

LAMPIRAN

Lampiran 1. Skrining Gizi MST

SKRINING LANJUTAN GIZI RAWAT INAP		BI 3.9 K	
		Nama : Ny. M.	
		Tgl Lahir : 06/07/1962 (19)	
		NO. RM : 00378276	
DEWASA / GINEKOLOGI		SKOR	
		Tidak	Ya
1	Apakah mengalami penurunan BB dalam 6 bulan terakhir?	0	1
2	Apakah terdapat penurunan asupan makan dalam 3 hari terakhir /kesulitan makan/mengalami penurunan kesadaran/menggunakan pipa/selang makan?	0	1
3	Dengan diagnosa khusus: DM, CKD, HIV-AIDS, TB, Sepsis, Kanker, HF, Stroke, Luka Bakar > 30%, Geriatri, Covid-19.	0	1
Total Skor		2	
OBSTETRI / KEHAMILAN / NIFAS		SKOR	
		Tidak	Ya
1	Apakah terdapat penurunan asupan makan dalam 3 hari terakhir?	0	1
2	Adakah pertambahan BB yang kurang atau berlebihan selama hamil, dihitung sejak: Trimester I : 1 - 3 kg Trimester II : 5 - 8 kg Trimester III : 9 - 12,5 kg	0	1
3	Adakah nilai Hb < 10 g/dl atau HCT < 30%?	0	1
4	Adakah gangguan metabolisme/kondisi khusus: Diabetes (Mellitus atau Gestasional), CKD, HIV-AIDS, TB, Sepsis, Kanker, HF, Covid-19?	0	1
Total Skor			
ANAK		SKOR	
		Tidak	Ya
1	Apakah pasien tampak kurus?	0	1
2	Apakah terdapat penurunan BB dalam 1 bulan terakhir atau BB tidak naik pada 3 bulan terakhir pada bayi < 1 tahun?	0	1
3	Apakah terdapat diare ≥ 5x/hari, muntah ≥ 3x/hari dalam seminggu atau asupan makan berkurang dalam 1 minggu terakhir atau kesulitan makan?	0	1
4	Adakah penyakit lain: Diare Kronis (> 2 minggu), Malnutrisi (Gizi Kurang, Gizi Buruk), Penyakit Jantung Bawaan, HIV-AIDS, TB, Sepsis, DM Tipe 1, Penyakit Hati Kronik, Penyakit Ginjal Kronik, Kanker, Luka Bakar Luas > 30%, Keterlambatan Perkembangan, Covid-19?	0	1
Total Skor			

Kesimpulan:

Tidak Risiko : Skor 0 - 1 (tidak dilakukan PAGT)

Risiko : Skor ≥ 2 (dilakukan PAGT)

Pasuruan, 20....

Jam:


Ahli Gizi

(.....)

Nama dan tandatangan


Lampiran 2. Proses Asuhan Gizi Terstandar

BI 3.8 K Rev.2

 PROSES ASUHAN GIZI TERSTANDAR		Nama : Ny. M. Tanggal Lahir : 05/07/1969 Nomor RM : 00378276.
Tanggal Asuhan : 16 Februari 2024.		
Diagnosis Medis : Diabetes Mellitus + Hipertensi.		
ASESMEN	KESIMPULAN	
1. ANTROPOMETRI ULA = 28 cm. Usia = 54 thn 7 bln. ULHA = 25 cm. $\% \text{ ULA} = \frac{28}{30,3} \times 100 = 92,4\% \text{ (Gizi baik).}$ BB estimasi = $(2,001 \times \text{ULA}) - 1,223$ $= (2,001 \times 28) - 1,223 = 54,2 \text{ kg (Gibson, 2005).}$ TB estimasi = $68,777 + (3,563 \times \text{Ulna})$ $= 68,777 + (3,563 \times 25) = 157,8 \text{ cm (Lloyd-Davies).}$ BMI = $90\% (TB - 100) \times 1 \text{ kg.}$ $= 90\% (157,8 - 100) \times 1 \text{ kg} = 51,3 \text{ kg (Broca).}$	Status gizi: <input checked="" type="checkbox"/> Normal <input type="checkbox"/> Bermasalah, sebutkan: Gizi baik.	
2. BIODIAGNOSTIK Hb = 13,3g. g/dL (N). Leukosit = 9,14 (N). kreatinin = 0,834 mg/dL (N). BUN = 18,22 mg/dL (N). klorida = 108,90 mmol/L. (↑) GDS = 308 mg/dL (↑).	<input type="checkbox"/> Normal <input checked="" type="checkbox"/> Bermasalah, sebutkan: GDS (↑).	
3. FISIK/KLINIS Fisik: - Mual - muntah 1x. - nyeri perut bagian kanan. - nafsu makan (↓). Klinis: - GCS = 4/5. - suhu = 36°C. - RR = 20x/mnt. - TD = 161/93 mmHg. (↑) - N = 93x/mnt. - SpO ₂ = 97% (RA).	<input type="checkbox"/> Normal <input checked="" type="checkbox"/> Bermasalah, sebutkan: - mual - muntah. - nyeri perut bagian kanan. - nafsu makan (↓). - TD (↑).	
4. RIWAYAT GIZI Dahulu: - kebiasaan makan 2x/hari. - makaran pokok yg biasanya dikonsumsi nasi @ 1 1/2 centeng. - siang @ 1x/hari, roti putih @ 1-2x/mg. - Lauk hewani yg sering dikonsumsi dg ayam & telur ayam @ k/hari. - jarang mengkonsumsi lauk nabati @ 1-2x/mg. - sayuran yg dikonsumsi sawi putih, kacang, kacang panjang, kailan, lobak (pakca muda) @ 4-6x/mg. - sering mengkonsumsi kacang. - sering mengkonsumsi buah yaitu jeruk, pepaya, apel, pir, mangga, melon @ 1-2x/mg. - suka makan an pader & gorengan. - suka ngemil kacang. - sering makan menggunakan kuli + gula diabetol.	<input type="checkbox"/> Normal <input checked="" type="checkbox"/> Bermasalah, sebutkan: Asupan zat gizi defisit berat.	
5. RIWAYAT PERSONAL - pendidikan terakhir > SD. - pekerjaan > pedagang. - Tidak ada alergi obat & makanan. - riwayat penyakit dahulu: jantung (2 thn yg lalu), asam urat & kolesterol (> 2 thn). DM (1 thn).		

