

LAMPIRAN



INFORMED CONSENT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rismati
Umur : 27 tahun
Alamat : Jln. Sri Krisna, Rt 07, Lk 2 Kampung Bayur Kecamatan Raja Basa Kota Bandar Lampung.

Menyatakan bersedia dan tidak keberatan untuk menjadi subyek dalam penelitian yang dilakukan oleh :

Nama Mahasiswa : Ni Nyoman Sukmawati
NIM : 1814401017
Program Studi : DIII Keperawatan Tanjungpurang

Untuk dilakukan tindakan pemeriksaan meliputi anamnesa, pemeriksaan fisik, serta prosedur pelayanan asuhan keperawatan pada diri saya. Surat pernyataan persetujuan ini saya buat dengan kesadaran saya sendiri tanpa tekanan maupun paksaan dari manapun.


Pasien

(Rismati)

Bandar Lampung, 16 Februari 2021

Mahasiswa

(Ni Nyoman Sukmawati)

	POLTEKES TANJUNGPURUNING	Kode	
	PRODI D III KEPERAWATAN TANJUNGPURUNING	Tanggal	
	Lembar Konsultasi Bimbingan	Revisi	
	Laporan Tugas Akhir	Halaman	

**LEMBAR BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR
PEMBIMBING UTAMA**

Nama Mahasiswa : ALI AYDAMAAL SUKMAWATI
 NIM : 1814401017
 Pembimbing Utama : KODRI, S.Kp., M.Kes

Judul Tugas Akhir : Asuhan Keperawatan Gangguan Kebutuhan Nutrisi pada
 An.R keluarga Tn.S Dengan Diabetes Melitus Di kampung
 Bayur Kecamatan Rajabasa Kota Bandar Lampung

No	Hari/ Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Mhs	Paraf Pembimbing
1	Selasa 03/06/2021	Lengkapi pengkajian	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
2	Rabu 03/06/2021	Perbaiki Diagnosa keperawatan	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
3	Rabu 09/06/2021	Perbaiki Rencana keperawatan	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
4	Jumat 19/06/2021	Tambah materi DM, ajarkan cara menghitung indeks massa tubuh	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
5	23/06/21	ACC lanjut kech, lanjut	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
6	Jumat 30/06/2021	Bab 1 hapus data RS, tambah data turunkan Bab 2 hapus data AKG, tambah rumus AKG Perbaiki tabel, Perbaiki materi, rencana Pathway	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
7	30/06/2021	Bab 3. Perbaiki Spasi		
8	Senin 06/07/2021	- Lengkapi daftar pustaka - lanjut pembimbing 8.	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
9	10/07/2021	ACC	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
10	10/07/2021	Abstrak : perbaiki aenia	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
11	16/07/2021	Bab 1. perbaiki tujuan Bab 4. perbaiki Spasi	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
12	17/07/2021	ACC Catok	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>

Bandar Lampung, 2 Juni 2021

Pembimbing Utama

[Signature]
 Kodri, S.Kp., M.Kes



POLTEKKESTANJUNGKARANG
PRODIDIIIKEPERAWATANTANJUNGKARANG

LembarKonsultasiBimbingan
Laporan Tugas Akhir

Kode

Tanggal

Revisi

Halaman

LEMBAR BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR
PEMBIMBING PENDAMPING

Nama Mahasiswa : MI NYOMALI SUKMAWATI
NIM : 1819401017
Pembimbing Pendamping : Ns. EFA TRISNA, S.Kp., M.Kes
Judul Tugas Akhir : Asuhan Keperawatan Gangguan kebutuhan nutrisi pada Aln. R keluarga Tn. S Dengan Diabetes Mellitus dikampung Bayur kecamatan Rajabasa kota bandar Lampung

No	Hari/ Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Mhs	Paraf Pembimbing
1	6/2021 13	- Abstrak tambahkan Tujuan, hasil, saran - Bab 1 tambahkan akibat tdk dapat pada materi - Bab 1-2 Perbaiki penulisan - Bab 4 tambahkan hasil penelitian orang.		
2				
3	7/2021 3	- Perbaiki penulisan judul, spasi		
4	20/2021 14	- Bab 1, perbaiki penulisan, pengejaan kata.		
5	24/2021 5	- Bab 2, Perbaiki penulisan, spasi, kata asing.		
6	26/2021 5	- Bab 3 perbaiki sumber, teknik pengum		
7	26/2021 5	Dulan data, penulisan, spasi, pengejaan kata.		
8	27/2021 5	- Bab 4 perbaiki denah rumah ukuran font, spasi		
9	28/2021 5	- Bab 5 Perbaiki penulisan, pengejaan kata.		
10	31/2021 5	- konsul Bab 1-5		
11	2/2021 6	Acc U/ Seminar LTA		
12	10/2021 6	Acc U/ Cetak		

Bandar Lampung, 2 Juni 2021

Ns. EFA TRISNA, S.Kp., M.Kes



LEMBAR MASUKAN DAN PERBAIKAN

Nama Mahasiswa : Aii Nyoman Sukmawati
 NIM : 104401017
 Prodi : DIII Keperawatan
 Tanggal : 04 Juni 2021
 Judul Penelitian : Asuhan Keperawatan Gangguan kebutuhan Nutrisi pada M.R keluarga Tn.S Dengan Diabetes Mellitus Di kampung Rayur Kecamatan Rajabasa Kota Bandar Lampung

