

Lampiran 1

**PENJELASAN SEBELUM PERSETUJUAN (PSP)
UNTUK PASIEN GAGAL GINJAL KRONIS**

Judul Penelitian :PENATALAKSANAAN ASUHAN GIZI TERSTANDAR PADA PASIEN GAGAL GINJAL KRONIS DENGAN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI RSUD KABUPATEN PESAWARAN TAHUN 2021.

Tujuan Umum : Penelitian ini bertujuan untuk menatalaksakan Asuhan Gizi Terstandar pada Pasien Gagal Ginjal Kronis Dengan Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Kabupaten Pesawaran Tahun 2021.

Perlakuan yang diterapkan pada subyek

Pasien akan dimintai untuk mengikuti tatacara penatalaksanaan asuhan gizi standar atau PAGT yang meliputi pengkajian gizi, diagnosis gizi, intervensi gizi, monitoring dan evaluasi gizi. Kegiatan dilakukan minimal 3 hari dengan responden dimintai untuk dilakukan wawancara untuk pengisian formulir, merecall asupan responden, serta pengukuran BB dan TB.

Setelah seorang pasien mendapatkan penjelasan mengenai penelitian, maka dapat dilanjutkan apakah responden bersedia untuk mengisi lembar *Informed Consent* .

Manfaat untuk Subjek

Responden yang terlibat dalam penelitian ini akan :

1. Memperoleh informasi mengenai status gizinya,
2. Mendapatkan konsultasi tentang status gizi

Kerahasiaan

Data yang diambil akan dipublikasikan secara terbatas tanpa menyebutkan nama, alamat, nomor telepon atau identitas penting lainnya yang dianggap rahasia. Oleh karena itu kerahasiaan responden akan sangat dijaga dalam proses penelitian ini.

Bahaya potensial

Tidak ada bahaya potensial yang diakibatkan oleh keterlibatan responden sebagai subjek dalam penelitian ini.

Hak untuk undur diri

Keikutsertaan sebagai responden dalam penelitian ini bersifat sukarela dan berhak untuk mengundurkan diri kapanpun

Adanya insentif untuk subjek

Responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini akan mendapatkan souvenir.

*Bila terdapat hal-hal yang membutuhkan penjelasan, Anda dapat menghubungi peneliti : Aji Surya Kencana (No. HP 089680693586)

Lampiran 2

INFORMED CONSENT
(PERNYATAAN PERSETUJUAN IKUT PENELITIAN
UNTUK PASIEN GAGAL GINJAL KRONIS)

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Pasien
Umur : 62 tahun
Jenis Kelamin : Perempuan
Pekerjaan : Ibu rumah tangga dan petani
Alamat : Gading rejo, Pringsewu
Nomor HP : 0858- 0951- 1270 (Zaky)

Telah mendapat keterangan secara rinci dan jelas mengenai :

1. Penelitian yang berjudul “Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar pada Pasien Gagal Ginjal Kronis dengan Diabetes Melitus Tipe 2 di Rumah Sakit Umum Daerah Pesawaran Tahun 2021”.
2. Perlakuan yang akan diterapkan pada subyek.
3. Manfaat ikut sebagai subyek penelitian
4. Kerahasiaan data
5. Bahaya potensial
6. Hak untuk undur diri
7. Insentif untuk subyek

Dan responden penelitian mendapat kesempatan mengajukan pertanyaan mengenai segala sesuatu yang berhubungan dengan penelitian tersebut. Oleh karena itu, saya (**bersedia/tidak bersedia***) secara sukarela untuk menjadi subyek penelitian dengan penuh kesadaran serta tanpa keterpaksaan.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa tekanan dari pihak manapun.

***Coret salah satu**

Bandar Lampung, 25 April 2021

Peneliti,



(Aji Surya Kencana)

Responden,



(Diwakili oleh Ibu Zaky)

Saksi,



(Berli Jusantara)

Lampiran 3

Lembar skrining gizi *Malnutrition Screening Tool (MST)*

SKRINING GIZI (PASIEN DEWASA)	Nama : Pasien NRM : J-018-967 Tgl lahir : 16 Mei 1959
Tanggal : 24-04-2021	Jam : 17.00 WIB

SKRINING GIZI (Berdasarkan Malnutrition Screening Tool/ MST)

(Lingkari skor sesuai dengan jawaban, total skor adalah jumlah skor yang dilingkari)

No.	Parameter	Skor
1.	Apakah pasien mengalami penurunan berat badan yang tidak diinginkan selama 6 bulan terakhir? a. Tidak ada penurunan berat badan b. Tidak yakin/tidak tahu/terasa baju lebih longgar c. Jika ya, berapa penurunan berat badan tersebut 1) 1-5 kg 2) 6-10 kg 3) 11-15 kg 4) >15 kg Tidak yakin penurunannya	0 2 1 2 3 4 2
2.	Apakah asupan makan berkurang karena berkurangnya nafsu makan? a. Tidak b. Ya	0 1
Total skor		3
3	Pasien dengan diagnosa khusus : ☐ Tidak Ya DM Ginjal Hati ☐ Jantung ☐ Paru-paru ☐ Stroke ☐ Kanker ☐ Penurunan imunitas ☐ Geriatri ☐ Lain-lain : Hipertensi	

Bila skor ≥ 2 dan atau pasien dengan diagnosis/kondisi khusus dilakukan pengkajian lanjut oleh Tim Terapi Gizi

Sudah dilaporkan ke Tim Terapi Gizi : Tidak $\checkmark$ **Ya**, tanggal 25-04-2021 jam 09.30 WIB

Mengetahui,

Nutrisisionis



Laili Fitriani. AMG
NIP.197510052010012003

Pesawaran, 27 April 2021

Mahasiswa



Aji Surya Kencana
NIM 1813411031

Lampiran 4

FOOD RECALL 24 JAM INDIVIDU

Identitas Subyek

Nama Subyek : Pasien

Kode Subyek : -

Jenis Kelamin : Perempuan

Umur : 62 tahun

Berat Badan : 53,6 kg

Tinggi Badan : 156 cm

Alamat : Gading rejo, Pringsewu

No	Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat (g)	Kalori (kkal)	Protein (g)	Lemak (g)	KH (g)	Kalsium (mg)	Fosfor (mg)	Besi (mg)	Na (mg)	K (mg)	Vit-C (mg)	Air (g)
	jumat	nasi	Nasi	20	36.00	0.60	0.06	7.96	5.00	5.40	0.08	0.20	7.60	-	11.34
	sore	bening bakso	bakso	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	tempe bumbu K	tempe	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	sayur asem	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	-	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	selingan	tidak ada	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	sabtu	nasi	Nasi	20	36.00	0.60	0.06	7.96	5.00	5.40	0.08	0.20	7.60	-	11.34
	pagi	telor ceplok	telor	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	tumis caisin	sawi	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

