SKRIPSI

STUDI KASUS IMPLEMENTASI MENU DIET CASEIN DAN GLUTEN FREE PADA POLA MAKAN ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS AUTISME DI SEKOLAH LUAR BIASA (SLB) NEGERI DELI SERDANG

SOPHIA DELAROSA VERONIKA
P01031222050

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN GIZI
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2026

STUDI KASUS IMPLEMENTASI MENU DIET CASEIN DAN GLUTEN FREE PADA POLA MAKAN ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS AUTISME DI SEKOLAH LUAR BIASA (SLB) NEGERI DELI SERDANG

Skripsi

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika pada Program Studi D-IV Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

SOPHIA DELAROSA VERONIKA

P01031222050

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN

JURUSAN GIZI

PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

STUDI KASUS IMPLEMENTASI MENU DIET CASEIN DAN GLUTEN FREE PADA POLA MAKAN ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS AUTISME DI SEKOLAH LUAR BIASA (SLB) NEGERI DELI SERDANG

Diusulkan Oleh :

SOPHIA DELAROSA VERONIKA

P01031222050

Telah disetujui di Lubuk Pakam

Pada tanggal 6 Oktober 2026

Pembimbing Utama :

Dr. Haripin Togap Sinaga, MCN

NIP. 196503081988031003

Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M.Kes

NIP. 197610232000032002

HALAMAN PENGESAHAN

STUDI KASUS IMPLEMENTASI MENU DIET CASEIN DAN GLUTEN FREE PADA POLA MAKAN ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS AUTISME DI SEKOLAH LUAR BIASA (SLB) NEGERI DELI SERDANG

Telah dipersiapkan dan disusun oleh:

SOPHIA DELAROSA VERONIKA

P01031222050

Telah dipertahankan didepan Tim Penguji

Pada Tanggal 01 Juli 2026

Tim Penguji :

		Tanda Tangan
1. Ketua	: Dr. Haripin Togap Sinaga, MCN	:.....
2. Anggota 1	: Dr. Herta Masthalina, S.KM, M.PH	:.....
3. Anggota 2	: Ginta Siahaan, DCN, M.Kes	:.....

Lubuk Pakam, 22 Oktober 2026

Mengetahui

Ketua Prodi

Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M.Kes

NIP. 197610232000032002

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama	: Sophia Delarosa Veronika
NIM	: P01031222050
Program Studi	: Diploma IV
Jurusan	: Gizi
Perguruan Tinggi	: Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan Skripsi saya yang berjudul :

STUDI KASUS IMPLEMENTASI MENU DIET CASEIN DAN GLUTEN FREE PADA POLA MAKAN ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS AUTISME DI SEKOLAH LUAR BIASA (SLB) NEGERI DELI SERDANG

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Lubuk Pakam, 6 Oktober 2026

Penulis,



SOPHIA DELAROSA VERONIKA

NIM P01031222050



BIODATA PENULIS

Nama	: Sophia Delarosa Veronika
Tempat/Tgl lahir	: Jakarta / 21 Juni 2003
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Kristen Protestan
Alamat Rumah	: JL. Labu No. 23 Tomuan, Kecamatan Siantar Timur, Kota Pematangsiantar, Sumatera Utara
Nomor HP	: 081260431261

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SDN Joglo 08 Pagi
2. SLTP : SMP Negeri 5 Pematangsiantar
3. SLTA : SMA Negeri 3 Pematangsiantar

ABSTRAK

STUDI KASUS IMPLEMENTASI MENU DIET CASEIN DAN GLUTEN FREE PADA POLA MAKAN ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS AUTISME DI SEKOLAH LUAR BIASA (SLB) NEGERI DELI SERDANG

Sophia Delarosa Veronika, Dr. Haripin Togap Sinaga, MCN
Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan
Email : simamorasofia05@gmail.com

Anak autisme sering mengalami pola makan selektif sehingga pemilihan makanan menjadi tantangan. Diet Casein Free Gluten Free (CFGF) merupakan pendekatan dengan membatasi makanan yang mengandung gluten dan kasein. Penelitian ini bertujuan mengetahui implementasi menu diet CFGF pada pola makan anak autisme serta perubahan pengetahuan dan sikap ibu setelah edukasi menggunakan booklet dan leaflet.

