

LAMPIRAN

Lampiran 1. Penjelasan Sebelum Penelitian (PSP)

NASKAH PENJELASAN

Saya Nur Lailatul Badriyah dari Prodi D III Jurusan Gizi akan melakukan penelitian yang berjudul "Penatalaksanaan Terapi Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Dengan Hipertensi Tahun 2018". Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penatalaksanaan diet pasien Diabetes Mellitus tipe II dengan hipertensi. Peneliti mengajak pasien untuk ikut serta dalam penelitian ini. Penelitian ini membutuhkan 1 subyek penelitian, dengan jangka waktu keikutsertaan minimal 4 hari dirawat di rumah sakit, sampai subyek diperbolehkan untuk pulang, maka penelitian dikatakan selesai.

A. Keikutsertaan Untuk Ikut Penelitian

Anda bebas memilih keikutsertaan dalam penelitian ini tanpa ada paksaan. Bila anda sudah memutuskan untuk ikut, anda juga bebas untuk mengundurkan diri/berubah pikiran setiap saat tanpa dikenai denda ataupun sanksi.

B. Prosedur Penelitian

Apabila anda bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini, anda diminta menandatangani lembar persetujuan ini rangkap dua, satu untuk anda simpan, dan satu untuk peneliti. Prosedur selanjutnya adalah:

1. Anda akan diberikan form identitas pasien yang diisi oleh peneliti dengan data dari buku rekam medik dan wawancara langsung.
2. Anda akan diukur tinggi badan serta ditimbang berat badan untuk melihat status gizi, beserta kebutuhan zat gizi pasien selama dirawat di rumah sakit.
3. Peneliti akan melakukan recall 24 jam sebelum diberikan diet dan wawancara secara langsung selama \pm 10-15 menit.
4. Dengan melihat uji laboratorium dan hasil dari buku rekam medik akan dipantau kadar gula darah dan tekanan darah secara berkala.
5. Peneliti akan mengisi form penilaian data fisik/klinis anda dengan melihat kondisi pasien secara langsung, wawancara, dan melihat buku rekam medik pasien
6. Peneliti juga akan mengisi form penilaian riwayat gizi dahulu anda yang dilakukan dengan wawancara kemudian ditulis pada form food frekuensi, begitu juga riwayat gizi sekarang yang akan ditulis pada

form *food recall* untuk makanan yang anda makan selama di rawat di rumah sakit.

7. Rencana intervensi akan diberikan kepada pasien sesuai dengan form PAGT (NCP) yang sudah disesuaikan dengan kondisi pasien, serta dilakukan monitoring dan evaluasi selama pasien dirawat di rumah sakit secara berkala.

C. Kewajiban Subyek Penelitian

Sebagai subyek penelitian saudara/saudari berkewajiban mengikuti aturan atau petunjuk penelitian seperti yang tertulis di atas. Bila ada yang belum jelas, saudara/saudari bisa bertanya lebih lanjut kepada peneliti.

D. Manfaat

Keuntungan langsung yang anda dapatkan adalah anda mendapatkan pemeriksaan penatalaksanaan terapi diet selama di rawat di rumah sakit untuk memantau kondisi anda. Selain itu anda akan mendapatkan edukasi dari proses konseling yang sangat bermanfaat bagi anda ketika sudah pulang sehingga dapat mengontrol kadar gula dan tekanan darah berada pada angka normal.

E. Kerahasiaan

Semua informasi yang berkaitan dengan identitas subyek penelitian akan dirahasiakan dan hanya akan diketahui peneliti.

F. Pembiayaan

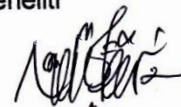
Semua biaya yang terkait dengan penelitian akan ditanggung peneliti.

G. Informasi Tambahan

Saudara/saudari diberi kesempatan untuk menyatakan semua hal yang belum jelas sehubungan dengan penelitian ini. Bila sewaktu-waktu membutuhkan penjelasan lebih lanjut, saudara/saudari dapat menghubungi peneliti pada no. HP 085607489070.

Pasuruan,

Peneliti



Nur Lailatul Badriyah

NIM. 1503000072

Lampiran 2. Pernyataan Bersedia Menjadi Responden Pasien 1

Penatalaksanaan Terapi Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II

Dengan Hipertensi Tahun 2018

Surat Pernyataan Bersedia Menjadi Responden

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ny. Kasianin.
Alamat : Jl. Dr. Wahidin Selatan No. 23
Usia : 58 tahun
Jenis kelamin : Perempuan.

Menyatakan bahwa saya telah mendapat penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai studi kasus yang akan dilakukan oleh Nur Lailatul Badriyah dengan judul "Penatalaksanaan Terapi Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Dengan Hipertensi Tahun 2018". Penelitian ini berlangsung sukarela tanpa paksaan. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Pasuruan, 14 Mei 2018

Menyetujui,
Peneliti



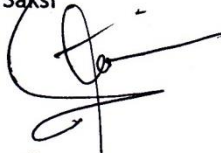
Nur Lailatul Badriyah
NIM. 1503000072

Responden



(Kasianin)

Mengetahui,
Saksi



(Sukirno)

Lampiran 3. Pernyataan Bersedia Menjadi Responden Pasien 2

Penatalaksanaan Terapi Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II

Dengan Hipertensi Tahun 2018

Surat Pernyataan Bersedia Menjadi Responden

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mas Ulya

Alamat : Jl. Cempakaria No. 50 RT. 35 / RW. 13, Paserpas, Pasuruan

Usia : 45 tahun

Jenis kelamin : Perempuan

Menyatakan bahwa saya telah mendapat penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai studi kasus yang akan dilakukan oleh Nur Lailatul Badriyah dengan judul "Penatalaksanaan Terapi Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Dengan Hipertensi Tahun 2018". Penelitian ini belangsung sukarela tanpa paksaan. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Pasuruan, 14 Mei 2018

Menyetujui,
Peneliti



Nur Lailatul Badriyah
NIM. 1503000072

Responden



(Mas Ulya.....)

Mengetahui,
Saksi



(M. Yaliya.....)

Lampiran 4. Pernyataan Bersedia Menjadi Responden Penelitian Pasien 3

Penatalaksanaan Terapi Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II

Dengan Hipertensi Tahun 2018

Surat Pernyataan Bersedia Menjadi Responden

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mas Ulya

Alamat : Jl. Cempakaria No.50 RT.35/KW.B, Paserpas, Pasuruan

Usia : 45 tahun

Jenis kelamin : Perempuan

Menyatakan bahwa saya telah mendapat penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai studi kasus yang akan dilakukan oleh Nur Lailatul Badriyah dengan judul "Penatalaksanaan Terapi Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Dengan Hipertensi Tahun 2018". Penelitian ini berlangsung sukarela tanpa paksaan. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Pasuruan, 14 Mei 2018

Menyetujui,
Peneliti

Responden



Nur Lailatul Badriyah
NIM. 1503000072



(Mas Ulya.....)

Mengetahui,
Saksi



(M. Yalya.....)

Lampiran 5. Formulir Identitas Pasien 1

IDENTITAS RESPONDEN

Nama responden : Ny. Kasianin
No. RM : 249259
Jenis Kelamin : Perempuan
Tempat/Tanggal Lahir : 03 - 01 - 1960
Usia : 58 tahun
Agama : Islam
Alamat : Jl. Dr. Wahidin Selatan No. 23
No. Telepon : 081230811558
Pendidikan Terakhir : SD
Pekerjaan : Ibu Rumah tangga
Tanggal MRS : 14 - 05 - 2018
Tanggal KRS : 18 - 05 - 2018
Pengambilan Data : (14 - 05 - 2018) - (18 - 05 - 2018)
Diagnosa Awal : DM Hiperglisemi + Hipertensi
Diagnosa Akhir : DM Hiperglisemi
Keluhan Pasien : Tidak sadar setelah maghrib, diare 2 hari yg lalu sebelum MRS,
napsu makan menurun dan 1 minggu yg lalu, mual, muntah
Riwayat Penyakit : DM (10 tahun), Maag Badan cekot-cekot

Pasuruan,

Responden



(.Kasianin.....)

Lampiran 6. Formulir Identitas Pasien 2

IDENTITAS RESPONDEN

Nama responden : Ny. Mas Ulya
No. RM : 251487
Jenis Kelamin : Perempuan
Tempat/Tanggal Lahir : 11 - 10 - 1973
Usia : 45 tahun
Agama : Islam
Alamat : Jl. Cempaka Ria NO.50 RT 35 RW13, Paserpan, Pasuruan
67175
No. Telepon : 082257440271
Pendidikan Terakhir : S1 paud UM.
Pekerjaan : Guru RA Kec. Paserpan
Tanggal MRS : 12 - 05 - 2018 (ICU)
14 - 05 - 2018 (Ruang Rawat Inap Alamanda)
Tanggal KRS : 18 Mei 2018
Pengambilan Data : 14 Mei 2018 - 18 Mei 2018
Diagnosa Awal : DM tipe II + Hiperglisemi + Vertigo + Hipertensi
Diagnosa Akhir : DM tipe II + Hiperglisemi + Vertigo
Keluhan Pasien : Lemas, Keringat dingin di kaki & dada, sering haus, sering
kencing, Nafsu Makan +
Riwayat Penyakit : Gejala Gigitan (SMA) th 1992, Gejala usus buntu (SMA),
Maag, DM (6 th).

Pasuruan,

Responden


(.....)

Lampiran 7. Formulir Identitas Pasien 3

IDENTITAS RESPONDEN

Nama responden : Tn. Salam
No. RM : 251847
Jenis Kelamin : laki - laki
Tempat/Tanggal Lahir : 16 - 05 - 1948
Usia : 70 tahun
Agama : Islam
Alamat : Jl. Hangtuah IX Ngemplakrejo
No. Telepon : 0895388797769
Pendidikan Terakhir : SD
Pekerjaan : Tidak bekerja
Tanggal MRS : 16 - 05 - 2018 (Pagi . 0700 WIB)
Tanggal KRS : 21 - 05 - 2018
Pengambilan Data : 16 - 05 - 2018
Diagnosa Awal : DM Hiperglikemi + ulkus Cruris et pedis medical + hipertensi
Diagnosa Akhir : DM Hiperglikemi + ulkus Cruris et pedis medical
Keluhan Pasien : Muncul luka 1 minggu yg lalu , mual ⊕ , muntah ⊖ , pikiran tidak teratur , bengkak pada kaki sudah lama ± 1/2 bln yg lalu karena jatuh , linu - linu sudah 1 th yg lalu , sering kencing malam hari
Riwayat Penyakit

Pasuruan,

Responden


(.....SALAM.....)