No	Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat (g)	Kalori (kkal)	Protein (g)	Lemak (g)	KH (g)	Kalsium (mg)	Fosfor (mg)	Besi (mg)	Na (mg)	K (mg)	Vit-C (mg)	Air (g)
	-	-	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	sabtu siang	nasi	Nasi	30	54.00	0.90	0.09	11.94	7.50	8.10	0.12	0.30	11.40	-	17.01
	-	telur pindang	telur	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	tempe bacem	tempe	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	bening bayam	bayam	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	-	Semangka	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	-	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	Selingan 1	Puding	agar	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	-	-	gula	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Lampiran 5 Kuesioner Pengetahuan Pola Makan

Nama : Pasien
Tanggal Lahir : 16 Mei 1959
Jenis Kelamin : Perempuan
Usia : 62 tahun
Pendidikan Terakhir : SD
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
Alamat : Gading Rejo
Diagnosa Medis : CKD (Chronic Kidney Disease) dengan Diabetes Melitus

1. Pengobatan apa yang dapat diberikan untuk penderita gagal ginjal kronik?
 - a. Hemodialisis (cuci darah)
 - b. Olah raga
 - c. Obat tekanan darah tinggi
2. Menurut anda, asupan apa saja yang harus diperhatikan penderita gagal ginjal yang menjalankan hemodialisis ?
 - a. Asupan lauk pauk, cairan atau air, garam, sayur , buah dan makanan pokok
 - b. Asupan susu , keju
 - c. Asupan buah dan sayur yg tinggi air.
3. Menurut anda, sumber protein yang bagaimana dianjurkan untuk gagal ginjal kronik ?
 - a. Protein nabati seperti tahu, tempe,susu kedele
 - c. Protein hewani ayam dengan kulit, susu murni, hati
 - d. 50% protein hewani 50% protein nabati
4. Menurut anda, sumber protein yang manakah yang baik untuk gagal ginjal kronik?
 - a. Ayam tanpa kulit, daging tanpa gajih, ikan segar dengan jumlah yang cukup
 - a. Ayam dengan kulit, daging berlemak,ikan asin dengan jumlah banyak
 - b. Tahu, tempe, susu kedele dengan jumlah yang cukup
5. Menurut anda, sumber kalium dari buah mana yang masih di ijinakan untuk

- penderita gagal ginjal kronik ?
- a. Kedondong, alpukat, pisang ambon dan jeruk ukuran sedang
 - b. Pepaya, jeruk, melon, dan apel ukuran sedang
 - c. Nanas, belimbing, duku, dan sirsak
6. Menurut anda, sayuran yang manakah yang diijinkan untuk penderita gagal ginjal kronik yang menjalankan hemodialisis
- a. Labu siam, bayam, kangkung, wortel
 - b. Daun singkong, lobak, kol, melinjo
 - c. Kangkung, rebung, jantung pisang, kol
7. Menurut anda, sumber lemak yang bagaimanakah yang baik untuk penderita gagal ginjal kronik?
- a. Hati ayam, usus, jantung, ampela
 - b. Minyak jagung, minyak biji bunga matahari, santan encer
 - d. Minyak kelapa, Mentega, Santan kental
8. Menurut anda, bagaimanakah sumber natrium yang baik untuk gagal ginjal kronik?
- a. Penggunaan garam dapur secukupnya dan menghindari makanan asinan
 - a. Penggunaan Vetsin, MSG dengan takaran tanpa batas
 - b. Penggunaan garam dapur berlebih dan konsumsi asinan berlebih
9. Menurut anda, bagaimanakah kebutuhan cairan penderita gagal ginjal kronik ?
- a. Cairan dibatasi, yaitu jumlah urin/24 jam ditambah 2 sampai 3 gls per 24 jam (cairan termasuk kuah sayur atau yg lainnya)
 - a. Cairan sebesarnya untuk melepas dahaga karena haus
 - b. Cairan kurang dari 1 gls selama 24 jam
10. Menurut anda, bagaimanakah sumber sayur yang baik untuk pasien gagal ginjal kronik ?
- a. Konsumsi sayur yg berkuah santan
 - b. Konsumsi sayur yg diasinkan
 - c. Konsumsi sayur yg direbus atau dikukus

LAMPIRAN 6 Menu sehari Pasien dirumah

Menu	Bahan Makanan	Berat (g)	URT	Nilai Gizi									
				E (kal)	P (g)	L (g)	Kh (g)	Ca (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	Na (mg)	Vit C (mg)	Air (ml)
Sarapan Pagi													
nasi tim	Nasi tim	200	3 ctg	240	4.8	0.8	52	50	0.8	1.2	2	0	142
pindang ikan kembung	ikan kembung	40	1 ptg bsr	50	6.12	4.96	0.88	1.2	0.4	0.8	24.4	0	31.92
	minyak kelapa sawit	3	1 sdt	24	0	3	0	0	0	0	0	0	
bening wortel + jagung	Wortel	50	2 bh sdg	18	0.5	0.3	3.95	22.5	0.5	0.35	0.15	9	47
	Jagung kuning muda	50	3 bh sdg	93.5	4.7685	0.6545	29.4525	4.5	0.35	0.01	0.4	0	
TOTAL				425.5	16.189	9.7145	86.2825	78.2	2.05	2.36	26.95	9	
Selingan siang				E (kal)	P (g)	L (g)	Kh (g)	Ca (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	Na (mg)	Vit C (mg)	Air (ml)
kue talam-ijo putih	kue talam-ijo putih	50	1 bh	132.3	5.8436	13.809	33.1248	111.7	0.605	0.53	144.05	5.15	23.075
total				132.3	5.8436	13.809	33.1248	111.7	0.605	0.53	144.05	5.15	
Makan Siang				E (kal)	P (g)	L (g)	Kh (g)	Ca (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	Na (mg)	Vit C (mg)	Air (ml)
Naso tim	Nasi tim	200	3 ctg	240	4.8	0.8	52	50	0.8	1.2	2	0	142
telur BB kuning	telur ayam ras	40	1 btr	61.6	3.36	3.52	0.28	1.2	0.4	0.08	24.4	0	4.13
	minyak kelapa sawit	3	1 sdt	23.52	0	3	0	0	0	0	0	0	0
sop buncis dan wortel	kentang	50	1/6 bh sdg	31	1.05	0.1	3.75	12.5	0.2	0.3	5	0	7.43
	Buncis	25	2,5 bh	8.5	0.6	0.075	1.8	25.25	0.175	2	0.075	2.75	0
	Wortel	25	1 bh sdg	9	0.25	0.15	1.975	11.25	0.25	0.025	0.075	4.5	0
	Pisang muli	65	1 bh sdg	87.1	0.9581	0.4355	30.9205	7.8	0.26	0.065	17.55	0	4.13
TOTAL				220.72	6.2181	8.0805	38.7255	58	1.285	2.47	47.1	7.25	7.43
Selingan II sore				E (kal)	P (g)	L (g)	Kh (g)	Ca (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	Na (mg)	Vit C (mg)	Air (ml)
Bolu kukus	Bolu kukus	50		294.2	5.21	4.63	62.81	22.5	0.5	0.05	0.15	9	8.99
total				294.2	5.21	4.63	62.81	22.5	0.5	0.05	0.15	1	
Makan Malam				E (kal)	P (g)	L (g)	Kh (g)	Ca (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	Na (mg)	Vit C (mg)	Air (ml)
	Nasi tim	200	3 ctg	240	4.8	0.8	52	50	0.8	1.2	2	0	142
pindang patin	patin	40	1 ptg sdg	52.8	5.2	1.44	0.44	1.2	0.4	0.088	24.4	0	16.47
	minyak kelapa sawit	3	1 sdt	23.52	0	3	0	0	0	0	0	0	
bening katuk	Daun katuk	50	3/4 gls	29.5	1.888	0.295	2.9205	22.5	0.5	0.35	0.15	9	16.47
buah naga	buah naga	100	1/4 bh	28	0.5	0.2	6.9	7	0.2	0.1	7	6	82.89
1 gr garam dapur = 385 mg Na													
garam yg diberikan (1 sdt = 3 gram = 1.155 Na)											1155		
asupan air minum 2 gls													400
TOTAL				373.82	12.388	5.735	62.2605	80.7	1.9	1.738	33.55	15	
total SELURUH				1446.5	45.848	41.969	283.203	351.1	6.34	7.148	1406.8	37.4	1075.94
Kebutuhan				1600	42.8	44.6	258.8	1000	9	8	1500	90	1138
PERSENTASE				90%	107%	94%	109%	35%	70%	89%	94%	42%	95%