Berlaku Tanggal 09 Desember 2022

1/4

	PROSES ASUHAN GIZI TERSTANDAR	Nama : Ny. M.
		Tanggal Lahir : 05/07/1969
		Nomor RM : 00378276
DIAGNOSIS GIZI (Tulis dalam bentuk PES Statement)		
<p>NI-5.4 Penurunan kebutuhan zat gizi tertentu (Karbonhidrat) berkaitan dengan gangguan metabolisme ditandai dengan hasil laboratorium pasien GDS 308 mg/dl.</p> <p>NI-5.4 penurunan kebutuhan zat gizi tertentu (natrium) berkaitan dengan gangguan fungsi vaskular ditandai dengan hasil pemeriksaan klinis pasien Tekanan Darah 165/93 mmHg dan adanya ruamapi demam.</p> <p>NI-2.1 Asupan oral inadekuat berkaitan dengan penurunan nafsu makan akibat mual muntah ditandai dengan hasil recall asupan energi 51.9 %, protein 3.6%, lemak 45.7% dan karbohidrat 47.2% serta natrium 60.2%. Termasuk dalam kategori Defisit berat.</p> <p>MC-2.2 Perubahan nilai-nilai laboratorium terkait glukosa berkaitan dengan gangguan fungsi endokrin yang ditandai dengan kadar glukosa darah 308 mg/dl.</p> <p>Nb-1.3 Tidak riap terhadap perubahan diet atau gaya hidup berkaitan dengan kurangnya motivasi diri untuk menjalankan diet ditandai dengan keblakangan makan pasien tidak sesuai dengan diet yang dipulatkan.</p>		
RENCANA INTERVENSI GIZI		
<p>1. PERHITUNGAN ENERGI DAN ZAT GIZI</p> <p>BB1 = 90% (TB-100) x 1kg = 90% (57,8-100) x 1kg = 52 kg</p> <p>Perempuan, 2021</p> <p>BMR = 25 kkal/kg x BB1 = 25 x 52 = 1.300 kkal</p> <p>FU = 5% x 1.300 = 65 kkal</p> <p>FA = 10% x 1.300 = 130 kkal</p> <p>FS = 10% x 1.300 = 130 kkal</p> <p>TEE = (BMR - FU) + FA + FS = (1.300 - 65) + 130 + 130 = 1.495 kkal</p> <p>protein = 15% x 1.495 : 9 = 56 g</p> <p>lemak = 25% x 1.495 : 9 = 41,5 g</p> <p>KH = 60% x 1.495 : 9 = 221 g</p> <p>Natrium II : 600-900 mg</p>		
<p>2. TERAPI DIET Diet DM, RG.</p>		
<p>3. TERAPI EDUKASI Penatalaksanaan diet DM, RG.</p>		
RENCANA MONITORING DAN EVALUASI		
<p>1. ANTROPOMETRI -</p>		
<p>2. BIODIAGNOSTIK Memonitoring GDS hingga mencapai batas normal.</p>		
<p>3. FISIK KLINIS Memonitoring tekanan darah hingga normal, mual, muntah, nyeri perut, nafsu makan.</p>		
<p>4. RIWAYAT GIZI Memonitoring asupan makan 3x 24 jam.</p>		


Pasuruan,, 20...

Pukul :
Ahli Gizi

(Nama dan tanda tangan)

Lampiran 3. Monitoring Evaluasi

BI 3.8 K Rev.2

		PROSES ASUHAN GIZI TERSTANDAR			Nama : Ny. M Tanggal Lahir : 05/07/1969 Nomor RM : 00376 276	
		TABEL MONITORING EVALUASI				
TANGGAL	17 Feb.	18 Feb	19 Feb.			
WAKTU	14.00	14.00	14.00.			
ANTROPOMETRI	UUA : 28 cm UUSA : 28 cm.	UUA : 28 cm UUSA : 28 cm	UUA : 28 cm UUSA : 28 cm.			
DIET	DM B6 1500 kkal (Ns)	DM B6 1500 kkal (Ns)	DM B6 1500 kkal. (Ns).			
INTAKE (%)	E : 67,15 % P : 67,17 % L : 90,16 % KH : 76,7 % N : 88,47 %	E : 85,9 % P : 83,3 % L : 111,6 % KH : 76,9 % N : 83,6 %	E : 110 % P : 91,1 % L : 115,6 % KH : 68 % N : 90,3 %			
FISIK/KLINIS	Mual. Mafes irakan mual + TD : 136/83 mmHg. N : 80x/mnt. RR : 20x/mnt. S : 36°C GCS : 4/5.	Mual Mafes irakan reduse + TD : 107/87 mmHg. N : 84x/mnt. RR : 20x/mnt. S : 36°C GCS : 4/5.	Mafes irakan (+) TD : 140/80 mmHg. N : 80x/mnt. RR : 20x/mnt. S : 36°C GCS : 4/5.			
LABORATORIUM	GOR : 116 mg/dL.	GOR : 202 mg/dL.	GOR : 152 mg/dL.			
LAIN-LAIN						
TANDA TANGAN DAN NAMA TERANG						

Lampiran 4. Form Nutritional Care Process

FORM NUTRITIONAL CARE PROCESS

Nama : Ny. M
 Umur : 54 Tahun 7 Bulan
 Jenis kelamin : Perempuan

Diagnosis : DM + Hipertensi
 No. RM : 00378276

ASSESMENT GIZI		DIAGNOSIS GIZI	INTERVENSI GIZI	RENCANA MONEV
Data Dasar	Identifikasi Masalah			
<p>ANTROPOMETRI (AD)</p> <ul style="list-style-type: none"> LILA = 28 cm Ulna = 25 cm %LILA $= \frac{\text{LILA (cm)}}{\text{Standar LILA}} \times 100\%$ $= \frac{28 \text{ cm}}{30,3 \text{ cm}} \times 100\%$ = 92,4 Gizi baik (Menurut WHO-NCHS) BB estimasi menggunakan rumus (Gibson 2005) $= (2,001 \times \text{LILA}) - 1,223$ $= (2,001 \times 28) - 1,223$ = 54,8 kg TB estimasi menggunakan rumus Ilayperuma $= 68,777 + (3,563 \times \text{Ulna})$ $= 68,777 + (3,563 \times 25)$ 	-	-	-	-

