

ABSTRAK

Skripsi dengan judul “Fenomena Perilaku Hiperaktif Anak Autis yang Menerapkan Diet *Gluten Free* dan *Casein Free*” ini ditulis oleh Amalia Luluk Mufidah, NIM. 126308211007, dengan pembimbing Afinia Sandhya Rini, M.Psi.

Kata Kunci: Perilaku Hiperaktif, Anak Autis, Diet *Gluten Free* dan *Casein Free* (GFCF), Pola Asuh, Intervensi Perilaku

Penelitian ini dilatar belakangi oleh fenomena perilaku hiperaktif pada anak autis yang sering kali menjadi tantangan besar bagi orang tua dalam proses pengasuhan. Salah satu intervensi yang banyak diterapkan untuk mengurangi gejala hiperaktivitas tersebut adalah diet *Gluten-Free Casein-Free* (GFCF). Namun, masih terbatasnya pemahaman mengenai pengalaman subjektif orang tua serta persepsi mereka terhadap efektivitas penerapan diet GFCF dalam memengaruhi perilaku anak menjadi fokus utama penelitian ini.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi pengalaman awal orang tua dalam menghadapi perilaku hiperaktif anak autis, untuk mengidentifikasi proses adaptasi bertahap dalam keluarga selama penerapan diet GFCF, dan untuk mengetahui persepsi orang tua terhadap efektivitas diet GFCF dalam mengurangi hiperaktivitas anak autis.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologis. Subjek penelitian terdiri dari tiga orang tua anak autis yang menerapkan diet GFCF dan satu guru inklusi sebagai informan pendukung. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dan observasi di TK-KB-TPA Sahabat Bunda, Tulungagung. Analisis data menggunakan model Collaizzi untuk menghasilkan tema-tema inti dari pengalaman partisipan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) orang tua mengalami tantangan sehari-hari dalam menghadapi perilaku hiperaktif anak, seperti sulit berkonsentrasi, gelisah, dan mudah terganggu; (2) adaptasi bertahap dalam keluarga menjadi kunci keberhasilan penerapan diet GFCF yang membutuhkan komitmen dan dukungan seluruh anggota keluarga; (3) mayoritas orang tua melaporkan penurunan gejala hiperaktif serta perbaikan perilaku dan kemampuan komunikasi anak setelah menjalani diet GFCF. Hasil ini mendukung penelitian kuantitatif sebelumnya yang menyatakan adanya hubungan positif antara diet GFCF dan perubahan perilaku pada anak autis.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penerapan diet GFCF memberikan dampak positif terhadap pengurangan perilaku hiperaktif pada anak autis, serta meningkatkan kemampuan adaptif dan interaksi sosial. Persepsi orang tua secara umum menunjukkan keyakinan terhadap manfaat diet GFCF, meskipun tetap memerlukan edukasi dan pendampingan dari terapis serta tenaga medis.

ABSTRACT

This thesis titled “The Phenomenon of Hyperactive Behavior in Autistic Children Who Implement a Gluten-Free and Casein-Free Diet” is written by Amalia Luluk Mufidah, NIM. 126308211007, under the supervision of Afinia Sandhya Rini, M.Psi.

Keywords: *Hyperactive Behavior, Autistic Children, Gluten-Free Casein-Free Diet (GFCF), Parenting Style, Behavioral Intervention*

This study is motivated by the phenomenon of hyperactive behavior in autistic children, which often becomes a major challenge for parents in the parenting process. One of the interventions commonly applied to reduce hyperactivity symptoms is the Gluten-Free Casein-Free (GFCF) diet. However, there is still limited understanding regarding the subjective experiences of parents and their perceptions of the effectiveness of the GFCF diet in influencing children's behavior.

The objectives of this research are: (1) to explore the early experiences of parents in dealing with the hyperactive behavior of their autistic children; (2) to identify the gradual adaptation process within the family during the implementation of the GFCF diet; and (3) to understand parental perceptions of the effectiveness of the GFCF diet in reducing hyperactivity in autistic children.

This study uses a qualitative approach with a phenomenological method. The subjects consist of three parents of autistic children who implement the GFCF diet and one inclusive teacher as a supporting informant. Data collection techniques include in-depth interviews and observations conducted at TK-KB-TPA Sahabat Bunda, Tulungagung. Data analysis follows Collaizzi's model to generate core themes from participants' experiences.