LAMPIRAN 7

PERENCANAAN SELAMA 3 HARI INTERVENSI Hari 1 (25 April 2021)

H1 TGL 25 APRIL														
Waktu	menu	bahan makanan	Berat (g)	Kalori (kkal)	Protein (g)	Lemak (g)	KH (g)	Kalsium (mg)	Fosfor (mg)	Besi (mg)	Na (mg)	K (mg)	Vit-C (mg)	Air (g)
Pagi	nasi tim	Nasi tim	100	120.00	2.40	0.40	26.00	3.00	7.00	0.40	-	-	-	71.00
-	telur rebus	Telur ayam ras	40	61.60	4.96	4.32	0.28	34.40	103.20	1.20	-	-	-	29.72
-	sayur sop	Wortel	25	9.00	0.25	0.15	1.98	11.25	18.50	0.25	17.50	61.25	4.50	22.48
-	-	Kentang	25	15.50	0.53	0.05	3.38	15.75	14.50	0.18	1.09	99.00	5.25	20.85
-	-	Buncis	25	8.50	0.60	0.08	1.80	25.25	10.50	0.18	2.00	62.50	2.75	22.40
-	-	Daun kubis	25	12.75	0.63	0.28	2.00	25.00	12.50	0.85	12.50	25.00	4.00	21.55
-	-	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
siang	nasi tim	Nasi tim	100	120.00	2.40	0.40	26.00	3.00	7.00	0.40	-	-	-	71.00
-	soto ayam	Ayam suir	35	104.30	6.37	8.75	-	4.90	70.00	0.53	-	-	-	19.57
-	-	toge tauge	55	20.35	2.42	0.28	2.09	27.50	136.40	1.10	1.10	57.75	25.30	-
-	-	soun / mie putih	35	122.85	0.06	0.02	30.13	-	-	-	-	3.50	-	-
-	Bening Wortel&	Wortel	50	18.00	0.50	0.30	3.95	22.50	37.00	0.50	35.00	122.50	9.00	44.95
-	labu siam	Labu siam	50	15.00	0.30	0.05	3.35	7.00	12.50	0.25	-	-	9.00	46.15
-	-	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	pisang	Pisang uli	75	100.50	0.83	0.38	26.63	23.25	39.75	0.68	-	-	2.25	46.35
-	-	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
selingan 1	puding agar kuning	agar - agar(nutrijel)	50	5.00	0.00	0.00	1.50	-	-	-	-	-	-	-
-	-	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	-	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	-	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Sore	nasi tim	Nasi tim	100	120.00	2.40	0.40	26.00	3.00	7.00	0.40	-	-	-	71.00
-	pindang ikan kembung	ikan kembung	35	43.75	7.46	1.19	0.77	47.60	24.15	0.28	74.90	85.75	-	24.99
-	-	Minyak	5	44.20	-	5.00	-	-	-	-	-	-	-	-
-	cah wortel dan oyong	Wortel	50	18.00	0.50	0.30	3.95	22.50	37.00	0.50	35.00	122.50	9.00	44.95
-	-	Gambas	30	5.70	0.24	0.06	1.23	5.70	9.90	0.27	-	-	-	-
-	buah	Semangka	90	25.20	0.45	0.18	6.21	6.30	10.80	0.18	-	-	5.40	82.89
-	-	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
selingan 2	kue talam-ijo putih	tepung beras	35	123.55	2.45	0.18	28.00	1.75	49.00	0.28	1.75	84.35	-	4.20
-	-	santan murni	45	145.80	1.89	15.44	2.52	6.30	20.25	0.86	-	-	0.90	24.71
-	-	pasta hijau	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
		Garam dapur yg diberikan	4.5								1,732.50			
TOTAL SELURUH				1,259.55	37.62	38.18	197.76	295.95	626.95	9.27	1,913.34	724.10	77.35	668.75
KEBUTUHAN				1,608.00	42.80	44.60	258.80	1,080.00	900.00	8.00	1,800.00	1,881.00	75.00	1,138.00
PERSENTASE utama				78%	88%	86%	76%	27%	70%	116%	106%	38%	103%	59%
				Kalori (kkal)	Protein (g)	Lemak (g)	Hidrat Arang (g)	Kalsium (mg)	Fosfor (mg)	Besi (mg)	garam dapur	K (mg)	Vit-C (mg)	Air (g)
Target bertahap ke - 1 (75 % x keb. Utama)				1206	32.1	33.45	194.1				yaitu			
PERSENTASE bertahap				104%	117%	114%	102%				1, 5 sdt			

PERENCANAAN SAAT INTERVENSI
Hari 2 (26 April 2021)