Lampiran 8. Form Frekuensi makanan Pasien 1

Formulir Frekuensi Makanan

Nama Bahan Makanan	Frekuensi Konsumsi						Keterangan
	>1x/hari	1 x/hari	4-6 x /mg g	1-3x /mg g	1 x /Bln	1 x /Thn	
1. Makanan Pokok a. beras b. jagung c. kentang d. roti e. Ubi f. mie	V				V V V V V		3-5 sdm 1 biji 1 buah besar 4 lembar 1 ptg 1 bungkus
2. Lauk Hewani a. Telur ayam b. Daging c. Ayam d. Ikan mujair e. Ikan tongkol				V V V	V V		1 btr 1 ptg kcl 1 ptg 1 ptg 1 ptg sdg
3. Lauk Nabati a. tahu b. tempe	V V						1 ptg sdg 1 ptg sdg
4. Sayur-sayuran a. Kelor b. Wortel c. buncis d. Labu siam				V V			1 ctg sayur 1 sdm

e. Nangka muda				V			1 sdm
f. Kacang panjang				V			1 ctg sayur
					V		1 ctg sayur
					V		1 ctg sayur
5. Buah-buahan							
a. pisang				V			1 buah
b. semangka				V			1 prg
c. pepaya				V			1 ptg
d. melon				V			1 ptg
6. camilan							
a. keripik singkong				V			1 bungkus kcl @ 35 g
b. kerupuk	V						4-5 bj

Lampiran 9. Form Frekuensi makanan Pasien 2

Formulir Frekuensi Makanan

Nama Bahan Makanan	Frekuensi Konsumsi						Keterangan
	>1x/hari	1 x/hari	4-6 x /mg g	1-3x /mg g	1 -2 x /Bln	1 x / Thn	
1. Makanan Pokok a. beras b. jagung c. kentang d. roti e. singkong f. mie	V			V	V		5-7 sdm 1 biji 1 buah sdg 2 lembar 1 ptg 1 bungkus
2.Lauk Hewani a. telur ayam b. daging c. ayam d. ikan mujair				V	V		1 btr 1 ptg sdg 1 ptg 1 ptg
3.Lauk Nabati a. tahu b. tempe	V V						1 ptg sdg 1 ptg sdg
4.Sayur-sayuran a. Sawi hijau b. Lobak c. Labu kuning d. Terong e. kangkung			V V	V V			2 sdm 1 sdm 1 ctg sayur ¼ buah

				V			1 ctg sayur
5. Buah-buahan							
a. Pisang				V			1 buah
b. Papaya				V			1 ptg
c. semangka				V			1 ptg
6. Lain-lain							
a. Sambal terasi	V						1 sdm

Sumber: Universitas Sumatra Barat

Lampiran 10. Form Frekuensi makanan Pasien 3

Formulir Frekuensi Makanan

Nama Bahan Makanan	Frekuensi Konsumsi						Keterangan
	>1x/hari	1 x/hari	4-6 x /mg g	1-3x /mg g	1-2 x /Bln	1 x /Thn	
1. Makanan Pokok a. beras b. jagung c. kentang d. roti e. mie	V			V V V V			1 ½ - 2 ctg 1 biji 1 buah sdg 2 lembar 1 bungkus
2. Lauk Hewani a. Telur ayam b. daging c. ayam d. ikan				V V	V	V	1 butir 1 ptg kcl 1 ptg 1 ptg
3. Lauk Nabati a. tahu b. tempe	V V						1 ptg sdg 1 ptg sdg
4. Sayur-sayuran a. bayam b. Wortel c. Buncis d. Kubis				V V V V			1 ctg sayur 1 sdm 1 sdm 1 sdm

5. Buah-buahan a. Pisang				V			1 buah
6. Lain-lain a. Es	V						2-3 gls

Sumber: Universitas Sumatra Barat

Lampiran 11. Formulir Food Recall 24 Jam Pasien 1

Formulir Food Recall 24 Jam

Hari ke-1

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat (gram)	URT	Keterangan
makan pagi	nasi putih	Beras giling masak nasi	30	3 sdm	Energi: 410.6 kkal Protein: 15,8 g Lemak: 17.8 g Karbohidrat: 44.6 g Na: 119.6 mg
	telur kukus	Telur ayam	50	1 btr	
		Minyak kelapa sawit	2	$\frac{1}{2}$ sdt	
Snack	Kerupuk aci	Kerupuk aci	5	1 biji	
makan siang	nasi putih	Beras giling masak nasi	30	3 sdm	
	ayam suwir	Ayam	20	$\frac{1}{2}$ ptg	
		Minyak kelapa sawit	2	$\frac{1}{2}$ sdt	
Snack	semangka	Semangka	50	$\frac{1}{2}$ ptg	
makan malam	nasi putih	Beras giling masak nasi	30	3 sdm	
	bakso	Daging sapi	20	2 bh	

Hari ke-2

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat (gram)	URT	Keterangan
makan pagi	nasi putih	Beras giling masak nasi	50	5 sdm	Energi: 758 kkal Protein: 22,5 g Lemak: 17,5 g Karbohidrat: 124,4 g Na: 166,5 mg
	telur dadar	Telur ayam	50	1 btr	
		Minyak kelapa sawit	2	½ sdt	
Snack	kentang kukus	Kentang	100	1 bh	
makan siang	nasi tim	Beras giling	30	3 sdm	
	ayam ungkep	Ayam	20	½ ptg	
	sup wortel	Wortel	20	2 sdm	
	nasi putih	Beras giling masak nasi	30	3 sdm	
makan malam	nasi tim	Beras giling	30	3 sdm	
	telur bb merah	Telur ayam	25	½ btr	
		Minyak kelapa sawit	2	½ sdt	
	nasi putih	Beras giling masak nasi	40	4 sdm	
Snack	semangka	Semangka	100	1 ptg	

Hari ke-3

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat (gram)	URT	Keterangan
makan pagi	nasi putih	Beras giling masak nasi	86	8 sdm	Energi: 1073,5 kkal Protein: 36,7 g Lemak: 21,6 g Karbohidrat: 184,3 g Na: 299,1 mg
	telur bb opor	Telur ayam	37	1 btr	
		Minyak kelapa sawit	1	½ sdt	
		Kecap	1	¼ sdt	
	tahu bb bali	Tahu	15	¼ ptg	
		Minyak kelapa sawit	1	½ sdt	
	tumis buncis+wortel	Buncis	7	1 sdt	
		Wortel	30	2 sdm	
		Minyak kelapa sawit	1	½ sdt	
Snack Pagi	buah pisang	Pisang ambon	100	1 ptg	
Makan Siang	nasi putih	Beras giling masak nasi	100	¾ gls	
	pelas tongkol	Ikan tongkol	31	1 ptg	
	sate tempe	Tempe kedele murni	22	½ ptg	
	sayur asem jakarta	Wortel	30	3 sdm	
		Labu waluh	18	½ sdm	
		Kacang panjang	11	½ sdm	

		Minyak kelapa sawit	1	½ sdt	
Snack Sore	Kentang kukus	Kentang	100	1 bh	
Makan Malam	nasi putih	Beras giling masak nasi	100	¾ gls	
	telur ceplok	Telur ayam	50	1 btr	
		Minyak kelapa sawit	2	½ sdt	
	rolade tahu	Tahu	25	1 ptg	
		Telur ayam	5	1/10 btr	
	cah kangkung+wortel+tauge	Kangkung	12	½ sdm	
		Wortel	38	3 sdm	
		Tauge kacang ijo	16	1 sdm	
		Minyak kelapa sawit	1	½ sdt	
Snack Malam	buah pepaya	Pepaya	50	½ ptg	

Lampiran 12. Formulir Food Recall 24 Jam Pasien 2

Formulir Food Recall 24 Jam

Hari ke-1

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat (gram)	URT	Keterangan
makan pagi	nasi tim	Beras giling	20	2 sdm	Energi: 660,1 kkal Protein: 18,4 g Lemak: 10,9 g Karbohidrat: 124,7 g Na: 120 mg
	telur bb merah	Telur ayam	25	½ btr	
		Minyak kelapa sawit	1	½ bh	
	tumis kac.panjang+	Kacang panjang	11	1 sdm	
	Wortel	Wortel	22	2 sdm	
Snack Pagi	pisang ambon	Pisang ambon	100	1 ptg	
Makan Siang	nasi tim	Beras giling	25	2 sdm	
	rolade ikan	Ikan Kakap	15	1 sdm	
		Telur ayam	5	¼ btr	
		Minyak kelapa sawit	1	½ sdt	
	sayur bening	Bayam	13	1 sdm	
		Jagung kuning pipil baru	7	1 sdt	
		Wortel	23	2 sdm	
		Labu waluh	18	2 sdm	
Sanck Sore	Semangka	Semangka	50	½ ptg	
Makan Malam	nasi tim	Beras giling	25	2 sdm	

	Bakso	Daging sapi	10	1 sdm	
		Minyak kelapa sawit	2	½ sdt	
	tahu isi	Tahu	12	½ ptg	
	kuah sawi hijau +soun	Sawi	14	1 sdm	
		Mie Soun	17	2 sdm	
Snack Malam	Pepaya	Pepaya	100	1 ptg	

Hari ke-2

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat (gram)	URT	Keterangan
makan pagi	nasi tim	Beras giling	25	2 ½ sdm	Energi: 816,6 kkal Protein: 31 g Lemak: 25,6 g Karbonhidrat: 117,9 g Na: 221 mg
	telur dadar	Telur ayam	25	½ btr	
		Minyak kelapa sawit	1	½ sdt	
	tim tahu	Tahu	15	½ ptg	
	cah wortel+Buncis	Wortel	25	2 sdm	
		Buncis	18	1 sdm	
Snack Pagi	kentang kukus	Kentang	100	1 bh bsr	
Makan Siang	nasi tim	Beras giling	25	2 sdm	
	ayam ungkep	Ayam	50	1 ptg	
	perkedel panggang	Kentang	20	1 sdm	
		Minyak kelapa sawit	2	½ sdm	
	sup wortel	Wortel	45	4 sdm	
Sanck Sore		Pepaya	100	1 ptg	
Makan Malam	nasi tim	Beras giling	25	2 sdm	
	telur bb merah	Telur ayam	20	½ btr	
		Minyak kelapa sawit	2	½ sdt	

	tempe bb kuning	Tempe kedele murni	21	½ ptg	
	bobor bayam+wortel +	Bayam	23	2 sdm	
	Waluh	Wortel	31	3 sdm	
		Labu waluh	19	1 sdm	
Snack Malam	buah semangka	Semangka	100	1 ptg	

