BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Implementasi menu Diet Casein Free Gluten Free (CFGF) pada anak berkebutuhan khusus autisme di SLB Negeri Deli Serdang menunjukkan bahwa sebelum intervensi sebagian besar anak masih mengonsumsi makanan yang mengandung gluten dan casein seperti roti, mi instan, susu, biskuit, serta berbagai makanan olahan dan makanan manis. Setelah diberikan edukasi dan siklus menu CFGF, orang tua mulai menerapkan pola makan yang lebih sehat dengan memanfaatkan bahan pangan lokal sebagai pengganti sumber gluten dan casein.
2. Terdapat peningkatan pengetahuan orang tua mengenai Diet Casein Free Gluten Free (CFGF) setelah diberikan edukasi dan implementasi menu. Sebelum intervensi sebagian besar responden memiliki kategori pengetahuan cukup (83,3%) dan kurang (16,7%), sedangkan setelah intervensi mayoritas responden memiliki kategori pengetahuan baik (66,7%).
3. Terdapat peningkatan sikap orang tua terhadap penerapan Diet Casein Free Gluten Free (CFGF). Sebelum intervensi sebagian besar responden berada pada kategori sikap cukup (50,0%) dan kurang (33,3%), sedangkan setelah intervensi mayoritas responden berada pada kategori sikap baik (83,3%).
4. Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan pada pengetahuan orang tua sebelum dan sesudah implementasi menu Diet Casein Free Gluten Free (CFGF) dengan nilai $p = 0,025$ ($p<0,05$). Hasil uji Paired Sample T-Test juga menunjukkan adanya perbedaan rata-rata pengetahuan yang signifikan dengan nilai $p = 0,004$ ($p<0,05$).

5. Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan pada sikap orang tua sebelum dan sesudah implementasi menu Diet Casein Free Gluten Free (CFGF) dengan nilai p = 0,038 (p<0,05). Hasil uji Paired Sample T-Test juga menunjukkan adanya perbedaan rata-rata sikap yang signifikan dengan nilai p = 0,013 (p<0,05).
6. Hambatan utama dalam implementasi Diet Casein Free Gluten Free (CFGF) adalah perilaku selective eating pada anak autisme, kebiasaan mengonsumsi makanan tertentu, keterbatasan ekonomi keluarga, serta kurangnya dukungan lingkungan dan keluarga dalam menerapkan pola makan yang sesuai.

B. Saran

1. Perlu diberikan edukasi gizi secara rutin kepada orang tua anak autisme mengenai penerapan Diet Casein Free Gluten Free (CFGF), sehingga orang tua dapat memahami jenis makanan yang harus dibatasi maupun makanan yang dianjurkan untuk mendukung pola makan anak autisme.
2. Siklus menu Diet Casein Free Gluten Free (CFGF) yang telah disusun dapat digunakan sebagai salah satu pedoman bagi orang tua dalam mengatur pola makan anak autisme di rumah agar konsumsi makanan yang mengandung gluten dan kasein dapat dikurangi secara bertahap.
3. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat melakukan penelitian dengan waktu implementasi yang lebih panjang serta menambahkan variabel perilaku, status gizi, dan tingkat konsumsi zat gizi anak autisme sehingga diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai efektivitas Diet Casein Free Gluten Free (CFGF).