

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 GAMBARAN WILAYAH PENELITIAN

SLB NEGERI AEK KANOPAN merupakan sekolah negeri untuk siswa berkebutuhan khusus. Lokasi sekolah ini tepatnya berada di Kecamatan Kualuh Selatan, Kabupaten Labuhan Batu Utara, Sumatera Utara, tepatnya di Dusun IX Sidua Dua. SLB NEGERI AEK KANOPAN ditetapkan pada tanggal 27 September 2016 dengan nomor 420/064.Disdik/2016. Sekolah ini berada di bawah tanggung jawab Kementerian Pendidikan serta Kebudayaan. Jumlah siswa di sekolah ini sebanyak 43 orang, yang terdiri dari 18 siswa perempuan serta 25 siswa laki-laki. Secara statistik, jumlah siswa laki-laki lebih banyak daripada siswa perempuan. Sebanyak 12 orang akademisi terkemuka dari berbagai profesi menjadi pembimbing siswa-siswa ini. Kepala Sekolah SLB NEGERI AEK KANOPAN saat ini adalah Supardi Yulianto. Operator sekolah ini adalah Ely Yusnita Pane.

4.1.1 Hasil Analisis Karakteristik

Data karakteristik yang diperoleh dari penelitian yang dilakukan terhadap 40 siswa di Sekolah Luar Biasa Negeri Aek Kanopan adalah sebagai berikut:

a. Distribusi Frekuensi berdasarkan Usia

Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Usia

	Variabel	N	%
	Usia Responden		
1	>10 Tahun	21	52,5
2	≤10 Tahun	19	47,5
	Total	40	100
Mean : 9,77 Median : 9,5 Min : 6 Max : 15			

Berdasarkan Tabel 4.1, rata-rata usia anak-anak adalah 9,77 tahun. Selain itu, 19 anak berusia 10 tahun atau kurang, sementara 21 anak (atau 52,5% dari total) berusia lebih dari 10 tahun. Usia minimum yang diamati dalam penelitian ini adalah 6 tahun, sedangkan usia maksimum yang tercatat adalah 15 tahun.

b. Distribusi Frekuensi berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin

	Variabel	N	%
	Jenis Kelamin		
1	Laki-Laki	24	60,0
2	Perempuan	16	40,0
	Total	40	100

Dari apa yang dapat kita lihat pada tabel 4.2, terdapat 24 anak laki-laki serta 16 anak perempuan yang berpartisipasi dalam penelitian ini, dengan total 60,0% laki-laki serta 40,0% perempuan.

c. Distribusi Frekuensi berdasarkan Tinggi Badan

Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Tinggi Badan

	Variabel	N	%
	Tinggi Badan		
1	≥ 125 cm	16	40,0
2	< 125 cm	24	60,0
	Total	40	100
Mean : 124,7 Median : 124,0 Min : 120 Max : 137			

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa rata-rata tinggi badan anak adalah 124,7 cm. Dari jumlah keseluruhan anak, 24 (60,0%) memiliki tinggi badan di bawah 125 cm, sedangkan 16 (40,0%) memiliki tinggi badan sama dengan atau lebih dari 125 cm. Tinggi badan minimum yang diamati

dalam penelitian ini adalah 120 cm, sedangkan tinggi badan maksimum yang tercatat adalah 137 cm.

d. Distribusi Frekuensi berdasarkan Berat Badan

Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Berat Badan

	Variabel	N	%
	Berat Badan		
1	≥ 30 kg	25	62,5
2	< 30 kg	15	37,5
	Total	40	100
Mean : 32,35 Median : 32,00 Min : 22 Max : 42			

Berdasarkan tabel 4.4, berat rata-rata anak adalah 32,35 kg. Dari jumlah keseluruhan anak, 25 anak atau 62,5% memiliki berat badan 30 kg atau lebih. Selain itu, 15 anak atau 37,5% memiliki berat badan kurang dari 30 kg. Peserta yang paling berat dalam penelitian ini memiliki berat 42 kg, sedangkan yang paling ringan hanya 22 kg.

e. Distribusi Frekuensi berdasarkan Kebutuhan Khusus

Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Kebutuhan Khusus

	Variabel	N	%
	Kebutuhan Khusus		
1	Autis	7	17,5
2	Downsyndrom	6	15,0
3	Kesulitan Belajar	10	25,0
4	Tuna Netra	9	22,5
5	Tuna Rungu	8	20,0
	Total	40	100

Sepuluh siswa, atau 25,0% dari total, mengalami kesulitan belajar, menurut Tabel 4.5. Selain itu, 9 anak, yang setara dengan 22,5% dari sampel, tunanetra, sementara 8 anak, atau 20,0% dari sampel, tunarungu.