<p>BIOKIMIA (BD)</p> <p>Hemoglobin : 13,39 g/dL Leukosit : 9,14 Kreatinin : 0,834 mg/dL BUN : 18,22 mg/dL GDS : 308 mg/dL</p>	<p>BD-1.5.2 Glukosa darah (↑)</p>	<p>NC-2.2 Perubahan nilai-nilai laboratorium terkait glukosa berkaitan dengan gangguan fungsi endokrin yang ditandai dengan kadar glukosa darah 308 mg/dL (tinggi)</p> <p>NI-5.4 Penurunan kebutuhan zat gizi tertentu (karbohidrat) berkaitan dengan gangguan metabolisme ditandai dengan hasil laboratorium pasien GDS 308 mg/dL</p>	<p>RC-1 Kolaborasi dan merujuk asuhan gizi ke tenaga medis lain dengan pemberian obat-obatan dan pemantauan hasil laboratorium</p> <p>ND-1 Modifikasi makanan utama dan snack dengan memberikan diet diabetes melitus dan rendah garam sesuai dengan kebutuhan sehari pasien yaitu 1.495 kkal</p>	<p>BD-1.5.2 Memonitoring kadar glukosa darah pasien setiap kali pemeriksaan</p>
<p>FISIK KINIS (PD)</p> <p>Fisik</p> <ul style="list-style-type: none"> - Nafsu makan menurun - Mual - Muntah 1x - Nyeri perut bagian kanan - K/U : Lemah <p>Klinis</p> <ul style="list-style-type: none"> - TD : 165/93 mmHg - Suhu : 36°C - Nadi : 93x/mnt - SPO2 : 97% (RA) - RR : 20x/mnt - GCS : 456 	<p>PD-1.1.5.24 Mual PD-1.1.5.27 Muntah PD-1.1.5.4 Nyeri perut PD-1.1.21 Tanda-tanda vital tekanan darah (↑)</p>	<p>NI-5.4 Penurunan kebutuhan zat gizi tertentu (natrium) berkaitan dengan gangguan fungsi vaskular ditandai dengan hasil pemeriksaan klinis pasien Tekanan Darah 165/93 mmHg dan riwayat Jantung</p>	<p>ND-1 Modifikasi makanan utama dan snack dengan memberikan diet diabetes melitus dan rendah garam sesuai dengan kebutuhan sehari pasien yaitu 1.495 kkal</p>	<p>PD-1.1.5.24 memonitoring keadaan mual pasien setiap kali pemeriksaan PD-1.1.5.27 Memonitoring keadaan muntah pasien setiap kali pemeriksaan PD-1.1.5.4 Memonitoring keadaan nyeri perut pasien setiap kali pemeriksaan PD-1.1.21 Memonitoring keadaan tanda-tanda vital tekanan darah pasien setiap kali pemeriksaan</p>

<p>RIWAYAT GIZI (FH) Dahulu:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pola makan yang tidak teratur, hanya makan 2x/hari - Makanan pokok yang dikonsumsi adalah nasi @1 ½ centong setiap makan, singkong goreng @1x/hari, roti putih @1-3x/mgg - Lauk hewani yang sering dikonsumsi daging ayam dan telur ayam @1x/hari. - Jarang mengkonsumsi lauk nabati @1-3x/mgg. - Sayuran yang sering dikonsumsi yaitu sawi putih, timun, kacang panjang, kelor, lodeh (nangka muda) @4-6x/mgg. - Sering mengkonsumsi buah jeruk, pepaya, apel, pisang, mangga, melon @4-6x/mgg. - Sering mengkonsumsi bakso. - Citarasa makanan suka yang berbumbu pedas. - Suka nyemil kerupuk - Setiap pagi mengkonsumsi kopi dengan menggunakan gula diabetasol. <p>Sekarang</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mendapatkan diet DM RG dalam bentuk makanan biasa (nasi) <p>Hasil Recall 24 jam:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Energi : 776 kkal (51,9%) - Defisit berat 	<p>FH-1.4.3 Asupan kafein (↑)</p>	<p>NB-1.3 Tidak siap terhadap perubahan diet atau gaya hidup berkaitan dengan kurangnya motivasi diri untuk menjalankan diet ditandai dengan kebiasaan makan pasien tidak sesuai dengan diet yang dijalankan</p>	<p>C-1 Konseling gizi terkait diet diabetes melitus dan rendah garam 1.495 kkal yang akan dijalankan pasien</p>	<p>FH-1.4.3 Memonitoring Asupan kafein</p>
	<p>FH-1.1.1.1 Total asupan energi (↓)</p>	<p>NI-2.1 Asupan oral inadekuat berkaitan dengan</p>	<p>E-1 Pemberian edukasi kepada pasien terkait diet diabetes melitus dan rendah</p>	<p>FH-1.1.1.1 Memonitoring total asupan energi</p>

<ul style="list-style-type: none"> - Protein : 18,3 g (32,6%) Defisit berat - Lemak : 19 g (45,7%) Defisit berat - Karbohidrat: 105,8 g (46,3%) Defisit berat - Natrium : 481,9 (60,2%) Defisit berat 	<p>FH-1.5.3.1 Total asupan protein (↓) FH-1.5.1.1 Total asupan lemak (↓) FH-1.5.5.1 Total asupan karbohidrat (↓)</p>	<p>penurunan nafsu makan akibat mual muntah ditandai dengan hasil recall asupan energi 51,9%, protein 32,6%, lemak 45,7%, dan karbohidrat 46,3% tergolong dalam kategori defisit berat</p>	<p>garam tentang bahan makanan yang boleh dikonsumsi dan bahan makanan yang tidak boleh dikonsumsi serta penerapan 3J (Jumlah, Jenis, Jadwal)</p>	<p>pasien setiap kali pemeriksaan FH-1.5.3.1 Memonitoring total asupan protein pasien setiap kali pemeriksaan FH-1.5.1.1 Memonitoring total asupan lemak pasien setiap kali pemeriksaan FH-1.5.5.1 Memonitoring total asupan karbohidrat pasien setiap kali pemeriksaan</p>
<p>RIWAYAT PERSONAL (CH) Riwayat Personal</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jenis Kelamin : Perempuan - Umur : 54 tahun 7 bulan - Agama : Islam - Pekerjaan : Pedagang <p>Riwayat penyakit dahulu Jantung (2 thn yg lalu), asam urat dan kolesterol (≥2 thn), DM (1 thn)</p>	<p>CH-1.1.1 Jenis Kelamin CH-1.1.3 Usia CH-3.1.7 Agama CH-3.1.6 Pekerjaan</p> <p>CH-2.1 Riwayat medis penyakit jantung, asam urat, kolesterol, DM</p>			