Hari ke-3

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat (gram)	URT	Keterangan
makan pagi	nasi tim	Beras giling	25	2 sdm	Energi: 1019,5 kkal Protein : 40,8 g Lemak: 29 g Karbohidrat: 151,7 g Na: 386,5 mg
	telur bb opor	Telur ayam	50	1 btr	
		Minyak kelapa sawit	2	½ sdt	
		Kecap	2	½ sdt	
	tahu bb bali	Tahu	20	½ ptg	
		Minyak kelapa sawit	2	½ sdt	
	tumis buncis+wortel	Buncis	11	1 sdm	
		Wortel	51	5 sdm	
		Minyak kelapa sawit	1	¼ sdt	
Snack Pagi	buah pisang	Pisang ambon	100	1 bh	
Makan Siang	nasi tim	Beras giling	50	5 sdm	
	pelas tongkol	Ikan tongkol	50	1 ptg	
	sate tempe	Tempe kedele murni	25	½ ptg	
	sayur asem jakarta	Wortel	47	4 sdm	
		Labu waluh	15	1 sdm	
		Kacang panjang	12	1 sdm	

		Minyak kelapa sawit	2	½ sdt	
Sanck Sore	Kentang kukus	Kentang	100	1 bh bsr	
Makan Malam	nasi tim	Beras giling	25	2 sdm	
	telur ceplok	Telur ayam	50	1 btr	
		Minyak kelapa sawit	3	½ sdt	
	rolade tahu	Tahu	10	¼ ptg	
		Telur ayam	2	½ sdt	
	cah kangkung+w ortel+tauge	Kangkung	5	1 sdt	
		Wortel	43	4 sdm	
		Tauge kacang ijo	6	1 sdt	
		Minyak kelapa sawit	2	½ sdt	
Snack Malam	buah semangka	Semangka	100	1 ptg	

Lampiran 13. Formulir Food Recall 24 Jam Pasien 3

Formulir Food Recall 24 Jam

Hari ke-1

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat	URT	Keterangan
makan pagi	nasi tim	Beras giling	75	8 sdm	Energy : 759,1 Kkal Protein: 21,2 g Lemak: 8,3 g Karbohidrat: 152,3 g Na: 193,8 mg
	telur bb opor	Telur ayam	50	1 btr	
		Minyak kelapa sawit	3	½ sdt	
	tahu bb bali	Tahu	50	1 ptg	
		Minyak kelapa sawit	2	½ sdt	
	tumis buncis dan wortel	Buncis	25	2 sdm	
		Wortel	75	7 sdm	
Snack Pagi	buah pisang	Pisang ambon	100	1 bh	
Makan Siang	nasi tim	Beras giling	75	8 sdm	
	ayam ungkep	Ayam	50	1 btr	
	perkedel panggang	Kentang	50	¼ bh bsr	
		Minyak kelapa sawit	3	½ sdt	
	sup wortel	Wortel	100	½ gls	
	buah pepaya	Pepaya	100	1 ptg	
Sanck Sore	puding maizena	Tepung beras	20	1 sdm	

		Agar-agar	2	1/3 bgks	
Makan Malam	nasi tim	Beras giling	75	8 sdm	
	telur bb merah	Telur ayam	50	1 btr	
		Minyak kelapa sawit	2	½ sdt	
	tempe bb kuning	Tempe kedele murni	50	1 ptg bsr	
	bobor bayam +wortel+waluh	Bayam	25	2 sdm	
		Wortel	50	5 sdm	
		Labu waluh	25	2 sdm	
Snack Malam	buah semangka	Semangka	100	1 ptg	

Hari ke-2

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat	URT	Keterangan
makan pagi	nasi tim	Beras giling	75	8 sdm	Energy : 1474,3 Kkal Protein: 47,9 g Lemak: 31,6 g Karbohidrat: 248,7 g Na: 268,6 mg
	semur bakso	Daging sapi	30	1 ptg	
		Telur ayam	2	½ sdt	
		Minyak kelapa sawit	5	1 sdt	
	tim tahu	Tahu	50	1 ptg	
	lodeh waluh +	Labu waluh	25	2 sdm	

	Kacang panjang +	Kacang panjang	25	2 sdm
	Wortel	Wortel	50	5 sdm
Sub Total				
Snack Pagi	buah pisang	Pisang ambon	100	1 ptg
Makan Siang	nasi tim	Beras giling	100	$\frac{3}{4}$ gls
	pelas tongkol	ikan tongkol	50	1 ptg
	sate tempe	Tempe kedele murni	25	1 ptg kcl
		Minyak kelapa sawit	3	$\frac{1}{2}$ sdt
	sayur asem jakarta	Wortel	50	5 sdm
		Labu waluh	25	2 sdm
		Kacang panjang	25	2 sdm
Sanck Sore	kentang kukus	Kentang	100	1 bh
Makan Malam	nasi tim	Beras giling	100	$\frac{3}{4}$ gls
	telur ceplok	Telur ayam	50	1 ptg
		Minyak kelapa sawit	5	1 sdt
	rolade tahu	Tahu	50	1 ptg
		Telur ayam	5	1 sdt

		Minyak kelapa sawit	5	1 sdt	
	cah kangkung +	Kangkung	25	2 sdm	
	wortel + kecambah	Wortel	50	5 sdm	
		Taoge Kacang Hijau	25	2 sdm	
Snack Malam	buah semangka	Semangka	100	1 ptg	

Hari ke-3

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat	URT	keterangan
makan pagi	nasi tim	Beras giling	75	8 sdm	Energy : 1518,8 Kkal Protein: 51,8 g Lemak: 31 g Karbohidrat: 255,5 g Na: 306,7 mg
	telur kukus	Telur ayam	50	1 ptg	
	tim tahu	Tahu	50	1 ptg	
	sayur sop	Wortel	50	5 sdm	
		Kol kembang	25	2 sdm	
		Makaroni	25	2 sdm	
Snack Pagi	kentang kukus	Kentang	100	1 bh	
Makan Siang	nasi tim	Beras giling	100	10 sdm	
	ayam bb kecap	Ayam	50	1 ptg	
		Minyak kelapa sawit	2	½ sdt	
		Kecap	2	½ sdt	
	tempe bb kuning kukus	Tempe kedele murni	25	1 ptg kcl	
	sayur sop	Wortel	50	5 sdm	
		Kol kembang	25	2 sdm	
		Buncis	25	2 sdm	
Sanck Sore	Buah semangka	Semangka	100	1 ptg	

Makan Malam	nasi tim	Beras giling	75	8 sdm	
	rolade daging	Daging sapi	30	1 ptg	
		Telur ayam	5	1 sdt	
		Minyak kelapa sawit	2	½ sdt	
	sate tempe	Tempe kedele murni	25	1 ptg kcl	
	soto	Taoge Kacang Hijau	20	2 sdm	
		Mie Soun	30	4 sdm	
		Kol merah/putih	25	2 sdm	
Snack Malam	buah pepaya	Pepaya	100	1 ptg	

Lampiran 14. Asupan Kebutuhan Energi dan Zat Gizi

Pasien	Energi dan Zat Gizi	Energi (kkal)			Protein (gram)			Lemak (gram)			Karbohidrat (gram)			Natrium (gram)		
		Hari 1	Hari 2	Hari 3	Hari 1	Hari 2	Hari 3	Hari 1	Hari 2	Hari 3	Hari 1	Hari 2	Hari 3	Hari 1	Hari 2	Hari 3
Pasien 1	Kebutuhan	1400	1400	1400	42	42	42	31	31	31	238	238	238	1200	1200	1200
	Asupan	410,6	758	1073,5	15,8	22,5	36,7	17,8	17,5	21,6	44,6	124,4	184,3	919,6	966,5	1099,1
	Tingkat Konsumsi (%)	29,3	54,1	76,7	37,6	53,6	87,4	57,4	56,5	70	18,7	52,3	77,4	76,6	80,5	91,6
	Kriteria	DTB	DTB	DTS	DTB	DTB	DTR	DTB	DTB	DTS	DTB	DTB	DTS	DTS	DTR	N
Pasien 2	Kebutuhan	1400	1400	1400	42	42	42	31	31	31	238	238	238	1200	1200	1200
	Asupan	660,1	816,6	1019,5	18,4	31	40,8	10,9	25,6	29	124,7	117,9	151,7	920	1021	1186,5
	Tingkat Konsumsi(%)	47,1	58,3	72,8	43,8	73,8	97,1	35,2	82,6	93,5	52,4	49,5	63,7	76,7	85,1	98,9
	Kriteria	DTB	DTB	DTS	DTB	DTS	N	DTB	DTR	N	DTB	DTB	DTB	DTS	DTR	N
Pasien 3	Kebutuhan	1800	1800	1800	54	54	54	40	40	40	306	306	306	1200	1200	1200
	Asupan	759,1	1474,3	1518,8	21,2	47,9	51,8	8,3	31,6	31	152,3	248,7	255,5	993,8	1068,6	1106,7
	Tingkat Konsumsi(%)	42,2	80,9	84,4	39,3	88,7	95,9	20,8	79	77,5	49,7	81,3	83,5	82,8	89,1	92,2

	Kriteria	DTB	DTR	DTR	DTB	DTR	N	DTB	DTS	DTS	DTB	DTR	DTR	DTR	DTR	N
--	----------	-----	-----	-----	-----	-----	---	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	---

Keterangan:

- < 70% : Defisit Tingkat Berat (DTB)
- 70 – 79% : Defisit Tingkat Sedang (DTS)
- 80 – 89% : Defisit Tingkat Ringan (DTR)
- 90 – 119% : Normal (N)
- \geq 120% : Kelebihan (K)

Lampiran 15. PAGT Pasien 1

RESUME PROSES ASUHAN GIZI TERSTANDAR (PAGT)

