam

Prosedur kegiatan sebelum makan dilakukan secara berurutan dan teratur: 1) melingkar di dalam ruangan dan khususy, 2) berdo'a sebelum masuk kamar mandi, 3) ditunjuk siapa yang khusus' lalu ke kamar mandi, 4) mencuci kedua telapak tangan dengan sabun tangan, 5) berdo'a keluar kamar mandi, 6) berjalan antri menuju kelompok makan, 7) duduk dengan tenang di kelompok makan dan berdoa sebelum makan, 8) setelah makan, anak membaca doa sesudah makan. Setelah tiba di kelompok makan, anak-anak duduk pada tempat yang disediakan dan guru duduk pada posisi tengah dimana menjangkau pandangan pada semua anak dan memastikan posisi guru dapat menjangkau anak-anak yang membutuhkan dukungan saat makan, hal ini sesuai dengan wawancara yang disampaikan oleh guru kelas yang menyapaikan etika sebelum makan dan sesudah makan.

C. Keterbatasan Penelitian

Dalam melaksanakan penelitian ini ada beberapa keterbatasan yang dialami oleh peneliti, yaitu sebagai berikut:

1. Pada waktu penelitian di bulan ramadhan jadi *snack* ataupun makanannya di bawa pulang, yang tentunya masih sangat jauh untuk memberi gambaran yang mendetail terkait keadaan di lapangan.
2. Fokus penelitian masih terbatas pada konsistensi pemberian makanan pada anak, tapi ketika terjun di lapangan berbeda berdasarkan data.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti terkait Variasi Menu Makanan Sehat Anak Berkebutuhan Khusus (ADHD) Dalam Program Diet di Paud Griya Ananda Karangploso, disimpulkan sebagai berikut :

1. Mengenai variasi menu makanan sehat pada anak berkebutuhan khusus (ADHD) dalam program diet di Paud Griya Ananda, lembaga ini telah merencanakan konsep tentang variasi menu makanan sehat terhadap anak berkebutuhan khusus (ADHD). Sehingga mulai dari kepala sekolah, guru dan juru masak untuk mengerti dan memahami mengenai menu makanan sehat anak berkebutuhan khusus (ADHD) untuk menjalankan program diet. Karena anak ADHD ini harus diet tepung juga gluten maka guru yang ditunjuk sebagai juru masak mengganti beberapa bahan makanan, misalnya dalam penggantian bahan tepung beras ke tepung ketan, kemudian memakai labu atau ubi sebagai bahan pemanis alami. Beberapa penelitian yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh antara pola konsumsi makanan bebas gluten, bebas casein dengan gangguan perilaku pada anak ADHD.
2. Konsistensi penerapan diet makanan sehat bagi anak ADHD harus diawasi secara ketat dan dilakukan secara berhati-hati, karena apabila terjadi ketidaksengajaan pemberian makanan yang tidak diperbolehkan akan memicu kembali sikap hiperaktifitas anak ADHD dan kemungkinan akan

lebih parah dari sebelumnya. Konsistensi pemberian makanan sehat ini tidak hanya dilakukan di rumah, namun di sekolah juga menerapkan pemberian makanan sehat untuk anak ADHD. Agar nantinya ketika di rumah diberikan makanan sehat program diet, anak tidak merasa kaget dan sudah terbiasa dengan variasi makanan sehat yang diberikan di sekolah agar program diet berjalan dengan baik sesuai tujuan.

3. Etika makan tersebut menjadi keunikan dan pembeda pada anak berkebutuhan khusus (ADHD) diantara etika yang dikembangkan terdapat etika yang ditunjukkan cukup kuat dalam kegiatan pemberian makan diantaranya: berdoa bersama-sama ketika masuk kamar mandi untuk cuci tangan, sebelum makan dan minum membaca basmallah, menjaga kehalalan makan dan minum, makan dan minum dengan duduk, menggunakan tangan kanan, makan dan minum tidak berbicara, tidak mencela makanan dan minuman, mengakhiri makan dengan hamdallah.

B. Saran

Dari hasil penelitian tentang variasi menu makanan sehat anak berkebutuhan khusus (ADHD) dalam program diet dan dari kesimpulan di atas, ada beberapa saran yang dapat di ajukan yaitu :

1. Bagi peneliti

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk lebih membahas variasi menu sehat dan etika makan untuk anak berkebutuhan khusus dan konsisten terhadap pemberian menu makan untuk program dietnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Hadis. 2006. Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus Autistik. Bandung; CV Alfabeta
- Abdullah Mashabi, N., & Rizka Tajudin, N. (2009). Hubungan Antara Pengetahuan Gizi Ibu Dengan Pola Makan Anak Autis. *Academia.Edu*, 13(2), 84–86. <https://www.academia.edu/download/49415612/autisme.pdf>
- Achdazani Hamzar. (2012). No Title. Gambaran Pola Makan dan Status Gizi Siswa Sekolah Luar Biasa Negeri Caile, Kecamatan Ujung Bulu, Kabupaten Bulukumba tahun 2012
- Alhogbi, B. G. (2017). Diet & Masyarakat. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 21–25. <http://www.elsevier.com/locate/scp>
- Aulia, N., & Ismawati, R. (2022). Daya Terima Stick Tepung Almond dan Tepung Kedelai serta Analisis Kandungan Magnesium, Aktivitas Antioksidan sebagai Cemilan Anak Autism Spectrum Disorder Nibras Aulia Rita Ismawati Abstrak. *Jurnal Gizi Unesa*, 02, 100–107
- 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. <https://www.bajangjournal.com/index.php/JIRK/article/view/1767>
- Castellanos, F. X., Sonuga-Barke, E. J. S., Milham, M. P., & Tannock, R. (2006). Characterizing cognition in ADHD: Beyond executive dysfunction. *Trends in Cognitive Sciences*, 10(3), 117–123. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2006.01.011>

- D'Arcy Wentworth Thompson. (1967). Pengertian Makanan. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 4–8.
- Department for Transport. (2003). UU RI no. 20 Tahun 2003 Sistem Pendidikan Nasional. *News.Ge, d*, <https://news.ge/anakliis-porti-aris-qveynis-momava>.
- Ekowarni, N. dan E. (2003). *Terapi Modifikasi Perilaku, Diet, dan Obat untuk Penanganan Perilaku Hiperaktivitas pada Anak dengan Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas*.
- Faizah, F. (2022). Perilaku Impulsif Pada Anak Attention-Deficit Hyperactivity Disorder Dengan Teknik Reprimand Dan Token Economy. *Procedia : Studi Kasus Dan Intervensi Psikologi*, 10(1).
<https://doi.org/10.22219/procedia.v10i1.19234>
- Hayati, D. L., & Apsari, N. C. (2019). Pelayanan Khusus Bagi Anak Dengan Attentions Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) Di Sekolah Inklusif. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Pada Masyarakat*, 6, 108–122.
<http://journal.unpad.ac.id/prosiding/article/view/22497>
- Imritiyah, S. (2016). Kajian Hadis-Hadis Adab Makan dan Minum; Perspektif Ilmu Kesehatan. *Universitas Islam Negeri*, 13.
[https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/54062/1/Siti Imritiyah - FU.pdf](https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/54062/1/Siti%20Imritiyah%20-%20FU.pdf)
- Judarwanto, W. (2016). Alergi makanan, diet dan autisme. *Seminar Autism Update, September*, 1–19.
- Kusumayanti, G. A. D. (n.d.). *Pentingnya Pengaturan Makanan Bagi Anak Autis* [Poltekkes Denpasar].
<https://www.google.com/search?q=Kusumayanti%2C+Dewi.+2011.+Penting>

- nya+Pengaturan+Makanan+Bagi+Anak+Autis.+Jurnal+Ilmu+Gizi%3A+Jurusan+Gizi+Poltekkes+Denpasar.+Vol.+2+No+1.&rlz=1C1GCEA_enID952ID952&oq=Kusumayanti%2C+Dewi.+2011.+Pentingnya+Pengaturan+Makana
- Meilani, C., Munayang, H., & Kaunang, T. M. D. (2016). Kebiasaan makan pada anak gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas (GPPH) di Manado. *E-CliniC*, 4(2), 4–9. <https://doi.org/10.35790/ecl.4.2.2016.13922>
- Mirawati M.Pd, D. H. A. M. S. (2557). Pendidikan Anak ADHD. In *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยอีสเทิร์นเอเชีย* (Vol. 4, Issue 1).
- Moleong, J. L. (2013). *Metode Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*. 32–36.
- Ningtyas, R. F. (2018). Peningkatan Pemahaman Siswa Pada Mata Pelajaran Aqidah Akhlak Materi Adab Makan Dan Minum Melalui Metode Simulasi Di Kelas 1 Mi Al-Asyhar Sungonlegowo Bungah Gresik. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Novianti, S. R. I., Pendidikan, J., Anak, I., Dini, U., Tarbiyah, F., & Ilmu, D. A. N. (2018). Pada Anak Melalui Kegiatan Cooking Di Tk Tunas Bangsa Balai Panjang Kecamatan Lareh Sago. *Skripsi*.
- Nurani, A. A., & Mukhlis, A. (2020). Potensi Taman Kanak-kanak (TK) dalam Menyelenggarakan Pendidikan Inklusi. *Indonesian Journal of Islamic Earley Chillhood Education*, 5(1), 34–42. <http://jurnal.piaud.org/index.php/Ijiece/article/view/181>
- Nurhidayah, I., Achadiyanti, D., Ghraha Ramdhanie, G., & Keperawatan, F. (2021). Pengetahuan Ibu Tentang Diet Gluten dan Kasein Pada Anak Penyandang Autis. *Jurnal Perawat Indonesia*, 5(1), 599–611.
- Nurhidayati, Z. (2015). Pengaruh Pola Konsumsi Makanan Bebas Gluten Bebas