Lampiran 5. Monitoring dan Evaluasi Pasien Selama Pengamatan

Tanggal	Antropometri	Biokimia		Klinis (Fisik & Klinik)	Diet	Edukasi	Identifikasi Masalah Baru	Rencana Tindak Lanjut
		Hasil	Normal					
16/2/2024	LILA = 28 cm ULNA = 25 cm	Klorida = 108,90 mmol/L GDS = 308 mg/dL	95 – 108 mmol/L <200 mg/dL	KU : Lemah - Mual, muntah 1x, dan nyeri perut bagian kanan - Nafsu makan menurun - GCS : 456 - Suhu : 36°C - RR : 20x/mnt - TD : 165/93 mm/Hg - Nadi : 93x/mnt - SpO2 : 97% (RA)	Diet Ns DM RG	Peraturan membawa makanan dari luar RS	-	-
17/2/2024		GDP = 156 mg/dL	≤126 mg/dL	KU : Lemah - Mual - Nafsu makan mulai meningkat - GCS : 456 - Suhu : 36°C - RR : 20x/mnt - TD : 156/83 mm/Hg - Nadi : 89x/mnt	Diet Ns DM RG	Pentingnya mengkonsumsi makanan yang sudah disediakan RS agar kebutuhan pasien tercukupi	-	-
18/2/2024		GDS = 202 mg/dL	<200 mg/dL	KU : Cukup - Mual - Nafsu makan sedikit meningkat - GCS : 456 - Suhu : 36°C - RR : 20x/mnt - TD : 147/87 mm/Hg - Nadi : 84x/mnt	Diet Ns DM RG	Pentingnya mengkonsumsi makanan yang sudah disediakan RS agar kebutuhan pasien tercukupi	-	-

Tanggal	Antropometri	Biokimia		Klinis (Fisik & Klinik)	Diet	Edukasi	Identifikasi Masalah Baru	Rencana Tindak Lanjut
		Hasil	Normal					
19/2/2024		GDP = 152 mg/dL	≥126 mg/dL	<ul style="list-style-type: none"> - KU : Cukup - Nafsu makan meningkat - GCS : 456 - Suhu : 36°C - RR : 20x/mnt - TD : 140/80 mm/Hg - Nadi : 82x/mnt 	Diet Ns DM RG	Edukasi diet DM RG	Asupan lemak tinggi	Edukasi terkait tatalaksana diet DM RG dan pentingnya mengkonsumsi rendah lemak pada penderita DM dan Hipertensi

Lampiran 6. Pengukuran Antropometri

Antropometri	Hasil	Nilai Normal
Lingkar Lengan Atas	• 28 cm	
Panjang Ulna	• 25 cm	
BB estimasi	• = (2,001 x LILA) – 1,223 = (2,001 x 28) – 1,223 = 54,8 kg (Gibson, 2005)	
TB estimasi	• = 68,777 + (3,563 x Ulna) = 68,777 + (3,563 x 25) = 157 cm (Ilayperuma)	
Berat badan ideal	• = 90% (TB – 100) x 1 Kg = 90% (157 – 100) x 1 kg = 51,3 kg (Broca)	
Status gizi	<ul style="list-style-type: none"> Status gizi berdasarkan %LILA $\% \text{ LILA} = \frac{\text{Lila Pengukuran}}{\text{Lila Standart}} \times 100$ $= \frac{28}{30,3} \times 100$ $= 92,4\% \text{ (gizi baik)}$	Klasifikasi (WHO-NCHS) <ul style="list-style-type: none"> - Obesitas > 120% - Overweight 110 - 120% - Gizi baik 85 - 110% - Gizi kurang 70,1 - 84,9% - Gizi buruk < 70%

Lampiran 7. Hasil Laboratorium Pasien

Pemeriksaan Darah	Hasil	Satuan	Nilai Normal	Keterangan
HEMATOLOGI				
Eritrosit (RBC)	4,911		4 – 5,2	Normal
MCH	27,26	pg	26 – 34	Normal
MCV	80,80	fL	80 – 100	Normal
Hematokrit (HCT)	39,7	%	33 – 51	Normal
Hemoglobin (HGB)	13,39	g/dL	12 – 16	Normal
MCHC	33,74	%	32 – 26	Normal
Leukosit (WBC)	9,14		4,5 – 11	Normal
Basofil	0,12		0 – 0,11	Tinggi
Eosinofil	0,213		0 – 0,33	Normal
Monosit %	5,22	%	3 – 6	Normal
RDW	11,28	%	11,5 – 13,1	Rendah
Basofil %	1,4	%	0 – 1	Tinggi
Eosinofil %	2,3	%	0 – 3	Normal
Neutrofil %	67,9	%	35 – 66	Tinggi
Limfosit %	23,2	%	24 – 44	Rendah
Limfosit	2,12		1,1 – 5,0	Normal
Monosit	0,48		0,14 – 0,66	Normal
Neutrofil	6,2		1,5 – 8,5	Normal
MPV	9,275	fL	6,90 – 10,6	Normal
PLT	253		150 – 450	Normal
NLR	2,92			Normal
KIMIA KLINIK				
ELEKTROLIT				
Kalium (K)	4,04	mmol/L	3,5 – 5,1	Normal
Klorida (Cl)	108,90	mmol/L	95 – 108	Tinggi
Natrium (Na)	140,20	mmol/L	135 – 147	Normal
FAAL GINJAL				
Kreatinin	0,834	mg/dL	0,6 – 1,0	Normal
BUN	18,22	mg/dL	7,8 – 20,23	Normal
GULA DARAH				
GDS	308	mg/dL	<200	Tinggi