Nama : Ny K
Umur : 58 tahun

Jeniskelamin : Perempuan
Register : 249259

Assessment		Diagnosis Gizi (PES)	Rencana Intervensi		Rencana Monitoring & Evaluasi
Data Dasar	Identifikasi Masalah		Terapi Diet	Terapi Edukasi	
Cilen History - Nama : Ny K - Umur : 58 tahun - Jenis kelamin : Perempuan - Tanggal Lahir : 3 Januari 1960 - Status : Menikah - Pekerjaan : IRT - Pendidikan : SD - Agama : Islam - Tanggal MRS : 14 Mei 2018 - Ruangan / kelas : Kemuning / Kelas II - Diagnosa : DM tipe II + Hipertensi II			Tujuan Diet - Memberikan cukup karbohidrat yang sesuai dengan prinsip diet penyakit DM 3J yaitu tepat jenis, jumlah, jadwal untuk membantu menurunkan dan menjaga kadar glukosa darah. - Memberikan diet DM cukup sesuai dengan kebutuhan pasien untuk membantu	Tujuan Terapi edukasi diberikan agar pasien: 1. Mematuhi diet yang diberikan RS 2. Mengetahui diet yang dianjurkan dengan benar 3. Mengetahui makanan yang dianjurkan, dibatasi, dan	Pengamatan berupa: Antropometri: Pengukuran BB pada awal dan akhir pengamatan selama studi kasus

Data Penyakit	Riwayat					
<p>a. dahulu pasien menderita DM sejak 2008 dan terserang ke mata seak 2015</p> <p>b. sekarang pasien mengeluh mual, nyeri perut dan kaki cekot-cekot sejak 1 minngu lalu (8 Mei 2018)</p> <p>c. keluarga</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tidak ada Keluhan Umun Pasien - Pasien MRS tidak sadarkan diri, setelah sadar mengeluh mual, nyeri 				<p>meningkatkan daya tahan tubuh dan menurunkan jumlah leukosit.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Memberikan makanan rendah natrium untuk menurunkan tekanan darah tinggi - Memberikan makanan yang adekuat untuk meningkatkan intake makanan dan minuman secara oral dan memenuhi kebutuhan gizi pasien serta meningkatkan status gizi. - Memberikan edukasi kepada pasien dan keluarga anjuran perubahan pola makan sesuai dengan penyakit pasien. 	<p>dihindari untuk dikonsumsi</p> <p>Sasaran: Pasien dan keluarga</p> <p>Materi: Diet diabetes mellitus, bahan makanan penukar, dan diet rendah garam</p> <p>Tempat: Ruang kemuning C4</p> <p>Metode: Konseling dan tanya jawab</p>	<p>Biokimia: Klimia klinik</p> <p>GDA</p> <p>Leukosit</p> <p>Fisik/klinis</p> <p>KU/hari</p> <p>Kes/hari</p> <p>Nadi/hari</p> <p>RR/hari</p> <p>TD/hati</p> <p>Suhu/hari</p> <p>Dietary</p> <p>Monitoring intake makanan/hari</p>

perut, tidak nafsu makan, dan kaki cekot-cekot (linu).					
<p>Food History</p> <p>a. Dahulu</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasien makan 2-3x sehari, tidak teratur - Sumber karbohidrat yang sering dikonsumsi setiap hari adalah nasi putih @50-100 g - Sumber protein yang dikonsumsi yaitu telur ayam @ 50 g, tempe tahu setiap hari @ 1 potong tiap kali makan - Pasien sering mengkonsumsi sop dan bening 	FH.4.2.12	NB.1.4	<p>Syarat Diet</p> <ul style="list-style-type: none"> - Energi cukup untuk mencapai berat badan normal. - Kebutuhan energi ditentukan dengan memperhitungkan kebutuhan untuk metabolisme basal sebesar 25 kkal/kg BBI pada perempuan, 30 kkal/kg BBI pada laki-laki, ditambah kebutuhan aktivitas fisik, faktor stress, dan keadaan umum. - Kebutuhan protein 12% dari kebutuhan energi total - Kebutuhan lemak 20% dari kebutuhan energi total 	<p>Alat bantu:</p> <p>Leaflet DM, leaflet bahan makanan penunjang, dan leaflet diet rendah garam</p> <p>Evaluasi:</p> <p>Menanyakan kembali tentang materi yang diberikan meliputi diet diabetes mellitus dan diet rendah garam.</p>	<p>yaitu energi, protein, lemak, karbohidrat</p> <p>Kepatuhan diet.</p> <p>Edukasi:</p> <p>Pasien mengerti tentang diet diabetes mellitus dan rendah garam</p>

<p>kelor 3x/minggu</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasien mengkonsumsi buah 1x/minggu - Pasien suka nyemil keripik, kerupuk setiap hari - Pasien suka makanan manis seperti nagasari, brownis - Konsumsi air putih 5 gelas/hari <p>b. Sekarang</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasien mendapat diet DMB + RG I 1400 Kkal <p><u>Tingkat konsumsi</u></p> <p>E: 37% (↓)</p>	<p>Kesukaan makanan manis yang berlebihan</p> <p>FH. 1.1.1.1</p> <p>Asupan energi total (↓)</p> <p>FH. 1.5.2.1</p> <p>Asupan protein total (↓)</p>	<p>Kurangnya kemampuan memonitoring diri sendiri berkaitan pasien belum siap melakukan diet atau merubah pola hidup ditandai dengan pasien tidak bisa menghindari makanan manis</p> <p>NI. 2.1</p> <p>Kekurangan intake makanan dan minuman oral berkaitan dengan kondisi pasien mual, nyeri perut, dan kaki cekot-cekot sehingga nafsu makan menurun</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kebutuhan karbohidrat 68% dari kebutuhan energi total - Vitamin dan mineral diberikan cukup sesuai dengan kebutuhan pasien - Pemberian makan memperhatikan 3J (jumlah, jenis, jadwal) - Natrium dibatasi (1000-1200 mg/hari), disesuaikan berat ringannya retensi garam, air dan hipertensi <p>Kebutuhan energi dan zat gizi</p> <p>Menggunakan rumus perkeni, 2002</p> <p>$BBI = TB(m)^2 \times 21$</p>		
--	--	---	---	--	--

<p>P: 42,6 % (↓)</p> <p>L : 59,4% (↓)</p> <p>KH : 28,9% (↓)</p> <p>Na : 46,6 mg</p>	<p>FH.1.5.1.1</p> <p>Asupan lemak total (↓)</p> <p>FH.1.5.1.3</p> <p>Asupan karbohidrat total (↓)</p>	<p>ditandai dengan hasil recall energi (37%), protein (42,6%), lemak (59,4%), karbohidrat (28,9%) dalam kategory deficit tingkat berat</p>	<p>= (1,55)² x 21</p> <p>= 50,5 kg</p> <p>BE = BBI x 25</p> <p>= 50,5 x 25</p> <p>= 1262,5 kkal</p> <p>FA = $\frac{10}{100} \times 1262,5$</p> <p>= 126,5</p> <p>FS = $\frac{10}{100} \times 1262,5$</p> <p>= 126,5</p>		
<p>Antropometri Data</p> <p>BB : 46 kg</p> <p>TB : 154 cm</p> <p>BBR : 85,5% (Kurus)</p> <p>BBI : 50,5 kg</p>	<p>AD.1.1.5</p> <p>Status gizi kurang</p>	<p>NI.1.4</p> <p>Kekurangan intake energi berkaitan dengan keluhan pasien mual, nyeri perut, kaki cekot-cekot, dan nafsu makan menurun mulai 1 minggu sebelum MRS ditandai dengan status gizi kurang</p>	<p>KU = $\frac{10}{100} \times 1262,5$</p> <p>= 126,5</p> <p>TE = BE + (FA + FS – KU)</p> <p>= 1262,5 +</p>		

<p>Biokimia Data</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leukosit : 8,2 mg/dL (N) - Kreatinin : 0,8 mg/dL (N) - GDA/GDS: 504 mg/dL(↑) - Ureum : 46 mg/dL (↑) - Cholesterol : 304 (↑) - SGOT : 56 (↑) - SGPT : 48 (↑) 	<p>BD.1.5.2</p> <p>Profil glukosa sewaktu (↑)</p> <p>Profil Ureum (↑)</p> <p>BD.1.7.1</p> <p>Total kolesterol (↑)</p> <p>BD.1.4.3</p> <p>AST (↑)</p> <p>BD.1.4.2</p>	<p>NI.5.8.3</p> <p>Konsumsi jenis karbohidrat tidak tepat berkaitan dengan ketidakmampuan dalam memodifikasi intake karbohidrat ditandai dengan nilai GDS 504 mg/dL tinggi</p> <p>NC.2.2</p> <p>Perubahan nilai laboratorium berkaitan dengan kondisi patologis pasien ditandai dengan hasil laboratorim GDS 584 mg/dL, Ureum 46 mg/dL, kolesterol 304</p>	<p>(10%+10%+10%)</p> <p>= 1388,75 kkal</p> <p>= 1400 kkal</p> <p>Protein = $\frac{12}{100} \times 1400$</p> <p>= $\frac{168}{4}$</p> <p>= 42 gram</p> <p>Lemak = $\frac{20}{100} \times 1400$</p> <p>= $\frac{280}{9}$</p> <p>= 31 gram</p> <p>Karbohidrat = $\frac{68}{100} \times 1400$</p> <p>= $\frac{952}{4}$</p> <p>= 238 gram</p>		
---	---	--	--	--	--

	ALT (↑)	mg/dL, SGOT 56 mg/dL, SGPT 48 mg/dL tinggi	- Diet yang diberikan adalah diet DM B 1400 Kkal Rendah Garam - Bentuk makanan lunak dan pemeriannya secara oral		
Physical Data	PD.1.1.9 Tanda-tanda vital TD (↑)	NI.5.4 Penurunan kebutuhan zat gizi (Na) berkaitan dengan adanya retensi cairan dan Natrium ditandai dengan tekanan darah tinggi (160/100 mmHg)			
<ul style="list-style-type: none"> - Tensi = 160/100 mmHg. (↑) - Suhu = 36,5°C (N) - Nadi = 80x/mnt (N) - RR = 20x/mnt (N) - Mual - Nyeri perut - Nyeri kaki - Nafsu makan menurun 					