- Kasein dengan Gangguan Perilaku pada Anak Autistik. *Majority*, 4(7), 121–128.
- Pbb, B., & Farhan, A. (2003). *BAB_2.pdf*.
- Pendidikan, J., Usia, A., & Undiksha, D. (2020). Diet Anak Attention Deficit/Hyperactivity Disoder (ADHD) : Tantangan Orang Tua .8(June), 161–169.
- Pradana, S. B., Wati, Y. R., & Dharmmika, S. (2016). Hubungan Kelahiran Prematur dengan Kejadian Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD). *Prosiding Pendidikan Dokter*, 2(1), 545–551.
- Rachman, T. (2018). Perilaku Anak Hiperaktif di Raudhatul Athfal Al-Huda Tahun Ajaran 2019-2020. In *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952.
- Rahmawati1, E. N., Rahmawati, W., & Andarini, S. (2014). Binge Eating dan Status Gizi pada Anak Penyandang Attention Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD). *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 5(2), 125–130.
- https://www.researchgate.net/profile/Fajar_Ari_Nugroho/publication/314713055_Kadar_NF-_Kb_Pankreas_Tikus_Model_Type_2_Diabetes_Mellitus_dengan_Pemberian_Tepung_Susu_Sapi/links/5b4dbf09aca27217ff9b6fcb/Kadar-NF-Kb-Pankreas-Tikus-Model-Type-2-Diabetes-Melli
- Srianita, Y., Akbar, M., & Meilanie, S. M. (2019). Pembentukan Karakter dalam Pendidikan Makan (Studi Kasus di Raudhatul Athfal Istiqlal Jakarta). *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 152.
- <https://doi.org/10.31004/obsesi.v4i1.277>
- StudyCha, L. (2013). *Play Therapy untuk Meningkatkan Kosentrasi Pada Anak*

Attention Deficit Hyperactive Disorder (ADHD). 01(02), 324–342.

- Sugeng, M. W., Wulandari, R. D., & Setijowati, E. D. (2021). Penyuluhan Tentang Makanan yang Dianjurkan untuk Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) Hiperaktif. *Jurnal Abdidas*, 2(5), 1120–1126.
<https://doi.org/10.31004/abdidas.v2i5.424>
- Tentama, F. (2009). Peran Orang Tua Dan Guru Dalam Menangani Perilaku Hiperaktifitas Pada Anak ADHD Di SLB Negeri 3 Yogyakarta. In *Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmiah Kesehatan Masyarakat* (Vol. 3, Issue 1, p. 54).
- Wilda, I., & Desmariyenti, D. (2020). Hubungan Perilaku Pola Makan dengan Kejadian Anak Obesitas. *Jurnal Endurance*, 5(1), 58.
<https://doi.org/10.22216/jen.v5i1.4361>
- Wiliasari, D. E., & Dewi, R. (2016). Konsumsi Makanan dan Pemenuhan Gizi Anak Berkebutuhan Khusus di SDN Sidokumpul 7 Gresik. *E-Journal Boga*, 5(1), 239–247.
- Winarsih, S., Hendra, J., Idris, F. H., & Adnan, E. (2013). Panduan penanganan anak berkebutuhan khusus bagi pendamping (orang tua, keluarga, dan masyarakat). *Kementerian Pemberdayaan Perempuan Dan Perlindungan Anak Republik Indonesia*, 1–17.
https://www.kemenpppa.go.id/lib/uploads/list/b3401-panduan-penanganan-abk-bagi-pendamping-_orang-tua-keluarga-dan-masyarakat.pdf
- Zalecki, C. A., Vaidya, C. J., Gabrieli, J. D. E., Dudukovic, N. M., Bunge, S. A., & Elliott, G. R. (2005). Altered Neural Substrates of Cognitive Control in Childhood ADHD: Evidence From Functional Magnetic Resonance Imaging. *American Journal of Psychiatry*, 162(9), 1605–1613 <http://ajp.psychiatryonl>

LAMPIRAN – LAMPIRAN

Lampiran 1 Izin Survey



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS ILMU TARBİYAH DAN KEGURUAN
Jalan Gajayana 50, Telepon (0341) 552398 Faximile (0341) 552398 Malang
http://fitk.uin-malang.ac.id. email : fitk@uin-malang.ac.id

Nomor : 2428/Un.03.1/TL.00.1/12/2022 12 Desember 2022
Sifat : Penting
Lampiran : -
Hal : Izin Survey

Kepada

Yth. Kepala PAUD Griya Ananda Karangploso
di

Malang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

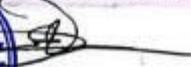
Dengan hormat, dalam rangka penyusunan proposal Skripsi pada Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD) Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan (FITK) Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, kami mohon dengan hormat agar mahasiswa berikut:

Nama : Aisyah Zahroh Firdaus
NIM : 19160034
Jurusan : Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD)
Semester - Tahun Akademik : Ganjil - 2022/2023
Judul Proposal : Variasi Menu Makanan Sehat terhadap Anak Berkebutuhan Khusus (Hiperaktif) dalam Program Diet di PAUD Griya Ananda

diberi izin untuk melakukan survey/studi pendahuluan di lembaga/instansi yang menjadi wewenang Bapak/Ibu

Demikian, atas perkenan dan kerjasama Bapak/Ibu yang baik disampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Dekan,
Dekan Bidang Akademik

M. Hammad Walid, MA
19730823 200003 1 002

Tembusan :

1. Ketua Program Studi PIAUD
2. Arsip

Lampiran 2 Izin Observasi



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
Jalan Gajayana 50, Telepon (0341) 552398 Faximile (0341) 552398 Malang
<http://fitk.uin-malang.ac.id> email : fitk@uin-malang.ac.id

Nomor : 729/Un.03.1/TL.00.1/03/2023
Sifat : Penting
Lampiran : -
Hal : Izin Survey

21 Maret 2023

Kepada

Yth. Kepala PAUD Griya Ananda Karangploso
di
Malang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat, dalam rangka penyusunan proposal Skripsi pada Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD) Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan (FITK) Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, kami mohon dengan hormat agar mahasiswa berikut:

Nama : Aisyah Zahroh Firdaus
NIM : 19160034
Tahun Akademik : Genap - 2022/2023
Judul Proposal : **Variasi Menu Makanan Sehat Anak Berkebutuhan Khusus (ADHD) dalam Program Diet di Paud Griya Ananda Karangploso**

diberi izin untuk melakukan survey/studi pendahuluan di lembaga/instansi yang menjadi wewenang Bapak/Ibu

Demikian, atas perkenan dan kerjasama Bapak/Ibu yang baik disampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

An. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademi

Dr. Muhammad Walid, MA
NIP. 19730823 200003 1 002

Tembusan :

1. Ketua Program Studi PIAUD
2. Arsip

Lampiran 3 Surat Telah Melakukan Penelitian



YAYASAN GRIYA ANANDA CENTRE MALANG
PENDIDIKAN ANAK USIA DINI GRIYA ANANDA
PERUM IKIP TEGALGONDO ASRI BLOK 1C NO.04 RT.42/09 TEGALGONDO
KARANGPLOSO KAB. MALANG INDONESIA JAWA TIMUR 65152

SURAT KETERANGAN

Nomor : 23/LPIT-GA/II/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala PAUD Griya Ananda, dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Aisyah Zahroh Firdaus
NIM : 19160034
Jurusan : Pendidikan Islam Anak Usia Dini
Semester-Tahun Akademik : Genap-2022/2023
Judul Skripsi : *"Variasi Menu Makanan Sehat Terhadap Anak Berkebutuhan Khusus (ADHD) Dalam Program Diet di PAUD Griya Ananda Karangploso"*
Lama Penelitian : Bulan Maret-April 2023

Yang bersangkutan telah melakukan penelitian di PAUD Griya Ananda pada Tanggal 27 Maret 2023 sampai dengan 7 April 2023.

Dengan Surat keterangan ini diberikan agar dipergunakan dengan sebagaimana mestinya.

Malang, 22 Mei 2023

Kepala PAUD Griya Ananda

Ashofro Abiry, S.Psi



Lampiran Pra Penelitian 1

ANALISIS DATA KEBUTUHAN (INSTRUMEN DOKUMENTASI)

Variasi Menu Makanan Sehat Anak Berkebutuhan Khusus
(ADHD) Dalam Program Diet Di Paud Griya Ananda
Karangploso

DATA PRA PENELITIAN

Waktu : Selasa-Jum'at , 10-13 Januari 2023 (08.00)

Tempat : Kelas B Paud Griya Ananda

Aspek Observasi :

A. Variasi dan Konsistensi menu makanan sehat



Makanan kentang menjadi menu snack sehat di Paud Griya Ananda pada hari selasa.



Setiap hari Rabu guru Paud Griya Ananda menggantikan snack makanan dengan minuman, karena kegiatan diluar kelas. Minuman di samping merupakan kolak yang tanpa santen.



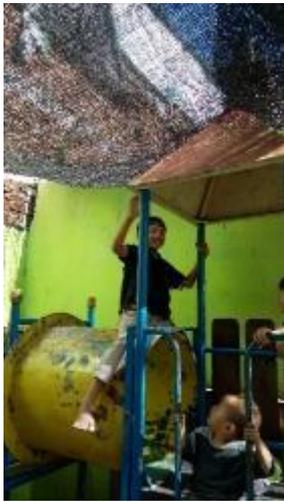
Terlihat jelas pada foto di hari kamis perbedaan pola makanan antara anak ADHD dan non ADHD. Anak ADHD makan snack klepon sedangkan non ADHD makan roti isi coklat.