Lampiran 8. Form FFQ (Food Frequency Questionnaire)

Nama Responden : Ny. M

Hari/tanggal Pengambilan Data : Jumat/16 Februari 2024

BAHAN MAKANAN	FREKUENSI						Ket.
	>1x/ hari	1x/ hari	4 – 6x/ minggu	1 – 3x/ minggu	1x/ bulan	1x/ tahun	
Makanan Pokok							
Nasi	✓						
Mie					✓		
Roti				✓			
Singkong		✓					
Lauk Hewani							
Ikan segar				✓			
Ikan asin				✓			
Telur ayam		✓					
Ayam		✓					
Daging							
Kacang-kacangan dan Olahannya							
Tahu				✓			
Tempe				✓			
Sayur-sayuran							
Sawi Hijau				✓			
Kacang Panjang			✓				
Timun			✓				
Lodeh (Nangka Muda)			✓				
Kelor			✓				
Buah-buahan							
Pisang			✓				
Jeruk			✓				
Apel				✓			
Pepaya			✓				
Mangga			✓				
Melon			✓				
Serba-serbi							
Kopi		✓					
Susu							
Teh							
Gula							
Madu							
Sirup							
Selai							
Bakso				✓			

Lampiran 9. Perhitungan Kebutuhan

Perhitungan Kebutuhan

- Umur = 54 tahun
- %LILA = 92,4% (Gizi baik)
- TB estimasi = 157,8 cm
- BB estimasi = 54,8 kg
- BBI (Broca) = $90\% (TB - 100) \times 1 \text{ kg}$
= $90\% (157,8 - 100) \times 1 \text{ kg} = 52 \text{ kg}$

Kebutuhan energi dan zat gizi menggunakan rumus sesuai dengan Perkeni 2021

- BMR = $25 \text{ kkal/kg} \times \text{BBI}$
= $25 \times 52 \text{ kg} = 1.300 \text{ kkal}$
- FU = $5\% \times 1.300$
= 65 kkal

(Faktor Usia menggunakan 5% dikarenakan berdasarkan Perkeni, 2021 pasien usia diatas 40 tahun, yaitu 54 tahun kebutuhan kalori dikurangi 5% untuk setiap decade antar 40 dan 59 tahun)

- FA = $10\% \times 1.300$
= 130 kkal

(Faktor Aktivitas menggunakan 10% dikarenakan berdasarkan Perkeni, 2021 pasien dari kebutuhan basal diberikan pada keadaan istirahat)

- FS = $10\% \times 1.300$
= 130 kkal

(Faktor Stress menggunakan 10% dikarenakan berdasarkan Perkeni, 2021 pasien tidak mengalami sepsis, operasi, maupun trauma)

- TEE = $(\text{BMR} - \text{FU}) + \text{FA} + \text{FS}$
= $(1.300 - 65) + 130 + 130$
= 1.500 kkal
- Protein = $15\% \times 1.500 \text{ kkal} : 4$
= 56 gram

- Lemak = $25\% \times 1.500 \text{ kkal} : 9$
= 41,5 gram
- Karbohidrat = $60\% \times 1.500 \text{ kkal} : 4$
= 224 gram
- Natrium = 600-800 mg

Lampiran 10. Implementasi diet

Implementasi Diet

Jenis Diet : Diet DM RG

Bentuk makanan : Makanan biasa (Nasi)

Frekuensi makan : 3x makanan utama dan 3x makanan selingan

Rencana Edukasi dan Konseling Gizi

Topik : Penatalaksanaan diet untuk penderita diabetes melitus dengan hipertensi berupa diet DM RG

Sasaran : Pasien dan keluarga pasien (Anaknya)

Tujuan :

- Meningkatkan pengetahuan pasien tentang diabetes melitus dan hipertensi
- Memberikan solusi dan mendukung pasien dalam mengatasi penyakitnya

Tempat : Ruang rawat inap (Melati)

Waktu : 15 – 20 menit

Metode : Penjelasan secara langsung, ceramah, diskusi, dan tanya jawab dengan pasien

Alat Peraga : Leaflet Diet DM dan Diet Rendah Garam

Menjelaskan pengertian, tanda dan gejala, penatalaksanaan penyakit diabetes melitus dan hipertensi

- a) Menjelaskan pengertian, tujuan, dan yang harus diketahui oleh penderita diabetes melitus dan hipertensi untuk diet dm dan diet rendah garam
- b) Menjelaskan terkait dengan kebutuhan gizi individu
- c) Menjelaskan bahan makanan yang dianjurkan dan tidak dianjurkan
- d) Menjelaskan pola makan dengan 3J (Jumlah, Jenis, dan Jadwal)
- e) Menjelaskan cara memasak yang benar untuk penderita hipertensi
- f) Memberikan contoh menu

Evaluasi : Mengajukan pertanyaan kepada pasien yang telah diberikan edukasi gizi terkait dengan penatalaksanaan diet untuk menilai sejauh mana materi yang telah disampaikan dapat diterima.