4.1.2 Hasil Analisis Univariat

f. Distribusi Frekuensi berdasarkan Status Gizi

Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi Status Gizi

	Variabel	N	%
	Status Gizi		
1	Kurus	16	40,0
2	Normal	17	42,5
3	Gemuk	7	17,5
	Total	40	100

Berdasarkan kondisi gizi, 16 orang (40,0%) tergolong kurus, 17 orang (42,5%) tergolong normal, serta 7 orang (17,5%) tergolong gemuk, berdasarkan data pada tabel 4.6.

g. Distribusi Frekuensi berdasarkan Aktivitas Fisik

Tabel 4. 8 Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik

	Variabel	N	%
	Aktivitas Fisik		
1	Rendah	18	45,0
2	Tinggi	22	55,0
	Total	40	100

Tabel 4.7 menunjukkan bahwa dari jumlah total anak, 22 (atau 55,0% dari total) sangat aktif, sedangkan 18 (atau 45,0% dari total) tidak terlalu aktif sama sekali.

h. Distribusi Frekuensi berdasarkan Pola Makan

Tabel 4. 9 Distribusi Frekuensi Pola Makan

	Variabel	N	%
	Pola Makan		
1	Kurang	27	67,5
2	Sedang	8	20,0
	Baik	5	12,5
	Total	40	100

Tabel 4.8 menunjukkan delapan anak mempunyai frekuensi makan dalam Kategori Sedang serta 27 anak (67,5%) mempunyai frekuensi makan dalam Kategori Kurang.

4.1.3 Hasil Analisis Bivariat

Temuan analisis bivariat yang dilakukan dengan menggunakan uji Chi-Square adalah sebagai berikut:

1. Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi pada Anak

Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara kebiasaan makan anak dengan status gizinya yang akan dijadikan sebagai variabel dependen.

Tabel 4. 10 Hasil Analisis Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi

Pola Makan	Status Gizi						Jumlah	p Value	
	Kurus		Normal		Gemuk				
	n	%	n	%	n	%	n		%
Kurang	7	17,5	15	37,5	5	12,5	27	49,2	0,042
Sedang	6	15,0	0	0,0	2	5,0	8	50,8	
Baik	3	7,5	2	5,0	0	0,0	5	12,5	
Total	16	40,0	17	42,5	7	17,5	40	100	

Hubungan yang signifikan secara statistik antara kebiasaan makan serta status gizi terlihat pada tabel 4.9, dengan nilai p sebesar 0,042 ($<0,05$). Untuk anak muda yang pola makannya termasuk dalam kelompok "Kurang", status gizinya normal untuk 15 orang (37,5%), kurus untuk 7 orang (17,5%), serta sedang untuk 6 orang (15,0%).

2. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada Anak

Secara khusus, kami ingin melihat bagaimana kedua variabel aktivitas fisik serta status gizi saling terkait untuk menarik kesimpulan tentang hubungan antara keduanya pada anak muda.

Tabel 4. 11 Hasil Analisis Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi

Aktivitas Fisik	Status Gizi						Jumlah		<i>p</i> Value
	Kurus		Normal		Gemuk		n	%	
	N	%	n	%	n	%			
Rendah	7	17,5	5	12,5	6	15,0	18	45,0	0,041
Tinggi	9	22,5	12	30,0	1	2,5	22	55,0	
Total	16	40,0	17	42,5	7	17,5	40	100	

Hubungan antara status gizi serta aktivitas fisik signifikan secara statistik (nilai p 0,041, $<0,05$), seperti yang ditunjukkan pada Tabel 4.10. Menurut temuan tersebut, 12 anak (30,0%) yang sangat aktif memiliki status gizi normal, sedangkan 6 anak (15,0%) yang sangat tidak banyak bergerak tergolong obesitas. Sembilan anak dari total dua puluh dua anak memiliki status gizi kurang meskipun tingkat aktivitas fisik mereka tinggi.