Jasuke ada di menu pada hari jum'at, dengan perbedan bahwa anak ADHD tidak menggunakan susu dan keju.

Variasi menu makanan di Paud Griya Ananda dibuat oleh gurunya sendiri dengan perbedaan anak ADHD dan Non ADHD. Beberapa alternatif yang dapat dilakukan guru dalam mengatur menu makanan di sekolah untuk anak ADHD yaitu meminimalkan makanan yang tidak boleh diberikan.

B. Aspek Observasi : Perilaku ADHD



Diluar kelas si anak mengganggu teman-temannya ketika bermain.



Di hari selasa pembelajaran dilaksanakan di lapangan, anak dengan ADHD sedang tidak fokus dalam pembelajaran dan tidak bertahan dalam menyimak saat guru sedang menerangkan



Di dalam 2 foto ini, anak berkreasi dengan imajinasinya, setelah beberapa menit tidak bertahan lama dan merusak hasil dalam permainan atau pekerjaan yang dibuat oleh temannya.



Sebelum melaksanakan kegiatan, semua berdo'a terlebih dahulu di kelas, tetapi terlihat jelas di foto si anak melakukan aktivitas lain.



Kegiatan di hari rabu, anak ADHD dan seluruh anak Paud Griya Ananda melaksanakan pembelajaran diluar yaitu di sawah, di foto tersebut anal tertinggal diantara temanya dan mengejar teman-temanya.



Setelah berkegiatan di sawah, guru mempertanyakan kegiatan selama ada di sawah akan tetapi tatapan si anak tidak fokus dengan pertanyaan guru yang diberikan kepadanya.



Di luar kelas anak melakukan aktivitasnya dengan lincah dan tanpa lelah.



Setelah itu di anak tidak mau menunggu untuk mengantri, alhasil naik diatas dan mengganggu teman-temanya.



Di dalam kelas ketika bernyanyi sebagi pemanasan masuk dalam kelas, anak mengajak temanya untuk bertepuk tepuk dengan dia.



Sebelum masuk di dalam kelas, anak bermain dengan temanya. Selanjutnya si anak lagi merebut permainan yang dimainkan temanya dengan dengan melakukan naik dari plosotan.



Di kelas si anak sedang tidak fokus dan merasa bosan. Maka, dari itu si anak maju ditengah-tengah temanya.



Sambil menunggu jemputan si anak melakukan aktivitas dengan melakukan lari-larian bersama temanya dan si anak tidak merasakan lelah sampai dijemput oleh ayahnya.

Pada perilaku anak ADHD yang ada di dalam kelas memang tidak fokus dan tidak bisa bertahan dalam menyimak untuk sebuah pelajaran, anak cepat bosan, dan juga merusak dalam permainan atau pekerjaan hasil yang di buat oleh temanya. Sedangkan perilaku anak ADHD diluar kelas anak tidak mudah lelah dengan aktivitasnya diluar kelas, tidak mau menunggu, dia cenderung merebut permainan yang dimainkan temanya, dan tidak sabar ketika bermain diluar kelas. Ciri-ciri yang diatas hampir sama dengan yang saya lihat ketika pkl dan observasi pra penelitian.

C. Aspek Observasi : Program Diet di Sekolah

Di lingkungan sekolah guru sudah mengatakan kepada teman-temanya tidak memberikan makanan yang tidak boleh untuk anak ADHD, sehingga di sekolah anak juga konsisten melakukan program diet. Sekolah juga berkomitmen dalam menerapkan program diet.



INSTRUMEN PEDOMAN WAWANCARA
 Variasi Menu Makanan Sehat Anak Berkebutuhan Khusus
 (ADHD) Dalam Program Diet Di Paud Griya Ananda
 Karangploso

WAWANCARA KEPALA SEKOLAH

Nama : Ashfro Abiry, S.Psi

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah sebelumnya bapak mengetahui, bahwa anak berkebutuhan khusus ADHD itu harus diet tepung, gluten, dan lain-lain?	
2.	Apakah sebelumnya bapak mengetahui, menu yang diperbolehkan dan tidak diperbolehkan untuk anak ADHD?	
3.	Apakah kepala sekolah dan guru pernah mengikuti pelatihan atau pendidikan khusus untuk mengetahui menu dan program diet untuk ABK?	
4.	Bagaimana penerapan menu sehat untuk anak ADHD?	
5.	Apa ada jadwal mengenai menu sehat untuk anak berkebutuhan khusus ADH?	
6.	Apa saja yang membedakan menu anak ADHD dengan anak non ADHD?	
7	Bagaimana sistem program diet yang diterapkan di Paud Griya Ananda?	



INSTRUMEN PEDOMAN WAWANCARA
 Variasi Menu Makanan Sehat Anak Berkebutuhan Khusus
 (ADHD) Dalam Program Diet Di Paud Griya Ananda
 Karangploso

WAWANCARA GURU (JURU MASAK)

Nama : Sinta Vidayanti

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah sebelumnya ibu mengetahui, bahwa anak berkebutuhan khusus (ADHD) itu harus diet tepung, gluten, dan lain-lain?	
2.	Bagaimana kesiapan ibu dalam membuat menu sehat untuk anak berkebutuhan khusus?	
3.	Apa yang dihadapi ibu dalam mempersiapkan menu untuk anak berkebutuhan khusus?	
4.	Apakah dalam pembuatan menu, makanan, minuman, dan snack ibu selalu membuat sendiri?	
5.	Bagaimana bisa muncul menu makanan sehat dalam waktu seminggu ini? Dan alasannya apa?	
6.	Apa yang mempertimbangkan pemberian menu sehat untuk anak berkebutuhan khusus (ADHD) ini?	
7.	Bagaimana etika makan yang diterapkan di Paud Griya Ananda ini?	
8.	Bagaimana tingkat pemahaman ibu dalam program diet untuk anak berkebutuhan khusus ADHD?	
9.	Bagaimana proses penerapan menu sehat untuk ABK dalam program diet?	
10.	Apakah ketika membuat makanan, minuman ataupun <i>snack</i> ibu melihat resep makanan apa saja yang tidak bisa diolah sebagai makanan, minuman ataupun <i>snack</i> untuk anak berkebutuhan khusus ADHD?	
11.	Apakah ibu juga berdiskusi dengan orangtua murid dalam memberikan dan membuat menu sehat?	

12.	Apakah pernah terjadi, memberikan menu makanan ataupun <i>snack</i> yang mengandung tepung dan pemanis atau bahan pengawet? Dan apakah hiperaktivitas anak meningkat?	
13.	Apakah dalam pembuatam menu sehat sudah konsisten tidak memberikan tepung dan bahan pengawet?	



INSTRUMEN PEDOMAN WAWANCARA
 Variasi Menu Makanan Sehat Anak Berkebutuhan Khusus
 (ADHD) Dalam Program Diet Di Paud Griya Ananda
 Karangploso

WAWANCARA ORANG TUA

Nama : Heru Tri Prasetyo

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Sejak kapan anak bapak menderita hiperaktif (ADHD)?	
2.	Kapan bapak menyadari bahwa anak bapak/ibu menderita (ADHD)?	
3.	Terapi apa saja yang diberikan bapak yang menderita hiperaktif (ADHD)?	
4.	Bagaimana pendapat bapak tentang program diet untuk ABK (ADHD)?	
5.	Bagaimana cara menyampaikan kepala sekolah ataupun guru bahwa anak tidak boleh makanan ataupun minum yang di larang oleh dokter?	
6.	Informasi apa saja yang bapak/ibu dapatkan untuk kesembuhan anak bapak/ibu yang (ADHD)?	
7.	Apakah di rumah juga menerapkan diet tanpa tepung, bahan pewarna, pengawet, dll?	
8.	Apakah dalam pembuatan menu sehat sudah konsisten untuk diberikan ke anak bapak?	
9.	Bagaimana penerapan menu makanan sehat untuk anak bapak di rumah dalam program diet?	

Lampiran 6 Hasil Validasi



Lampiran 5

LEMBAR VALIDASI ANKET VALIDATOR DOSEN
Variasi Menu Makanan Sehat Anak Berkebutuhan Khusus
(ADHD) Dalam Program Diet Di Paud Griya Ananda
Karangploso

Petunjuk :

- a) Bapak / Ibu dimohon memberikan penilaian dengan memberi tanda cek (✓) pada kolom skor penilaian yang tersedia. Deskripsi skala penilaian sebagai berikut :

Keterangan :

- 1 = Tidak Sesuai
- 2 = Kurang Sesuai
- 3 = Sesuai
- 4 = Sangat Sesuai

- b) Bila menurut ibu validator angket perlu ada revisi, mohon ditulis pada bagian komentar dan saran guna perbaikan

No	Pertanyaan	Nilai				Keterangan
		1	2	3	4	
1.	Kalimat pernyataan mudah dipahami dan tidak menimbulkan penafsiran ganda				✓	
2.	Kalimat yang digunakan mewakili isi pesan dan informasi			✓		
3.	Kalimat menggunakan bahasa yang baik dan benar sesuai dengan kaedah Bahasa Indonesia				✓	
4.	Pernyataan sesuai dengan aspek yang dicapai				✓	
5.	Pernyataan yang diajukan dapat mengungkap variasi menu makanan sehat untuk anak berkebutuhan khusus (ADHD) dalam program diet				✓	

c) Komentar dan saran

- Perlu perbaikan redaksi agar mudah dipahami responden
- Pedoman observasi perlu diperinci sebagai batasan dalam penelitian

Malang, Maret 2023

Dessy Putri Wahyuningtyas, M.Pd

NIP.199012152019032023

Lembar 6 Hasil Validasi



Lampiran 5
LEMBAR VALIDASI ANGKET VALIDATOR DOSEN
 Variasi Menu Makanan Sehat Anak Berkebutuhan Khusus
 (ADHD) Dalam Program Diet Di Paud Griya Ananda
 Karangploso

Petunjuk :

- a) Bapak / Ibu dimohon memberikan penilaian dengan memberi tanda cek (✓) pada kolom skor penilaian yang tersedia. Deskripsi skala penilaian sebagai berikut :

Keterangan :

1 = Tidak Sesuai

2 = Kurang Sesuai

3 = Sesuai

4 = Sangat Sesuai

- b) Bila menurut ibu validator angket perlu ada revisi, mohon ditulis pada bagian komentar dan saran guna perbaikan

No	Pertanyaan	Nilai				Keterangan
		1	2	3	4	
1.	Kalimat pernyataan mudah dipahami dan tidak menimbulkan penafsiran ganda			✓		
2.	Kalimat yang digunakan mewakili isi pesan dan informasi			✓		
3.	Kalimat menggunakan bahasa yang baik dan benar sesuai dengan kaedah Bahasa Indonesia			✓		
4.	Pernyataan sesuai dengan aspek yang dicapai			✓		
	Pernyataan yang diajukan dapat mengungkap variasi					

c) Komentar dan saran

- Perhatikan penggunaan E/D & pertanyaan ganda.
 - Perlu menambahkan informasi terkait gizi makanan yang diperlukan by anak.

