

LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Penjelasan Sebelum Penelitian (PSP)

PENJELASAN SEBELUM PENELITIAN (PSP)

Naskah Penjelasan Penelitian untuk mendapatkan *informed consent*
dari subyek penelitian

Assalamualaikum. Wr. Wb

Perkenalkan

Nama saya : Zesa Bella

Pekerjaan : Mahasiswa Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Tanjungkarang

Saya akan melakukan pengumpulan data tentang “Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar pada Pasien Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Alimuddin Umar Lampung Barat Tahun 2022 (Studi Kasus)”. Tujuan penelitian ini untuk melakukan Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar pada Pasien Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Alimuddin Umar Lampung Barat Tahun 2022 yang meliputi pengkajian/asesment gizi, diagnosis gizi, intervensi gizi, monitoring dan evaluasi gizi. Penatalaksanaan dilakukan ≥ 7 hari dengan responden dimintai wawancara untuk pengisian NCP, mengisi kuesioner pengetahuan, kuesioner sikap pola makan, merecall asupan makan, mengisi formulir FFQ, serta pengukuran BB dan TB.

Untuk itu dibutuhkan kerjasama yang baik antara peneliti dan ibu/bapak. Identitas ibu/bapak dan semua informasi yang diberikan akan dirahasiakan dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian ini.

Keuntungan yang ibu/bapak peroleh jika berkenan menjadi responden yaitu akan mendapatkan edukasi, konseling dan souvenir dari peneliti sebagai tanda terimakasih.

Apabila ibu/bapak bersedia dan menyetujui untuk menjadi responden dalam penelitian ini, agar kiranya dapat menandatangani formulir sebagai tanda persetujuan. Atas kerjasamanya yang baik dari semua pihak saya ucapkan terimakasih.

Lampiran 2. Lembar *Informed Consent*

INFORMED CONSENT
(PERNYATAAN PERSETUJUAN IKUT PENELITIAN
UNTUK PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2)

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : CEK NUKI
 Umur : 66 Tahun
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Pekerjaan : Petani
 Alamat : Lombok
 Nomor HP : 082264536678

Telah mendapat keterangan secara terinci dan jelas mengenai :

1. Penelitian yang berjudul "Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar pada Pasien Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Rumah Sakit Umum Daerah Alimuddin Umar Lampung Barat Tahun 2022"
2. Perlakuan yang akan diterapkan pada subjek.
3. Manfaat ikut sebagai subjek penelitian.
4. Kerahasiaan data.
5. Bahaya Potensial.
6. Hak untuk undur diri.
7. Insentif untuk subjek.

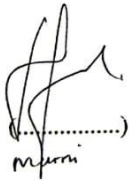
Dan responden penelitian mendapatkan kesempatan mengajukan pertanyaan mengenai segala sesuatu yang berhubungan dengan penelitian tersebut. Oleh karena itu saya (bersedia/tidak bersedia) secara sukarela untuk menjadi subjek penelitian dengan penuh kesadaran serta tanpa keterpaksaan.

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

Lampung Barat, 2022

Saksi

Responden,


 Murni


 (CEK NUKI)

Lampiran 3. Kuesioner Pengetahuan Sebelum Intervensi

Kuesioner Pengetahuan Sebelum Intervensi

Pilihlah jawaban dari pernyataan-pernyataan dibawah ini pada tempat yang telah disediakan dengan memberi tanda centang (√).

NO.	PERNYATAAN	BENAR	SALAH
1.	Diabetes melitus adalah penyakit yang disebabkan tingginya kadar gula darah diatas batas normal.		√
2.	Diabetes Melitus disebut juga Kencing Manis	√	
3.	Kurangnya aktivitas fisik adalah faktor timbulnya DM.	√	
4.	Diabetes melitus dapat terjadi jika saya tidak bisa mengatur pola makan.	√	
5.	Gejala yang sering dialami penderita DM adalah kesemutan, kulit terasa panas, mudah mengantuk dan mata kabur.	√	
6.	Pola makan yang baik dapat dijadikan salah satu tindakan pencegahan terhadap timbulnya penyakit DM.	√	
7.	Pengaturan jumlah makanan, jenis makanan, jadwal makan (3J) yang baik dapat mengurangi resiko timbulnya penyakit DM.		√
8.	Setiap hari mengkonsumsi minuman manis, minuman kaleng, sirup secara berlebihan tidak dapat meningkatkan kadar gula darah di dalam tubuh.	√	
9.	Mengkonsumsi makanan cepat saji secara terus menerus dapat meningkatkan resiko terjadinya penyakit DM.	√	
10.	Mengkonsumsi cake, brownies dan puding tidak akan menyebabkan DM.	√	
11.	Dengan mengkonsumsi sayur dapat menunda lapar lebih lama.		√
12.	Waktu makan utama yang baik dalam sehari adalah 3 kali yaitu sarapan, makan siang dan makan malam.		√
13.	Mengkonsumsi makanan yang berlemak tinggi secara berlebihan tidak berpengaruh terhadap timbulnya penyakit DM tipe 2.	√	
14.	Pasien yang telah menderita Diabetes Melitus tidak harus menjaga pola makan yang baik karena sudah diberi obat antidiabetes dan suntik insulin.	√	
15.	Pasien Diabetes Melitus memiliki komplikasi penyakit jantung koroner, gagal ginjal, kebutaan, stroke, serta neuropati.		√

Hasil kuesiner = Jumlah soal benar : Jumlah soal x 100%
 = 6 : 15 x 100%
 = 40%

Lampiran 4. Kuesioner Pengetahuan Sesudah Intervensi

Kuesioner Pengetahuan Sesudah Intervensi

Pilihlah jawaban dari pernyataan-pernyataan dibawah ini pada tempat yang telah disediakan dengan memberi tanda centang (√).

NO.	PERNYATAAN	BENAR	SALAH
1.	Diabetes melitus adalah penyakit yang disebabkan tingginya kadar gula darah diatas batas normal.	√	
2.	Diabetes Melitus disebut juga Kencing Manis	√	
3.	Kurangnya aktivitas fisik adalah faktor timbulnya DM.	√	
4.	Diabetes melitus dapat terjadi jika saya tidak bisa mengatur pola makan.	√	
5.	Gejala yang sering dialami penderita DM adalah kesemutan, kulit terasa panas, mudah mengantuk dan mata kabur.	√	
6.	Pola makan yang baik dapat dijadikan salah satu tindakan pencegahan terhadap timbulnya penyakit DM.	√	
7.	Pengaturan jumlah makanan, jenis makanan, jadwal makan (3J) yang baik dapat mengurangi resiko timbulnya penyakit DM.	√	
8.	Setiap hari mengkonsumsi minuman manis, minuman kaleng, sirup secara berlebihan tidak dapat meningkatkan kadar gula darah di dalam tubuh.		√
9.	Mengkonsumsi makanan cepat saji secara terus menerus dapat meningkatkan resiko terjadinya penyakit DM.		√
10.	Mengkonsumsi cake, brownies dan puding tidak akan menyebabkan DM.	√	
11.	Dengan mengkonsumsi sayur dapat menunda lapar lebih lama.	√	
12.	Waktu makan utama yang baik dalam sehari adalah 3 kali yaitu sarapan, makan siang dan makan malam.	√	
13.	Mengkonsumsi makanan yang berlemak tinggi secara berlebihan tidak berpengaruh terhadap timbulnya penyakit DM tipe 2.		√
14.	Pasien yang telah menderita Diabetes Melitus tidak harus menjaga pola makan yang baik karena sudah diberi obat antidiabetes dan suntik insulin.		√
15.	Pasien Diabetes Melitus memiliki komplikasi penyakit jantung koroner, gagal ginjal, kebutaan, stroke, serta neuropati.		√

Hasil kuesioner = Jumlah soal benar : Jumlah soal x 100%
 = 12 : 15 x 100%
 = 80%

Lampiran 5. Kuesioner Sikap Tentang Pola Makan

Kuesioner Sikap Tentang Pola Makan Pasien DM Tipe 2

Pilihlah jawaban dari pernyataan-pernyataan dibawah ini pada tempat yang telah disediakan dengan memberi tanda centang (✓).