4.2 PEMBAHASAN

1. Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi pada Anak

Status gizi dan kebiasaan makan anak-anak Sekolah Berkebutuhan Khusus Aek Kanopan terbukti berhubungan secara signifikan, dengan nilai-p sebesar 0,042 ($<0,05$), menurut penelitian ini. Sejalan dengan penelitian terdahulu (Mariyana, 2023) pada tahun 2018, pilihan makanan siswa berdampak signifikan terhadap kondisi gizi mereka di Sekolah Berkebutuhan Khusus Kota Batam. Penelitian lainnya oleh (Fernanda, 2021) korelasi yang kuat antara pola makan dan kesehatan gizi diamati di antara siswa penyandang disabilitas intelektual di Sekolah Berkebutuhan Khusus Fajar Harapan Surabaya. Penelitian sebelumnya di Wilayah Kerja Puskesmas Tompaso, Kecamatan Tompaso, menemukan korelasi yang kuat antara pola makan dan status gizi (Waladow et al., 2023)

Rata-rata usia anak-anak yang berpartisipasi dalam penelitian ini adalah 9,77 tahun. Dari total tersebut, 21 anak berusia 10 tahun atau lebih (52,5%), sementara 19 anak berusia 10 tahun atau lebih muda (19,5%). Usia peserta dalam penelitian ini berkisar antara 6 hingga 15 tahun. Sejalan dengan (Arsil Majidah et al., 2017) sampel penelitian memiliki rata-rata usia 11 tahun, berkisar antara 7 hingga 15 tahun. Menurut teori pada penelitian (Hasyim & Saputri, 2022) seiring bertambahnya usia anak, mereka juga memiliki kemampuan untuk memilih makanan yang disukai atau tidak disukai. Kontrol orang tua yang tidak memadai dapat mengakibatkan anak mengalami kekurangan nutrisi dari asupan makanan mereka. Jika anak tidak

mendapatkan makanan berkualitas tinggi dalam jumlah yang cukup, status gizi mereka akan memburuk.

Penelitian tersebut mengungkapkan bahwa 27 orang, yang mencakup 67,5% dari sampel, melaporkan frekuensi makan yang lebih rendah. Sementara itu, Kementerian Kesehatan (2005) menyatakan bahwa, rata-rata, pola makan seimbang harus mencakup tiga hingga lima porsi makanan pokok yang bervariasi setiap hari, dua hingga tiga porsi sayuran, dan tiga hingga lima porsi buah-buahan. Kebutuhan gizi seseorang adalah hal-hal yang dibutuhkan tubuh mereka setiap hari, dan kebutuhan ini dapat dipenuhi dengan mengonsumsi makanan yang mengandung zat gizi tersebut.

Para peneliti telah menemukan korelasi antara kebiasaan makan serta kesehatan gizi. Hubungan ini didasarkan pada temuan dari kuesioner, yang menunjukkan kurangnya keragaman dalam pilihan makanan sehari-hari. (Qomariah et al., 2022) menjelaskan bahwa pola makan yang tepat mencakup berbagai jenis makanan yang dimakan secara berkala sepanjang hari, mulai dari makanan utama serta sampingan hingga buah-buahan serta sayur-sayuran.

Salah satu tindakan pencegahan yang mungkin dilakukan adalah dengan menyediakan sesi konseling tentang gizi seimbang serta pola makan sehari-hari bagi kedua orang tua anak serta pemilik kantin sekolah, sejalan dengan saran menurut penelitian (Octaviani et al., 2018) penjual kantin serta jasa boga perlu diawasi dengan baik karena makanan yang mereka sediakan dapat memengaruhi pola makan siswa sekolah dasar. Sediakan pula area khusus

dengan air mengalir dan sabun sehingga anak-anak dapat belajar mencuci tangan dengan benar sebelum menangani makanan.

2. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada Anak

Penelitian ini menemukan hubungan yang kuat antara kesehatan gizi siswa SLB Aek Kanopan dengan tingkat aktivitas fisik mereka. Penelitian lain menjelaskan (Widiani, 2020) bahwa kesehatan gizi anak-anak di SDK Marsudirini Jembrana, yang berusia antara 6 serta 12 tahun, berkorelasi dengan tingkat aktivitas fisik mereka. Bukti lebih lanjut menunjukkan adanya hubungan antara status gizi murid di SDN Karang Mekar 9 di Kota Banjarmasin serta tingkat aktivitas fisik mereka selama epidemi COVID-19 (Basit, 2022).