Malang, Maret 2023

Ainur Rochmah, M.Pd
 NIP.199012092020122003



REPUBLIC OF INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS ILMU TAREBIYAH DAN KEGURUAN
Jalan Gajayana 50, Telepon (0341) 552398 Faximila (0341) 552398 Malang
http://fitk.uin-malang.ac.id. email : fitk@uin_malang.ac.id

Nomor : B-2023/Un.03/FITK/PP.00.9/03/2023 20 Maret 2023
Lampiran : -
Perihal : Permohonan Menjadi Validator (Ahli Instrumen)

Kepada Yth.
Dessy Putri Wahyuningtyas, M.Pd
di -
Tempat

Assalamualaikum Wr. Wb.

Sehubungan dengan proses penyusunan skripsi mahasiswa berikut:

Nama : Aisyah Zahroh Firdaus
NIM : 19160034
Program Studi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD)
Judul Skripsi : Variasi Menu Makanan Sehat Anak Berkebutuhan Khusus (ADHD) Dalam Program Diet Di Paud Griya Ananda Karangploso
Dosen Pembimbing : Rikza Azharona Susanti, M.Pd

maka dimohon Bapak/Ibu berkenan menjadi validator media skripsi tersebut. Adapun segala hal berkaitan dengan apresiasi terhadap kegiatan validasi sebagaimana dimaksud sepenuhnya menjadi tanggung jawab mahasiswa bersangkutan.

Demikian Permohonan ini disampaikan, atas perkenan dan kerjasamanya yang baik disampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Dekan
Bid. Akademik

Dekan, M.A
08232000031002

Lampiran Foto



ANALISIS DATA KEBUTUHAN (DOKUMENTASI)
Variasi Menu Makanan Sehat Anak Berkebutuhan Khusus
(ADHD) Dalam Program Diet Di Paud Griya Ananda
Karangploso

Hari/Tanggal	Perilaku ADHD	Makanan, Snack,dan Minuman
Kamis, 30 Maret 2023	 <p>Ket : Anak bosan dan selalu ingin berganti mainan, namun tetap bisa bermain secara interaktif dan imajinatif.</p>	 <p>Ket : pada hari kamis anak diberi snack makanan kentang untuk anak ADHD tanpa garam.</p>
	 <p>Ket : Anak memanfaatkan kayu sebagai handphone, mempunyai kreativitas</p>	

Senin, 3 April 2023



Ket : Anak tidak fokus akan pembelajaran



Ket : Anak tidak sabar an untuk mengikuti pembelajaran



Ket : fokus anak terbagi-bagi saat guru menerangkan

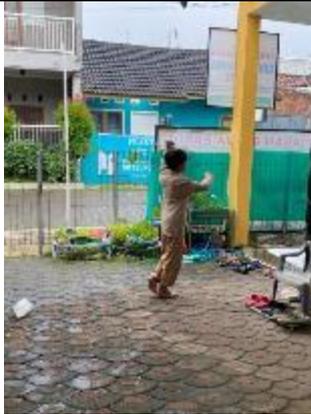


Ket : Minuman jelly untuk anak yang berkebutuhan khusus (ADHD) menggunakan santan + pandan, sedikit gula dan garam. Sedangkan bagi yang non anak berkebutuhan khusus menggunakan susu dan gula serta sedikit garam.

<p>Selasa, 4 April 2023</p>	 <p>Ket : Anak fokus berdoa</p>	 <p>Ket : Snack hari itu takoyaki dengan perbedaan pada pengelohan tepungnya. Untuk anak ADHD menggunakan telur dan tepung meizena.</p>
	 <p>Ket : Anak membuat kartu ucapan dan menempelkan di kertas yang sudah disediakan</p>	
	 <p>Ket : Anak sedang bermain bersama temanya</p>	
<p>Rabu, 5 April 2023</p>		

	 <p>Ket : kemampuan untuk konsentrasi kurang dan sangat mudah terganggu oleh aktivitas atau temanya.</p>	 <p>Ket : Es sirup dengan perbedaan anak ADHD tanpa jelly, dan anak non ADHD ada jelly</p>
	 <p>Ket : anak sedang fokus mengerjakan proyek yang diberikan guru, dan itu hanya bertahan beberapa menit.</p>	
	 <p>Ket : Anak ADHD sulit untuk di kasih tau dan akan terus melakukan</p>	

	<p>aktifitas dengan sesuka hatinya.</p>	
<p>Kamis, 05 April 2023</p>	<div data-bbox="593 338 906 748" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="593 752 967 860">Ket : Anak sedang tidak fokus, dan melamun lihat kado-kado</p>	<div data-bbox="1007 338 1319 748" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="1002 786 1315 1196" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="991 1308 1353 1778" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="991 1783 1374 1924">Ket : perbedaan terletak pada minuman, untuk anak ADHD tanpa jelly sedangkan non ADHD menggunakan jelly</p>



Ket : Anak bisa terus berlarian di rumah ataupun di sekolah, walaupun guru dan orang tua sudah memintanya berhenti



Ket : Anak fokus mengaji

ANALISIS DATA KEBUTUHAN (CATATAN LAPANGAN)
Variasi Menu Makanan Sehat Anak Berkebutuhan Khusus
(ADHD) Dalam Program Diet Di Paud Griya Ananda
Karangploso



CATATAN LAPANGAN PERTEMUAN 1

Hari/Tanggal : Kamis/ 30 Maret 2023

Waktu : 09.00-11.00

Tempat : TK PAUD Griya Ananda

Deskripsi :

Pada kegiatan ini anak (Z) melakukan kegiatan bermain bersama anak-anak yang lain, dengan bermain plosotan yang mana anak (Z) mempunyai ide untuk menaiki diatas lingkaran yang ada di plosotan, pada hari ini anak (Z) sangat asik dan ceria walaupun di bulan ramadhan (Z) masih mempunyai energi untuk lari-larian kesana kemari walaupun di saat bermain kontak matanya kemana-mana dan bahkan sering melamun. Di saat pembelajarn di mulai anak (Z) kurang fokus dan biasanya fokus bertahan hanya 5 menit lebih selain itu anak (Z) bermain sendiri ataupun jalan-jalan ke kelas yang lain. Pada hari itu juga anak (Z) membuat proyek dari kayu dan dia membuat kayu menjadi handphone, dia menceritakan kepada guru dan kakak-kakak PKL “Z, bisa main handphone dari kayu”. Setelah rangkaian pembelajaran sudah selesai di hari itu, anak-anak yang sudah di jemput di bagikan makanan snack yang mana waktu itu menu untuk anak ADHD kentang, dan anak non ADHD itu roti bakar, makanan snack sudah disediakan oleh guru (juru masak) yang dibuat guru sendiri di rumahnya sehingga di sekolahan hanya membagikan saja. Dalam deskripsi ini pemberian menu sehat dilihat dari bahannya yang diperbolehkan untuk dimakan oleh anak ADHD , sehingga pada hari itu variasi menu makanan untuk anak ADHD dan non ADHD itu berbeda dan Paud Griya ananda konsisten terhadap pemilihan bahan untuk menu sehat.

Lampiran 7

ANALISIS DATA KEBUTUHAN (CATATAN LAPANGAN)
Variasi Menu Makanan Sehat Anak Berkebutuhan Khusus
(ADHD) Dalam Program Diet Di Paud Griya Ananda
Karangploso



CATATAN LAPANGAN PERTEMUAN II

Hari/Tanggal : Senin/ 03 April 2023
Waktu : 09.00-11.00
Tempat : TK PAUD Griya Ananda
Deskripsi :

Pada kegiatan ini anak (Z) melakukan kegiatan bermain bersama anak-anak yang lain, dengan bermain sedotan yang di dalam sedotanya itu ada kertas dan di semburkan kepada teman-temanya, setelah itu jam masuk untuk pembelajaran sebelum pembelajarn berdo'a bersama di ruang tengah bersama kelas Paud, Tk A, dan Tk B menjadi satu. Si anak (Z) ketika di suruh diem dia tidak mendengarkan malah bermain dan ada di tengah tengah lingkaran anak-anak yang sedang duduk dan berdo'a. Namun setelah itu anak bisa dikondisikan dan ikut berdo'a walaupun tidak lama dia mengikutinya. Pembelajaran sudah selesai, anak-anak berlatih koreo untuk pentas edisi ramadhan. Anak (Z) mengikuti dengan gayanya sendiri dan dengan konsentrasi kemana-mana sehingga gerakan tidak sama dengan temanya. Setelah menunggu lama anak di jemput dan di kasih minuman yang pada waktu itu jadwal di PAUD Griya Ananda minuman jelly untuk anak berkebutuhan khusus (ADHD) menggunakan sedikit santan+pandan, sedikit gula dan garam. Sehingga muncul variasi menu sehat dan konsistensi dalam pengolahan bahan.