Lampiran 16. PAGT Pasien 2

RESUME PROSES ASUHAN GIZI TERSTANDAR (PAGT)

Nama : Ny M
Umur : 45 tahun

Jeniskelamin : Perempuan
Register : 251487

Assessment		Diagnosis Gizi (PES)	Rencana Intervensi		Rencana Monitoring & Evaluasi
Data Dasar	Identifikasi Masalah		Terapi Diet	Terapi Edukasi	
<p>Cilen History</p> <ul style="list-style-type: none"> - Nama : Ny M - Umur : 45 tahun - Jenis kelamin : Perempuan - Tanggal Lahir : 11 Oktober 1973 - Status : Menikah - Pekerjaan : Guru RA - Pendidikan : S1 PAUD - Agama : Islam - Tanggal MRS : 12 Mei 2018 - Ruangan /kelas : Alamanda / Kelas I - Diagnosa : DM tipe II + Hiperglikemi+ 			<p>Tujuan Diet</p> <ul style="list-style-type: none"> - Memberikan cukup karbohidrat yang sesuai dengan prinsip diet penyakit DM 3J yaitu tepat jenis, jumlah, jadwal untuk membantu menurunkan dan menjaga kadar glukosa darah. - Memberikan diet DM cukup sesuai dengan kebutuhan pasien untuk membantu 	<p>Tujuan</p> <p>Terapi edukasi diberikan agar pasien:</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Mematuhi diet yang diberikan RS 5. Mengetahui diet yang dianjurkan dengan benar 6. Mengetahui makanan yang dianjurkan, dibatasi, dan 	<p>Pengamatan berupa:</p> <p>Antropometri:</p> <p>Pengukuran BB pada awal dan akhir pengamatan selama studi kasus</p> <p>Biokimia:</p>

<p>Hipertensi II + Vertigo</p> <p>Data Riwayat Penyakit</p> <p>d. dahulu pasien menderita DM sejak 2012 dan memiliki riwayat gejala penyakit ginjal, usus buntu pada 1992</p> <p>e. sekarang pasien mengeluh mual, muntah, pusing berputar</p> <p>f. keluarga</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hipertensi (Ibu) - Asma (Ayah) <p>Keluhan Umum Pasien</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasien MRS dengan keluhan mual, muntah sudah 5x, pusing berputar, nafas 			<p>meningkatkan daya tahan tubuh dan menurunkan jumlah leukosit.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Memberikan makanan rendah natrium untuk menurunkan tekanan darah tinggi - Memberikan makanan yang adekuat untuk meningkatkan intake makanan dan minuman secara oral dan memenuhi kebutuhan gizi pasien serta meningkatkan status gizi. - Memberikan edukasi kepada pasien dan keluarga anjuran perubahan pola makan sesuai dengan penyakit pasien. 	<p>dihindari untuk dikonsumsi</p> <p>Sasaran: Pasien dan keluarga</p> <p>Materi: Diet diabetes mellitus, bahan makanan penunjang, dan diet rendah garam</p> <p>Tempat: Ruang kemuning C4</p> <p>Metode: Konseling dan tanya jawab</p>	<p>Kimia klinik</p> <p>GDA</p> <p>Leukosit</p> <p>Fisik/klinis</p> <p>KU/hari</p> <p>Kes/hari</p> <p>Nadi/hari</p> <p>RR/hari</p> <p>TD/hati</p> <p>Suhu/hari</p> <p>Dietary</p> <p>Monitoring intake makanan/hari yaitu energi,</p>
---	--	--	---	---	--

ngongsrong dan merasa berat.				Alat bantu:	protein, lemak, karbohidrat
<p>Food History</p> <p>c. Dahulu</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasien makan 3x sehari @1 ctg - Sumber karbohidrat yang sering dikonsumsi setiap hari adalah nasi putih @50-100 g - Sumber protein yang dikonsumsi yaitu telur ayam 1x/minggu, daging ayam 1x/minggu, ikan nujair 1x/minggu, daging sapi 2x/bulan, tempe tahu setiap hari @ 1 potong tiap kali makan 			<p>Syarat Diet</p> <ul style="list-style-type: none"> - Energi cukup untuk mencapai berat badan normal. - Kebutuhan energi ditentukan dengan memperhitungkan kebutuhan untuk metabolisme basal sebesar 25 kkal/kg BBI pada perempuan, 30 kkal/kg BBI pada laki-laki, ditambah kebutuhan aktivitas fisik, factor stress, dan keadaan umum. - Kebutuhan protein 12% dari kebutuhan energi total - Kebutuhan lemak 20% dari kebutuhan energi total 	<p>Leaflet DM, leaflet bahan makanan penunjang, dan leaflet diet rendah garam</p> <p>Evaluasi: Menanyakan kembali tentang materi yang diberikan meliputi diet diabetes mellitus dan diet rendah garam.</p>	<p>Kepatuhan diet.</p> <p>Edukasi: Pasien mengerti tentang diet diabetes mellitus dan rendah garam</p>

<ul style="list-style-type: none"> - Pasien sering mengkonsumsi sawi rebus dan lobak 4x/minggu, labu kuning 3x/minggu, terong 2x/minggu, kangkung 1x/minggu - Pasien mengkonsumsi buah 1x/minggu - Pasien suka gorengan, makanan pedas, - Pasien suka makanan manis, asin - Pasien mengkonsumsi sambal setiap hari - Pasien membatasi makanan gorengan, camilan, makanan 	<p>FH.4.2.12</p> <p>Kesukaan makanan manis yang berlebihan</p>	<p>NB.1.4</p> <p>Kurangnya kemampuan memonitoring diri sendiri berkaitan pasien belum siap melakukan diet atau merubah pola hidup ditandai dengan pasien tidak bisa menghindari makanan manis</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kebutuhan karbohidrat 68% dari kebutuhan energi total - Vitamin dan mineral diberikan cukup sesuai dengan kebutuhan pasien - Pemberian makan memperhatikan 3J (jumlah, jenis, jadwal) - Natrium dibatasi (1000-1200 mg/hari), disesuaikan berat ringannya retensi garam, air dan hipertensi <p>Kebutuhan energi dan zat gizi</p> <p>Menggunakan rumus perkeni, 2002</p>		
--	--	---	---	--	--

<p>manis setelah mengetahui penyakitnya tahun 2012</p> <p>d. Sekarang</p> <p>- Pasien mendapat diet DMB + RG III 1400 Kkal</p> <p><u>Tingkat konsumsi</u></p> <p>E: 34,6% (↓)</p> <p>P: 39,3 % (↓)</p> <p>L : 29,4% (↓)</p> <p>KH : 35,3% (↓)</p>	<p>FH. 1.1.1.1</p> <p>Asupan energi total (↓)</p> <p>FH. 1.5.2.1</p> <p>Asupan protein total (↓)</p> <p>FH.1.5.1.1</p> <p>Asupan lemak total (↓)</p> <p>FH.1.5.1.3</p> <p>Asupan karbohidrat total (↓)</p>	<p>NI. 2.1</p> <p>Kekurangan intake makanan dan minuman oral berkaitan dengan kondisi pasien mual, muntah, pusing berputar sehingga nafsu makan menurun ditandai dengan hasil recall energi (34,6%), protein (39,3%), lemak (29,4%), karbohidrat (35,3%) dalam kategori deficit tingkat berat</p>	<p>BBI = $TB(m)^2 \times 21$</p> <p>= $(1,57)^2 \times 21$</p> <p>= 51,76 kg</p> <p>BE = BBI x 25</p> <p>= 51,76 x 25</p> <p>= 1294 kkal</p> <p>FA = $\frac{5}{100} \times 1294$</p> <p>= 64,7</p> <p>FS = $\frac{10}{100} \times 1294$</p> <p>= 129,4</p> <p>KU = $\frac{5}{100} \times 1294$</p> <p>= 64,7</p> <p>TE = BE + (FA + FS - KU)</p>		
---	--	---	---	--	--

Na : 89,4mg			= 1294 + (5%+10%+5%)		
Antropometri Data BB : 49 kg TB : 157 cm BBR : 85,97% (Kurus) BBI : 51,76 kg	AD.1.15 Status gizi kurang	NI.1.4 Kekurangan intake energi berkaitan dengan keluhan pasien mual, nyeri perut, kaki cekot-cekot, dan nafsu makan menurun mulai 1 minggu sebelum MRS ditandai dengan status gizi kurang	= 1423,4 kkal = 1400 kkal Protein = $\frac{12}{100} \times 1400$ = $\frac{168}{4}$ = 42 gram Lemak = $\frac{20}{100} \times 1400$ = $\frac{280}{9}$ = 31 gram		
Biokimia Data - GDA/GDS: 519 mg/dL(↑)	BD.1.5.2 Profil glukosa sewaktu (↑)	NI.5.8.3 Konsumsi jenis karbohidrat tidak tepat berkaitan dengan ketidakmampuan dalam memodifikasi intake	Karbohidrat = $\frac{68}{100} \times 1400$ = $\frac{952}{4}$ = 238 gram		

<ul style="list-style-type: none"> - Leukosit : 14,5 10³/ μ L (↑) - Kreatinin : 1,0 mg/dL (N) - Ureum : 40 mg/dL (↑) 	<p>Profil Ureum (↑)</p>	<p>karbohidrat ditandai dengan nilai GDS 519 mg/dL tinggi</p> <p>NC.2.2</p> <p>Perubahan nilai laboratorium berkaitan dengan kondisi patologis pasien ditandai dengan hasil laboratorim GDS 519 mg/dL, Ureum 40 mg/dL, Leukosit 14,5 tinggi</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Diet yang diberikan adalah diet DM B 1400 Kkal Rendah Garam - Bentuk makanan lunak dan pemerianya secara oral 		
<p>Physical Data</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tensi = 130/90 mmHg. (↑) - Suhu = 36°C (N) - Nadi = 80x/mnt (N) - RR = 30x/mnt (↑) - Mual - Muntah 	<p>PD.1.1.9</p> <p>Tanda-tanda vital TD dan RR (↑)</p>	<p>NI.5.4</p> <p>Penurunan kebutuhan zat gizi (Na) berkaitan dengan adanya retensi cairan dan Natrium ditandai dengan tekanan</p>			