Lampiran 11. Perencanaan Menu Selama 3 Hari

Menu Hari Ke-1

Waktu Makan	Menu	Bahan Makanan	Berat	Kebutuhan Gizi				
				Energi (Kkal)	Protein (g)	Lemak (g)	KH (g)	Natrium (mg)
Makan Pagi 17/2	Nasi putih	Beras	60	216,5	4	0,4	47,7	0
	Rawon Dg Sapi	Daging sapi	35	94,1	8,7	6,3	0	18,5
		Labu siam	20	4,0	0,2	0,1	0,9	0,2
		Tg. pendek	5	3,0	0,3	0,2	0,2	0,3
		Minyak	2,5	21,6	0	2,5	0	0
	Tempe Bb Merah	Tempe	30	59,7	5,7	2,3	5,1	1,8
		Minyak	2,5	21,6	0	2,5	0	0
	Bumbu	Gula	0,5	1,9	0	0	0,5	0
Garam		0,5	0	0	0	0	193,6	
Selingan 17/2	Puding jagung	Jagung	15	21,6	0,7	0,3	5,0	3,4
		Agar-agar	3	0	0	0	0	0
		Santan	1,5	5,3	0	0,5	0,2	0,3
Makan Siang 17/2	Nasi putih	Beras	60	216,5	4	0,4	47,7	0
	Dori goreng tepung	Ikan dori	35	29,4	6,4	0,2	0,0	21,7
		Tepung terigu	5	18,2	0,5	0,1	3,8	0,1
		Minyak	5	43,1	0	5	0	0
	Tahu goreng	Tahu	40	30,4	3,2	1,9	0,8	2,8
		Minyak	5	43,1	0	5	0	0
	Sayur asem	Kc. Panjang	10	3,5	0,2	0	0,8	0,3
		Labu siam	20	4,0	0,2	0,1	0,9	0,2
		Jagung	5	5,4	0,2	0,1	1,3	0,9
	Bumbu	Gula	0,5	1,9	0	0	0,5	0
Garam		0,5	0	0	0	0	193,6	
Selingan 17/2	Buah pisang	Pisang hijau	80	92,7	0,6	0,2	25	4
Makan Sore 17/2	Nasi putih	Beras	60	216,5	4	0,4	47,7	0
	Telur dadar isi sayur	Telur ayam	55	85,3	6,9	5,8	0,6	68,2
		Wortel	5	1,3	0	0	0,2	3
		Minyak	5	43,1	0	5	0	0
	Botok tempe	Tempe	30	59,7	5,7	2,3	5,1	1,8
		Minyak	2,5	21,6	0	2,5	0	0
	Sayur bening	Gambas	10	2,0	0,1	0	0,4	0,1
		Wortel	20	5,2	0,2	0	1,0	12,0
		Mie soun	2,5	9,5	0	0	2,3	0,2
Bumbu	Gula	0,5	1,9	0	0	0,5	0	
	Garam	0,5	0	0	0	0	193,6	
Selingan 17/2	Pisang kukus	Pisang kepok	80	92,7	0,6	0,2	25	4
Total				1476,6	52,6	44,1	223,1	724,8
Total Kebutuhan				1495	56	41,5	224	800
Pemenuhan terhadap Kebutuhan				98,7%	93,9%	106,2%	99,5%	90,6%

Menu Hari Ke-2

Waktu Makan	Menu	Bahan Makanan	Berat	Kebutuhan Gizi				
				Energi (Kkal)	Protein (g)	Lemak (g)	KH (g)	Natrium (mg)
Makan Pagi 18/2	Nasi putih	Beras	60	216,5	4	0,4	47,7	0
	Ayam Bb Merah	Daging ayam	30	85,5	8,1	5,7	0	21,9
		Minyak	2,5	21,6	0	2,5	0	0
	Tahu bulat	Tahu	40	30,4	3,2	1,9	0,8	2,8
		Minyak	5	43,1	0	5	0	0
	Sayur kare	Kentang	15	13,9	0,3	0	3,2	0,8
		Wortel	5	1,3	0	0	0,2	3
	Bumbu	Gula	0,5	1,9	0	0	0,5	0
Garam		0,5	0	0	0	0	193,6	
Selingan 18/2	Buah jeruk	Jeruk siam	100	47,1	0,9	0,1	11,8	0
Makan Siang 18/2	Nasi putih	Beras	60	216,5	4	0,4	47,7	0
	Soto dg sapi	Daging sapi	35	94,1	8,7	6,3	0,0	18,5
		Toge	5	3,0	0,3	0,2	0,2	0,3
		Kentang	15	13,9	0,3	0	3,2	0,8
		Mie soun	2,5	9,5	0	0	2,3	0,2
		Minyak	2,5	21,6	0	2,5	0	0
	Tempe goreng	Tempe	30	59,7	5,7	2,3	5,1	1,8
		Minyak	5	43,1	0	5	0	0
Bumbu	Gula	0,5	1,9	0	0	0,5	0	
	Garam	0,5	0	0	0	0	193,6	
Selingan 18/2	Buah pepaya	Pepaya	120	58,4	0,9	0,2	14,7	4,5
Makan Sore 18/2	Nasi putih	Beras	60	216,5	4	0,4	47,7	0
	Rolade ikan	Ikan dori	35	29,4	6,4	0,2	0,0	21,7
		Telur ayam	10	15,5	1,3	1,1	0,1	12,4
		Tepung terigu	2,5	9,1	0,3	0	1,9	0,1
		Minyak	5	43,1	0	5	0	0
	Tahu goreng	Tahu	40	30,4	3,2	1,9	0,8	2,8
		Minyak	5	43,1	0	5	0	0
	Oseng labu siam	Labu siam	20	4,0	0,2	0,1	0,9	0,2
		Kc. Panjang	10	3,5	0,2	0	0,8	0,3
		Minyak	2,5	43,1	0	5	0	0
	Bumbu	Gula	0,5	1,9	0	0	0,5	0
Garam		0,5	0	0	0	0	193,6	
Selingan 18/2	Pisang kukus	Pisang kepok	80	92,7	0,6	0,2	25	4
Total				1482,4	52,5	48	212,6	676
Total Kebutuhan				1495	56	41,5	224	800
Pemenuhan terhadap Kebutuhan				99%	93,7%	115%	94,9%	84,5%