	H2 TGL 26 APRIL											
			Berat	Kalori	Protein	Lemak	KH	Fosfor	Besi	Na	K	Vit-C
			(g)	(kkal)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)
Pagi	nasi tim	Nasi tim	100	120.00	2.40	0.40	26.00	7.00	0.40	-	-	-
-	Telur puyuh rebus	Telur puyuh	40	46.40	4.28	2.80	0.64	76.40	1.40	-	4.40	-
-	Bening bayam jagung	Bayam	60	9.60	0.54	0.24	1.74	45.60	2.10	-	-	24.60
-	-	Jagung kuning pipil	15	54.90	1.47	1.10	10.37	80.70	0.35	0.75	-	0.45
-	-	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-
siang	bubur nasi (dri rmh)	bubur nasi	200	182.00	3.40	0.40	40.80	14.00	0.80	-	108.00	-
-	pindang ikan kembung	ikan kembung	50	62.50	10.65	1.70	1.10	34.50	0.40	107.00	122.50	-
		Minyak	3	26.52	-	3.00	-	-	-	-	-	-
-	sayur asem	Kacang panjang	25	7.75	0.58	0.03	1.33	16.00	0.15	5.00	53.25	11.50
-	-	Pepaya muda	50	14.50	1.05	0.05	2.45	8.00	0.20	-	-	9.50
-	buah	Jeruk manis	90	40.50	0.81	0.18	10.08	20.70	0.36	-	-	44.10
-	-	-	0	-	-	-	-	-	-			-
selingan 1	Bolu kukus coklat	Tepung terigu	40	133.20	3.60	0.40	30.88	60.00	0.52	0.80	-	-
-	-	Telur ayam ras	10	15.40	1.24	1.08	0.07	25.80	0.30	-	-	-
Sore	nasi tim	Nasi tim	150	180.00	3.60	0.60	39.00	10.50	0.60	-	-	-
-	bakso kuah	bakso	40	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	tumis kangkung	Kangkung	50	14.00	1.70	0.35	1.95	27.00	1.15	-	-	8.50
-	-	Minyak	5	44.20	-	5.00	-	-	-	-	-	-
-	-	Semangka	65	18.20	0.33	0.13	4.49	7.80	0.13	-	-	3.90
Selingan 2	Bolu Kuning kukus	Tepung terigu	35	116.55	3.15	0.35	27.02	52.50	0.46			-
		Telur ayam ras	10	15.40	1.24	1.08	0.07	25.80	0.30			-
	Garam dapur yg diberikan		4.5	-	-	-	-	-	-	1,732.50		-
TOTAL SELURUH				1,101.62	40.03	18.88	197.98	512.30	9.61	1,846.05	288.15	102.55
KEBUTUHAN				1,608.00	42.80	44.60	258.80	900.00	8.00	1,800.00	1,881.00	75.00
PERSENTASE utama				69%	94%	42%	76%	57%	120%	103%	15%	137%
Target bertahap ke - 2 (85 % x keb. Utama)				1366.8	36.38	37.9	219.9			garam		
PERSENTASE bertahap				81%	110%	50%	90%	-	-	dapur		-
				Kalori	Protein	Lemak	KH	Fosfor	Besi	yaitu	K	Vit-C
				(kkal)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	1, 5 sdt	(mg)	(mg)

PERENCANAAN SAAT INTERVENSI
Hari 3 (27 April 2021)

		Hari 3 tgl 27 // 4												
Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat (g)	Kalori (kkal)	Protein (g)	Lemak (g)	KH (g)	Kalsium (mg)	Fosfor (mg)	Besi (mg)	Na (mg)	K (mg)	Vit-C (mg)	Air (g)
Pagi	nasi tim	Nasi tim	150	180.00	3.60	0.60	39.00	4.50	10.50	0.60	1.50	-	-	106.50
-	telur dadar	Telur ayam ras	40	61.60	4.96	4.32	0.28	34.40	103.20	1.20	-	-	-	29.72
-	-	Minyak	5	44.20	-	5.00	-	-	-	-	-	-	-	-
-	Cap-cay	Wortel	25	9.00	0.25	0.15	1.98	11.25	18.50	0.25	17.50	61.25	4.50	22.48
-	-	Jagung kuning muda	50	123.50	2.55	0.35	25.75	3.00	61.00	0.55	-	-	4.50	30.90
-	-	Daun kol sawi	25	5.50	0.53	0.13	0.90	50.00	23.00	0.80	-	-	0.75	23.28
-	-	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Siang	nasi tim	Nasi tim	150	180.00	3.60	0.60	39.00	4.50	10.50	0.60	1.50	-	-	106.50
-	ayam bumbu kuning	Ayam	35	104.30	6.37	8.75	-	4.90	70.00	0.53	-	-	-	19.57
-	-	Minyak	5	44.20	-	5.00	-	-	-	-	-	-	-	-
-	cah buncis dan jagung	Buncis	50	17.00	1.20	0.15	4.60	50.50	21.00	0.35	4.00	125.00	5.50	44.80
-	-	Jagung kuning pipil	50	183.00	1.90	3.65	39.55	15.00	269.00	1.15	2.50	-	1.50	5.75
-	buah	Pepaya	90	41.40	0.45	-	10.98	20.70	10.80	1.53	3.60	198.90	70.20	78.03
-	-	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Selingan 1	nasi abon	Ketan putih	50	90.00	1.50	0.15	19.90	12.50	13.50	0.20	0.50	19.00	-	28.35
-	-	Abon sapi (kemasan)	10	21.20	1.80	1.06	5.83	15.00	20.90	1.23	-	-	-	0.71
-	-	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Malam	nasi tim	Nasi tim	150	180.00	3.60	0.60	39.00	4.50	10.50	0.60	1.50	-	-	106.50
-	lele goreng	lele	50	46.00	8.10	1.40	-	7.00	-	0.13	19.32	3.97	-	-
-	-	Minyak	5	44.20	-	5.00	-	-	-	-	-	-	-	-
-	bening katuk	Daun katuk	50	29.50	3.20	0.50	5.95	116.50	49.00	1.75	-	-	82.00	40.50
-	-	Semangka	90	25.20	0.45	0.18	8.91	6.30	10.80	0.18	-	-	5.40	82.89
Selingan 2	buah	buah naga	85	60.35	1.45	2.64	7.74	11.05	11.90	0.34	8.50	108.80	0.85	72.85
		Garam dapur yg diberikan	4.5								1,732.50			
TOTAL SELURUH				1,490.15	45.50	40.22	249.36	371.60	714.10	11.98	1,792.92	516.92	175.20	799.31
KEBUTUHAN				1,608.00	42.80	44.60	258.80	1,080.00	900.00	8.00	1,800.00	1,881.00	75.00	1,138.00
PERSENTASE				93%	106%	90%	96%	34%	79%	150%	100%	27%	234%	70%
Target bertahap ke - 2 & 3 (85 % x keb. Utama)				1366.8	36.38	37.9	219.9	-	-	-			-	-
PERSENTASE bertahap				109%	125%	106%	113%				garam			
				Kalori	Protein	Lemak	KH	Kalsium	Fosfor	Besi	dapur	K	Vit-C	Air
				(kkal)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	yaitu	(mg)	(mg)	(g)