Lampiran 7



ANALISIS DATA KEBUTUHAN (CATATAN LAPANGAN) Variasi Menu Makanan Sehat Anak Berkebutuhan Khusus (ADHD) Dalam Program Diet Di Paud Griya Ananda Karangploso

CATATAN LAPANGAN PERTEMUAN III

Hari/Tanggal : Selasa/ 04 April 2023
Waktu : 09.00-11.00
Tempat : TK PAUD Griya Ananda
Deskripsi :

Pada hari ini anak duduk melingkar bersama teman-temanya untuk melaksanaka doa sehari-hari, seperti biasanya juga anak (Z) kurang konsentrasi dan kurang mendengarkan bu guru alhasil bermain sendiri. (Z) akan diam ketika membuat projek dan pada hari itu projek membuat ucapan selamat idul fitir kepada orang tua, dan (Z) menulis dan membaca sendiri. Setelah itu (Z) menempelkan kartu ucapan yang sudah disediakan oleh guru. Anak waktu istirahat berinisiatif untuk membersihkan halaman sekolah dan mulai bermain bersama temanya dengan permainan mengukur tinggi badan.

Pada hari itu juga makanan snack di buat oleh bu sinta sendiri di rumahnya. Sehingga di sekolah hanya di bagikan saja, menu hari itu yaitu takoyaki yang ada perbedaan untuk anak ADHD dan non ADHD, anak ADHD diberikan tepung ketan, dan yang non ADHD menggunakan tepung terigu. Setiap anak mendapatkan 3 buah takoyaki. Berhubung pada waktu penelitian di bulan ramadhan sehingga makanan itu di bawa pulang dan di makan ketika anak- anak berbuka.

Lampiran 7



ANALISIS DATA KEBUTUHAN (CATATAN LAPANGAN) Variasi Menu Makanan Sehat Anak Berkebutuhan Khusus (ADHD) Dalam Program Diet Di Paud Griya Ananda Karangploso

CATATAN LAPANGAN PERTEMUAN IV

Hari/Tanggal : Rabu/ 05 April 2023

Waktu : 09.00-11.00

Tempat : TK PAUD Griya Ananda

Deskripsi :

Di hari rabu di mualai dengan kepala sekolah mendongeng dengan boneka tangan. Anak juga mendengarkan menyimak untuk beberapa menit awal, kemudian di menit-menit akhir anak sudah mulai tidak kondusif, kosentarasi kemana-mana, dan rasa ingin tahu semakin membara. Akan tetapi masih bisa di kondusifkan. Setelah bercerita selesai, guru menyediakan beberapa pos supaya anak untuk memilih proyek apa yang dibuat, (Z) memilih untuk membuat bintang dari stick es cream dengan dibantu oleh kakak-kakak PKL.

Pada hari itu juga jadwal untuk hari ini adalah es sirup hijau, seperti biasa dari tahun ketahun, hari ke hari yang membuat makanan berat, snack, ataupun minuman masih sama yaitu Bu Sinta selaku juru masak di PAUD Griya Ananda. Berhubung di dalam es sirup terdapat jelly yang kecil dan warna -warni untuk anak ADHD di bedakan, walaupun bedanya cuma tidak ada jellynya. Dalam proses pemberian minuman ini anak-anak merasa sudah senang, karena minuman hari itu yang sangat variasi dari hari sebelumnya, dan guru teap konsisten untuk menerapkan progam diet dengan cara mempertahankan bahannya. Demikian deskripsi dalam proses pemberian mene sehat di Paud Griya Ananda.



ANALISIS DATA KEBUTUHAN (CATATAN LAPANGAN)
Variasi Menu Makanan Sehat Anak Berkebutuhan Khusus
(ADHD) Dalam Program Diet Di Paud Griya Ananda
Karangploso

CATATAN LAPANGAN PERTEMUAN V

Hari/Tanggal : Kamis/ 06 April 2023

Waktu : 13.00-18.00

Tempat : TK PAUD Griya Ananda

Deskripsi :

Berbeda dengan hari sebelum-sebelumnya, PAUD Griya Ananda pada hari itu ada acara yaitu pondok romadhon yang mana kegiatan di mulai dari sebelum dzuhur sampai buka bersama di sekolah. Sebelum dzuhur anak-anak berkumpul untuk di jelaskan mengenai ramadhan, setelah itu anak-anak shalat dzuhur dan tidur bersama-sama samapi ashar tiba, setelah ashar anak disuruh untuk berbaris dengan rapi menuju ke masjid. Sesudah dari masjid anak (Z) melamun di depan pintu melihat kado-kado yang telah di bawa teman-temanya untuk tukar kado nanti. Di sore harinya anak-anak duduk rapih untuk ngaji dan disemak oleh kakak-kakak dan guru-guru, setelah ngaji anak di kasih tugas untuk memasukan kertas lipat, yang sudah di gunting oleh guru dan kakak-kakak PKL. Sambil menunggu adzan anak-anak latihan untuk pentas di hari ahad.

Berhubung di hari itu ada kegiatan pondok romadhon alhsail ada maknan dan minuman untuk tajil buka, berbeda dari hari-hari kemarin, bu sinta memasak di sekolah yang di bantu oleh kakak-kakak dengan menu ayam kecap, dengan sayuran yaitu kacang, wortel dan minumannya es blewah. Walaupun ada es blewah+jelly, guru juga tidak lupa untuk membedakan makanan dan minuman untuk anak ADHD. Untuk minuman berbeda yaitu anak ADHD tanpa jelly tapi juga ada blewah, sedangkan anak non ADHD es blewah+jelly. Hai itu anak-anak makan dengan lahap dan ada yang nambah lagi. Karena makananya enak dan minumannya top mantap.

Lampiran Foto



ANALISIS DATA KEBUTUHAN (FOTO WAWANCARA)
Variasi Menu Makanan Sehat Anak Berkebutuhan Khusus
(ADHD) Dalam Program Diet Di Paud Griya Ananda
Karangploso

Hari, Tanggal Wawancara	Foto Wawancara
Senin, 27 Maret 2023	
Senin, 27 Maret 2023	
Rabu, 28 Maret 2023	

Lampiran 8



INSTRUMEN CATATAN WAWANCARA

Variasi Menu Makanan Sehat Anak Berkebutuhan Khusus
(ADHD) Dalam Program Diet Di Paud Griya Ananda
Karangploso

No Wawancara	:	1
Informan	:	Ashfro Abiry S.Psi
Jabatan	:	Kepala Sekolah
Hari, Tanggal Wawancara	:	Senin, 27 Maret 2023
Waktu	:	09.00
Metode	:	Tanya jawab
Lokasi	:	Ruang guru SD Griya Ananda

No	Pertanyaan	Jawaban	Pemadatan Fakta	Coding	Kategori
1.	Apakah sebelumnya bapak mengetahui, bahwa anak berkebutuhan khusus ADHD itu harus diet tepung, gluten, dll?	Jadi membaca dari beberapa refrensi dan berdiskusi dengan beberapa ahli untuk pratisi dokter anak memang untuk anak berekbutuhan khusus salah satunya ADHD ini harus diet tepung yang mengandung tepung gluten, yang di konsumsi oleh ADHD menimbulkan reaksi cenderung menstimulasi menjadi mengalami hiperaktif atau mengalamai	Mengetahui dari membaca dari beberap refrensi dan berdiskusi dengan para ahli untuk pratisi dokter anak. Memanganak ADHD ini harus diet tepung, gluten.	W1.A1	Variasi menu makanan sehat dalam program diet.

		gangguan emosi. Ketika kita memutuskan untuk melakukan sesuatu treatment harus dengan mempelajari terlebih dahulu.			
2.	Apakah sebelumnya bapak mengetahui, menu yang diperbolehkan dan tidak diperbolehkan untuk anak ADHD?	Ya, jadi refrensi tadi kita akhirnya mengkaji dan kita mengobservasi dengan menguji cobakan bahwa ketika anak diberikan makanan dengan kandungan seperti itu, maka reaksinya seperti apa. Nah, ketika mengujicobakan itu kan mesti akan muncul reaksi, ketika dia memang tidak cocok dan tidak boleh diberikan makanan tertentu dari situ, jadi mengetahui bahwa anak ini sebaiknya tidak diberikan makanan dengan kandungan yang misalnya tepung dan dst.	Dari refrensi tadi akhirnya mengkaji dan mengobservasi dengan menguji cobakan kepada anak, dan melihat reaksi pada anak itu. Jika dia tidak cocok maka tidak diberikan lagi makanan itu.	W1.A2	Variasi menu makanan sehat dalam program diet.
3.	Apakah kepala sekolah dan guru pernah mengikuti pelatihan atau pendidikan khusus untuk	Ya, saya pernah mengikuti dan sampai sekarang juga mengikuti beberapa penelitian dan juga ada bimbingan	Kepala sekolah, guru, pernah mengikuti dan masih mengikuti pelatihan atau pendidikan	W1.A3	Variasi menu makanan sehat dalam program diet.