No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Mhsiswa	Paraf Dosen
	7/6 21	<p>1. Tujuan - Menelembah Askep. - Menelembah penguasaan dst.</p> <p>Saran by pnce ⊕</p> <p>2. Alasan pemilihan di Rayur a. Lt ⊕ & dx Medis keg? Fokus ke masalah nutrisi dia.</p> <p>3. Bab II Tujuan dan penguasaan? dan ⊕</p> <p>4. Evaluasi implementasi keT, dll menuliskan? masalah yg. - Teknis, Non teknis & Situasional - Cara menentukan kriteria: kapan di capai?</p> <p>5. Abstrak: Menuliskan data, tujuan, metode, pembahasan: Hasilnya keripik dan</p> <p>7. intervensi: R/ul Hg Bas⁺ dietnya, dll.</p> <p>Ace ^{AT}/_{6/21}</p>		

Bandar Lampung, 07 Juni 2021

Ketua Penguji

Anggota Penguji II

Anggota Penguji II

rs. Sulastri, M. Kep., Sp. Jwa
 NIP. 197210151907032002

rs. EPA Trisna, S. kep, M. kes
 NIP. 196010081909033001

Kadri, S. kp., m. Kes
 NIP. 196212191909021001

OBEESITAS



Ni Nyoman Sukmawati

1814401017

Tingkat 3/ Reguler 1

POLITEKNIK KESEHATAN
TANJUNGPINRANG JURUSAN
KEPERAWATAN

TAHUN 2021



Apa itu Obesitas?

Obesitas merupakan suatu kondisi kronik di mana terdapat akumulasi abnormal lemak tubuh yang memiliki berbagai efek terhadap kesehatan

Faktor-Faktor penyebab obesitas diantaranya:

1. Faktor genetik/keturunan
2. Faktor Lingkungan/Pola Gaya Hidup
3. Faktor Aktivitas Fisik yang kurang
4. Faktor Perilaku (Pola dan perilaku makan serta konsumsi alkohol)
5. social ekonomi,
6. Tingkat pendidikan dan pengetahuan,
7. Fasilitas tempat makan, Media massa
8. Umur,
9. Jenis Kelamin,
10. Ras dan suku bangsa



Tanda dan Gejala Obesitas?.

1. gemuk
2. IMT >27kg/m²
3. Nyeri punggung dan lutut
4. sesak

Tingkat Obesitas dapat dihitung menggunakan Rumus IMT sebagai berikut:

Berat Badan (kg)

Tinggi badan (m) x Tinggi Badan(m)

Klasifikasi	IMT
Berat badan kurang (underweight)	<18,5
Berat badan normal	18,5-22,9
Kelebihan berat badan (Overweight)	23-24,9
Obesitas I	25-29,9
Obesitas II	>30

Apa Dampak Dari Obesitas ?.

1. Diabetel Millitus
2. Hipertensi

3. Jantung coroner
4. Kanker
5. Masalah persendian
6. Gangguan hormon
7. Stroke



Penatalaksanaan Obesitas

1. Pola makan
 - jumlah makan :sarapan pagi jumlah makan 20% dari kalori, cemilan diantara sarapan dan makan siang 10% dari jumlah kalori, makan siang 20% dari jumlah kalori, cemilan diantara makan siang dan makan malam 15% dari jumlah kalori, makan malam 25% dari jumlah kalori, cemilan malam 10% dari jumlah kalori.

Cara menghitung jumlah kalori yang dibutuhkan yaitu:

$$\text{Berat badan ideal (BBI)} \times 10$$

Berat badan ideal (BBI) =Tinggi badan (TB) -100-15% (TB-100)

Setelah menghitung KBB, kebutuhan nutrisi berdasarkan aktivitas dapat dirumuskan seperti pada tabel dibawah ini.

Tingkat Aktivitas	Kebutuhan kalori
Ringan	KKB x 3
Sedang	KKB x 5
Berat	KKB x 10

.Jenis makanan.

- 1) mengurangi konsumsi bahan makanan sumber karbohidrat kompleks seperti nasi, roti, jagung, kentang dan sereal.
- 2) menghindari konsumsi bahan makanan sumber karbohidrat sederhana seperti gula pasir, gula merah, sirup, kue yang manis dan gurih, madu, selai, dodol, coklat, permen, minuman ringan dan lain-lain
- 3) mengurangi konsumsi bahan makanan sumber lemak dengan tidak mengolah makanan dengan cara digoreng dan menggunakan santan kental serta mentega dan margarin
- 4) mengutamakan konsumsi bahan

makanan sumber protein rendah lemak seperti ikan, putih telur, ayam tanpa kulit, susu dan keju rendah lemak, tempe tahu, dan kacang-kacangan yang diolah.

- Jadwal makan seperti, sarapan pukul 07.00 wib, cemilan diantara sarapan dan makan siang pukul 10.00 wib, Makan siang pukul 12.00-13.00 wib. Selingan pukul 16.00 wib. Makan malam pukul 19.00 wib

2. Pola Aktivitas
 - a. Meningkatkan aktivitas fisik minimal 1 jam sehari
 - b. Melakukan latihan fisik minimal 2-3 kali seminggu dengan waktu 30 s/50 menit per kali latihan
 - c. Membatasi aktivitas seperti menonton tv, computer dan game. Latihan fisik dianjurkan bersifat aerobic seperti jalan cepat, lari, seram.

TERIMA KASIH