Keterangan:

SS : Sangat setuju (bila saya sangat setuju dengan pernyataan yang diajukan)

S : Setuju (bila saya cenderung setuju dengan pernyataan yang diajukan)

TS : Tidak setuju (bila saya cenderung tidak setuju dengan pernyataan yang diajukan)

STS : Sangat tidak setuju (bila saya sangat tidak setuju dengan pernyataan yang diajukan)

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya lebih memilih untuk melampiaskan kekesalan lewat makan atau mengemil dari pada melakukan olahraga.		✓		
2.	Saya merasa mengatur pola makan sehat tidak penting untuk dilakukan.		✓		
3.	Saya tetap bisa mengkonsumsi makanan manis walaupun sudah menderita DM.			✓	
4.	Saya lebih suka mengkonsumsi makanan berserat seperti buah dan sayuran daripada mengkonsumsi berbagai jenis makanan siap saji.	✓			
5.	Saya lebih suka mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung vitamin dan mineral.	✓			
6.	Saya merasa tetap perlu menjaga pola makan sehat walaupun saya tidak mengalami obesitas.			✓	
7.	Saya lebih suka mengkonsumsi air putih dibandingkan mengkonsumsi minuman bersoda dan minuman dengan pemanis buatan.			✓	
8.	Saya tidak merasa khawatir untuk mengkonsumsi makanan yang manis-manis setiap hari.			✓	
9.	Saya merasa jika langsung tidur setelah makan besar, dapat berpengaruh buruk terhadap kesehatan.		✓		
10.	Saya lebih suka makan besar hanya dengan nasi dan lauk tanpa menggunakan sayur.			✓	
11.	Saya perlu memberikan selang waktu antara makan besar minimal tiap 3 jam.		✓		

12.	Saya lebih suka makan di rumah menggunakan nasi, lauk pauk dan sayuran yang dimasak sendiri dibandingkan makan di tempat makan cepat saji (junk food).		√		
13.	Saya lebih cenderung menghabiskan uang dengan membeli makanan seperti gorengan atau makanan siap saji.			√	
14.	Saya merasa makan besar 3 kali sehari sudah cukup.		√		
15.	Saat sedang panas saya suka minum minuman dingin.	√			

Hasil kuesioner = penjumlah soal benar : jumlah soal (4) x 100%
 = 17 : 15 (4) x 100%
 = 17 : 60 x 100
 = 45%.

Lampiran 6. Lembar Malnutrisi Screening Tool (MST)

Lembar Malnutrisi Screening Tool (MST)

SKRINING GIZI (PASIEN DEWASA)	Nama : Ny. C NRM : 11.23.68 Tgl lahir :
Tanggal : 25 April 2022	Jam : 10.00 WIB

SKRINING GIZI (Berdasarkan Malnutrition Screening Tool/MST)
(Beri tanda ceklist skor sesuai dengan jawaban, total skor adalah jumlah skor yang diceklist).

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 1-5 kg 6-10 kg 11-15 kg >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 ☒ Ya, tanggal dd-mm-yy, jam WIB.

Mengetahui,

Lampung Barat, 2022

Nutrisi

Mahasiswa

(Ayu Andalia, S.Gz)
NIP.198404272008042001

Zesa Bella
NIM 1913411007

Lampiran 8. Formulir Food Frequency Questionnaire (FFQ)

Food Frequency Questionnaire (FFQ)

Nama Bahan Makanan	Frekuensi Makanan					
	>1x/ hari	1x/ hari	3- 6x/mg	1- 2x/mg	2x/ bln	tdk pernah
SEREALIA						
Beras giling			√			
Beras ketan putih					√	
Beras merah					√	
Bihun					√	
Mie kuning					√	
Tepung terigu					√	
Tepung maizena					√	
Tepung beras					√	
Tepung tapioka					√	
Bubur nasi				√		
Roti tawar			√			
Biskuit		√				
...						
TOTAL						
UMBI-UMBIAN						
Singkong			√			
Ubi jalar ungu					√	
Ubi alar kuning					√	
...						
TOTAL						
PROTEIN HEWANI						
Daging ayam	√					
Daging sapi	√					
Daging ayam			√			
Udang segar					√	
Ikan segar	√					
Ikan laut				√		
...						
TOTAL						
KACANG-KACANGAN						
Tempe	√					
Tahu	√					
Kacang Hijau	√					
Kacang Kedelai					√	
Tauco					√	
...						
TOTAL						

SAYUR						
Bayam			√			
Buncis			√			
Daun singkong						√
Daun katuk						√
Jamur					√	
Kangkung					√	
Kembang kol	√					
Kol			√			
Labu siam				√		
Labu kuning				√		
Mentimun				√		
Sawi hijau				√		
Toge				√		
Terong				√		
Tomat				√		
Wortel			√			
...						
TOTAL						
BUAH-BUAHAN						
Alpukat					√	
Apel				√		
Durian					√	
Jambu air					√	
Jambu biji						√
Jeruk manis				√		
Mangga					√	
Nanas						√
Pepaya			√			
Pisang					√	
Semangka					√	
...						
TOTAL						

BUAH/BIJI BERMINYAK						
Kelapa tua					√	
Kelapa muda					√	
Santan						√
...						
TOTAL						
GULA						
Gula putih	√					
Gula aren				√		
Gula jawa				√		
Madu						√
Sirup			√			
...						
TOTAL						
LEMAK/MINYAK						
Minyak kelapa sawit	√					
Margarin					√	
Mentega					√	
Coklat					√	
...						
TOTAL						

Sumber: Sirajuddin (2014).

Lampiran 9. Menu Recall 24 jam SMRS

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat (Gr)	E (kal)	P (g)	L (g)	KH (g)	Serat (g)	NA (mg)	kolesterol (mg)
sahur	nasi	nasi	50	90	1.5	0.15	19.9	0.1	0.5	0
	sambal ikan mujair	ikan mujair	40	35.6	7.48	0.4	0	0	20.4	2.2
		minyak	5	44.2	0	5	0	0	0	0
	teh	teh	2	1.1	0	0	0.2872	0	0	0
		gula	15	59.1	0	0	14.1	0	0.15	0
	JUMLAH			230	8.98	5.55	34.2872	0.1	21.05	2.2
buka	nasi	nasi	50	90	1.5	0.15	19.9	0.1	0.5	0
	sambal ikan mujair	ikan mujair	40	35.6	7.48	0.4	0	0	20.4	2.2
		minyak	5	44.2	0	5	0	0	0	0
	terong rebus	terong putih	25	7	0.275	0.05	1.375	0.525	2.25	0
	daun lumai rebus	daun lumai	15	4.95	0.675	0.06	0.42	0	0.3	0
	es campur	susu	10	34.3	0.82	1	5.5	0	15	0
		gula putih cair	10	39.4	0	0	9.4	0	0.1	0
		santan	10	12.2	0.2	1	0.76	0.14	0.9	0
		cincau hijau	50	61	2.48	1.91	9.2	0	0	0
		rumpun laut	15	6.15	0.21	0.045	1.215	0.33	37.5	0
		jagung manis	25	39	0.675	0.325	8.325	0.25	0	0
	JUMLAH			373.8	14.315	9.94	56.095	1.345	76.95	2.2
rencana penggunaan garam dapur			1.25	1/4 sdt					500	
TOTAL SELURUH				603.8	23.295	15.49	90.3822	1.445	598	4.4
KEBUTUHAN				1377	52	38.25	207	25	2300	200
PERSENTASE				44%	45%	40%	44%	6%	26%	2%