LAMPIRAN 8

ASUPAN SAAT INTERVENSI
Hari 1 (25 April 2021)

	H1 TGL 25 APRIL														
			Berat (g)	Kalori (kkal)	Protein (g)	Lemak (g)	KH (g)	Serat (g)	Kalsium (mg)	Fosfor (mg)	Besi (mg)	Na (mg)	K (mg)	Vit-C (mg)	Air (g)
Pagi	nasi tim	Nasi tim	100	120.00	2.40	0.40	26.00	-	3.00	7.00	0.40	-	-	-	71.00
-	telur rebus	Telur ayam	50	77.00	6.20	5.40	0.35	-	43.00	129.00	1.50	-	-	-	37.15
-	sayur sop	Wortel	10	3.60	0.10	0.06	0.79	0.10	4.50	7.40	0.10	7.00	24.50	1.80	8.99
-	-	Kentang	10	6.20	0.21	0.02	1.35	0.05	6.30	5.80	0.07	0.43	39.60	2.10	8.34
-	-	Buncis	10	3.40	0.24	0.03	0.72	0.19	10.10	4.20	0.07	0.80	25.00	1.10	8.96
-	-	Daun kubis	10	5.10	0.25	0.11	0.80	0.34	10.00	5.00	0.34	5.00	10.00	1.60	8.62
-	-	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
siang	nasi tim	Nasi tim	30	36.00	0.72	0.12	7.80	-	0.90	2.10	0.12	-	-	-	21.30
-	soto ayam	Ayam suir	20	59.60	3.64	5.00	-	-	2.80	40.00	0.30	-	-	-	11.18
-	-	toge taugel	35	12.95	1.54	0.18	1.33	0.60	17.50	86.80	0.70	0.70	36.75	16.10	-
-	-	soun / mie	10	35.10	0.02	0.01	8.61	0.05	-	-	-	-	1.00	-	-
-	Bening W	Wortel	15	5.40	0.15	0.09	1.19	0.15	6.75	11.10	0.15	10.50	36.75	2.70	13.49
-	labu siam	Labu siam	15	4.50	0.09	0.02	1.01	-	2.10	3.75	0.08	-	-	2.70	13.85
-	-	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	pisang	Pisang uli	75	100.50	0.83	0.38	26.63	1.05	23.25	39.75	0.68	-	-	2.25	46.35
-	-	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
selingan 1	puding ag	agar - aga	50	5.00	0.00	0.00	1.50	-	-	-	-	-	-	-	-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	-	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Sore	nasi tim	Nasi tim	100	120.00	2.40	0.40	26.00	-	3.00	7.00	0.40	-	-	-	71.00
-	pindang ik	ikan kemb	35	43.75	7.46	1.19	0.77	-	47.60	24.15	0.28	74.90	85.75	-	24.99
-	cah wortel	Wortel	10	3.60	0.10	0.06	0.79	0.10	4.50	7.40	0.10	7.00	24.50	1.80	8.99
-	-	Gambas	10	1.90	0.08	0.02	0.41	-	1.90	3.30	0.09	-	-	-	-
-	buah	Semangka	90	25.20	0.45	0.18	6.21	-	6.30	10.80	0.18	-	-	5.40	82.89
-	-	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Selingan 2	kue talam	tepung be	35	123.55	2.45	0.18	28.00	-	1.75	49.00	0.28	1.75	84.35	-	4.20
-	-	santan mu	30	97.20	1.26	10.29	1.68	-	4.20	13.50	0.57	-	-	0.60	16.47
-	-	pasta hijau	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
AIR Minum sehari (2 gls)															440.00
1 gr garam dapur = 385 mg Na															
m yg diberikan (1,5 sdt = 4,5 gram = 1732.5															
garam yg dipakai (1/2 x yg di kasih)												866.25			
TOTAL SELURUH				889.55	30.58	24.12	141.92	2.63	199.45	457.05	6.40	974.33	368.20	38.15	897.76
KEBUTUHAN Utama				1,608.00	42.80	44.60	258.80	25.00	1,080.00	900.00	8.00	1,800.00	1,881.00	75.00	1,138.00
PERSENTASE Utama				55%	71%	54%	55%		18%	51%	80%	54%	20%	51%	79%
				Kalori (kkal)	Protein (g)	Lemak (g)	KH (g)	Serat (g)	Kalsium (mg)	Fosfor (mg)	Besi (mg)	Na (mg)	K (mg)	Vit-C (mg)	Air (g)
Target bertahap ke - 1 (75 % x keb. Utama				1206	32.1	33.45	194.1								
PERSENTASE bertahap				74%	95%	72%	73%								

ASUPAN SAAT INTERVENSI
Hari 2 (26 April 2021)