The results show that (1) parents face daily challenges in managing hyperactive behaviors such as difficulty concentrating, restlessness, and lack of response to instructions; (2) gradual adaptation within the family becomes key to successful implementation of the GFCF diet, requiring commitment and support from all family members; (3) most parents report a reduction in hyperactivity symptoms and improvements in communication and focus after implementing the GFCF diet. These findings support previous quantitative studies indicating a positive correlation between the GFCF diet and behavioral changes in autistic children.

In conclusion, the implementation of the GFCF diet shows a positive impact on reducing hyperactive behavior in autistic children and improves adaptive skills and social interaction. Parents' perceptions generally reflect confidence in the benefits of the GFCF diet, although ongoing education and guidance from therapists and medical professionals remain essential. This study also opens opportunities for further research into other factors that may influence the psychological and behavioral development of autistic children.

الملخص

أعدت هذه الرسالة الجامعية بعنوان «ظاهرة السلوك فرط الحركة لدى الأطفال المصابين بالتوحد الذين يطبقون حماية خالية من الغلوتين والكازين»، وكتبتها أماليا لولوك مفيدة، رقم القيد ١٢٦٣٠٨٢١١٠٠٧، تحت إشراف أفينيا سانديا ريني، ماجستير في علم النفس.

الكلمات المفتاحية: فرط النشاط، الأطفال المصابون بالتوحد، النظام الغذائي الخالي من الغلوتين والكازين، التربية، التدخل السلوكي.

يستند هذا البحث إلى ظاهرة فرط النشاط لدى الأطفال المصابين بالتوحد، والتي غالباً ما تُمثل تحدياً كبيراً للآباء في عملية التربية. يُعد النظام الغذائي الخالي من الغلوتين والكازين أحد التدخلات الشائعة للحد من أعراض فرط النشاط. ومع ذلك، فإن الفهم المحدود للتجارب الذاتية للآباء وتصوراتهم لفعالية هذا النظام الغذائي في التأثير على سلوك الأطفال هو محور هذا البحث.

هدفت هذه الدراسة إلى استكشاف التجارب الأولية للآباء في التعامل مع فرط النشاط لدى الأطفال المصابين بالتوحد، وتحديد عملية التكيف التدريجي داخل الأسر أثناء تطبيق نظام غذائي خالٍ من الغلوتين والكازين، وتحديد تصورات الآباء لفعالية هذا النظام في الحد من فرط النشاط لدى هؤلاء الأطفال.

استخدمت هذه الدراسة منهجاً نوعياً مع الأساليب الظاهرية. تكونت عينة الدراسة، من ثلاثة آباء لأطفال مصابين بالتوحد يطبقون نظاماً غذائياً خالياً من الغلوتين والكازين، بالإضافة إلى معلمة دمج كمصدر معلومات داعم. تم جمع البيانات من خلال مقابلات معمقة وملاحظات في روضة أطفال "صحبة بوندا" ومركز "تي بي إيه" في تولونج أجونج. استخدم تحليل البيانات نموذج كولايزي لاستخلاص المحاور الرئيسية من تجارب المشاركين.

أظهرت نتائج الدراسة ما يلي: ١) يواجه الوالدان تحديات يومية في التعامل مع سلوك فرط الحركة لدى الطفل، مثل صعوبة التركيز، وكثرة القلق الحركي، وسهولة التشنّج؛ إذ يتطلب (GFCF) ٢) (يُعدّ التكيف التدريجي داخل الأسرة مفتاحاً لنجاح تطبيق حماية التزاماً ودعماً من جميع أفراد الأسرة؛ ٣) (أفاد معظم الوالدين بحدوث انخفاض في أعراض فرط الحركة، إلى جانب تحسّن السلوك وقدرات التواصل لدى الطفل بعد الالتزام بحمية وتدعم هذه النتائج دراسات كمية سابقة تشير إلى وجود علاقة إيجابية بين حماية GFCF. والتغيرات السلوكية لدى الأطفال المصابين بالتوحد GFCF.

لذا، يمكن الاستنتاج أن تطبيق نظام غذائي خالٍ من الغلوتين والكازين له أثر إيجابي في الحد من فرط النشاط لدى الأطفال المصابين بالتوحد، فضلاً عن تحسين مهاراتهم التكيفية وتفاعلاتهم الاجتماعية. وتشير آراء الآباء عموماً إلى ثقتهم بفوائد هذا النظام الغذائي، مع أن الحاجة لا تزال قائمة إلى التنقيف والدعم من المعالجين والمتخصصين الطبيين.