Lampiran 10. Perencanaan Menu Sehari Pasien dirumah

Waktu Makan	Menu Makanan	Bahan Makanan	Berat (gr)	URT	Energi (kkal)	Protein (gr)	Lemak (gr)	KH(gr)	Serat(g)	Ca(mg)	Na(mg)	Fe(mg)	Zn (g)	vit A (mcg)	vit B1 (mg)	Vit C (mg)	Kolesterol (mg)
MAKAN PAGI	Nasi tim	Nasi	100	1 gls	180	3	0.3	39.8	0.2	25	1	0.4	0.6	0	0.05	0	0
	sup ayam	Ayam	40	1 ptg	119.2	7.28	10	0	0	5.6	43.6	0.6	0.24	98	0.032	0	24
		wortel	50	1/4 gls	18	0.5	0.3	3.95	0.5	22.5	35	0.5	0.15	0	0.02	9	0
		minyak	3	1/2 sdt	26.1	0.03	2.94	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Pepes Tahu	Tahu	55	1 ptng	44	5.995	2.585	0.44	0.055	122.65	1.1	1.87	0.44	0	0.0055	0	0
	Tumis Kangkung	Kangkung	50	1/2 gls	14	1.7	0.35	1.95	1	33.5	32.5	1.15	0.2	0	0.035	8.5	0
		Minyak	3	1/2 gls	26.1	0.03	2.94	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Apel	Apel	85	1bh kcl	49.3	0.255	0.34	12.665	2.21	5.1	1.7	0.255	0.255	0	0.034	4.25	0
JUMLAH					476.7	18.79	19.755	58.805	3.965	214.35	114.9	4.775	1.885	98	0.1765	21.75	24
SELINGAN PAGI	Salad buah	Pir	85	1 bh sdg	48.45	0.34	0.085	12.75	2.635	7.65	0.85	0.17	0	0	0	3.655	0
JUMLAH					48.45	0.34	0.085	12.75	2.635	7.65	0.85	0.17	0	0	0	3.655	0
MAKAN SIANG	Nasi tim	nasi	100	1 gls	180	3	0.3	39.8	0.2	25	1	0.4	0.6	0	0.05	0	0
	Mujair Bumbu Kuning	Ikan Mujair	40	1 ekor	35.6	7.48	0.4	0	0	38.4	20.4	0.6	0.08	2.4	0.012	0	2.2
	Tempe Balado	Tempe	25	1/2 Ptg	50.25	5.2	2.2	3.375	0.35	38.75	2.25	1	0.05	0.05	0.0475	0	0
		Minyak	3	1/2 sdt	26.1	0.03	2.94	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		Wortel	50	1/2gls	18	0.5	0.3	3.95	0.5	22.5	35	0.5	0.15	0	0.02	9	0
	Capcay	Buncis	50	1/2 gls	17	1.2	0.15	3.6	0.95	50.5	4	0.35	0.15	0	0.025	5.5	0
		Jamur	25	1/4 gls	7.5	0.475	0.025	1.375	0.9	2.25	5.5	0.175	0.2	0	0.075	0	0
		minyak	3	1/2 sdt	26.1	0.03	2.94	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Jeruk	Jeruk	55	1bh	24.75	0.495	0.11	6.16	0.77	18.15	2.2	0.22	0.11	0	0.044	26.95	0
JUMLAH					385.3	18.41	9.365	58.26	3.67	195.55	70.35	3.245	1.34	2.45	0.2735	41.45	2.2
SELINGAN SORE		Pepaya	110	1 ptg bsr	50.6	0.55	0.11	13.42	1.76	25.3	4.4	1.87	0.33	0	0.044	85.8	0
JUMLAH					50.6	0.55	0.11	13.42	1.76	25.3	4.4	1.87	0.33	0	0.044	85.8	0
MAKAN MALAM	Nasi tim	Nasi	100	1 gls	180	3	0.3	39.8	0.2	25	1	0.4	0.6	0	0.05	0	0
	tumis ikan suwir sayur	Ikan Mujair	40	1 ekor	35.6	7.48	0.4	0	0	38.4	20.4	0.6	0.08	2.4	0.012	0	2.2
		Brokoli	25	1/2 gls sdn	8.5	0.705	0.0925	1.66	0.65	0	0	0	0	0	0	0	0
		Minyak	3	1/2 sdt	26.1	0.03	2.94	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Semur Tahu	Tahu	50	1/2 ptng	40	5.45	2.35	0.4	0.05	111.5	1	1.7	0.4	0	0.005	0	0
		Kecap	5	1/2 sdm	3.55	0.285	0.065	0.45	0	6.15	0.0557	0.285	0	0	0	0	0
		Minyak	2	1/2 sdt	17.4	0.02	1.96	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Tumis Sawi	Sawi	50	1/2 gls sdn	4.5	0.5	0.05	0.85	0.4	28	2.5	0.55	0.05	0	0.025	1.5	0
		Wortel	50	1/2gls	18	0.5	0.3	3.95	0.5	22.5	35	0.5	0.15	0	0.02	9	0
		Minyak	3	1 sdt	26.1	0.03	2.94	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Jus Melon	Melon	95	1 Png sdn	35.15	0.57	0.38	7.41	0.95	11.4	25.65	0.38	0.095	0	0.019	0	0
JUMLAH					394.9	18.57	11.7775	54.52	2.75	242.95	85.6057	4.415	1.375	2.4	0.131	10.5	2.2
Rencana penggunaan garam dapur		Garam	1.25	1/2 sdt	0	0	0	0	0	0	500	0	0	0	0	0	0
TOTAL KESELURUHAN					1355.95	56.66	41.0925	197.755	14.78	685.8	776.106	14.475	4.93	102.85	0.625	163.155	28.4
KEBUTUHAN (100%)					1377	52	38.25	207	25	1200	8	1200	8	600	1.1	75	200
PRESENTASE (%)					98%	110%	107%	96%	59%	57%	9701%	1%	62%	17%	57%	218%	14%

Lampiran 11. Menu perencanaan 3 hari intervensi

PERENCANAAN HARI PERTAMA (25 APRIL 2022)

waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat (g)	URT	Nilai Gizi												
makan siang					E (kal)	P (g)	L (g)	KH (g)	Serat (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	ZN (mg)	VIT A (mcg)	VIT B1(mcg)	VIT C (mcg)	kolesterol (mg)
	bubur	nasi	100	1 gls	180	3	0.3	39.8	0.2	25	0.4	1	0.6	0	0.05	0	0
	sop ayam	ayam	20	1/2 ptg sdg	59.6	3.64	5	0	0	2.8	0.3	21.8	0.12	49	0.028	0	12
	tempe goreng	Tempe	25	1 ptg sdg	50.25	5.2	2.2	3.375	0.35	38.75	1	2.25	0.425	0	0.0475	0	0
		Minyak	2	1/2 sdt	16.88	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Tumis Sayur	labu siam	25	1/4 gelas	7.5	0.6	0.025	1.675	1.55	3.5	0.125	0.75	0.25	0	0.005	4.5	0
		Wortel	25	1/4 gelas	9	0.25	0.15	1.975	0.25	11.25	0.25	17.5	0.075	0	0.01	4.5	0
		Minyak	2	1/2 sdt	16.88	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	pepaya	pepaya	55	1 ptg sdg	25.3	0.275	0.055	6.71	0.88	12.65	0.935	2.2	0.165	0	0	3.3	42.9
TOTAL					365.41	12.965	11.73	53.535	3.23	93.95	3.01	45.5	1.635	49	0.1405	12.3	54.9
Selangan 1	semangka	semangka	90	1 ptg sdg	25.2	0.45	0.18	6.21	0.36	6.3	0.18	6.3	0.09	0	0.045	1.512	0
TOTAL					25.2	0.45	0.18	6.21	0.36	6.3	0.18	6.3	0.09	0	0.045	1.512	0
makan sore																	
	bubur	nasi	100	1 gls	180	3	0.3	39.8	0.2	25	0.4	1	0.6	0	0.05	0	0
	pepes ikan	ikan nila	30	1 ptg sdg	78.3	8.22	4.83	0.48	0	35.4	4.74	0.3204	0	1.4871	0.192	74.4	1.65
	tahu goreng tepung	tahu	50	1 ptg sdg	40	5.45	2.35	0.4	0.05	111.5	1.7	1	0.4	0	0.005	0	0
		tepung terigu	3	1/2 sdt	0.27	0.03	0.003	2.316	0.66	0.039	0.06	0	0.084	0	0	0	0
		Minyak	2	1/2 sdt	16.88	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	tumis	Toage	15	1/4 gelas	5.55	0.66	0.075	0.57	0.255	7.5	0.3	0.3	0.06	0	0.03	6.9	0
		kacang panjang	15	1/4 gls	4.65	0.345	0.015	0.795	0.405	9	0.09	4.5	0.075	0	0.105	6.9	0
		Minyak	2	1/2 sdt	16.88	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Jus Pepaya	Pepaya	55	1 ptg sdg	25.3	0.275	0.055	6.71	0.88	12.65	0.935	2.2	0.165	0	0.022	4290	0
TOTAL					367.83	17.98	11.628	51.071	2.45	201.089	8.225	9.3204	1.384	1.4871	0.404	4378.2	1.65
selingan 2																	
	buah	Jeruk Manis	50	1 bh sdg	22.5	0.45	0.1	5.6	16.5	0.2	236.05	0.1	0	0	0.04	24.5	0
TOTAL					22.5	0.45	0.1	5.6	16.5	0.2	236.05	0.1	0	0	0.04	24.5	0
makan pagi																	
	bubur	nasi	100	1 gls	180	3	0.3	39.8	0.2	25	0.4	1	0.6	0	0.05	0	0
	telur rebus	telur ayam	20	1/2 ptg	30.8	2.48	2.16	0.14	0	17.2	0.6	28.4	0.2	0	12.2	0.024	110
	tempe goreng	tempe	25	1/2 ptg sdg	50.25	5.2	2.2	3.375	0.35	38.75	1	2.25	0.425	0	0	0	0
		Minyak	3	1/2 sdt	25.32	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	soto	soun	10	1/4 gelas	34.8	0.47	0.01	8.21	0.6	0.18	1.2	0.5	0.07	0	0.007	1.7	0
		Toage	20	1/4 gelas	7.4	0.88	0.1	0.76	0.34	10	0.4	0.4	0.08	0	0.04	9.2	0
	pisang	pisang muli	50	1 bh	49.5	0.65	0.1	12.8	2.15	5	0.45	14	0.25	0	0	0	0
TOTAL					378.07	12.68	7.87	65.085	3.64	96.13	4.05	46.55	1.625	0	12.297	10.924	110
rencana penggunaan garam dapur			1.25	1/4 sdt								500					
TOTAL SELURUH					1159.01	45	31.508	182	26	397.669	251.515	607.7704	4.734	50.4871	12.8815	4427.436	196.4
KEBUTUHAN (80%)					1101.6	41	30.6	165	25	1200	8	1200	8	600	1.1	75	200
PERSENTASE					105%	108%	103%	110%	105%	33%	3144%	51%	59%	8%	1171%	5903%	98%

PERENCANAAN HARI KEDUA (26 APRIL 2022)

waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat (g)	URT	Nilai Gizi												
makan siang					E (kal)	P (g)	L (g)	KH (g)	Serat (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	ZN (mg)	VIT A (mcg)	VIT B1(mcg)	VIT C (mcg)	kolesterol (mg)
	bubur	nasi	100	1 gls	180	3	0.3	39.8	0.2	25	0.4	1	0.6	0	0.05	0	0
	sate lilit	ayam	20	1 ptg sdg	59.6	3.64	5	0	0	2.8	0.3	21.8	0.12	49	0.028	0	12
		tepung terigu	3	1/2 sdt	0.27	0.03	0.003	2.316	0.66	0.039	0.06	0	0.084	0	0	0	0
	perkedel tahu kukus	tahu	55	1 ptg sdg	44	5.995	2.585	0.44	0.055	122.65	1.87	1.1	0.44	0	0.0055	0	0
	sayur bening	bayam	25	1/4 gelas	4	0.225	0.1	0.725	0.175	41.5	0.875	4	0.1	0	0.01	10.25	0
		Toage	25	1/4 gelas	9.25	1.1	0.125	0.95	0.425	12.5	0.5	0.5	0.1	0	0.05	11.5	0
		Wortel	25	1/4 gelas	9	0.25	0.15	1.975	0.25	11.25	0.25	17.5	0.075	0	0.01	4.5	0
	pisang	pisang muli	50	2 bh kcl	49.5	0.65	0.1	12.8	2.15	5	0.45	14	0.25	0	0	0	0
TOTAL					355.62	14.89	8.363	59.006	3.915	220.739	4.705	59.9	1.769	49	0.1535	26.25	12
selingan 1	buah	Jeruk Manis	50	1 bh sdg	22.5	0.45	0.1	5.6	16.5	0.2	236.05	0.1	0	0	0.04	24.5	0
TOTAL					22.5	0.45	0.1	5.6	16.5	0.2	236.05	0.1	0	0	0.04	24.5	0
makan sore																	
	bubur	nasi	100	1 gls	180	3	0.3	39.8	0.2	25	0.4	1	0.6	0	0.05	0	0
	sop daging	daging sapi	30	1 bh sdg	78.3	8.22	4.83	0.48	0	35.4	4.74	0.3204	0	1.4871	0	0.192	21
	tempe goreng	tempe	25	1 ptg sdg	20	2.725	1.175	0.2	0.025	55.75	0.85	0.5	0.2	0	0.0025	0.02	0
	tumis	Minyak	3	1/2 sdt	25.32	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		Wortel	25	1/4 gelas	9	0.25	0.15	1.975	0.25	11.25	0.25	17.5	0.075	0	0.01	4.5	0
		kacang panjang	25	1/4 gls	7.75	0.575	0.025	1.325	0.675	15	0.15	7.5	0.125	0	0.175	11.5	0
	pepaya	Minyak	3	1/2 sdt	25.32	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		Pepaya	55	1 ptg sdg	25.3	0.275	0.055	6.71	0.88	12.65	0.935	2.2	0.165	0	0.022	4290	0
TOTAL					370.99	15.045	12.535	50.49	2.03	155.05	7.325	29.0204	1.165	1.4871	0.2595	4306.212	21
selingan 2																	0
	semangka	semangka	90	1 ptg	25.2	0.45	0.18	6.21	0.36	6.3	0.18	6.3	0.09	0	0	5.4	0
TOTAL					25.2	0.45	0.18	6.21	0.36	6.3	0.18	6.3	0.09	0	0	5.4	0
makan pagi																	0
	bubur	nasi	100	1 gls	180	3	0.3	39.8	0.2	25	0.4	1	0.6	0	0.05	0	0
	telur ceplok	telur ayam	25	1/2 ptg	38.5	3.1	2.7	0.175	0	21.5	0.75	35.5	0.25	0	15.25	0.03	137.5
	tahu saus tiram	tahu	55	1 ptg sdg	44	5.995	2.585	0.44	0.055	122.65	1.87	1.1	0.44	0	0.0055	0	0
		saus tiram	5	1 sdm	2.55	0.0675	0.0125	0.546	0.015	0	0	0	0	0	0	0	0
		Minyak	3	1/2 sdt	25.32	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	sayur bening	oyong	25	1/4 gelas	4.75	0.2	0.05	1.025	0.325	4.75	0.225	5.75	0.025	0	0.075	2	0
		Toage	25	1/4 gelas	9.25	1.1	0.125	0.95	0.425	12.5	0.5	0.5	0.1	0	0.05	11.5	0
	pisang	pisang muli	50	2 bh	49.5	0.65	0.1	12.8	2.15	5	0.45	14	0.25	0	0	0	0
TOTAL					353.87	14.1125	8.8725	55.736	3.17	191.4	4.195	57.85	1.665	0	15.4305	13.53	137.5
rencana penggunaan garam dapur			1.25	1/4 sdt								500					
TOTAL SELURUH					1128.18	45	30.0505	177	26	573.689	252.455	653.17	4.689	50.4871	15.8435	4375.892	170.5
KEBUTUHAN (80%)					1101.6	41	30.6	165	25	1200	8	1200	8	600	1.1	75	200
PERSENTASE					102%	109%	98%	107%	104%	48%	3156%	54%	59%	8%	1440%	5835%	85%