	H2 TGL 26 APRIL																
			Berat (g)	Kalori (kkal)	Protein (g)	Lemak (g)	Hidrat Arang (g)	Serat (g)	Kalsium (mg)	Fosfor (mg)	Besi (mg)	Na (mg)	K (mg)	Vit-A S I	Vit-B1 (mg)	Vit-C (mg)	Air (g)
Pagi	nasi tim	Nasi tim	200	240.00	4.80	0.80	52.00	-	6.00	14.00	0.80	-	-	-	-	-	142.00
-	Telur puyuh rebus	Telur puyuh	40	46.40	4.28	2.80	0.64	-	26.00	76.40	1.40	-	4.40	-	0.05	-	31.92
-	Bening bayam jagung	Bayam	30	4.80	0.27	0.12	0.87	0.21	49.80	22.80	1.05	-	-	687.90	0.01	12.30	28.35
-	-	Jagung kuning pipil	15	54.90	1.47	1.10	10.37	0.33	4.50	80.70	0.35	0.75	-	96.15	0.02	0.45	1.73
-	-	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
siang	bubur nasi (dri rmh)	bubur nasi	200	182.00	3.40	0.40	40.80	1.40	6.00	14.00	0.80	-	108.00	-	-	-	47.00
-	pindang ikan kembung	ikan kembung	50	62.50	10.65	1.70	1.10	-	68.00	34.50	0.40	107.00	122.50	-	0.10	-	35.70
		Minyak	3	26.52	-	3.00	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	sayur asem	Kacang panjang	10	3.10	0.23	0.01	0.53	0.27	6.00	6.40	0.06	2.00	21.30	-	0.07	4.60	9.18
-	-	Pepaya muda	25	7.25	0.53	0.03	1.23	-	12.50	4.00	0.10	-	-	12.50	0.01	4.75	23.08
-	buah	Jeruk manis	90	40.50	0.81	0.18	10.08	-	29.70	20.70	0.36	-	-	171.00	0.07	44.10	78.48
-	-	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
selingan 1	Bolu kukus coklat	Tepung terigu	35	116.55	3.15	0.35	27.02	0.11	7.70	52.50	0.46	0.70	-	-	0.04	-	4.13
-	-	Telur ayam ras	10	15.40	1.24	1.08	0.07	-	8.60	25.80	0.30	-	-	10.40	0.01	-	7.43
Sore	nasi tim	Tidak di Makan		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	bakso kuah			-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	tumis kangkung			-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Selingan 2	Bolu Kuning kukus	Tepung terigu	35	116.55	3.15	0.35	27.02	0.11	7.70	52.50	0.46	2.33	-	-	0.04	-	4.13
		Telur ayam ras	10	15.40	1.24	1.08	0.07	-	8.60	25.80	0.30	-	-	10.40	0.01	-	7.43
AIR Minum sehari (2 gls)																	440.00
1 gr garam dapur = 385 mg Na																	
garam yg diberikan (1,5 sdt = 4,5 gram = 1732.5 Na)																	
garam yg dipakai (1/2 x yg di kasih)												866.25					
TOTAL SELURUH				931.87	35.22	12.99	171.79	2.42	241.10	430.10	6.83	979.03	256.20	988.35	0.42	66.20	860.55
KEBUTUHAN Utama				1,608.00	42.80	44.60	258.80		1,080.00	900.00	8.00	1,800.00	1,881.00			75.00	1,138.00
PERSENTASE Utama				58%	82%	29%	66%		22%	48%	85%	54%	14%			88%	76%
				Kalori (kkal)	Protein (g)	Lemak (g)	Hidrat Arang (g)	Serat (g)	Kalsium (mg)	Fosfor (mg)	Besi (mg)	Na (mg)	K (mg)	Vit-A S I	Vit-B1 (mg)	Vit-C (mg)	Air (g)
Target bertahap ke - 2 (85 % x keb. Utama)				1366.8	36.38	37.9	219.9										
PERSENTASE bertahap				68%	97%	34%	78%										

ASUPAN SAAT INTERVENSI

Hari 3 (27 April 2021)

			Hari 3 tgl 27 // 4																
No	Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat (g)	Kalori (kkal)	Protein (g)	Lemak (g)	KH (g)	Serat (g)	Kalsium (mg)	Fosfor (mg)	Besi (mg)	Na (mg)	K (mg)	Vit-A S I	Vit-B1 (mg)	Vit-C (mg)	Air (g)	
	Pagi	nasi tim	Nasi tim	150	180.00	3.60	0.60	39.00	-	4.50	10.50	0.60	1.50	-	-	-	-	106.50	
	-	telur dadar	Telur ayam ras	10	15.40	1.24	1.08	0.07	-	8.60	25.80	0.30	-	-	10.40	0.01	-	7.43	
	-	-	Minyak	5	44.20	-	5.00	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	-	Cap-cay	Wortel	15	5.40	0.15	0.09	1.19	0.15	6.75	11.10	0.15	10.50	36.75	1,068.75	0.01	2.70	13.49	
	-	-	Jagung kuning muda	25	61.75	1.28	0.18	12.88	0.33	1.50	30.50	0.28	-	-	65.25	0.06	2.25	15.45	
	-	-	Daun kol sawi	15	3.30	0.32	0.08	0.54	0.14	30.00	13.80	0.48	-	-	326.55	0.00	0.45	13.97	
	-	-	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	Siang	nasi tim	Nasi tim	40	48.00	0.96	0.16	10.40	-	1.20	2.80	0.16	0.40	-	-	-	-	28.40	
	-	ayam bumbu kuning	Ayam	35	104.30	6.37	8.75	-	-	4.90	70.00	0.53	-	-	-	0.03	-	19.57	
	-	-	Minyak	5	44.20	-	5.00	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	-	cah buncis dan jagung	Buncis	25	8.50	0.60	0.08	2.30	0.48	25.25	10.50	0.18	2.00	62.50	137.50	0.01	2.75	22.40	
	-	-	Jagung kuning pipil	25	91.50	0.95	1.83	19.78	0.55	7.50	134.50	0.58	1.25	-	160.25	0.03	0.75	2.88	
	-	buah	Pepaya	50	23.00	0.25	-	6.10	-	11.50	6.00	0.85	2.00	110.50	182.50	0.02	39.00	43.35	
	-	-	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	Selingan 1	nasi abon	Ketan putih	50	90.00	1.50	0.15	19.90	0.10	12.50	13.50	0.20	0.50	19.00	-	0.03	-	28.35	
	-	-	Abon sapi (kemasan)	10	21.20	1.80	1.06	5.83	0.75	15.00	20.90	1.23	-	-	13.80	0.02	-	0.71	
	-	-	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	Malam	nasi tim	Nasi tim	50	60.00	1.20	0.20	13.00	-	1.50	3.50	0.20	0.50	-	-	-	-	35.50	
	-	lele goreng	lele	50	46.00	8.10	1.40	-	-	7.00	-	0.13	19.32	3.97	-	-	-	-	
	-	-	Minyak	5	44.20	-	5.00	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	-	bening katuk	Daun katuk	25	14.75	1.60	0.25	2.98	0.38	58.25	24.50	0.88	-	-	2,505.00	-	41.00	20.25	
	-	-	Semangka	45	12.60	0.23	0.09	4.46	-	3.15	5.40	0.09	-	-	265.50	0.02	2.70	41.45	
	Selingan 2	buah	buah naga	85	60.35	1.45	2.64	7.74	2.72	11.05	11.90	0.34	8.50	108.80	-	0.43	0.85	72.85	
	AIR Minum sehari (2 gls 1/2)																	540.00	
	1 gr garam dapur = 385 mg Na																		
	garam yg diberikan (1,5 sdt = 4,5 gram = 1732.5 Na)																		
	garam yg dipakai (1/2 x yg di kasih)												866.25						
	TOTAL SELURUH					978.65	31.58	33.62	146.14	5.58	210.15	395.20	7.15	912.72	341.52	4,735.50	0.66	92.45	1,012.52
	KEBUTUHAN Utama					1,608.00	42.80	44.60	258.80		1,080.00	900.00	8.00	1,800.00	1,881.00			75.00	1,138.00
	PERSENTASE Utama					61%	74%	75%	56%		19%	44%	89%	51%	18%			123%	89%
					Kalori (kkal)	Protein (g)	Lemak (g)	KH (g)	Serat (g)	Kalsium (mg)	Fosfor (mg)	Besi (mg)	Na (mg)	K (mg)	Vit-A S I	Vit-B1 (mg)	Vit-C (mg)	Air (g)	
	Target bertahap ke - 2 & 3 (85 % x keb. Utama)					1366.8	36.38	37.9	219.9										
	PERSENTASE bertahap					72%	87%	89%	66%										