<ul style="list-style-type: none"> - Nyeri kepala - Nafsu makan menurun 		<p>darah tinggi (130/90 mmHg)</p> <p>NC.3.2</p> <p>Penurunan berat badan yang tidak diharapkan berkaitan dengan keluhan pasien nafas ngongsrong dan terasa berat sehingga tidak nafsu makan ditandai dengan RR meningkat</p>			
---	--	--	--	--	--

Lampiran 17. PAGT Pasien 3

RESUME PROSES ASUHAN GIZI TERSTANDAR (PAGT)

Nama : Tn. S

Jeniskelamin : Laki-laki

Umur : 70 tahun

Register : 251847

Assessment		Diagnosis Gizi (PES)	RencanaIntervensi		Rencana Monitoring &Evaluasi
Data Dasar	IdentifikasiMasalah		Terapi Diet	Terapi Edukasi	

<p>Cilen History</p> <ul style="list-style-type: none"> - Nama : Tn. S - Umur : 70 tahun - Jenis kelamin : Laki-laki - Tanggal Lahir : 16 Mei 1948 - Status : Menikah - Pekerjaan : tidak bekerja - Pendidikan : SD - Agama : Islam - Tanggal MRS : 16 Mei 2018 - Ruang /kelas : Alamanda / Kelas I - Diagnosa : DM tipe II + Hiperglikemi+ Ulkus Cruris et pedis medical+Hipertensi <p>Data Riwayat Penyakit</p> <ul style="list-style-type: none"> g. dahulu pasien menderita DM sejak 2018 h. sekarang 			<p>Tujuan Diet</p> <ul style="list-style-type: none"> - Memberikan cukup karbohidrat yang sesuai dengan prinsip diet penyakit DM 3J yaitu tepat jenis, jumlah, jadwal untuk membantu menurunkan dan menjaga kadar glukosa darah. - Memberikan diet DM cukup sesuai dengan kebutuhan pasien untuk membantu meningkatkan daya tahan tubuh dan menurunkan jumlah leukosit. - Memberikan makanan rendah natrium untuk menurunkan tekanan darah tinggi - Memberikan makanan yang adekuat untuk 	<p>Tujuan</p> <p>Terapi edukasi diberikan agar pasien:</p> <ul style="list-style-type: none"> 7. Mematuhi diet yang diberikan RS 8. Mengetahui diet yang dianjurkan dengan benar 9. Mengetahui makanan yang dianjurkan, dibatasi, dan dihindarii untuk dikonsumsi <p>Sasaran:</p> <p>Pasien dan keluarga</p> <p>Materi:</p> <p>Diet diabetes mellitus, bahan</p>	<p>Pengamatan berupa:</p> <p>Antropometri:</p> <p>Pengukuran BB pada awal dan akhir pengamatan selama studi kasus</p> <p>Biokimia:</p> <p>Klimia klinik</p> <p>GDA</p> <p>Leukosit</p> <p>Fisik/klinis</p> <p>KU/hari</p>
--	--	--	--	--	---

<p>pasien mengeluh mual, nyeri kaki karena bengkak dan luka</p> <p>i. keluarga</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tidak ada Keluhan Umum Pasien - Pasien MRS dengan keluhan mual dan nyeri pada kaki karena bengkak dan luka, nafsu makan menurun 			<p>meningkatkan intake makanan dan minuman secara oral dan memenuhi kebutuhan gizi pasien serta meningkatkan status gizi.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Memberikan edukasi kepada pasien dan keluarga anjuran perubahan pola makan sesuai dengan penyakit pasien. <p>Syarat Diet</p> <ul style="list-style-type: none"> - Energi cukup untuk mencapai berat badan normal. - Kebutuhan energi ditentukan dengan memperhitungkan kebutuhan untuk metabolisme basal sebesar 25 kkal/kg 	<p>makanan pener, dan diet rendah garam</p> <p>Tempat: Ruang Alamanda B3</p> <p>Metode: Konseling dan tanya jawab</p> <p>Alat bantu: Leaflet DM, leaflet bahan makanan pener, dan leaflet diet rendah garam</p> <p>Evaluasi: Menanyakan kembali tentang</p>	<p>Kes/hari</p> <p>Nadi/hari</p> <p>RR/hari</p> <p>TD/hari</p> <p>Suhu/hari</p> <p>Dietary</p> <p>Monitoring intake makanan/hari yaitu energi, protein, lemak, karbohidrat</p> <p>Kepatuhan diet.</p> <p>Edukasi: Pasien mengerti</p>
<p>Food History</p> <p>e. Dahulu</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasien makan 3x sehari @1,5-2 ctg - karbohidrat yang sering dikonsumsi setiap hari adalah nasi 					

<p>putih @150-200 g, mie instan 2-3x/minggu</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sumber protein yang dikonsumsi yaitu telur ayam @ 50 g, tempe tahu setiap hari @ 1 potong tiap kali makan - Pasien sering mengkonsumsi bening bayam dan sop 1x/minggu - Pasien mengkonsumsi buah 1x/minggu (pisang) - Pasien suka minum es dengan rasa manis setiap hari 2-3 gelas - Konsumsi air putih 5-7 gelas/hari 	<p>FH.4.2.12</p> <p>Kesukaan makanan manis yang berlebihan</p>	<p>NB.1.1</p> <p>Pengetahuan yang kurang terkait gizi dan kesehatan ditandai dengan kebiasaan pasien mengkonsumsi minuman manis dingin setiap hari</p>	<p>BBI pada perempuan, 30 kkal/kg BBI pada laki-laki, ditambah kebutuhan aktifitas fisik, factor stress, dan keadaan umum.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kebutuhan protein 12% dari kebutuhan energi total - Kebutuhan lemak 20% dari kebutuhan energi total - Kebutuhan karbohidrat 68% dari kebutuhan energi total - Vitamin dan mineral diberikan cukup sesuai dengan kebutuhan pasien - Pemberian makan memperhatikan 3J (jumlah, jenis, jadwal) - Natrium dibatasi (1000-1200 	<p>materi yang diberikan meliputi diet diabetes mellitus dan diet rendah garam.</p>	<p>tentang diet diabetes mellitus dan rendah garam</p>
--	--	--	---	---	--

<p>- Pasien tidak suka pedas</p> <p>f. Sekarang</p> <p>- Pasien mendapat diet DMB + RG III 1800 Kkal</p> <p><u>Tingkat konsumsi</u></p> <p>E: 62,1% (↓)</p> <p>P: 50 % (↓)</p> <p>L : 32,5% (↓)</p> <p>KH : 67% (↓)</p>	<p>FH. 1.1.1.1</p> <p>Asupan energi total (↓)</p> <p>FH. 1.5.2.1</p> <p>Asupan protein total (↓)</p> <p>FH.1.5.1.1</p> <p>Asupan lemak total (↓)</p> <p>FH.1.5.1.3</p> <p>Asupan karbohidrat total (↓)</p>	<p>NI. 2.1</p> <p>Kekurangan intake makanan dan minuman oral berkaitan dengan kondisi pasien mual, nyeri perut, dan kaki cekot-cekot sehingga nafsu makan menurun ditandai dengan hasil recall energi (62,1%), protein (50%), lemak (32,5%), karbohidrat (67%) dalam kategori deficit tingkat berat</p>	<p>mg/hari), disesuaikan berat ringannya retensi garam, air dan hipertensi</p> <p>Kebutuhan energi dan zat gizi</p> <p>Menggunakan rumus perkeni, 2002</p> <p>$BBI = TB(m)^2 \times 21$</p> <p>$= (1,66)^2 \times 21$</p> <p>$= 62 \text{ kg}$</p> <p>$BE = BBI \times 30$</p> <p>$= 62 \times 30$</p> <p>$= 1860 \text{ kkal}$</p> <p>$FA = \frac{5}{100} \times 1860$</p> <p>$= 93$</p>		
---	--	---	--	--	--

Na : 356 mg			$FS = \frac{10}{100} \times 1860$ $= 186$		
Antropometri Data LILA : 26 kg TL : 52 cm TB est : 166,43 cm BBR : 75,3% (Kurus) BBI : 62 kg	AD.1.15 Status gizi kurang	NI.1.4 Kekurangan intake energi berkaitan dengan keluhan pasien mual, nyeri kaki karena bengkak dan luka sehingga nafsu makan menurun ditandai dengan status gizi kurang	$KU = \frac{20}{100} \times 1860$ $= 372$ $TE = BE + (FA + FS - KU)$ $= 1262,5 +$ $5\%+10\%+20\%$ $= 1767 \text{ kkal}$ $= 1800 \text{ kkal}$		
Biokimia Data - GDA/GDS: 507 mg/dL(↑)	BD.1.5.2 Profil glukosa sewaktu (↑)	NI.5.8.3 Konsumsi jenis karbohidrat tidak tepat berkaitan dengan ketidakmampuan dalam memodifikasi intake karbohidrat ditandai	$\text{Protein} = \frac{12}{100} \times 1800$ $= \frac{216}{4}$ $= 54 \text{ gram}$		

<ul style="list-style-type: none"> - Leukosit : 17,28 $10^3/\mu\text{L}$ (\uparrow) - Kreatinin : 1,2 mg/dL (N) - Ureum : 95 mg/dL (\uparrow) - SGOT : 45 (\uparrow) - SGPT : 33 (N) 	<p>Profil Ureum (\uparrow)</p> <p>BD.1.4.3</p> <p>AST (\uparrow)</p>	<p>dengan nilai GDS 507 mg/dL tinggi</p> <p>NC.2.2</p> <p>Perubahan nilai laboratorium berkaitan dengan kondisi patologis pasien ditandai dengan hasil laboratorim GDS 507 mg/dL, Ureum 95 mg/dL, SGOT 45 mg/dL, tinggi</p>	<p>Lemak = $\frac{20}{100} \times 1800$</p> <p>= $\frac{360}{9}$</p> <p>= 40 gram</p> <p>Karbohidrat = $\frac{68}{100} \times 1800$</p> <p>= $\frac{1224}{4}$</p> <p>= 306 gram</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diet yang diberikan adalah diet DM B 1800 Kkal Rendah Garam - Bentuk makanan lunak dan pemerianya secara oral 		
<p>Physical Data</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tensi = 140/90 mmHg. (\uparrow) - Suhu = 37°C (N) - Nadi = 88x/mnt (N) - RR = 20x/mnt (N) - Mual 	<p>PD.1.1.9</p> <p>Tanda-tanda vital TD (\uparrow)</p>	<p>NI.5.4</p> <p>Penurunan kebutuhan zat gizi (Na) berkaitan dengan adanya retensi cairan dan Natrium ditandai dengan</p>			