PERENCANAAN HARI KETIGA (27 APRIL 2022)

waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat (g)	URT	Nilai Gizi												
makan siang					E (kal)	P (g)	L (g)	KH (g)	Serat (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	ZN (mg)	VIT A (mcg)	VIT B1(mcg)	VIT C (mcg)	kolesterol (mg)
	bubur	nasi	100	1 gls	180	3	0.3	39.8	0.2	25	0.4	1	0.6	0	0.05	0	0
	ayam goreng tepung	ayam	20	1 ptg kcl	59.6	3.64	5	0	0	2.8	0.3	21.8	0.12	49	0.028	0	12
		tepung terigu	2	1/2 sdt	0.18	0.02	0.002	1.544	0.44	0.026	0.04	0	0.056	0	0	0	0
		Minyak	2	1/2 sdt	16.88	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	tempe bacem	tempe	25	1 ptg sdg	20	2.725	1.175	0.2	0.025	55.75	0.85	0.5	0.2	0	0.0025	0.02	0
		Minyak	2	1/2 sdt	16.88	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	sayur asem	labu siam	50	1/4 gelas	15	0.6	0.05	3.35	3.1	7	0.25	1.5	0.5	0	0.01	9	0
		jagung manis	20	1/4 gls	31.2	0.54	0.26	6.66	0.2	10.2	0.24	0	0	0	0.016	0	0
		jagung muda	15	1/4 gls	5.25	0.33	0.015	1.11	0.285	1.05	0.075	52.95	0.12	0	0.012	0.024	0
		kacang panjang	20	1/4 gls	6.2	0.46	0.02	1.06	0.54	12	0.12	6	0.1	0	0.14	9.2	0
	pepaya	Pepaya	55	1 ptg sdg	25.3	0.275	0.055	6.71	0.88	12.65	0.935	2.2	0.165	0	0.022	4290	0
TOTAL					376.49	11.59	10.877	60.434	5.67	126.476	3.21	85.95	1.861	49	0.2805	4308.244	12
Selingan 1	semangka	semangka	90	1 ptg	25.2	0.45	0.18	6.21	0.36	6.3	0.18	6.3	0.09	0	0	5.4	0
TOTAL					25.2	0.45	0.18	6.21	0.36	6.3	0.18	6.3	0.09	0	0	5.4	0
makan sore	bubur	nasi	100	1 gls	180	3	0.3	39.8	0.2	25	0.4	1	0.6	0	0.05	0	0
	pindang ikan	ikan nila	40	1 bh sdg	104.4	10.96	6.44	0.64	0	47.2	6.32	0.4272	0	1.9828	0.256	99.2	2.2
	tempe goreng	tempe	20	1 ptg sdg	16	2.18	0.94	0.16	0.02	44.6	0.68	0.4	0.16	0	0.002	0.016	0
		Minyak	2	1/2 sdt	16.88	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	tumis pelangi	wortel	25	1/4 gelas	7	0.85	0.175	0.975	0.5	16.75	0.575	16.25	0.1	0	0.0175	4.25	0
		buncis	25	1/4 gls	8.5	0.6	0.075	1.8	0.475	25.25	0.175	2	0.075	0	0.0125	2.75	0
		jagung manis	20	1/4 gls	31.2	0.54	0.26	6.66	0.2	10.2	0.24	0	0	0	0.016	0	0
		Minyak	2	1/2 sdt	16.88	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	pepaya	Pepaya	55	1 ptg sdg	25.3	0.275	0.055	6.71	0.88	12.65	0.935	2.2	0.165	0	0.022	4290	0
TOTAL					226.16	15.405	11.945	16.945	2.075	156.65	8.925	21.2772	0.5	1.9828	0.326	4396.216	2.2
selingan 2																	0
	pisang	pisang muli	50	1 bh kcl	49.5	0.65	0.1	12.8	2.15	5	0.45	14	0.25	0	0	0	0
TOTAL					49.5	0.65	0.1	12.8	2.15	5	0.45	14	0.25	0	0	0	0
makan pagi																	0
	bubur	nasi	100	1 gls	180	3	0.3	39.8	0.2	25	0.4	1	0.6	0	0.05	0	0
	sop ayam	ayam	20	1 ptg sdg	59.6	3.64	5	0	0	2.8	0.3	21.8	0.12	49	0.028	0	12
	tempe mendoan	tempe	20	1 ptg sdg	16	2.18	0.94	0.16	0.02	44.6	0.68	0.4	0.16	0	0.002	0.016	0
		tepung terigu	3	1/2 sdt	0.27	0.03	0.003	2.316	0.66	0.039	0.06	0	0.084	0	0	0	0
		Minyak	2	1/2 sdt	16.88	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	tumis	Toage	25	1/4 gelas	9.25	1.1	0.125	0.95	0.425	12.5	0.5	0.5	0.1	0	0.05	11.5	0
		buncis	25	1/4 gls	8.5	0.6	0.075	1.8	0.475	25.25	0.175	2	0.075	0	0.0125	2.75	0
		Minyak	2	1/2 sdt	16.88	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	pisang	pisang muli	50	1 bh kcl	49.5	0.65	0.1	12.8	2.15	5	0.45	14	0.25	0	0	0	0
TOTAL					356.88	11.2	10.543	57.826	3.93	115.189	2.565	39.7	1.389	49	0.1425	14.266	12
rencana penggunaan garam dapur			1.25	1/4 sdt								500					
TOTAL SELURUH					1034.23	39	33.645	154	14	409.615	15.33	667.2272	4.09	99.9828	0.749	8724.126	24
KEBUTUHAN (80%)					1101.6	41	30.6	165	25	1200	8	1200	8	600	1.1	75	200
PERSENTASE					94%	95%	110%	93%	57%	34%	192%	56%	51%	17%	68%	11632%	12%