Dari anak-anak yang disurvei, 24 (atau 60,0% dari total) adalah laki-laki. Alasannya adalah karena ada bukti praktis dari instruktur bahwa laki-laki lebih aktif daripada perempuan dalam hal pendidikan. Sejalan dengan pendapat pada penelitian (Sabila, 2022) kegiatan atletik, seperti olahraga, aktivitas kardiovaskular, serta latihan ketahanan, lebih populer di kalangan anak laki-laki. Anak perempuan lebih suka melakukan aktivitas fisik seperti berjalan kaki serta melakukan kegiatan rekreasi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 12 (30,0%) anak yang melakukan aktivitas fisik tingkat tinggi memiliki status gizi normal, sedangkan 6 (15,0%) anak dengan aktivitas fisik buruk masuk dalam kategori status gizi obesitas. Sebanyak 9 anak, yang mencakup 22,5% dari kelompok tersebut, yang melakukan aktivitas fisik tingkat tinggi, memiliki status gizi kurus. Hal ini karena melakukan aktivitas fisik mengharuskan anak-anak untuk menjaga pola makan yang

seimbang untuk mencegah penumpukan lemak tubuh yang berlebihan atau kadar lemak yang tidak mencukupi. Sejalan dengan pendapat pada penelitian (Hesti, 2023) bahwasanya melakukan latihan fisik menyebabkan tubuh mengeluarkan energi, yang memicu proses metabolisme yang meliputi sintesis serta pemecahan nutrisi. Oleh karena itu, sangat penting untuk menjaga konsumsi energi serta aktivitas fisik tetap terkendali. Berat badan yang sehat serta kesehatan yang lebih baik adalah hasil dari aktivitas fisik yang konsisten serta berkualitas tinggi serta pola makan yang bergizi. Salah satu teknik pencegahan yang mungkin adalah dengan memasukkan kegiatan ekstrakurikuler ke sekolah, sehingga mengalihkan perhatian anak-anak dari hanya berfokus pada olahraga selama jam olahraga yang ditentukan. Orangtua hendaknya memprioritaskan serta mengajarkan anak-anaknya kegiatan seperti senam di rumah untuk menumbuhkan kebiasaan berolahraga secara teratur.

4.3 KAJIAN INTEGRASI KEISLAMAN

Secara etimologis, gizi, atau "ghidzdzi," mengacu pada semua aspek yang berkaitan dengan makan. Nutrisi, dari sudut pandang medis, adalah proses memperoleh unsur-unsur pembangun pertumbuhan serta perkembangan yang sehat yang ada dalam makanan. Tidak ada cara untuk memisahkan nutrisi dari makanan karena makanan apa pun yang kita makan harus mengandung zat gizi makro serta mikro. Sangat penting untuk menjaga kesehatan tubuh dengan memilih makanan yang tepat, proporsional, cukup, serta sedang. Asalkan tubuh menerima cukup nutrisi, hal itu dapat secara efektif menurunkan kerentanan terhadap penyakit yang tidak diinginkan (Andriyani, 2019).

Allah berfirman dalam Q.S Al-Baqarah ayat 168 :

عَدُوٌّ لَكُمْ إِنَّهُ الشَّيْطَانُ خُطُوهُ تَتَّبِعُوا وَلَا طَيْبًا حَلَالًا الْأَرْضِ فِي مِمَّا كُلُّوا النَّاسُ يَا أَيُّهَا

مُؤْمِنِينَ

Yang Artinya : ”Wahai manusia, makanlah sebagian (makanan) di bumi yang halal lagi baik serta janganlah mengikuti langkah-langkah setan. Sesungguhnya ia bagimu merupakan musuh yang nyata”

Untuk mencegah penyakit, cara yang sangat ampuh adalah dengan mengikuti pola makan yang dianjurkan oleh Nabi Muhammad SAW dalam haditsnya:

فَانِ ، صُلْبَهُ يُقْمَنَ أَكْلَاتُ آدَمَ ابْنِ بَحْسَبِ ، بَطْنِهِ مِنْ شَرِّهَا وَعَاءِ آدَمِيِّ مَلَأَ مَا
لِنَفْسِهِ ثُلُثٌ وَ ، لِشَرَابِهِ ثُلُثٌ وَ ، لِطَعَامِهِ ثُلُثٌ ، مُحَالَةٌ لَا كَانَ