Penelitian menggunakan pendekatan studi kasus dan rancangan one group pretest-posttest. Sampel berjumlah 6 ibu dengan anak autisme di SLB Negeri Deli Serdang dengan teknik total sampling. Intervensi berupa edukasi menggunakan booklet dan leaflet serta pemberian siklus menu CFGF selama 7 hari. Data kuantitatif diperoleh melalui kuesioner sebelum dan sesudah intervensi, sedangkan data kualitatif melalui wawancara dan observasi. Analisis kuantitatif menggunakan paired sample t-test dan data kualitatif dianalisis secara deskriptif melalui triangulasi.

Hasil menunjukkan pengetahuan ibu meningkat dari kategori cukup 83,3% dan kurang 16,7% menjadi baik 66,7% dan cukup 33,3%. Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 26,17±3,06 menjadi 32,50±3,27, sedangkan sikap meningkat dari 5,00±2,00 menjadi 8,50±1,04. Hasil uji paired sample t-test menunjukkan perbedaan signifikan $p<0,001$. Hasil kualitatif menunjukkan pengurangan makanan gluten dan kasein serta penggunaan bahan pangan lokal.

Kesimpulan : Edukasi dan implementasi menu CFGF dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu dan membantu memperbaiki pola makan anak autisme.

Kata kunci : Autisme, Casein Free Gluten Free, pengetahuan, sikap, pola makan.

ABSTRACT

CASE STUDY ON THE IMPLEMENTATION OF CASEIN AND GLUTEN-FREE DIET MENUS IN THE EATING PATTERNS OF CHILDREN WITH AUTISM SPECIAL NEEDS AT SLB NEGERI DELI SERDANG

Sophia Delarosa Veronika, Dr. Haripin Togap Sinaga, MCN
Medan Health Polytechnic of the Ministry of Health
Email: simamorasofia05@gmail.com

Children with autism often experience selective eating patterns, making food selection a challenge. The Casein Free Gluten Free (CFGF) diet is an approach that restricts foods containing gluten and casein. This study aims to determine the implementation of the CFGF diet menu in the eating patterns of children with autism and the changes in mothers' knowledge and attitudes after education using booklets and leaflets.

This study used a case study approach and a one-group pretest-posttest design. The sample consisted of 6 mothers with children with autism at SLB Negeri Deli Serdang using a total sampling technique. The intervention took the form of education using booklets and leaflets as well as providing a 7-day CFGF menu cycle. Quantitative data were obtained through questionnaires before and after the intervention, while qualitative data were gathered through interviews and observations. Quantitative analysis used the paired sample t-test, and qualitative data were analyzed descriptively through triangulation.

The results showed that mothers' knowledge increased from the fair category (83.3%) and poor category (16.7%) to the good category (66.7%) and fair category (33.3%). The average knowledge score increased from 26.17±3.06 to 32.50±3.27, while attitudes increased from 5.00±2.00 to 8.50±1.04. The paired sample t-test results showed a significant difference of $p < 0.001$. Qualitative results indicated a reduction in gluten and casein foods and the use of local food ingredients.

Conclusion: Education and the implementation of the CFGF menu can improve mothers' knowledge and attitudes and help improve the eating patterns of children with autism.

Keywords: Autism, Casein Free Gluten Free, knowledge, attitude, eating pattern



KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan berkat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Skripsi yang berjudul "Studi Kasus Implementasi Menu Diet Casein dan Gluten Free Pada Pola Makan Anak Berkebutuhan Khusus Autisme Di Sekolah Luar Biasa (SLB) Negeri Deli Serdang".

Dalam penulisan Skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan dorongan dari berbagai pihak untuk itu melalui kesempatan ini penulis menyampaikan banyak terima kasih kepada :

1. Tengku Sri Wahyuni, SSiT. M.Keb selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian kesehatan Medan.
2. Dr. Herta Masthalina, S.KM, M.PH selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian kesehatan Medan.
3. Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi Dan Dietetika Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan.
4. Dr. Haripin Togap Sinaga, MCN selaku dosen pembimbing utama.
5. Dr. Herta Masthalina, S.KM, M.PH selaku dosen penguji I.
6. Ginta Siahaan, DCN, M.Kes selaku dosen penguji II.
7. Kedua orang tua saya terkasih, Bapak Alm. Benni R Simamora dan Ibu Nora H Sinaga yang senantiasa memberikan dukungan dan kasih sayang serta doa-doa yang tidak terbalas untuk penulis.
8. Untuk adik-adikku tersayang Luis Abednego Simamora, Nico Simamora, dan Queensa Natale Simamora yang selalu memberi motivasi dalam proses penyelesaian proposal.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan banyak kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran positif guna perbaikan dan penyempurnaan skripsi ini. Atas perhatiannya penulis mengucapkan terimakasih.