Lampiran 12. Recall 1 x 24 Jam Saat Intervensi

RECCAL 24 JAM HARI PERTAMA (25 APRIL 2022)

waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat (g)	URT	Nilai Gizi												
makan siang					E (kal)	P (g)	L (g)	KH (g)	Serat (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	ZN (mg)	VIT A (mcg)	VIT B1(mcg)	VIT C (mcg)	kolesterol (mg)
	bubur	nasi	100	1 gls	180	3	0.3	39.8	0.2	25	0.4	1	0.6	0	0.05	0	0
	sop ayam	ayam	20	1/2 ptg sdg	59.6	3.64	5	0	0	2.8	0.3	21.8	0.12	49	0.028	0	12
	tempe goreng	Tempe	25	1/2 ptg sdg	50.25	5.2	2.2	3.375	0.35	38.75	1	2.25	0.425	0	0.0475	0	0
		Minyak	2	1/2 sdt	16.88	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	pepaya	pepaya	55	1 ptg sdg	25.3	0.275	0.055	6.71	0.88	12.65	0.935	2.2	0.165	0	0	3.3	42.9
TOTAL					332.03	12.115	9.555	49.885	1.43	79.2	2.635	27.25	1.31	49	0.1255	3.3	54.9
Selingan 1	semangka	semangka	90	1 ptg sdg	25.2	0.45	0.18	6.21	0.36	6.3	0.18	6.3	0.09	0	0.045	1.512	0
TOTAL					25.2	0.45	0.18	6.21	0.36	6.3	0.18	6.3	0.09	0	0.045	1.512	0
makan sore	buah	Jeruk Manis	50	1 bh sdg	22.5	0.45	0.1	5.6	16.5	0.2	1.05	0.1	0	0	0.04	24.5	0
TOTAL					22.5	0.45	0.1	5.6	16.5	0.2	1.05	0.1	0	0	0.04	24.5	0
selingan 2	buah	Jeruk Manis	50	1 bh sdg	22.5	0.45	0.1	5.6	16.5	0.2	1.05	0.1	0	0	0.04	24.5	0
TOTAL					22.5	0.45	0.1	5.6	16.5	0.2	1.05	0.1	0	0	0.04	24.5	0
makan pagi	bubur	nasi	90	1 gls	162	2.7	0.27	35.82	0.18	22.5	0.36	0.9	0.54	0	0.045	0	0
	tempe goreng	tempe	25	1/2 ptg sdg	50.25	5.2	2.2	3.375	0.35	38.75	1	2.25	0.425	0	0	0	0
		Minyak	3	1/2 sdt	25.32	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	soto	soun	5	1/4 gelas	17.4	0.235	0.005	4.105	0.3	0.09	0.6	0.25	0.035	0	0.0035	0.85	0
		Toage	20	1/4 gelas	7.4	0.88	0.1	0.76	0.34	10	0.4	0.4	0.08	0	0.04	9.2	0
	pisang	pisang muli	50	1 bh	49.5	0.65	0.1	12.8	2.15	5	0.45	14	0.25	0	0	0	0
TOTAL					311.87	9.665	5.675	56.86	3.32	76.34	2.81	17.8	1.33	0	0.0885	10.05	0
rencana penggunaan garam dapur			1.25	1/4 sdt								500					
TOTAL SELURUH					714.1	23	15.61	124	25	162.24	7.725	551.55	2.73	49	0.294	63.862	54.9
KEBUTUHAN (80%)					1101.6	41	30.6	165	25	1200	8	1200	8	600	1.1	75	200
PERSENTASE					65%	56%	51%	75%	100%	14%	97%	46%	34%	8%	27%	85%	27%

RECCAL 24 JAM HARI KEDUA (26 APRIL 2022)

waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat (g)	URT	Nilai Gizi												
					E (kal)	P (g)	L (g)	KH (g)	Serat (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	ZN (mg)	VIT A (mcg)	VIT B1(mcg)	VIT C (mcg)	kolesterol (mg)
makan siang																	
	bubur	nasi	40	1/2 gls	72	1.2	0.12	15.92	0.08	10	0.16	0.4	0.24	0	0.02	0	0
	sate lilit	ayam	20	1 ptg sdg	59.6	3.64	5	0	0	2.8	0.3	21.8	0.12	49	0.028	0	12
		tepung terigu	3	1/2 sdt	0.27	0.03	0.003	2.316	0.66	0.039	0.06	0	0.084	0	0	0	0
	perkedel tahu kukus	tahu	55	1 ptg sdg	44	5.995	2.585	0.44	0.055	122.65	1.87	1.1	0.44	0	0.0055	0	0
	sayur bening	bayam	20	1/4 gelas	3.2	0.18	0.08	0.58	0.14	33.2	0.7	3.2	0.08	0	0.008	8.2	0
		Wortel	25	1/4 gelas	9	0.25	0.15	1.975	0.25	11.25	0.25	17.5	0.075	0	0.01	4.5	0
	pisang	pisang muli	50	2 bh kcl	49.5	0.65	0.1	12.8	2.15	5	0.45	14	0.25	0	0	0	0
TOTAL					165.57	10.745	7.918	18.111	3.255	174.939	3.63	57.6	1.049	49	0.0515	12.7	12
selingan 1	buah	Jeruk Manis	50	1 bh sdg	22.5	0.45	0.1	5.6	16.5	0.2	1.05	0.1	0	0	0.04	24.5	0
TOTAL					22.5	0.45	0.1	5.6	16.5	0.2	1.05	0.1	0	0	0.04	24.5	0
makan sore																	
	bubur	nasi	100	1 gls	180	3	0.3	39.8	0.2	25	0.4	1	0.6	0	0.05	0	0
	sop daging	daging sapi	30	1 bh sdg	78.3	8.22	4.83	0.48	0	35.4	4.74	0.3204	0	1.4871	0	0.192	21
	tempe goreng	tempe	25	1 ptg sdg	20	2.725	1.175	0.2	0.025	55.75	0.85	0.5	0.2	0	0.0025	0.02	0
		Minyak	3	1/2 sdt	25.32	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	tumis	Wortel	25	1/4 gelas	9	0.25	0.15	1.975	0.25	11.25	0.25	17.5	0.075	0	0.01	4.5	0
		kacang panjang	25	1/4 gls	7.75	0.575	0.025	1.325	0.675	15	0.15	7.5	0.125	0	0.175	11.5	0
		Minyak	3	1/2 sdt	25.32	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	pepaya	Pepaya	55	1 ptg sdg	25.3	0.275	0.055	6.71	0.88	12.65	0.935	2.2	0.165	0	0.022	4290	0
TOTAL					370.99	15.045	12.535	50.49	2.03	155.05	7.325	29.0204	1.165	1.4871	0.2595	4306.212	21
selingan 2																	0
	semangka	semangka	90	1 ptg	25.2	0.45	0.18	6.21	0.36	6.3	0.18	6.3	0.09	0	0	5.4	0
TOTAL					25.2	0.45	0.18	6.21	0.36	6.3	0.18	6.3	0.09	0	0	5.4	0
makan pagi																	0
	bubur	nasi	60	1/2 gls	108	1.8	0.18	23.88	0.12	15	0.24	0.6	0.36	0	0.03	0	0
		tahu	30	1/2 ptg sdg	24	3.27	1.41	0.24	0.03	66.9	1.02	0.6	0.24	0	0.003	0	0
	tahu saus tiram	saus tiram	3	1/2sdm	1.53	0.0405	0.0075	0.3276	0.009	0	0	0	0	0	0	0	0
		Minyak	3	1/2 sdt	25.32	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	sayur bening	Toage	25	1/4 gelas	9.25	1.1	0.125	0.95	0.425	12.5	0.5	0.5	0.1	0	0.05	11.5	0
	pisang	pisang muli	50	2 bh kcl	49.5	0.65	0.1	12.8	2.15	5	0.45	14	0.25	0	0	0	0
TOTAL					217.6	6.8605	4.8225	38.1976	2.734	99.4	2.21	15.7	0.95	0	0.083	11.5	0
rencana penggunaan garam dapur					1.25	1/4 sdt						500					
TOTAL SELURUH					801.86	34	25.5555	119	25	435.889	14.395	608.7204	3.254	50.4871	0.394	4360.312	12
KEBUTUHAN (80%)					1101.6	41	30.6	165	25	1200	8	1200	8	600	1.1	75	200
PERSENTASE					73%	81%	84%	72%	100%	36%	180%	51%	41%	8%	36%	5814%	6%

