

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah penulis lakukan dengan judul “Hubungan Pengetahuan Gizi Pengasuh dan Asupan Energi Terhadap Status Gizi Anak Dengan Autism Spectrum Disorder (ASD)”, maka dapat disimpulkan :

1. Karakteristik responden dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar berada pada kategori usia remaja (10-18 tahun) sebanyak 46 anak (79,3%) dan sisanya berada pada kategori usia anak-anak (5-9 tahun) sebanyak 12 anak (20,7%). Usia saat terdeteksi ASD paling banyak berada pada kategori usia balita (12-59 Bulan) sebanyak 48 responden (82,8%) dan sisanya pada kategori usia anak prasekolah (60-72 Bulan) sebanyak 10 responden (17,2%). Jenis kelamin sebagian besar laki – laki (79%) 46 anak dan perempuan (21%) 12 anak. Sebagian besar ibu dari responden berada pada kategori usia dewasa akhir (30–49 tahun) yaitu sebesar 81%, begitu pula dengan ayah responden yang juga didominasi usia dewasa akhir sebesar 63,8%. Tingkat pendidikan ibu/pengasuh sebagian besar berada pada jenjang Diploma atau Perguruan Tinggi (51,7%), dan tingkat pendidikan ayah responden juga sebagian besar pada jenjang yang sama (50%). Sebagian besar ibu/pengasuh bekerja sebagai ibu rumah tangga (65,5%), sedangkan pekerjaan ayah responden paling banyak adalah sebagai pedagang atau wiraswasta (45%). Berdasarkan tingkat pendapatan, lebih dari setengah ibu responden tidak memiliki penghasilan (69%), sementara sebagian besar ayah memiliki pendapatan dalam kategori sedang (41,4%).

2. Sebagian besar sebanyak 23 pengasuh anak dengan ASD (39,7%) di SLB Negeri Autis Sumatera Utara memiliki pengetahuan gizi dalam kategori baik ( $>80$ ). Secara keseluruhan ibu/pengasuh memiliki pengetahuan gizi sedang dengan rata-rata skor sebesar 71.29 yang artinya memiliki pengetahuan dengan kategori sedang.
3. Untuk persentase kecukupan asupan energi terhadap 58 anak, diperoleh bahwa sebagian besar anak dengan ASD memiliki tingkat kecukupan energi dalam kategori normal ( $100\% - <130\%$ ), yaitu sebanyak 20 anak (34,5%) dengan kecukupan asupan energi berkisar antara 62%-154% kkal dengan rata – rata kecukupan asupan 106% yang artinya berada pada kategori normal.
4. Sebagian besar, 30 anak dengan ASD (51,7%) memiliki status gizi normal berdasarkan nilai Z-score (IMT/U) dan jenis kelamin. Hal ini sejalan dengan rata-rata Z-score sebesar -0,3225, yang masih berada dalam kategori gizi baik (normal).
5. Hasil analisis uji korelasi Pearson menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi pengasuh dan status gizi anak di SLB Negeri Autis Sumatera Utara ( $p\text{-value} = 0,44; p > 0,05$ ). Untuk sebaran data terdapat sebanyak 22,4% anak dengan pengetahuan gizi pengasuh yang baik memiliki status gizi baik. Sebaliknya, sebanyak 6,9% anak dengan pengetahuan gizi pengasuh yang kurang memiliki status gizi buruk, serta 8,6% berada pada status gizi lebih. Hal ini mengindikasikan semakin baik pengetahuan pengasuh maka semakin baik status gizi anak dengan ASD.

6. Hasil analisis uji korelasi Pearson menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara asupan energi anak dan status gizi anak di SLB Negeri Autis Sumatera Utara ( $p\text{-value} = 0,001$ ;  $p < 0,05$ ) dengan kekuatan hubungan positif sedang ( $r = 0,433$ ). Sebanyak 25,9% anak dengan asupan energi normal memiliki status gizi baik. Sementara itu, sebanyak 8,6% anak dengan asupan energi sangat kurang memiliki status gizi buruk, hal ini mengindikasikan semakin tinggi persentase kecukupan energi, semakin baik status gizi anak.
7. Dalam penelitian ini, uji multivariat yang direncanakan untuk melihat hubungan pengetahuan gizi pengasuh dan asupan energi terhadap status gizi anak dengan ASD tidak dapat dilakukan, karena tidak ditemukan hubungan antara pengetahuan gizi pengasuh dengan status gizi anak. Kondisi ini menyebabkan syarat untuk melakukan analisis multivariat tidak terpenuhi.

## 5.2 Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diperoleh beberapa implikasi yang dapat dijadikan acuan dalam upaya meningkatkan kesehatan anak dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD) di SLB Negeri Autis Sumatera Utara.

1. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar pengasuh memiliki pengetahuan gizi dalam kategori sedang, sehingga diperlukan peningkatan pemahaman terkait kebutuhan gizi anak ASD. Terutama peningkatan pengetahuan terkait indikator gangguan penyerapan gizi pada anak autis, hal ini diharapkan dapat membantu pengasuh dalam menyediakan makanan dengan komposisi gizi seimbang, sehingga dapat mendukung pencapaian status gizi anak yang optimal.

2. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kecukupan asupan energi dan status gizi anak, sehingga orang tua, khususnya ibu atau pengasuh, perlu melakukan pemantauan secara rutin terhadap asupan makanan anak. Pemantauan ini mencakup penyesuaian porsi dan kualitas makanan sesuai kebutuhan agar status gizi anak tetap berada pada kategori normal dan mendukung pertumbuhan serta perkembangan optimal.
3. Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi pihak sekolah, tenaga kesehatan, dan instansi terkait untuk menyusun program edukasi gizi khusus bagi pengasuh anak ASD, serta menyediakan pendampingan dalam perencanaan menu dan pemantauan status gizi, sehingga pencegahan masalah gizi dapat dilakukan secara lebih efektif dan berkesinambungan.

### **5.3 Saran**

#### **1. Bagi Ibu/Pengasuh**

Disarankan untuk meningkatkan pengetahuan gizi yang berkaitan langsung dengan kondisi anak ASD, seperti kebutuhan zat gizi spesifik, pengaturan pola makan yang sesuai, serta pengelolaan potensi gangguan penyerapan zat gizi. Pemahaman ini penting agar ibu/pengasuh dapat menyesuaikan asupan energi dan gizi sesuai kebutuhan anak, sehingga mendukung pertumbuhan, perkembangan, dan kualitas hidup yang optimal. Pemantauan status gizi anak secara rutin juga perlu dilakukan untuk memastikan kondisi tetap dalam kategori normal.

## **2. Bagi Sekolah**

Sekolah diharapkan berperan aktif dalam mendukung pemenuhan gizi anak dengan ASD melalui edukasi gizi secara berkala kepada orang tua/pengasuh, pengawasan konsumsi makanan di lingkungan sekolah, serta menciptakan lingkungan yang mendukung penerapan pola makan sehat. Kolaborasi antara pihak sekolah, tenaga kesehatan, dan orang tua akan memperkuat upaya mempertahankan status gizi normal anak.

## **3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar serta menambahkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi status gizi anak ASD, seperti aktivitas fisik, pola tidur, dan faktor psikososial. Penelitian dengan desain longitudinal juga direkomendasikan agar hubungan antara pengetahuan gizi, asupan energi, dan status gizi dapat terpantau dalam jangka waktu yang lebih panjang.