	mengetahui menu dan program diet untuk ABK?	khusus untuk mengetahui bagaimana kita menerapkan pola hidup sehat dan pola makanan sehat bagi anak berkebutuhan khusus.	khusus untuk mengetahui menu dan program diet untuk anak berkebutuhan khusus (ADHD) ini		
4.	Bagaimana penerapan menu sehat untuk anak ADHD?	Yang jelas melihat komposisi makanan dan makanan sehat yang diberikan ke anak-anak itu, termasuk yang ADHD yang mengandung protein, vitamin jadi dia mungkin bisa, di satu sisi tidak boleh memakan yang mengandung gluten, tapi disisi yang lain harus terpenuhi gizi untuk kebetuhan pengganti dari zat tertentu yang tidak boleh ia dapatkan dari tepung. Kita tetap memenuhi kebutuhan nutrisi anak sehingga, meskipun dia diet tetap terpenuhi nutrisi, vitamin, dll. Untuk kesehatan dan untuk hal yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan.	Penerapan di Paud Griya Anand dalam menu sehat untuk anak ADHD menerapkan melihat komposisi makanan yang sehat yang mengandung proteim, vitamin, nutrisi. Dan yang tidak mengandung gluten.	W1.H4	Konsistensi variasi menu makanan sehat dalam program diet

5.	<p>Apa ada jadwal mengenai menu sehat untu da jadwal mengenai menu sehat untuk anak berkebutuhan khusus ADHD?</p>	<p>Menu sehat harus setiap hari, sekolahan juga bekerja sama dengan orang tua, dengan membuat menu sendiri, jadi memisahkan anak yang tidak bemasalah tentang hal perkembangan dengan anak yang bermasalah atau anak yang mengalami gangguan. Jadi kita membuat semacam 2 menu yang misalnya menu untuk anak-anak non ADHD misalnya pakai tepung, maka anak ADHD membuat menu makanan yang tidak pakai tepung, jadi jelas. Dan kita membuat daftar apa saja yang boleh dan tidak boleh. Dan harus memenuhi nutrisi untuk memenuhi kebutuhan anak dalam proses makanan sehat dan disekolah kita yang mengatur artinya kita jadwal. Kalau di rumah harus mendapatkan</p>	<p>Mengenai jadwal untuk anak ADHD dalam program dietnya Paud Griya ananda menjadwalkan dengan menu sehat setiap hari dengan memasak dan membuat menu sendiri. Dan setiap harinya jika jadwal itu kurang baik untuk anak ADHD juru masak, memasak 2 menu untuk anak ADHD dan non ADHD. Walaupun berbeda tetapi masih memenuhi nutrisi untuk memnuhihi kebutuhan anak dalam proses makanan sehat.</p>	W1.A5	<p>Kosistensi variasi menu makanan sehat dalam program diet</p>
----	---	--	--	-------	---

		dukungan penuh selama tidak mengganggu jadwal diet dan makanan yang tidak dibolehkan, maka harus diberi asupan makanan sehat.			
6.	Apa saja yang membedakan menu anak ADHD dengan anak non ADHD?	Sebetulnya dilembaga kita, kita mementingkan makanan sehat ya, jadi menu antara anak ADHD dengan non ADHD kita usahakan seimbang sehingga seperti misalnya snack diatur bagaimana dia tidak mengandung bahan pengawet kemudian gula, pemanis buatan, kemudian pewarna dengan ini juga berlaku untuk anak sehat juga. Jadi, kalau disekolah sendiri menu kita atur sedemikian rupa bagaimana itu anak bisa aman, mereka dapat makanan sehat disekolah, jadi pihak sekolah memposisikan misalnya hari ini anak-anak dibuatkan makanan nasi	Di paud Griya Ananda mementingkan makanan sehat, jadi menu antara anak ADHD dengan non ADHD di usahakan seimbang. Yang diatur dengan sedemikaaian rupa bagaimana anak itu makan dengan aman. Sehingga jangan sampai terlihat beda dengan anak non ADHD sehingga anak-anak tidak merasa minder.	W1.A6	

		<p>kuning atau mereka diberikan bubur, kolak, kompisisnya diatur.</p> <p>Bagaimana nanti penenrapan juga bisa diberikan kepada anak-anak yang ADHD dan non ADHD. Kalau bisa bikin kolak pisang, kita menggantikan dulu anak-anak yang ADHD kita berikan itu berpengaruh tidaknya dengan gangguanya, kalau tidak berpengaruh berarti bisa kita samakan. Kalau misalnya bikin pisang goreng itu yang jelas anak ADHD tidak diberikan tepung untung pisangnya atau mengganti membuat pisang bakar dan itupun bagaimanapun jangan sampai terlihat beda dengan anak non ADHD sehingga anak-anak tidak merasa minder.</p>			
7	Bagaimana sistem program diet yang diterapkan di	Sistem diet kami harus ketat, jadi sebelum mereka sekolah dia harus diet dulu selama 3 bulan. Setelah	Di paud griya ananda diet harus ketat dan konsisten. Sebelum masuk di	W1.A7	Konsistensi menu makanan sehat dalam

	<p>Paud Griya Ananda?</p>	<p>itu, dia baru bisa masuk sekolah untuk diobservasi setelah dia sekolah maka diet itu harus dilanjutkan selama minimal 2 tahun, itu harus ketat dan nanti setelah lewat 2 tahun atau mungkin 1 tahun pertama perkembangan dia bagus baru kita izinkan di uji coba dengan makanan-makanan yang tadinya di larang nanti kita uji cobakan sedikit demi sedikit, kalau misalnya ternyata tidak menimbulkan reaski yang berat boleh dilanjutkan tetapi jika ada reaski yang muncul dari makanan yang tadinya tidak boleh dan kita bolehkan maka, harus di stop sampai memang perkembangan dia benar-benar bagus dan signifikan untuk secara keseluruhan</p>	<p>Griya ananda anak yang mengalami berkebutuhan khusus harus diet selama 3 bulan pertama setelah itu dia baru bisa masuk sekolah. Dan diet harus dilanjutkan 2 tahun atau 1 tahun pertama.</p>	<p>program diet.</p>
--	---------------------------	--	---	----------------------

Lampiran 8



INSTRUMEN CATATAN WAWANCARA Variasi Menu Makanan Sehat Anak Berkebutuhan Khusus (ADHD) Dalam Program Diet Di Paud Griya Ananda Karangploso

No wawancara	:	2
Informan	:	Sinta Vidayanti
Jabatan	:	Guru (Juru masak)
Hari, Tanggal Wawancara	:	Selasa, 28 Maret 2023
Waktu	:	07.30
Metode	:	Tanya Jawab
Lokasi	:	Ruang guru SD Griya Ananda

No	Pertanyaan	Jawaban	Pemadatan fakta	Coding	Kategori
1.	Apaakah sebelumnya ibu mengetahui, bahwa anak berkebutuhan khusus (ADHD) itu harus diet tepung, gluten, dll?	Terkai anak ADHD harus diet saya mendapatkan informasinya dari pak ifir jadi semua <i>snack</i> yang kita sediakan untuk anak-anak direkomendasikan oleh pak ifir. Di beritahu setelah interview anak ini harus diet ketat, ada yang bisa memakan olahan ketan setelah berjalan beberapa bulan diet dan memang adanya perubahan, biasanya ada yang sudah diperbolehkan.	Mengetahui dari kepala sekolah dan diberitahu setelah interview bawasanya anak ini harus diet ketat	W2.S1	Variasi menu makanan sehat dalam program diet
2.	Bagaimana kesiapan ibu	Terkait kesiapan biasanya	mempersiapkan bahan	W2.S2	Variasi menu

	dalam membuat menu sehat untuk anak berkebutuhan khusus?	menyiapkan bahan terlebih dahulu, misalkan saya mau bikin bolu untuk anak tidak diet kita bikin brownies, atau kue yang berbahan sesuai dengan resep yang ada tapi ketika untuk anak berkebutuhan khusus maka bahan utamanya yang kita ubah. Misalnya dengan tepung terigu, kita ubah menjadi tepung beras dengan tambahan (tepung beras kan akan berbeda rasa pada naka-anak) maka di tambah dengan labu atau biasanya ubi tambahan rasa untuk mengurangi gula karena, labu kuning sudah memiliki pemanis alami. Kesiapannya lebih membedakan bahan makanan	terlebih dahulu, membedakan bahan untuk anak berkebutuhan khusus dan non berkebutuhan. Dan kesiapannya lebih membedakan bahan makanan		makanan sehat dalam program diet
3.	Apa yang dihadapi ibu dalam	Yang dihadapi itu mengkreasikan	Mengreasikan dalam bentuk yang sama	W2.S3	Variasi menu makanan

	mempersiapkan menu untuk anak berkebutuhan khusus?	dalam bentuk yang sama, karena anak - anak yang dilihat kan visualnya. “Ketikan temanku begini, kenapa aku berbeda?”, akhirnya kita harus membuat dalam bentuk minimal itu harus menyurapai dengan rasa yang tidak sama, supaya anak tidak merasa kalau dibedakan.	(dari segi visualnya, rasanya, dan bentuknya) supaya anak tidak merasa kalau dibedakan		sehat dalam program diet
4.	Apakah dalam pembuatan menu, makanan, minuman, dan snack ibu selalu membuat sendiri?	Alhamdulillah membuat sendiri. Karena, demi keamanan dan kesehatan anak. Jadi, sisi istimewa dari Griya Ananda ini karena olahan makanana kita caver sendiri karena apa supaya mudah ketika terjadi sesuatu untuk mendeteksi ini dari mana kira-kira penyebabnya apa. Kalau kita beli kitakan tidak bisa meminta pertanggung jawaban yang	Demi keamanan dan kesehatan pihak paud griya ananda memilih untuk membuat sendiri dengan juru masak yang seakligus guru.	W2.S4	Kosistensi variasi menu makanan sehat dalam program diet