Menu Hari Ke-3

Waktu Makan	Menu	Bahan Makanan	Berat	Kebutuhan Gizi				
				Energi (Kkal)	Protein (g)	Lemak (g)	KH (g)	Natrium (mg)
Makan Pagi 19/2	Nasi putih	Beras	60	216,5	4	0,4	47,7	0
	Telur ceplok	Telur ayam	55	85,3	6,9	5,8	0,6	68,2
		Minyak	5	43,1	0	5	0	0
	Tempe Bb opor	Tempe	30	59,7	5,7	2,3	5,1	1,8
		Minyak	2,5	21,6	0	2,5	0	0
	Sop	Wortel	10	2,6	0,1	0	0,5	6,0
		Kentang	15	13,9	0,3	0	3,2	0,8
		Kc. Polong	5	4,1	0,3	0	0,6	0,1
	Bumbu	Gula	0,5	1,9	0	0	0,5	0
Garam		0,5	0	0	0	0	193,6	
Selingan 19/2	Puding labu	Labu kuning	15	5,8	0,1	0,1	1,3	0,2
		Agar-agar	3	0	0	0	0	0
Makan Siang 19/2	Nasi putih	Beras	60	216,5	4	0,4	47,7	0
	Rolade ayam	Daging ayam	30	85,5	8,1	5,7	0	21,9
		Telur ayam	10	15,5	1,3	1,1	0,1	12,4
		Tepung terigu	2,5	9,1	0,3	0	1,9	0,1
		Minyak	5	43,1	0	5	0	0
	Tahu Bb Bali	Tahu	40	30,4	3,2	1,9	0,8	2,8
		Minyak	2,5	21,6	0	2,5	0	0
	Sayur bening	Bayam	30	11,1	1,1	0,1	2,2	3,3
		Gambas	10	2,0	0,1	0	0,4	0,1
Bumbu	Gula	0,5	1,9	0	0	0,5	0	
	Garam	0,5	0	0	0	0	193,6	
Selingan 19/2	Buah jeruk	Jeruk siam	100	47,1	0,9	0,1	11,8	0
Makan Sore 19/2	Nasi putih	Beras	60	216,5	4	0,4	47,7	0
	Rendang Dg Sapi	Daging sapi	35	94,1	8,7	6,3	0	18,5
		Minyak	2,5	21,6	0	2,5	0	0
	Tempe mendoan	Tempe	30	59,7	5,7	2,3	5,1	1,8
		Tepung terigu	2,5	9,1	0,3	0	1,9	0,1
	Lodeh	Minyak	5	43,1	0	5	0	0
		Labu siam	20	4,0	0,2	0,1	0,9	0,2
		Terong	5	1,4	0	0	0,3	0,2
	Bumbu	Kc. Panjang	10	3,5	0,2	0	0,8	0,3
Gula		0,5	1,9	0	0	0,5	0	
Garam		0,5	0	0	0	0	193,6	
Selingan 19/2	Pisang kukus	Pisang kepok	80	92,7	0,6	0,2	25	4
Total				1486,2	56,2	49,6	207,1	723,5
Total Kebutuhan				1495	56	41,5	224	800
Pemenuhan terhadap Kebutuhan				99,4%	100,3%	119,5%	92,4%	90,4%

Lampiran 12. Hasil Asupan Makan Pasien Selama 3 Hari

Asupan Makan Hari Ke-1

Waktu Makan	Menu	Bahan Makanan	Berat	Kebutuhan Gizi				
				Energi (Kkal)	Protein (g)	Lemak (g)	KH (g)	Natrium (mg)
Makan Pagi 17/2	Nasi putih	Beras	30	108,3	2,0	0,2	23,9	0
	Rawon Dg Sapi	Daging sapi	35	94,1	8,7	6,3	0	18,5
		Minyak	2,5	21,6	0	2,5	0	0
	Bumbu	Gula	0,5	1,9	0	0	0,5	0
		Garam	0,5	0	0	0	0	193,6
Selingan 17/2	Puding jagung	Jagung	20	21,6	0,7	0,3	5,0	3,4
		Agar-agar	3	0	0	0	0	0
		Santan	1,5	5,3	0	0,5	0,2	0,3
Makan Siang 17/2	Nasi putih	Beras	30	108,3	2,0	0,2	23,9	0,0
	Dori goreng tepung	Ikan dori	35	29,4	6,4	0,2	0,0	21,7
		Tepung terigu	5	18,2	0,5	0,1	3,8	0,1
		Minyak	5	43,1	0	5	0	0
	Tahu goreng	Tahu	40	30,4	3,2	1,9	0,8	2,8
		Minyak	5	43,1	0	5	0	0
	Sayur asem	Kc. Panjang	5	1,7	0,1	0	0,4	0,2
		Labu siam	20	4,0	0,2	0,1	0,9	0,2
		Jagung	5	5,4	0,2	0,1	1,3	0,9
	Bumbu	Gula	0,5	1,9	0	0	0,5	0
		Garam	0,5	0	0	0	0	193,6
Selingan 17/2	Buah pisang	Pisang hijau	40	46,4	0,3	0,1	12,5	2,0
Makan Sore 17/2	Nasi putih	Beras	30	108,3	2,0	0,2	23,9	0,0
	Telur dadar isi sayur	Telur ayam	55	85,3	6,9	5,8	0,6	68,2
		Wortel	5	1,3	0	0	0,2	3
		Minyak	5	43,1	0	5	0	0
	Botok tempe	Tempe	20	39,8	3,8	1,5	3,4	1,2
		Minyak	2,5	21,6	0	2,5	0	0
	Bumbu	Gula	0,5	1,9	0	0	0,5	0
Garam		0,5	0	0	0	0	193,6	
Selingan 17/2	Pisang kukus	Pisang kepok	80	92,7	0,6	0,2	25	4
Total				978,7	37,8	37,6	127,1	707,3
Total Kebutuhan				1495	56	41,5	224	800
Pemenuhan terhadap Kebutuhan				65,5%	67,5%	90,6%	56,7%	88,4%