Artinya: Telah menceritakan kepada kami Suwaid bin Nasr telah mengabarkan kepada kami Abdullah bin al-Mubarak telah mengabarkan kepada kami Isma'il bin 'Ayyasy telah menceritakan kepadaku Abu Salamah al-Himsi serta Habib bin Salih dari Yahya bin Jabir al-Taidari Miqdam bin Ma'dikarib berkata: Aku mendengar Rasulullah saw. bersabda: "Manusia tidak memenuhi wadah yang buruk melebihi perut, cukup bagi manusia beberapa suapan yang menegakkan tulang punggungnya, bila tidak bisa maka sepertiga untuk makanannya, sepertiga untuk minumannya serta sepertiga untuk nafasnya." Hadis di atas memaparkan bahwa makanan yang dikonsumsi fungsinya untuk memenuhi kebutuhan dalam beraktivitas.

Islam mengajarkan bahwa manusia memiliki tanggung jawab untuk menjaga tubuh yang telah diberikan Allah kepada mereka. Menurut konsep "Hifz al-Nafs" Islam, seseorang harus menjaga kesehatan fisiknya jika ingin menjalankan kewajiban agama serta sosialnya dengan baik (Salahudin & Rabwan Satriawan, 2022)

Sebagaimana pada QS. Al-Anfāl/8 ayat 60 :

اللَّهُ عَدُوٌّ بِهٖ تُرْهَبُونَ الْخَيْلِ رِبَاطٍ وَمِنْ قُوَّةٍ مِّنْ اسْتِطْعَانِ مَا لَهُمْ وَأَعْدُوا
سَبِيلِ فِي شَيْءٍ مِّنْ تُنْفِقُوا وَمَا يَعْلَمُهُمْ اللَّهُ تَعْلَمُونَهُمْ لَا دُونَهُمْ مِنْ وَآخِرِينَ وَعَدُوَّكُمْ
﴿تُظَلَمُونَ لَا وَأَنْتُمْ إِلَيْكُمْ يُوفِّ اللَّهُ﴾

Artinya : Persiapkanlah untuk (menghadapi) mereka apa yang kamu mampu, berupa kekuatan (yang kamu miliki) serta pasukan berkuda. Dengannya (persiapan itu) kamu membuat gentar musuh Allah, musuh kamu serta orang-orang selain mereka yang kamu tidak mengetahuinya, (tetapi) Allah mengetahuinya. Apa pun yang kamu infakkan di jalan Allah niscaya akan dibalas secara penuh kepadamu, sedangkan kamu tidak akan dizalimi.

Adapun penafsiran Kementerian Agama, istilah "quwwah" dalam ayat ini dipahami merujuk pada kekuatan fisik. Dalam konteks ini, Allah SWT memerintahkan umat Islam untuk terlibat dalam latihan fisik serta latihan untuk mengembangkan kekuatan, jika ada musuh Allah yang mencoba menyakiti umat Islam.

Menurut Prinsip Maqashid Syariah

Tujuan utama hukum Islam, yang dikenal sebagai Maqashid Syariah, adalah untuk mencapai kesejahteraan serta kemajuan umat manusia. Konsep Maqashid Syariah mencakup lima tujuan utama, yaitu pemeliharaan agama (hifz ad-din), pemeliharaan jiwa (hifz an-nafs), pemeliharaan akal (hifz al-'aql), pemeliharaan keturunan (hifz an-nasl), serta pemeliharaan harta benda (hifz al-mal). Mengenai korelasi antara makanan, aktivitas fisik, serta status gizi, Maqashid Syariah dapat didefinisikan sebagai berikut:

1. Menjaga Jiwa (Hifz An-Nafs) :

Islam mempromosikan konsumsi makanan halal serta sehat (thayyib) di antara para penganutnya. Mematuhi pola makan yang bergizi dapat secara efektif menjaga kesehatan fisik secara keseluruhan serta berfungsi sebagai tindakan pencegahan terhadap berbagai penyakit. Dengan mematuhi pola makan yang seimbang yang memenuhi kebutuhan gizi seseorang, seseorang dapat secara efektif menjaga kesehatan mental serta fisik.