LAMPIRAN 9**HASIL FFQ****FORMULIR *FOOD FREQUENCY***

Nama Makanan	Bahan	<i>Frekuensi Makanan</i>						
		>1x/hr	1x/hr	4-6x/ mg	1-3x/ mg	1x/bln	1x/th	
<i>SEREALIA</i>								
Beras giling		✓						
Beras ketan putih								
Beras merah								
Bihun								
Mie kuning								
Tepung terigu				✓				
Tepung maizena								
Tepung beras						✓		
Tepung tapioca								
Bubur nasi					✓			
Roti tawar								
Biskuit								
...								
...								
...								
<i>UMBI-UMBIAN</i>								
Singkong					✓			
Ubi jalar ungu						✓		
Ubi jalar kuning								
...								
...								
...								
<i>PROTEIN HEWANI</i>								

	>1x/hr	1x/hr	4-6x/ mg	1-3x/ mg	1x/bln	1x/th	Ket
Daging ayam					✓		
Daging sapi						✓	
Telur ayam			✓				
Udang segar							
Ikan segar			✓				
Ikan patin					✓		
Ikan lele				✓			
Ikan laut							
...							
...							
KACANG-KACANGAN							
	>1x/hr	1x/hr	4-6x/ mg	1- 3x/mg	1x/bln	1x/th	Ket
Tempe	✓						
Tahu	✓						
Kacang hijau							
Kacang kedelai							
Tauco							
SAYUR							
	>1x/hr	1x/hr	4-6x/ mg	1- 3x/mg	1x/bln	1x/th	Ket
Bayam	✓						
Buncis				✓			
Daun singkong	✓						
Daun katuk				✓			
Jamur			✓				

Kangkung	✓						
Kembang kool					✓		
Kool			✓				
Labu siam				✓			
Labu kuning							
Mentimun				✓			
Sawi hijau				✓			
Tauge			✓				
Terong			✓				
Tomat			✓				
Wortel			✓				
...							
BUAH-BUAHAN							
	>1x/hr	1x/hr	4-6x/ mg	1- 3x/mg	1x/bln	1x/th	Ket
Alpukat					✓		
Apel						✓	
Durian						✓	
Jambu air							
Jambu biji						✓	
Jeruk manis						✓	
Mangga					✓		
Nanas							
Pepaya				✓			
Pisang				✓			
Semangka					✓		

BUAH/BIJI BERMINYAK							
	>1x/hr	1x/hr	4-6x/ mg	1- 3x/mg	1x/bln	1x/th	Ket
Kelapa tua							
Kelapa muda					✓		
Santan			✓				
GULA							
Gula putih		✓					
Gula aren					✓		
Gula jawa							
Madu							
Sirup							
LEMAK/MINYAK							
Minyak kelapa sawit	✓						
Margarine							
Mentega					✓		
Coklat							

LAMPIRAN 10

DOKUMENTASI MENU DAN SISA SELAMA INTERVENSI

HARI 1			
Tanggal	Waktu	Sebelum	Sesudah
25-Apr-21	Makan pagi		
	Selingan siang		HABIS 😊

	Makan siang		
	Makan sore		
	Selingan sore		HABIS 😊

HARI KE 2			
Tanggal	Waktu	Sebelum	Sesudah
26-Apr-21	Makan pagi		
	Selingan siang		HABIS 😊

	Makan siang		
	Makan sore		

	Selingan sore		HABIS 😊
MENU HARI 3			
Tanggal	Waktu	Sebelum	Sesudah
4/27/2021	Makan pagi		
	Selingan siang		HABIS 😊

	Makan siang		
--	-------------	--	--

	Makan sore		
	Selingan sore		HABIS 😊

Lampiran 11

KEGIATAN SELAMA INTERVENSI



Lampiran 12 Leaflet

Gagal Ginjal Kronik

Nama : Darmini

Alamat : Gading Rejo

Usia : 62 th (16, Mei 1959)

Perempuan



OLEH

AJI SURYA KENCANA
1813411031

GIZI POLTEKKES TANJUNGGARANG
TAHUN 2021

PENYEBAB GAGAL GINJAL

- ❖ Kurang minum
- ❖ Minuman Beralkohol
- ❖ Minuman bersoda
- ❖ Tekanan darah tinggi
- ❖ Infeksi penyakit
- ❖ Pola makan dan gaya hidup yang tidak sehat
- ❖ Penyakit penyerta
- ❖ Mengonsumsi jamu-jamuan atau obat-obatan secara berlebihan
- ❖ Batu saluran kencing



TANDA DAN GEJALA

✚ Gejala dini:
lemas, sakit kepala, berat badan menurun, lelah, nyeri pinggang



- ✚ Gejala lanjut:
1. Nafsu makan menurun,
 2. mual disertai muntah,
 3. sesak nafas baik di waktu ada kegiatan atau tidak,
 4. bengkak yang disertai lekukan,
 5. gatal-gatal pada kulit,
 6. dan kesadaran menurun .



Pencegahan Lanjut Gagal Ginjal Kronik

1. Minum air putih tidak lebih dari 2 liter/hari
2. Jangan menahan kencing
3. Olahraga ringan secara rutin
4. Tidak merokok
5. Periksa kadar kolestrol
6. Jaga berat badan,
7. Hindari minum alkohol,
8. Makan dengan komposisi berimbang

Bahan Makanan Yg Dihindari

Karbohidrat = gula, madu (madu maksimal 1 Sendok makan sehari),sirup, jam , jeli, tarcis, dodol,kue2 manis, buah yg di awet dengan gula, merk susu kental manis (baik yg sachet atau kaleng), minuman botol/ kemasan ringan / pabrikan seperti fanta, coca - cola, frestea, mizone, teh gelas, ale - ale , es krim



Protein = Kacang- kacangan dan hasil olahannya seperti tempe, tahu , dan ikan asin → Hindari tinggi kolesterol seperti : Jeroan, otak

Lemak = santan, mentega dan margarin , ayam dengan kulit, daging yg banyak



lemak (gajih2), susu full cream, makanan siap saji, kue ulang tahun / tar, gorengan