<ul style="list-style-type: none">- Nyeri kaki- Nafsu makan menurun		tekanan darah tinggi (140/90 mmHg)			
--	--	---------------------------------------	--	--	--

Lampiran 18. Leaflet Diet Diabetes Mellitus

Nama : TB : Cm
 Umur : BB : Kg
 IMT (Indeks Masa Tubuh) :
 Kebutuhan Gizi Sehari :
 Kalori : Kkal Lemak : gram
 Protein: gram Karbohidrat : gram

PEMBAGIAN MAKANAN SEHARI

Pagi Jam 06.00-08.00

	Berat(gr)	* URT
Nasi /pengganti :
Hewani/nabati :
Sayuran :
Minyak :
Gula pasir :

Selingan Jam 10.00 :

Siang Jam 12.00 – 13.00 :

Nasi /pengganti :
Hewani :
Nabati :
Sayuran :
Buah :
Minyak :

Selingan Jam 16.00 :

Malam Jam 18.00 – 19.00

Nasi /pengganti :
Hewani :
Nabati :
Sayuran :
Buah :
Minyak :

Selingan Jam 21.00 :

*) Ukuran Rumah Tangga



Contoh Menu Sehari

Pagi	Siang	Malam
Roti putih dengan Selai kacang	Nasi Semur daging	Nasi Pepes ikan
Telur rebus	Tempe goreng	Cah tahu
Lalap daun slada/Tomat	Pecel Jeruk	Tumis kangkung
		Apel
Jam 10.00 (Selingan) Apel	Jam 16.00 (Selingan) Puding pepaya	Jam 21.00 (Selingan) Crackers tawar atau buah

Untuk memvariasikan makanan, gunakan brosur bahan makanan pengganti
 Informasi lebih lanjut akses : sigizi@com
 Email : gklinik@yahoo.com

Kementerian Kesehatan RI
 Direktorat Bina Gizi
 Subdit Bina Gizi Klinik
 2011



Kementerian Kesehatan RI
 2011

DIET DIABETES MELITUS



PERHATIAN!
 Agar Gula Darah terkontrol ,
 makanlah sesuai
 Jadwal, jumlah, dan jenis secara teratur

Diabetes melitus atau kencing manis adalah penyakit gangguan metabolisme gula darah yang disebabkan oleh kekurangan hormon insulin sehingga terjadi peningkatan kadar gula darah dengan segala akibatnya.

Tujuan diet:

- Memberikan makanan sesuai kebutuhan
- Mempertahankan kadar gula darah sampai normal/ mendekati normal
- Mempertahankan berat badan menjadi normal
- Mencegah terjadinya kadar gula darah terlalu rendah yang dapat menyebabkan pingsan
- Mengurangi/ mencegah komplikasi

Syarat diet:

- Kebutuhan energi ditentukan dengan memperhitungkan kebutuhan untuk metabolisme basal sebesar 25-30 kkal/kg BB normal, ditambah kebutuhan untuk aktivitas fisik dan keadaan khusus, misalnya kehamilan atau laktasi dan adanya komplikasi.
- Kebutuhan protein 10-15% dari kebutuhan energi total.
- Kebutuhan lemak 20-25% dari kebutuhan energi total (<10% dari lemak jenuh, 10% dari lemak tidak jenuh ganda, sisanya dari lemak tidak jenuh tunggal). kolesterol makanan dibatasi maksimal 300 mg/hari.
- Kebutuhan Karbohidrat 60 -70% dari kebutuhan energi total.
- Penggunaan gula murni tidak diperbolehkan, bila kadar gula darah sudah terkendali diperbolehkan mengkonsumsi gula murni sampai 5 % dari kebutuhan energi total.
- Serat dianjurkan 25 gr / hari.

Pengaturan Makanan

BAHAN MAKANAN	DIANJURKAN	DIBATASI	DIHINDARI
SUMBER KARBOHIDRAT		Semua sumber karbohidrat dibatasi: nasi, bubur, roti, mie, kentang, singkong, ubi, sagu, gandum, pasta, jagung, talas, havermout, sereal, ketan, makaroni	
SUMBER PROTEIN HEWANI	Ayam tanpa kulit, ikan, telur rendah kolesterol atau putih telur, daging tidak berlemak	hewani tinggi lemak jenuh (kornet, sosis, sarden, otak, jeroan, kuning telur)	Keju, abon, dendeng, susu full cream,
SUMBER PROTEIN NABATI	tempe, tahu, kacang hijau, kacang merah, kacang tanah, kacang kedelai		
SAYURAN	Sayur tinggi serat: kangkung, daun kacang, oyong, ketimun, tomat, labu air, kembang kol, lobak, sawi, selada, seledri, terong	bayam, buncis, daun melinjo, labu siam, daun singkong, daun ketela, jagung muda, kapri, kacang panjang, pare, wortel, daun katuk	
BUAH-BUAHAN	jeruk, apel, pepaya, jambu air, salak, belimbing (se sesuai kebutuhan)	nanas, anggur, mangga, sirsak, pisang, alpukat, sawo, semangka, nangka masak	Buah-buahan yang manis dan diawetkan: durian, nangka, alpukat, kurma, manisan buah.
MINUMAN			Minuman yang mengandung alkohol, susu kental manis, soft drink, es krim, yoghurt, susu
LAIN-LAIN		makanan yang digoreng dan yang menggunakan santan kental, kecap, saus tiram	Gula pasir, gula merah, gula batu, madu Makanan/ minuman yang manis: cake, kue-kue manis, dodol, tarcis, sirup, selai manis, coklat, permen, tape, mayonaise,

Nama : TB : Cm
 Umur : BB : Kg
 IMT (Indeks Masa Tubuh) :

Kebutuhan Gizi Sehari :
 Kalori : Kkal Lemak : gram
 Protein: gram Karbohidrat : gram

PEMBAGIAN MAKANAN SEHARI

Pagi Jam 06.00-08.00

	Berat(gr)	* URT
Nasi /pengganti :
Hewani/nabati :
Sayuran :
Minyak :
Gula pasir :

Selingan Jam 10.00 :

.....

Siang Jam 12.00 – 13.00 :

Nasi /pengganti :
Hewani :
Nabati :
Sayuran :
Buah :
Minyak :

Selingan Jam 16.00 :

.....

Malam Jam 18.00 – 19.00

Nasi /pengganti :
Hewani :
Nabati :
Sayuran :
Buah :
Minyak :

Selingan Jam 21.00 :

.....

*1 Ukuran Rumah Tangga



Contoh Menu

Pagi	Siang	Malam
Nasi	Nasi	Nasi
Telur bumbu balado	Ikan pepes	Ayam bakar
Tumis buncis	Sambal goreng kering tempe	Oseng-oseng tahu dan cabe hijau
	Sayur bening bayam	Cah sayuran
	Buah: pepaya	Buah: jeruk manis
Jam 10.00 (Selingan)		Pukul 21.00
Jus buah		Crackers tawar atau buah

Untuk memvariasikan makanan, gunakan brosur bahan makanan penunjang

Informasi lebih lanjut akses : sigizi@com
 Email : gklinis@yahoo.com

Kementerian Kesehatan RI
 Direktorat Bina Gizi
 Subdit Bina Gizi Klinik
 2011



Kementerian Kesehatan RI
 2011

DIET HIPERTENSI



PERHATIAN!
 Periksa tekanan darah Anda secara teratur
 Tekanan darah orang dewasa dinyatakan "Normal" adalah 120/80 mmHg

Diet Hipertensi diberikan kepada pasien dengan tekanan darah di atas normal

Tujuan diet:

- Membantu menurunkan tekanan darah
- Membantu menghilangkan penimbunan cairan dalam tubuh atau edema atau bengkak *)

*) Penyebab timbunan air dalam tubuh: kegagalan tubuh untuk mengatur keseimbangan cairan, akibatnya tubuh tidak mampu mengeluarkan garam natrium yang berlebihan dalam jaringan. Natrium akan mengikat air sehingga menimbulkan penimbunan cairan dalam tubuh.

Syarat diet:

- Makanan beraneka ragam mengikuti pola gizi seimbang
- Jenis dan komposisi makanan disesuaikan dengan kondisi penderita
- Jumlah garam disesuaikan dengan berat ringannya penyakit dan obat yang diberikan



Pengaturan Makanan

BAHAN MAKANAN DIANJURKAN

- Makanan yang segar: sumber hidrat arang, protein nabati dan hewani, sayuran dan buah-buahan yang banyak mengandung serat.
- Makanan yang diolah tanpa atau sedikit menggunakan garam natrium, vetsin, kaldu bubuk.
- Sumber protein hewani: penggunaan daging/ ayam/ ikan paling banyak 100 gram/ hari. Telur ayam/ bebek 1 butir/ hari.
- Susu segar 200 ml/ hari

BAHAN MAKANAN YANG DIBATASI

- Pemakaian garam dapur
- Penggunaan bahan makanan yang mengandung natrium seperti soda kue.