RECCAL 24 JAM HARI KETIGA (27 APRIL 2022)

waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat (g)	URT	Nilai Gizi												
makan siang					E (kal)	P (g)	L (g)	KH (g)	Serat (g)	CA (mg)	FE (mg)	NA (mg)	ZN (mg)	VIT A (mcg)	VIT B1(mcg)	VIT C (mcg)	kolesterol (mg)
	bubur	nasi	100	1 gls	180	3	0.3	39.8	0.2	25	0.4	1	0.6	0	0.05	0	0
	ayam goreng tepung	ayam	20	1 ptg kcl	59.6	3.64	5	0	0	2.8	0.3	21.8	0.12	49	0.028	0	12
		tepung terigu	2	1/2 sdt	0.18	0.02	0.002	1.544	0.44	0.026	0.04	0	0.056	0	0	0	0
		Minyak	2	1/2 sdt	16.88	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	tempe bacem	tempe	25	1 ptg sdg	20	2.725	1.175	0.2	0.025	55.75	0.85	0.5	0.2	0	0.0025	0.02	0
		Minyak	2	1/2 sdt	16.88	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	sayur asem	labu siam	20	1/4 gelas	6	0.6	0.02	1.34	1.24	2.8	0.1	0.6	0.2	0	0.004	3.6	0
		jagung manis	20	1/4 gls	31.2	0.54	0.26	6.66	0.2	10.2	0.24	0	0	0	0.016	0	0
		jagung muda	15	1/4 gls	5.25	0.33	0.015	1.11	0.285	1.05	0.075	52.95	0.12	0	0.012	0.024	0
		kacang panjang	20	1/4 gls	6.2	0.46	0.02	1.06	0.54	12	0.12	6	0.1	0	0.14	9.2	0
	pepaya	Pepaya	55	1 ptg sdg	25.3	0.275	0.055	6.71	0.88	12.65	0.935	2.2	0.165	0	0.022	4290	0
TOTAL					367.49	11.59	10.847	58.424	3.81	122.276	3.06	85.05	1.561	49	0.2745	4302.844	12
selingan 1	pisang	pisang muli	50	2 bh kcl	49.5	0.65	0.1	12.8	2.15	5	0.45	14	0.25	0	0	0	0
TOTAL					49.5	0.65	0.1	12.8	2.15	5	0.45	14	0.25	0	0	0	0
makan sore	bubur	nasi	100	1 gls	180	3	0.3	39.8	0.2	25	0.4	1	0.6	0	0.05	0	0
	pindang ikan	ikan nila	40	1 bh sdg	104.4	10.96	6.44	0.64	0	47.2	6.32	0.4272	0	1.9828	0.256	99.2	2.2
	tempe goreng	tempe	25	1 ptg sdg	20	2.725	1.175	0.2	0.025	55.75	0.85	0.5	0.2	0	0.0025	0.02	0
		Minyak	2	1/2 sdt	16.88	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	tumis pelangi	wortel	25	1/4 gelas	7	0.85	0.175	0.975	0.5	16.75	0.575	16.25	0.1	0	0.0175	4.25	0
		buncis	25	1/4 gls	8.5	0.6	0.075	1.8	0.475	25.25	0.175	2	0.075	0	0.0125	2.75	0
		jagung manis	20	1/4 gls	31.2	0.54	0.26	6.66	0.2	10.2	0.24	0	0	0	0.016	0	0
		Minyak	2	1/2 sdt	16.88	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	pepaya	Pepaya	55	1 ptg sdg	25.3	0.275	0.055	6.71	0.88	12.65	0.935	2.2	0.165	0	0.022	4290	0
TOTAL					410.16	18.95	12.48	56.785	2.28	192.8	9.495	22.3772	1.14	1.9828	0.3765	4396.22	2.2
selingan 2	semangka	semangka	90	1 ptg	25.2	0.45	0.18	6.21	0.36	6.3	0.18	6.3	0.09	0	0	5.4	0
					25.2	0.45	0.18	6.21	0.36	6.3	0.18	6.3	0.09	0	0	5.4	0
makan pagi	pisang	pisang muli	50	2 bh kcl	49.5	0.65	0.1	12.8	2.15	5	0.45	14	0.25	0	0	0	0
TOTAL					49.5	0.65	0.1	12.8	2.15	5	0.45	14	0.25	0	0	0	0
rencana penggunaan garam dapur					1.25	1/4 sdt						500					
TOTAL SELURUH					901.85	32	23.707	147	20	331.376	13.635	141.7272	3.291	0	0.2745	8699.064	14.2
KEBUTUHAN (80%)					1101.6	41	30.6	165	25	1200	8	1200	8	600	1.1	75	200
PERSENTASE					82%	78%	77%	89%	80%	28%	170%	12%	41%	0%	25%	11599%	7%

Lampiran 13. Dokumentasi Menu dan Sisa Makan Selama Intervensi

DOKUMENTASI MENU DAN SISA MAKAN SELAMA INTERVENSI

TANGGAL	WAKTU	SEBELUM	SESUDAH
HARI 1			
25 april 2022	selingan 1		HABIS
	makan siang		

TANGGAL	WAKTU	SEBELUM	SESUDAH
	selingan 2		HABIS
	makan sore		tidak dimakan dengan alasan mual hanya buah saja yang dimakan
	makan pagi		

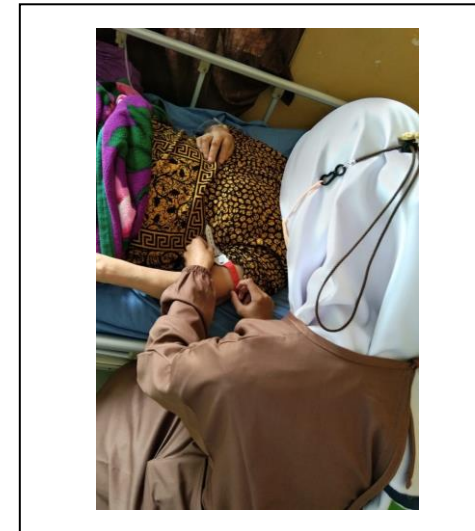
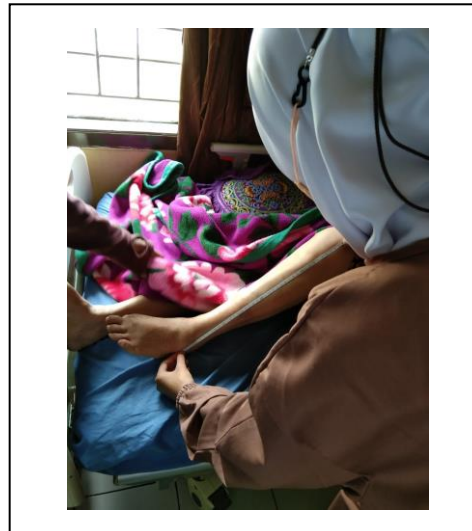
TANGGAL	WAKTU	SEBELUM	SESUDAH
HARI 2			
26 april 2022	selingan 1		HABIS
	makan siang		
	selingan 2		HABIS