Olahraga fisik yang cukup serta konsisten merupakan komponen penting dalam menjaga kesehatan seseorang. Islam menganjurkan pemeliharaan kesehatan fisik serta kekuatan di antara para penganutnya, sebagaimana ditunjukkan oleh hadis:

خَيْرُ كُلِّ وَفِي الضَّعِيفِ الْمُؤْمِنِ مِنَ اللَّهِ إِلَى وَأَحَبُّ خَيْرِ الْقَوِيِّ الْمُؤْمِنِ

"Mukmin yang kuat lebih baik serta lebih dicintai Allah daripada mukmin yang lemah."

2. Menjaga Akal (Hifz Al-'Aql) :

Pola makan yang optimal berdampak langsung pada kesehatan otak serta kemampuan kognitifnya. Pengembangan serta pemeliharaan kapasitas mental bergantung pada pola makan yang seimbang serta sehat. Malnutrisi dapat mengakibatkan defisit kognitif serta gangguan kejiwaan. Melakukan latihan fisik juga berkontribusi untuk meningkatkan kesehatan mental. Aktivitas fisik berpotensi untuk mengurangi stres, kecemasan, serta kesedihan, sekaligus meningkatkan suasana hati serta kemampuan kognitif.

3. Menjaga Keturunan (Hifz An-Nasl) :

Kesehatan reproduksi yang optimal memerlukan kepatuhan terhadap pola makan bergizi serta melakukan latihan fisik yang cukup. Demi pertumbuhan serta perkembangan bayi yang sehat, sangat penting bagi ibu untuk makan dengan baik selama kehamilan serta menyusui. Melakukan latihan fisik secara teratur bermanfaat untuk menjaga kesehatan reproduksi. Mengajarkan generasi muda tentang pentingnya pola makan bergizi serta olahraga teratur merupakan investasi strategis dalam menjaga kesejahteraan generasi mendatang.

4. Menjaga Harta (Hifz Al-Mal) :

Gaya hidup sehat, termasuk olahraga teratur serta pola makan seimbang, dapat secara signifikan menurunkan kemungkinan tertular sejumlah penyakit kronis, yang pengobatannya dapat mahal. Dengan menjaga kesejahteraan seseorang dengan cara ini, pengeluaran untuk biaya pengobatan dapat dikurangi. Kesehatan yang optimal meningkatkan efisiensi kerja. Seseorang yang kesehatannya baik umumnya menunjukkan tingkat produktivitas yang lebih tinggi

serta mampu bekerja dengan lebih efisien, sehingga berpotensi menambah penghasilan serta kesejahteraan finansial mereka secara keseluruhan.

Berdasarkan Kaidah Fiqh :

1. Menurut يُزَالُ الضَّرَرُ *Al-Dhararu Yuzal* (Bahaya yang Harus dihilangkan)

Al Dharar adalah melakukan perbuatan yang dapat merusak orang lain sebagai balasan dari perbuatan yang sama. Sedangkan *Yuzal* artinya dicegah atau dihilangkan (Faizin, 2024). Dalam konteks anak berkebutuhan khusus, bahaya dapat muncul dari pola makan yang tidak sehat atau aktivitas fisik yang tidak sesuai dengan kemampuan mereka. Misalnya, pola makan yang tidak seimbang bisa menyebabkan malnutrisi, obesitas, atau masalah kesehatan lainnya. Aktivitas fisik yang berlebihan atau tidak tepat bisa menyebabkan cedera atau kelelahan yang berbahaya.

2. Menurut التَّيْسِيرُ تَجْلِبُ الْمَشَقَّةُ *Al-Masyaqqatu Tajlibu al-Taysir* (Kesulitan Mendatangkan Kemudahan)

Makna kaidah *Al Masyaqqah Tajlibut Taysir* adalah kesulitan mendatangkan kemudahan. Maksudnya adalah bahwa hukum-hukum yang sudah ditentukan nash di dalam penerapannya apabila ada sebab-sebab kesulitan dan kesukaran bagi mukallaf (subjek hukum) dalam peribadatan, maka syariah meringankannya sehingga mukallaf mampu melaksanakannya tanpa kesulitan dan kesukaran, dan kaitan dengan *Al Masyaqqah Tajlibut Taysir* di sini ditentukan oleh Nash dan ruang lingkupnya dalam hal Ibadah saja (Zulhamdi, 2021) . Kaidah ini menegaskan bahwa ketika seseorang berada dalam kesulitan, Islam

memberikan keringanan. Anak berkebutuhan khusus sering kali mengalami keterbatasan fisik atau mental yang membutuhkan penyesuaian dalam pola makan dan aktivitas fisik. Misalnya, jika anak mengalami gangguan pencernaan, maka makanan harus disesuaikan dengan kondisi tersebut. Aktivitas fisik pun harus disesuaikan dengan kemampuan fisik masing-masing anak.