BAHAN MAKANAN YANG DIHINDARI

- Otak, ginjal, paru, jantung, daging kambing
- Makanan yang diolah menggunakan garam natrium
 - Crackers, pastries, dan kue lain-lain
 - Krupuk, kripik dan makanan kering yang asin
- Makanan dan minuman dalam kaleng- sarden, sosis, kornet, sayuran dan buah-buahan dalam kaleng
- Makanan yang diawetkan: dendeng, abon, ikan asin, ikan pindang, udang kering, telur asin, telur pindang, selai kacang, acar, manisan buah
- Mentega dan keju
- Bumbu-bumbu: kecap asin, terasi, petis, garam, saus tomat, saus sambel, tauco dan bumbu penyedap lainnya
- Makanan yang mengandung alkohol misalnya: durian, tape



Cara mengatur diet:

- Rasa tawar dapat diperbaiki dengan menambah gula merah, gula pasir, bawang merah, bawang putih, jahe, kencur, salam dan bumbu lain yang tidak mengandung atau sedikit garam Na.
- Makanan lebih enak ditumis, digoreng, dipanggang, walaupun tanpa garam
- Bubuhkan garam saat di atas meja makan, gunakan garam beryodium (30 – 80 ppm), tidak lebih dari ½ sendok teh/ hari
- Dapat menggunakan garam yang mengandung rendah natrium



Lampiran 19. Daftar Bahan Makanan Penukar (DBMP)

Sayuran C
1 satuan penukar - 1 gls (100 g) mengandung : 50 kalori, 3 g protein, 10 g karbohidrat

Bahan Makanan

Bayam merah kacang kapri
Daun katuk Kluwih
Daun melinjo melinjo
Daun pepaya nangka muda
Daun strogkong toge kacang kedele
Daun tates

**GOLONGAN V
BUAH DAN GULA**

1 satuan penukar mengandung : 50 kalori, 12 g karbohidrat

Bahan Makanan	URT	Berat (g)
Anggur	20 bh sdg	165
Apel	1 bh	85
Belimbing	1 bh bsr	140
Blewah	1 ptg sdg	70
Duku	9bh	80
Durian	2bh bsr	35
Gula*)	1 sdm	13*
Jambu air	2 bh bsr	110
Jambu biji	1 bh bsr	100
Jambu bol	1 bh kcl	90
Jeruk manis	2 bh	110
Kedondong	2 bh sdg	120
Kemang	1 bh bsr	105

Bahan Makanan	URT	Berat (g)
Kolang kaling	5 bh sdg	25
Kurma	3 bh	15
Lycee	10bh	75
Madu	1 sdm	15
Mangga	¼ bh bsr	90
Melon	1 ptg bsr	190
Nangkamasak	3 bj sdg	45
Nenas	¼ bh sdg	95
Peach	1 bh kcl	115
Pepaya	1 ptg bsr	110
Pisang	1 bh	50
Rambutan	8 bh	75
Salak	2 bh sdg	65
Sawo	1 bh sdg	55
Semangka	1 ptg bsr	180
Sirsak	¼ gls	60

**GOLONGAN VI
SUSU**

1. Susu tanpa lemak
1 satuan penukar mengandung : 75 kalori, 7 g protein, 10 g karbohidrat

Bahan Makanan	URT	Berat (g)
Susu skim cair	1 gls	200
Susu skim bubuk	4 sdm	20
Yoghurt non fat	2/3 gls	120

2. Susu rendah lemak
1 satuan penukar mengandung : 125 kalori, 7 g protein, 10 g karbohidrat

Bahan Makanan	URT	Berat (g)
Keju	1 ptg kcl	35
Susu kambing	¾ gls	165
Susu sapi	1 gls	200
Susu kental tak manis	½ gls	100
Yoghurt susu penuh	1 gls	200

3. Susu tinggi lemak
1 satuan penukar mengandung : 150 kalori, 7 g protein, 10 g lemak, 10 g karbohidrat

Bahan Makanan	URT	Berat (g)
Susu penuh bubuk		

**GOLONGAN VII
MINYAK**

1. Lemak tidak jenuh
satu satuan penukar mengandung : 50 kalori, 5 g lemak

Bahan Makanan	URT	Berat (g)
Ayokad	½ bh bsr	60
Kacang almond	7 bj	10
Margarin jagung	1 sdt	5
Minyak bunga matahari	1 sdt	5
Minyak jagung	1 sdt	5
Minyak kacang tanah	1 sdt	5
Minyak kedele	1 sdt	5
Minyak zaitun	1 sdt	5

2. Lemak jenuh

Bahan Makanan	URT	Berat (g)
Kelapa	1 ptg kcl	15
Kelapa parut	2 ¼ sdm	15
Lemak babi/sapi	1 ptg kcl	5
Mentega	1 sdt	5
Minyak kelapa	1 sdt	5
Minyak inti kelapa sawit santan	1/3 gls	40

**DAFTAR
PENUKAR
BAHAN
MAKANAN**

NAMA :

BB/TB :

TGL :

Untuk memudahkan penggunaan, bahan makanan dalam daftar ini selain dalam ukuran gram, juga dinyatakan dengan alat ukuran yang lazim terdapat dalam rumah tangga (urt). Cara ini terbukti cukup teliti dan praktis dalam penyusunan diet. Di bawah ini dicantumkan keterangan singkatan ukuran rumah tangga.

Bh = buah g = gram
 Bj = biji Kcl = kecil
 Btg = batang ptg = potong
 btr = butir sdg = sedang
 bsr = besar (240 ml) sdm = sendok makan
 sdt = sendok teh

Bahan makanan pada tiap golongan dalam jumlah yang dinyatakan pada daftar bernilai gizi hampir sama, oleh karena itu satu sama lain dapat saling menukar. Untuk singkatnya disebut dengan istilah 1 satuan penutar.

**GOLONGAN I
 SUMBER KARBOHIDRAT**

Bahan Makanan	URT	Berat (g)
Bihun	½ gls	50
Bubur beras	2 gls	400
Biskuit	4 bh bsr	40
Haver-mout	5 1/2 sdm	45
Kentang	2½ sdg	210
Krakers	5 bh bsr	50
Makaroni	½ gls	50
Mi kering	1 gls	50
Mi basah	2 gls	200
Nasi	¾ gls	100
Nasi tim	1 gls	200
Roti putih	3 ptg sdg	70
Singkong	1 ptg	120
Talas	1 ptg	125
Tepung sagu	8 sdm	50
Tepung hunkue	10 sdm	50
Tepung terigu	5 sdm	50
Tepung manena	10 sdm	50
Tepung beras	8 sdm	50
ubi	1 bj sdg	135

**GOLONGAN II
 SUMBER PROTEIN HEWANI**

1. Rendah Lemak

1 satuan penutar mengandung : 75 kkalori, 7 g protein, 2 g lemak

Bahan Makanan	URT	Berat (g)
Ayam tanpa kulit	1 ptg sdg	40
Babak	1 ptg sdg	40
Daging kerbau	1 ptg sdg	35
Didih sapi	1 ptg sdg	35
Ikan segar	1 ptg sdg	40
Ikan asin	1 ptg kcl	15
Peri kering	1 sdm	15
Udang segar	5 ekor sdg	35

2. Lemak Sedang

1 satuan penutar mengandung : 75 kkalori, 7 g protein, 5 g lemak

Bahan Makanan	URT	Berat (g)
Bakso	10 bj sdg	170
Daging kambing	1 ptg sdg	40
Daging sapi	1 ptg sdg	35
Hati ayam	1 bh sdg	30
Hati sapi	1 bh sdg	35
Orak	1 ptg bsr	60
Telur ayam	1 btr	55
Telur bebek	1 btr	55
Usus sapi	1 ptg bsr	50

3. Tinggi Lemak

1 satuan penutar mengandung : 150 kkalori, 7 g protein, 5 g lemak

Bahan Makanan	URT	Berat (g)
Ayam dengan kulit	1 ptg ptg sdg	55
Bebek	1 ptg sdg	45
Cornet beef	2 sdm	45
Daging babi	1 ptg sdg	50
Kuning telur ayam	4 btr	45
sosis		50

**GOLONGAN III
 SUMBER PROTEIN NABATI**

Satu satuan penutar mengandung : 75 kkalori, 5 g protein, 5 g lemak

Bahan Makanan	URT	Berat (g)
Kacang hijau	2 sdm	20
Kacang kedele	2 sdm	25
Kacang merah segar	2 sdm	20
Kacang tanah	2 sdm	15
Kacang tolo	2 sdm	20
Kaju kacang tanah	1 sdm	15
Oncom	2 sdm	40
Susu kedele bubuk	2 sdm	25
Tahu	1 sdm	110
tempe	2 sdm	50

**GOLONGAN IV
 SAYURAN**

Sayuran A

Bebas dimakan. Kandungan energi dapat diabaikan

Baligo Gambas (oyong)
 Lobak Jamur kuping segar
 slada air Ketimun
 slada Labu air
 tomat

Sayuran B

1 satuan penutar- 1 gls (100 g) mengandung : 25 kkalori, 1g protein, 5 g karbohidrat

Bahan Makanan kangkung
 Bayam kacang panjang
 Bit kacang
 Buncis kacang pipir
 Brokoli kacang siam
 Asinan labu wuluh
 Daun pakis pare Genjer
 Daun wuluh jagung muda
 pepaya muda jantung pisang
 rebung kol kembang kol
 sawi kapri muda
 toge kacang lijo Wortel
 terong

Lampiran 20. Surat Izin Penelitian



PEMERINTAH KOTA PASURUAN
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH dr. R. SOEDARSONO
Jl. Dr. Wahidin Sudiro Husodo No. 1 – 4 Pasuruan
Telepon (0343) 421073 – 421079 Email : rsdsoedarsono@pasuruankota.go.id



NOTA – DINAS

Kepada : 1. KSMF Penyakit Dalam
2. Kepala Ruang Interna 1
Dari : Bidang Pengembangan dan Pengaduan
Tanggal : 8 Mei 2018
Nomor : 071/1099/423.600.03/2018
Sifat : Segera
Lampiran : 1 lembar
Hal : Pengantar Penelitian Mahasiswa

Sesuai dengan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 44 Tahun 2009 tentang Rumah Sakit dan mengacu pada Peraturan Walikota Nomor 73 Tahun 2011 tentang Tugas Pokok dan Fungsi RSUD dr. R. Soedarsono Kota Pasuruan yaitu pelayanan penelitian, pengembangan serta penapisan teknologi bidang kesehatan.

Berdasarkan hal tersebut, kami mohon kepada Bapak/Ibu untuk dapat memfasilitasi Mahasiswa/i untuk melakukan "Penelitian" atas nama:

Nama : NUR LAILATUL BADRIYAH
Jurusan : D3 – Gizi
Universitas : Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
Judul Penelitian : Penatalaksanaan Terapi Diet dan Terapi Edukasi Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Dengan Hipertensi di RSUD dr. R. Soedarsono Kota Pasuruan
Waktu : 07 Mei - 19 Mei 2018

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya, disampaikan terima kasih.

Kabid. Pengembangan dan Pengaduan
RSUD dr. R. Soedarsono Kota Pasuruan


RACHMIKA RENTI P., S.Kom. MM
NIP. 19690908 199901 2 001

Tembusan :

1. Direktur RSUD dr. R. Soedarsono Kota Pasuruan (sebagai laporan)
2. Kepala Bidang Pelayanan
3. Kepala Instalasi Rawat Inap