Lubuk Pakam, 6 Oktober 2026

Sophia Delarosa Veronika

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN PERSETUJUAN ..... **i**

HALAMAN PENGESAHAN ..... **ii**

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN ..... **iii**

BIODATA PENULIS ..... **iv**

ABSTRAK ..... **v**

ABSTRACT ..... **vi**

KATA PENGANTAR ..... **vii**

DAFTAR ISI ..... **viii**

DAFTAR TABEL ..... **xi**

DAFTAR GAMBAR ..... **xii**

DAFTAR LAMPIRAN ..... **xiii**

BAB I PENDAHULUAN **1**

A. Latar Belakang 1

B. Rumusan Masalah 4

C. Tujuan Penelitian 4

1. Tujuan Umum 4

2. Tujuan Khusus 5

D. Manfaat Penelitian 5

a. Bagi Masyarakat 5

b. Bagi Institusi Pendidikan 5

c. Bagi Penulis 5

BAB II TINJAUAN PUSTAKA **6**

A. Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) 6

B. Autisme 10
C. Diet Casein Free Gluten Free (CFGF) 13
D. Keterampilan Ibu dalam Menyajikan Variasi Menu Sehat..... 17
E. Penelitian Terdahulu..... 21
F. Edukasi Diet CFGF 22
G. Media Booklet 23
H. Media Leaflet 25
I. Kerangka Teori 27
J. Kerangka Konsep..... 28
K. Definisi Operasional..... 29
L. Hipotesis 30
BAB III METODE PENELITIAN 31
A. Lokasi dan Waktu Penelitian 31
B. Jenis dan Rancangan Penelitian 31
C. Populasi dan Sampel..... 31
1. Populasi 31
2. Sampel..... 31
D. Tahap Penelitian..... 32
1. Tahap Pra Intervensi..... 32
2. Tahap Intervensi..... 39
3. Tahap Akhir (Pasca-Intervensi)..... 41
4. Tahap Analisis dan Pelaporan 42
E. Jenis dan Cara Pengumpulan Data 42
1. Jenis Data..... 42
2. Cara Pengumpulan Data..... 43
F. Pengolahan dan Analisis Data..... 45
1. Pengolahan Data 45
2. Analisis Data 48

G. Tahap Penelitian 51
1. Tahap Persiapan 52
2. Tahap Persiapan Instrumen Penelitian 52
3. Tahap Intervensi 53
4. Tahap Akhir (Pasca Intervensi) 54
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 55
A. Hasil 55
B. PEMBAHASAN 64
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 106
A. Kesimpulan 106
B. Saran 107
DAFTAR PUSTAKA 108
LAMPIRAN 112

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 1. Bahan Makanan Yang dianjurkan dan Tidak dianjurkan.....14
Tabel 2. Definisi Operasional 29
Tabel 3. Kategori Usia Anak.....57
Tabel 4. Tingkat Pendidikan Ibu.....58
Tabel 5. Pekerjaan Ibu Balita.....59
Tabel 6. Tingkat pengetahuan ibu sebelum dan sesudah edukasi.....60
Tabel 7. Distribusi sikap ibu sebelum dan sesudah edukasi 61
Tabel 8. Skor Pengetahuan dan sikap ibu 62
Tabel 9. Hasil Uji Normalitas 63
Tabel 10. Perbandingan Skor sikap ibu sebelum dan sesudah edukasi 63

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 1. Kerangka Teori.....27
Gambar 2. Kerangka Konsep.....28
Gambar 3. Desain One Group Pretest-Posttest.....31
Gambar 4. Tahap Penelitian.....51

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian.....112
Lampiran 2. Surat Balasan Izin Penelitian.....113
Lampiran 3. *Ethical Clearance*.....114
Lampiran 4. Master Tabel.....115
Lampiran 5. Hasil Olah Data.....120
Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian.....123
Lampiran 7. Media.....126
Lampiran 8. Form Penilaian Dampak Menu CFGF.....128
Lampiran 9. Satuan Acara Penyuluhan.....132
Lampiran 10. Informed Consent.....142
Lampiran 11. Kuesioner Penelitian.....143
Lampiran 12. Bukti Bimbingan Skripsi.....147