3. Menurut *الضَّرُورَةُ مَنْزِلَةٌ تُنَزَّلُ الْحَاجَةَ* *Al-Hajatu Tunazzalu Manzilat al-Dharurah* (Kebutuhan dapat diperlakukan seperti darurat)

Dharurat mempunyai pengaruh dalam proses perubahan status hukum seperti kebolehan makan bangkai yang hukum asalnya haram pada saat kelaparan. Sedang al-hajat juga mempunyai pengaruh dalam proses perubahan status hukum, hanya saja kadar pengaruhnya berada di bawah dharurat karena ketiadaannya tidak mempengaruhi binasanya jiwa manusia. Misal kebolehan jual beli ba'i salam atas dasar kebutuhan manusia dalam memesan barang tertentu meskipun sebenarnya jual beli harus memiliki syarat adanya barang atau kejelasan barang. Dalam kata lain, dharurat dan hajat adalah dua hal yang sama-sama mempunyai pengaruh dalam perubahan status hukum, namun secara formatif dharurah berada di atas hajat dalam besar kecilnya dampak dari perubahan hukum itu (Fahmi et al., 2024). Kaidah ini berarti bahwa kebutuhan penting yang terus-menerus bisa diperlakukan seperti keadaan darurat. Dalam konteks anak berkebutuhan khusus, kebutuhan mereka untuk mendapatkan asupan gizi yang baik dan aktivitas fisik yang sesuai menjadi sangat penting, bahkan hampir seperti keadaan darurat, karena kesehatan mereka sangat bergantung pada hal ini.

4. Menurut ضَرَارٌ وَلَا ضَرَرَ لَا *La Dharara wa La Dhirara* (Tidak boleh ada bahaya dan tidak boleh menimbulkan bahaya)

Bahwa *dharar* (melakukan sesuatu yang membahayakan) dilarang di dalam syari'at ini. Maka, tidak halal bagi seorang Muslim mengerjakan sesuatu yang membahayakan dirinya sendiri atau membahayakan saudaranya sesama Muslim, baik berupa perkataan atau perbuatan, tanpa alasan yang benar. Dan semakin kuat larangan tersebut jika dharar itu dilakukan kepada orang-orang yang wajib dipergauli secara ihsân, seperti karib kerabat, isteri, tetangga, dan semisalnya (Fathurrahman, 2015). Kaidah ini merupakan dasar utama dalam Islam yang melarang segala bentuk tindakan yang dapat membahayakan diri sendiri atau orang lain. Dalam konteks anak berkebutuhan khusus, segala pola makan dan aktivitas fisik yang diberikan harus aman dan tidak membahayakan kesehatan mereka.

5. Menurut إِشَّعَ الْأَمْرُ ضَاقَ إِذَا *Idha Daqa al-Amru Ittasa'a* (Ketika perkara menjadi sempit, ia menjadi luas)

Maksud dari kaidah ini adalah apabila terdapat suatu kondisi yang dihadapi oleh mukallaf menjadi sempit, maka cara pelaksanaannya menjadi lebih leluasa. Apabila mukallaf mengalami kesempitan atau kesukaran dalam menjalankan suatu aturan hukum, maka kaidah ini dalam keadaan tersebut mempunyai kesempatan untuk mendapatkan keringanan dan kelonggaran hukum atas suatu permasalahan yang dihadapinya (Hikmiyyah, 2015). Kaidah ini berarti bahwa ketika suatu kondisi atau hukum menjadi terlalu sulit untuk diterapkan, kelonggaran dapat diberikan. Dalam konteks anak berkebutuhan khusus, jika

keterbatasan fisik atau mental membuat pola makan dan aktivitas fisik yang ideal sulit diterapkan, maka kelonggaran dalam aturan bisa diberikan sesuai kemampuan anak.