Asupan Makan Hari Ke-2

Waktu Makan	Menu	Bahan Makanan	Berat	Kebutuhan Gizi				
				Energi (Kkal)	Protein (g)	Lemak (g)	KH (g)	Natrium (mg)
Makan Pagi 18/2	Nasi putih	Beras	60	216,5	4	0,4	47,7	0
	Ayam Bb Merah	Daging ayam	25	71,2	6,7	4,7	0	18,3
		Minyak	5	43,1	0	5	0	0
	Tahu bulat	Tahu	40	30,4	3,2	1,9	0,8	2,8
		Minyak	5	43,1	0	5	0	0
	Sayur kare	Kentang	30	27,9	0,6	0	6,5	1,5
		Wortel	5	1,3	0	0	0,2	3
	Bumbu	Gula	0,5	1,9	0	0	0,5	0
Garam		0,5	0	0	0	0	193,6	
Makan Siang 18/2	Nasi putih	Beras	45	162,4	3	0,3	35,8	0
	Soto dg sapi	Daging sapi	35	94,1	8,7	6,3	0	18,5
		Toge	5	3	0,3	0,2	0,2	0,3
		Kentang	25	23,2	0,5	0	5,4	1,3
		Mie soun	2,5	9,5	0	0	2,3	0,2
	Minyak	2,5	21,6	0	2,5	0	0	
		Tempe goreng	Tempe	30	59,7	5,7	2,3	5,1
	Minyak	5	43,1	0	5	0	0	
Bumbu		Gula	0,5	1,9	0	0	0,5	0
Garam	0,5	0	0	0	0	193,6		
Selingan 18/2	Buah pepaya	Pepaya	150	58,4	0,9	0,2	14,7	4,5
Makan Sore 18/2	Nasi putih	Beras	45	162,4	3	0,3	35,8	0
	Rolade ikan	Ikan dori	35	33,6	7,3	0,3	0	24,8
		Telur ayam	10	31	2,5	2,1	0,2	24,8
		Tepung terigu	2,5	9,1	0,3	0	1,9	0,1
		Minyak	5	43,1	0	5	0	0
	Tahu goreng	Tahu	20	38	4,1	2,4	0,9	3,5
		Minyak	5	43,1	0	5	0	0
	Bumbu	Gula	0,5	1,9	0	0	0,5	0
Garam		0,5	0	0	0	0	193,6	
Selingan 18/2	Pisang kukus	Pisang kepok	45	52,2	0,4	0,1	14,0	2,3
Total				1284,5	46,7	46,4	172,4	670,9
Total Kebutuhan				1495	56	41,5	224	800
Pemenuhan terhadap Kebutuhan				85,9%	83,3%	111,6%	76,9%	83,8%











Asupan Makan Hari Ke-3

Waktu Makan	Menu	Bahan Makanan	Berat	Kebutuhan Gizi				
				Energi (Kkal)	Protein (g)	Lemak (g)	KH (g)	Natrium (mg)
Makan Pagi 19/2	Nasi putih	Beras	60	216,5	4	0,4	47,7	0
	Telur ceplok	Telur ayam	55	85,3	6,9	5,8	0,6	68,2
		Minyak	5	43,1	0	5	0	0
	Tempe Bb opor	Tempe	10	19,9	1,9	0,8	1,7	0,6
		Minyak	5	43,1	0	5	0	0
	Sop	Wortel	10	2,6	0,1	0	0,5	6,0
		Kentang	12	11,2	0,2	0	2,6	0,6
		Kc. Polong	5	4,1	0,3	0	0,6	0,1
	Bumbu	Gula	0,5	1,9	0	0	0,5	0
Garam		0,5	0	0	0	0	193,6	
Selingan 19/2	Puding labu	Labu kuning	20	7,8	0,2	0,1	1,8	0,2
		Agar-agar	3	0	0	0	0	0
Makan Siang 19/2	Nasi putih	Beras	60	216,5	4	0,4	47,7	0
	Rolade ayam	Daging ayam	30	85,5	8,1	5,7	0	21,9
		Telur ayam	10	15,5	1,3	1,1	0,1	12,4
		Tepung terigu	2,5	9,1	0,3	0	1,9	0,1
		Minyak	5	43,1	0	5	0	0
	Tahu Bb Bali	Tahu	20	15,2	1,6	1,0	0,4	1,4
		Minyak	5	43,1	0	5	0	0
	Sayur bening	Bayam	10	3,7	0,4	0	0,7	1,1
		Gambas	10	2,0	0,1	0	0,4	0,1
Bumbu	Gula	0,5	1,9	0	0	0,5	0	
	Garam	0,5	0	0	0	0	193,6	
Selingan 19/2	Kacang tanah	Kacang tanah	25	165,6	7,5	14,4	4,7	5,2
	Buah	Apel	50	29,5	0,1	0,2	7,7	0
Makan Sore 19/2	Nasi putih	Beras	57,5	207,5	3,9	0,3	45,7	0
	Rendang Dg Sapi	Daging sapi	35	94,1	8,7	6,3	0	18,5
		Minyak	2,5	21,6	0	2,5	0	0
	Tempe mendoan	Tempe	30	59,7	5,7	2,3	5,1	1,8
		Tepung terigu	2,5	9,1	0,3	0	1,9	0,1
	Minyak	Minyak	5	43,1	0	5	0	0
		Lodeh	Labu siam	16	3,2	0,1	0	0,7
	Terong		5	1,4	0	0	0,3	0,2
	Bumbu	Gula	0,5	1,9	0	0	0,5	0
Garam		0,5	0	0	0	0	193,6	
Selingan 19/2	Pisang kukus	Pisang kepok	80	92,7	0,6	0,2	25	4
	Buah	Alpukat	50	108,6	0,9	11,8	0,2	1,5
Total				1645,3	54,4	72,9	197,3	722,9
Total Kebutuhan				1495	56	41,5	224	800
Pemenuhan terhadap Kebutuhan				110%	97,1%	175,6%	88%	90,3%

Lampiran 13. Tingkat Konsumsi Energi dan Zat Gizi

	Energi (Kkal)	Protein (gr)	Lemak (gr)	Karbohidrat (gr)	Natrium (mg)
Kebutuhan	1.500	56	41,5	224	800
Total asupan hari 0 intervensi	996	18,3	19	105,8	481,9
%asupan hari 0 intervensi	51,9%	32,6%	45,7%	47,2%	60,2%
Total asupan hari 1 intervensi	978,7	37,8	37,6	127,1	707,3
%asupan hari 1 intervensi	65,5%	67,5%	90,6%	56,7%	88,4%
Total asupan hari 2 intervensi	1284,5	46,7	46,4	172,4	670,9
%asupan hari 2 intervensi	85,9%	83,3%	111,6%	76,9%	83,8%
Total asupan hari 3 intervensi	1645,3	54,4	72,9	197,3	722,9
%asupan hari 3 intervensi	110%	97,1%	175,6%	88%	90,3%
Rata-rata	79,8%	82,2%	110,5%	67,4%	80,7%

Lampiran 14. Dokumentasi Pemorsian

Asuhan	Waktu Makan	Makanan yang Disajikan	Sisa Makanan
Hari Ke-1	Pagi 17/2		
	Siang 17/2		
	Sore 17/2		
Hari Ke-2	Pagi 18/2		
	Siang 18/2		

	Sore 18/2		
Hari Ke-3	Pagi 19/2		
	Siang 19/2		
	Sore 19/2		

Lampiran 15. Leaflet Edukasi