		membuat. Karena kan tidak ada akadnya.			
5.	Bagaimana bisa muncul menu makan sehat dalam waktu seminggu ini? Dan alasan nya?	Dasar dari diet ini adalah keyakinan bahwa tubuh anak dengan autisme, ADHD dan gangguan perkembangan yang lain mencerna gluten dan kasein secara berbeda.. Reaksi kimia hasil pencernaan itu terbawa ke sistem saraf pusat dan mengakibatkan gangguan pada otak. Memang, belum ada bukti klinis yang membuktikan hal tersebut, tapi saat kami memulai atas saran dari kepala sekolah akhirnya banyak orang tua yang merasakan perubahan positif pada sang anak setelah penerapan diet ini. Maka makanan bebas gluten dan bebas kasein, serta bahan makanan pengganti	Reaksi kimia hasil pencernaan itu terbawa ke sistem saraf pusat dan mengakibatka n gangguan pada otak. maka makanan bebas gluten dan bebas kasein, serta bahan makanan pengganti gluten dan kasein menjadi menu alternatif bagi Ananda dengan kebutuhan khusus	W2.S5	Variasi Menu Sehat

		gluten dan kasein menjadi menu alternatif bagi Ananda dengan kebutuhan khusus.			
6.	Apa yang dipertimbangkan pemberian menu sehat untuk anak berkebutuhan khusus (ADHD) ini?	Pertimbangannya lebih kepada menemukan pola atau mengubah keadaan anak yang tadinya tantrum sehingga lebih tenang (perilaku terkendali) Dan itu memang berdampak pada mudahnya pendekatan pada anak, dan melatih fokus Ananda pada stimulasi yang kita lakukan atau berikan	Untuk menemukan pola atau mengubah keadaan anak yang tadinya tantrum sehingga lebih tenang.	W2.S6	Konsistensi
7.	Bagaimana etika makan yang diterapkan di Paud Griya Ananda ini?	Mencuci tangan sebelum makan, berdoa sebelum dan sesudah makan, duduk ketika makan, makan pakai tangan kanan	Mencuci tangan, sebelum makan dan sesudah makan, duduk ketika makan, makan pakai tangan kanan	W2.S7	Etika makan dalam Islam
8.	Bagaimana tingkat pemahaman ibu dalam program diet untuk anak berkebutuhan khusus ADHD?	Terkait program diet, ketika kita sudah melakukan pasti akan ada perubahan, misalnya perilaku dia sebelumnya	Terkait dengan program diet biasanya ketika kita sudah melakukan pasti akan ada perubahan. Seperti halnya	W2.S8	Variasi menu makanan sehat dalam program diet

		<p>seperti apa ketika kita amati dari pengendalian dari makanan yang masuk pasti ada banyak perubahan. Seperti tingkat konsentrasi, tiba-tiba hilang kemana-mana akhirnya lebih mudah bisa di pegang. Karena kan asupan secara untuk gulannya, tepung yang tidak baik untuk kondisi kesehatannya kan kita tidak masukkan dari beberapa kondisi itu bisa mudah dikendalikan.</p>	<p>dengan anak-anak ADHD ini. Dengan adanya diet untuk anak ADHD merubah dia dari segi perilaku, tingkat konsentrasi. Maka dari itu tidak memberikan bahan makanan dari tepung dan gluten dsb.</p>		
9.	<p>Bagaimana proses penerapan menu sehat untuk ABK dalam program diet?</p>	<p>Proses penerapannya biasanya kalau murid berkebutuhan khusus setelah itu kita diberitahu pak ifir, “oh yang ini harus diet” diet awal itu diet ketat 3 bulan awal non tepung, non terigu, non susu, kemudian gula, tidak ada tepung ketan terutama kita tidak</p>	<p>Dari awal sudah di katakan sama bpk kepala sekolah, bawasanya anak ini diet. Maka dari itu penerapannya non terigu, non tepung, non susu dan non gluten. Jadi mengganti itu dengan bahan yang alami misalnya singkong ,</p>	W2.S9	<p>Konsistensi variasi menu makanan sehat dalam program diet.</p>

		<p>berikan pada pertama awal 3 bulan itu, berarti kita membuat makanan yang tidak ada bahan tersebut. Biasanya lebih ke bahan-bahan singkong, singkong tidak sering karena ada alkohol juga kan ya, jadi gas kan ada singkong. Jadi lebih seringnya ke ubi, kentang, membiasakan anak karena awal itu yang dirumah segala diberikan kemudian di sekolahan dia akan bertemu makanan yang tidak pernah disajikan dirumah. Tantangannya adalah menyampaikan pada anak bahwa “rezekinya ini, silahkan dinikmati kalau tidak suka, diletakkan” seperti itu.</p>	<p>akan tetapi singkong juga jarang karena mengandung alkohol. Dan kesulitan ketika menerapkan dan menyampaikan kepada anak ADHD.</p>		
10.	Apakah ketika membuat makanan, minuman ataupun <i>snack</i> ibu melihat	Jadi di awal dulu kita mempelajari, pak ifir menyampaikan “oh ini yang	Dari awal mempelajari apa yang tidak boleh dan apa yang dibolehkan.	W2.S10	Variasi menu makanan sehat dalam program diet

	<p>resep makanan apa saja yang tidak bisa diolah sebagai makanan, minuman ataupun <i>snack</i> untuk anak berkebutuhan khusus ADHD?</p>	<p>tidak bolehnya yang ini, menggantinya apa seperti terkait gula. Jadi kita memilah dulu, menyiapkan kira-kira menu apa ya yang sama anak ini menarik dan dia itu bisa memindahkan selera, jadi yang dirumah biasanya mungkin makan-makan yang biasa ada di umum. Apa ada pembeda ini yang tidak sehat untuk dia, nah itu kita memindahkan selera itu. Ketika disekolah sudah bagus, dirumah kita sampaikan bahwa yang boleh disajikan ini-ini, biasanya kue ini terhidang di meja sebaiknya mulai dipindahkan dengan menu menu yang dibolehkan untuk anak berkebutuhan khusus ini. Contohnya kayak kentang, kalau tidak boleh</p>	<p>Dengan memilah-memilih, menyiapkan menu apa saja yang menarik dan bisa memindahkan selera anak pada makanan itu.</p>		
--	---	---	---	--	--

		digoreng kan bisa dikukus. Mulai berpindah selera makanan yang lebih cocok.			
11.	Apakah ibu juga berdiskusi dengan orangtua murid dalam memberikan dan membuat menu sehat?	Karena komunikasi dengan orangtua itu penting, penimbang antara peraturan di sekolah dan di rumah. Jadi ketika disekolah sudah berjalan otomatis di rumah harus mengikuti, ketika orangtua merasa kesulitan biasanya saya bertanya "ibu merasa kesulitannya dimana, kalau mau minta resep silahkan, yang biasa diolah disekolah nanti bisa di pindah di rumah dan bisa membuat bersama anak-anak. Sehingga orangtua ketika mengalami kendala mereka juga memukan solusi.	Komunikasi dengan orangtua murid itu penting karena penimbang antara peraturan sekolah dan dirumah. Ketika program diet di sekolah sudah berjalan otomatis di rumah juga mengikuti.	W2.S11	Variasi menu makanan sehat dalam program diet
12.	Apakah pernah terjadi, memberikan menu makanan ataupun <i>snack</i> yang	Pernah itu, ketika saya membuat kolak terlalu manis. Efeknya di besoknya jadi	Efeknya anak kembali seperti dahulu (teriak-teriak, begitu juga dengan	W2.S12	Variasi menu makanan sehat dalam program diet

	<p>mengandung tepung dan pemanis atau bahan pengawet? Dan apakah hiperaktivitas anak meningkat?</p>	<p>biasanya yang sudah tidak teriak ini kembali teriak-teriak lagi, biasanya sudah mulai bisa dikendalikan untuk larinya akhirnya dia lebih kencang gitu ya, emosinya juga. Akhirnya, mengevaluasi kembali bahwa oh bisa jadi akibat dari yang kemarin makan terlalu manis, ketika untuk anak-anak yang diet itu biasanya penyampaian kepada guru untuk ditambahkan komposisi air supaya tidak terlalu manis hanya sekedar sama rasa gitu aja.</p>	<p>larinya), karena olahan makanan yang terlalu manis.</p>		
13.	<p>Apakah dalam pembuatam menu sehat sudah konsisten tidak memberikan tepung dan bahan pengawet?</p>	<p>Alhamdulillah, jadi mulai dari awal dulu Griya Ananda ketika menerima anak berkebutuhan khusus kita menu memang konsisten tidak memberikan yang tidak diperbolehkan. Biasanya kecolongannya ketika dirumah</p>	<p>Griya ananda dari awal ketika menerima anak berkebutuhan khusus sudah konsisten meberikan yang tidak diperbolehkan.</p>	W2.S10	<p>Konsistensi variasi menu makanan sehat dalam program diet</p>

		<p>ntah ada saudara yang datang, kita menyajikan ke tamu anak-anak juga mengambilnya yang disajikan karena rasa penasaranya anak-anak. Dulu kita diskusikan efeknya ketika kita sudah memulai diet satu kali saja kecolongan, kita mengulang dari nol (0). Jadi kita kembalikan lagi kepada orang tua, mau repot lagi, atau mau konsisten yang bentar lagi selesai.</p>			
--	--	---	--	--	--

Lampiran 8



INSTRUMEN CATATAN WAWANCARA
Variasi Menu Makanan Sehat Anak Berkebutuhan Khusus
(ADHD) Dalam Program Diet Di Paud Griya Ananda
Karangploso

No wawancara	:	3
Informan	:	Heru Tri Prasetyo
Jabatan	:	Wali Murid
Hari, Tanggal Wawancara	:	Senin, 27 Maret 2023