Sayur = mengonsumsi cukup sayuran dan buah2 an secara umum hindari buah atau sayur kemasan kaleng



****agak** di batasi bayam, daun singkong, asparagus, kembang kol. Dan kangkung

Buah = ****agak** di batasi pisang, belimbing, buah bit, alpukat, manga, semangka, melon



Mineral = pembatasan penggunaan garam dapur, masakan jangan terlalu asin, micin terlalu banyak, soda, bahan pengawet, hindari natrium nitrit seperti ikan asin, telur asin, makanan yg diawetkan misalnya sarden, ikan kaleng



Bahan Makanan yg Dianjurkan

Karbohidrat = nasi, bihun, jagung, mie, makaroni, ubi, kentang, singkong, (serat agak tinggi lebih bagus)



Protein = telur, ayam tanpa kulit, daging rendah lemak, ikan, susu yg berjenis (rendah protein/ low protein, rendah gula/ low sugar dan rendah lemak / low fat)

Lemak = minyak kelapa sawit, minyak jagung, minyak kacang tanah, minyak kedelai, boleh margarin / mentega (tapi yg berjenis atau merek rendah garam, sebaiknya makanan diolah dengan cara di kukus, tumis, setup, rebus, panggang dan dibakar (khusus panggang atau bakar bagian makanan yg berwarna **hitam** akibat dibakar jangan dimakan → bisa kanker)

Sayuran = wortel, labu siam, buncis, kol, kembang kol, timun, terong, selada, bawang putih
(sayuran yg rendah **KALIUM**)



Buah = pilih yg rendah kalium seperti ; semangka, nanas, pepaya, pir, apel, anggur, lemon, stroberi.

Asupan Cairan

(berlaku jika penyakit gagal ginjal masih ada)

jika air putih habis 1 gls(tiap kali makan) maka maksimal kuah sayur yg boleh ialah 2 sdm (1 kali makan)

jika air putih habis 3/4 gls(tiap kali makan) maka maksimal kuah sayur yg boleh ialah 2 - 3 sdm (1 kali makan)

CONTOH MENU MAKAN SEHARI

Waktu Makan	Menu	Bahan Makanan	URT
Makan pagi	Nasi biasa Telur dadar	Nasi Telur ayam minyak	3 ctg 1 btr kecil 1 sdm
	sayur sop	wortel kentang kol	4 sdm 3 bh 3 sdm
Selingan 1	Puding kuning	agar-agar Gula Putih	1/4 sdt 1 sdm
Makan siang	Nasi Tim Soto ayam	Nasi ayam suir tauge soun / mie putih minyak	3 ctg 3 - 4 sdm 6 sdm 1/4 keping 1 sdm
	Buah pisang	Pisang raja	1 bh sdg
Waktu Makan	Menu	Bahan Makanan	URT
Selingan 2	nasi abon	Nasi tim abon sapi	4 sdm 3 sdm
Makan Malam	Nasi tim Ikan kembung goreng bening oyong wortel Buah Potong	Nasi 3 sdm Ikan kembung minyak oyong wortel semangka	1/2 ekor 1 sdm 5 sdm 5 sdm 1 ptg sdg

**** leaflet ini di buat tgl 27 April 2021
Di instalasi gizi RSUD Pesawaran**

Lampiran 13. Surat Izin Penelitian



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN**

JURUSAN GIZI POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURANG

Jalan Raya Hajimena No. 100 Natar - Lampung Selatan

Telp. 0721 8015458 Faxsimile : 0721 8015458

Website : <http://poltekkes-tjk.ac.id> E-mail : gizipoltekkestjk@gmail.com



7 April 2021

Nomor : 441.01.01/11.6/133/2021
Lampiran : Satu berkas
Perihal : **Permohonan Izin Penelitian**

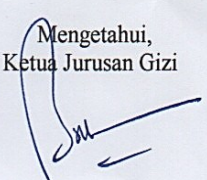
Kepada Yth,
Direktur Poltekkes Tanjungpurang
di -

Tempat

Dalam rangka penyusunan Laporan Tugas Akhir (LTA) bagi mahasiswa D.III Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Tanjungpurang Tahun Akademik 2020/2021, akan dilaksanakan penelitian. Sehubungan hal tersebut diatas, maka dengan ini kami mengharapkan Bapak Direktur dapat menerbitkan surat izin penelitian mahasiswa Jurusan Gizi, daftar terlampir.

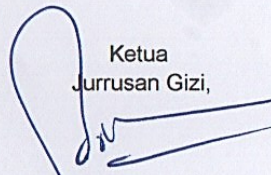
Demikianlah atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Mengetahui,
Ketua Jurusan Gizi


Bertalina, SKM., M.Kes
NIP. 196603051988032006

**JUDUL PENELITIAN MAHASISWA
JURUSAN GIZI POLTEKKES TANJUNGPONOROK
TA. 2021/2022**

NO	Nama	NIM	Judul	Tempat Penelitian
1	Aji Surya Kencana	1813411031	Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar Pada Pasien Gagal ginjal kronik di RSUD Pesawaran Tahun 2021	RSUD Pesawaran
2	Berli Jusantara	1813411023	Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar Pada Pasien Hipertensi di RSUD Pesawaran Tahun 2021	
3	Fitri Amaliah	1813411020	Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar Pada Pasien DM tipe 2 di RSUD Pesawaran Tahun 2021.	
4	Trisca tustiani dhandera	1813411012	Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis (CKD) di RSUD Pringsewu Tahun 2021	RSUD Pringsewu
5	Fani Rahmasari	1813411036	Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar Pada Pasien DM tipe 2 RSUD Pringsewu Tahun 2021	
6	Nabila Nur Fitriani	1813411040	Gambaran Kesesuaian Standar Porsi Sayur dengan Besar Porsi Sayur yang Disajikan dan Daya Terima Sayur di Instalasi Gizi RSUD Pringsewu Tahun 2021	
7	Adinda Mulia Putri	1813411021	Gambaran Pengetahuan, Asupan Zat Besi dan Kepatuhan Konsumsi Suplemen Fe pada Ibu Hamil Penderita Anemia di wilayah kerja Puskesmas Kalirejo Kecamatan Negeri Katon Kabupaten Pesawaran Tahun 2021	Negeri Katon Kabupaten Pesawaran
8	Depia Dwitanti	1813411009	Gambaran Stunting Balita di d Desa Hujung Wilayah Kerja Puskesmas Kenali Kecamatan Belalau Kabupaten Lampung Barat Tahun 2021	Desa Hujung Wilayah Kerja Puskesmas Kenali Kecamatan Belalau Kabupaten Lampung Barat

Ketua
Jurusan Gizi,

Bertalina, SKM, M.Kes
NIP. 196603051988032006