Waktu	:	13.00
Metode	:	Tanya Jawab
Lokasi	:	Ruang Rapat Fakultas Hukum Universitas Brawijara

No	Pertanyaan	Jawaban	Pemadatan Fakta	Coding	Kategori
1.	Sejak kapan anak bapak/ibu menderita hiperaktif (ADHD)?	Jadi waktu itu umur 2 tahun, itukan harusnya anak sudah mulai mengenal kata, nah dia mengalami <i>speech delay</i> nah dulu mau ke tumbuh kembang anak cuma ya nunggu-nunggu terus gitu. Pengenya ini di coba dulu, ternyata kok perubahannya dikit banget. Akhirnya anak sudah mau 3 tahun saya mulai <i>browsing-browsing</i> ternyata gejalanya kok sama dengan anak saya ADHD. Istri si gapapa, akhirnya sudah masuk waktu PAUD tidak saya masukan PAUD. Di sekitar 4tahun an saya kerumah sakit, waktu itu anak saya (Z) itu sakit demam berdarah. Terus	Mengetahui bawasanya anak mengalami ADHD pada umur 5 tahun dan menerapkan diet. Gejala awal yaitu <i>speech delay</i> .	W3.H1	Variasi menu sehat dalam program diet

		<p>si dokternya itu melihat perilakunya (Z) waktu itu anak mainan diambil sama anak lain terus marah atau tantrum gitu, waktu itu dokternya langsung manggil saya, tanya “umurnya berapa tahun?” anak ini kayaknya kurang teman dan saya pun mengakui bahwa (Z) ini kurang teman. di umur 5 tahun mengetahui jika anak saya terkena ADHD dan saya menerapkan diet</p>			
2.	<p>Kapan bapak/ibu menyadari bahwa anak bapak/ibu menderita (ADHD)?</p>	<p>Saya curiga umur antara 2 sampai 3 tahun Cuma emang tidak saya puse itu ke tumbuh kembang anak karena banyak faktor ya, orang tua dan inginnya anak saya tidak kenapa-kenapa. Sebenarnya ini masalah Cuma kita itu tidak berani mengakui bahwa anak kita itu ADHD. Ada ketakutan seperti itu ada.</p>	<p>Menyadari bawasanya anaknya ADHD pada saat anak umur 2 sampai 3 tahun, orang tua mempunyai ketakutan sehingga tidak mau mengakui bahwa anaknya ADHD</p>	W3.H2	<p>Variasi menu makanan sehat dalam program diet</p>

3.	<p>Terapi apa saja yang diberikan bapak/ibu yang menderita hiperaktif (ADHD)?</p>	<p>Jadi waktu itu juga <i>sharing</i> ke teman-teman terus tanya-tanya juga ke dokter mengenai terapi apa yang dilakukan untuk anak ADHD. Pertama hindari semua barang yang bergerak cepat misalnya (TV, Handphone, Tablet). Terutama TV karena itu bergerak cepat dan anak-anak tidak bisa fokus, terus ketika muterin lagu anak itu satu bahasa karena waktu dulu saya muterin ya campur-campur, makanya anak menangkap semua bahasa. Awal masalahnya dari situ. Saya juga menyadari dari kecil anak saya begitu. Di umur 5 tahun saya sudah stop TV. Makanan semua turunan dari susu itu tidak boleh, keju, roti, pisang terlalu banyak juga tidak boleh. Karena, anak itu aktif tujuan dari</p>	<p>Terapi untuk anak ADHD : 1.Hindari semua barang yang bergerak (TV, Handphone, Tablet) 2. makanan yang turunan dari susu itu tidak boleh, keju, roti, pisang terlalu banyak juga tidak boleh.</p>	W3.H3	<p>Variasi menu makanan sehat dalam program diet</p>
----	---	---	---	-------	--

		<p>diet itu untuk melemaskan tubuh biar bisa konsentrasi, tatap mata itu penting jadi selama ngobrol (Z) tidak pernah tatap mata, dia tidak melihat tapi mendengarkan dia tau apa yang kita omongkan. Terkadang kita lupa ternyata dia masih ingat. Maknanya makanan itu penting, sekarang banyak itu makanan <i>gluten free</i>. Kalau buah itu pisang, durian yang berbau alkohol kayak semangka itu tidak boleh.</p>			
4.	<p>Bagaimana pendapat bapak/ibu tentang program diet untuk ABK (ADHD)?</p>	<p>Ya, Alhamdulillah saya bilang 75%. Karena, dari saya mulai menjalankan itu 3 bulan observasi dari usia 5 tahun. Di 3 bulan pertama (Z) diet ketat. Saya masukan lagi di PAUD Griya Ananda untuk observasi ternyata masih belum bisa berkumpul karena</p>	<p>Bisa dikatakan berhasil 75%. Dengan diet anak (Z) lebih berkurang hiperkatifnya dan sudah bisa merangkai kata walaupun kurang pas, tapi sudah tau, berhitung sudah bisa, membaca juga sudah bisa.</p>	W3.H4	<p>Variasi menu makanan sehat dalam program diet</p>

		<p>membahayakan teman sekitarnya (Z mendorong) akhirnya (Z) belum bisa masuk sekolah, habis itu diet lagi 3 bulan. Habis itu setelah 6 bulan akhirnya boleh masuk, (Z) tidak masuk PAUD tapi langsung Tk A. Masuk Tk 6 bulan langsung ada kosa kata, sebenarnya ada sebelumnya (“ayah”. “ibu”) tapi merangkai kata itu susah dan dia di suruh ngomong itu kesulitan mau berbicara apa, (Z) ini termasuk ADHD yang <i>speech delay</i>, waktu itu yang saya takutkan Cuma <i>speech delay</i>. Sampai sekarang (Z) umur 7 tahun ngomongnya sudah bisa mungkin merangkai katanya kurang pas gitu kan, tapi sudah tau, berhitung sudah bisa, membaca juga sudah bisa.</p>			
5.	Bagaimana cara	Karena sekolahnya	Pihak sekolah sudah tahu	W3.H5	Variasi menu maknan sehat

	menyampaikan kepala sekolah ataupun guru bahwa anak tidak boleh makanan ataupun minum yang di larang oleh dokter?	sudah tahu, jadi saya serahkan ke guru. jika ada teman-temannya yang tidak diet bawa makanan manis gurunya bilang “mohon maaf kakak Z lagi menjalankan program diet jadi belum boleh memakan seperti itu”. Kalau saya lebih menyampaikan ke anaknya (Z) ngomong “nanti di sekolah tidak boleh makan, makanan yang di bawa oleh temannya”. (Z) saya bawa sendiri, dan saya samapi beli air fryer dan minyak kelapa. nasi juga dikurangi.	terlebih dahulu, orang tua lebih menyampaikan kepada anak bawasanya masih belum boleh memakan yang dilarang.		dalam program diet
6.	Informasi apa saja yang bapak/ibu dapatkan untuk kesembuhan anak bapak/ibu yang (ADHD)?	Semuanya informasi apapun yang berhubungan dengan ADHD saya ikuti, dari internet, tanya-tanya ke teman, ke dokter juga, guru yang di sekolahn juga, apa yang tidak boleh sama apa yang boleh.	Semua informasi diikuti, dari internet, tanya keteman-teman sampai ke dokter.	W3.H6	Variasi menu makanan dalam program diet
7.	Apakah di rumah juga menerapkan	Awalnya dirumah yang menerapkan	Di lingkungan rumah terlebih dahulu untuk	W3.H7	Konsistensi variasi menu makanan

	diet tanpa tepung, bahan pewarna, pengawet, dll?	diet, baru disekolahan.	menerapkan diet dan dietruskan di sekolahan		sehat dalam program diet
8.	Apakah dalam pembuatan menu sehat sudah konsisten untuk diberikan ke anak bapak ?	Waktu 6 bulan itu konsisten, karena takut yaa, karena kita telat dan terjadi yang tidak diinginkan. Berjalan 1 tahun sedikit longgar, sekarang sudah mulai tambah longgar lagi tapi ya, ini menjaga..	Dalam waktu 6 bulan konsisten dan diet ketat, sedangkan 1 tahun terkahir ini sedikit longgar	W3.H8	Konsistensi variasi menu makanan sehat dalam progarm diet
9..	Bagaimana penerapan menu makanan sehat untuk anak bapak di rumah dalam progam diet ini?	Sebisa mungkin tidak membeli di luar, karena beli diluar kita tidak pernah tau kan minyaknya seperti apa. (Z) itu hampir jarang beli makanan diluar, kita semuanya masak dirumah mau kemanapun kita repot menyiapkan makanan dari rumah.	Mengusahakan tidak membeli makanan di luar,dan lebih memilih memasak dirumah.	W3.H9	Variasi menu makanan sehat dalam program diet

Daftar Riwayat Hidup Penulis



- Nama : Aisyah Zahroh Firdaus
NIM : 19160034
Tempat, Tanggal Lahir : Ponorogo, 29 November 2000
Alamat : Jalan Sulawesi gag 1 no 14 RT 001 RW 003
Banyudono, Ponorogo, Jawa Timur
Nomor HP : 089677987417
Email : 19160034@student.uin-malang.ac.id
Riwayat Pendidikan :
1. Pendidikan Formal
 - a. TK Aisyiyah Nologaten (2005-2007)
 - b. SD Muhammadiyah I Ponorogo (2007-2013)
 - c. Mts 2 Ponorogo (2013-2016)
 - d. SMA 1 Muhammadiyah Ponorogo (2016-2019)
 2. Pendidikan Non-formal
 - a. Ma'had Al-Jami'ah UIN Maulana Malik Ibrahim Malang (2019-2020)