TANGGAL	WAKTU	SEBELUM	SESUDAH
	makan sore		
	makan pagi		

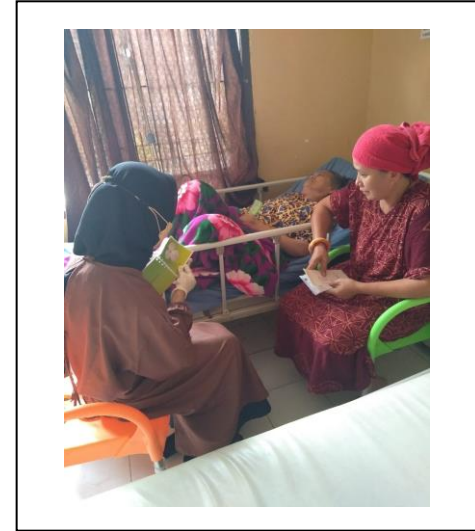
TANGGAL	WAKTU	SEBELUM	SESUDAH
HARI 3			
27 april 2022	selingan 1		HABIS
	makan siang		
	selingan 2		HABIS

TANGGAL	WAKTU	SEBELUM	SESUDAH
	makan sore		
	makan pagi		

Lampiran 14. Kegiatan Selama Intervensi



Wawancara, Recall 24 jam SMRS, mengukur tinggi lutut dan LILA pada pasien Diabetes Melitus (DM)



Konseling pada pasien dan keluarga pasien

Lampiran 15. Leaflet Diabetes Melitus

KEBUTUHAN GIZI

ENERGI : 1377 kkal
 KARBOHIDRAT : 206,55 gram
 PROTEIN : 51,63 gram
 LEMAK : 38,25 gram
 SERAT : 22 gram

Bahan makan penukar

Menu	Berat (gr)	URT
MAKAN PAGI		
nasi	100	1 gls
ayam	40	1 ptg
tempe	25	1/2 ptg sdg
bayam	50	1/2 gls
toge	25	1/2 gls
minyak	5	1 sdt
pepaya	100	1 ptg sdg
SELINGAN 1		
pisir	150	1 bh
MAKAN SIANG		
nasi	100	1 gls
ikan	40	1 ekr
telur	55	1 ptg sdg
wortel	25	1/2 gls
labu siam	50	1/2 gls
minyak	5	1 sdt
pepaya	100	1 ptg sdg
SELINGAN 2		
jeruk	150	1 ptg sdg
MAKAN SORE		
nasi	100	1 gls
ikan	40	1 ekr
telur	55	1 ptg sdg
labu siam	50	1/2 gls
lucung panjang	25	1/2 gls
minyak	5	1 sdt
apel	150	1 bh

DIABETES MELITUS TIPE 2

Nama : Ny. C
 Umur : 66 Tahun
 Tinggi Badan : 151 cm
 Tgl Kunjungan : 25 April 2022

Penyebab Diabetes Melitus Tipe 2

INGAT 3 J

JENIS

JUMLAH

JADWAL

JENIS: penyusunan makanan seimbang. 1/2 bagian sayuran dan buah 2/3, karbohidrat 1/3 lauk hewani dan nabati.

JUMLAH: jumlah yang dikonsumsi sesuai dengan kebutuhan/energi sehari.

JADIWAL: makanan mencakup makan pagi, selingan pagi, makan siang, selingan sore dan makan sore.

CARA DIET DIABETES MELITUS TIPE 2

- makan dengan prinsip 3 J.
- gunakan daftar bahan penukar sehingga dapat memilih bahan yang disukai.
- tidak diperbolehkan menggunakan gula murni, batasi karbohidrat kompleks.

Sumber karbohidrat kompleks yang diperbolehkan : nasi, lontong, ketan, jagung, roti, ubi, singkong, talas, kentang, sagu, mie, makaroni, bihun dan makanan lain yang dibuat dari bahan tepung-tepungan.

Sumber karbohidrat sederhana: gula murni, gula merah, permen, sirup, minuman dingin, dll.

Gula jawa dapat diperbolehkan dalam memasak makanan.



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

POLITEKNIK KESEHATAN TANGJUNGKARANG

Jalan Soekarno - Hatta No. 6 Bandar Lampung

Telp : 0721 - 783 852 Faxsimile : 0721 - 773 918

Website : <http://poltekkes-tjk.ac.id> E-mail : direktorat@poltekkes-tjk.c.id



Nomor : PP.03. 01 / I. 1 / 003 / 2022
Lampiran : Eks
Hal : Izin Tempat Penelitian

Yang terhormat:
Bapak/Ibu Direktur RS Alimuddin Umar Liwa
Di -
Tempat

Sehubungan dengan penyusunan Laporan Tugas Akhir (LTA) bagi mahasiswa Tingkat III Pada Semester Genap Tahun Akademik 2021/2022 Program Studi Gizi Program Diploma III Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tanjungkarang, maka kami mengharapkan dapat diberikan izin kepada mahasiswa kami untuk dapat melakukan penelitian di Institusi yang Bpk/Ibu pimpin.

Adapun nama mahasiswa yang melakukan penelitian sebagai berikut :

NAMA	JUDUL PENELITIAN	TEMPAT PENELITIAN
Anzela Helveni Parta NIM : 1913411004	PENATALAKSANAAN ASUHAN GIZI TERSTANDAR PADA PASIEN PASCA OPERASI CAESAR DI RSUD ALIMUDDIN UMAR LAMPUNG BARAT TAHUN 2022	RSUD Alimuddin Umar Lampung Barat
Nera Elisa NIM : 1913411059	GAMBARAN PENGETAHUAN DAN PERILAKU TENAGA PENGOLAH MAKANAN TERHADAP HYGIENE DAN SANITASI PENYELENGGARAAN MAKANAN DI INSTALASI GIZI RSUD ALIMUDDIN UMAR LAMPUNG BARAT TAHUN 2022	RSUD Alimuddin Umar Lampung Barat
Zesa Bella NIM : 1913411007	Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar Pada Pasien Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Rumah Sakit Umum Daerah Ali Mudin Umar Lampung Barat Tahun 2022	RSUD Alimuddin Umar Lampung Barat

Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.



Bandar Lampung, 03 Januari 2022,
Direktur

Warjadin Aliyanto, SKM., M.Kes
NIP. 196401281985021001

Tembusan Kepada Yth.:

1. Ka Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang
2. Ka. Diklat RSUD Alimuddin Umar Lampung Barat



PEMERINTAH KABUPATEN LAMPUNG BARAT
RSUD ALIMUDDIN UMAR

Jalan Teuku Umar No. 03 Telp. (0728) 21651, 21652, Fax (0728) 21131
 LIWA 34813



Liwa, 22 Februari 2022

Nomor : 800/ 390 /III.02/2022
 Lampiran : -
 Perihal : Izin Penelitian

Kepada Yth,
 Dekan Politeknik Kesehatan Tanjungkarang
 di-
Bandar Lampung.

Dengan hormat,

Menindak lanjuti surat dari Dekan Politeknik Kesehatan Tanjungkarang Program Sudi Gizi tanggal 03 Januari 2022, Nomor : PP.03.01/1.1/003/2022, perihal : Izin Tempat Penelitian, maka bersama ini kami menerangkan bahwa pada dasarnya, tidak berkeberatan menerima Saudara/i :

Nama : ZESA BELLA
 NPM : 1913411007
 Judul : Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar Pada Pasien Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Rumah Sakit Umum Daerah Alimuddin Umar Lampung Baat Tahun 2022

Untuk melakukan penelitian di RSUD Alimuddin Umar Kabupaten Lampung Barat, dengan catatan setelah selesai Yang Bersangkutan menyerahkan laporan hasil penelitiannya ke RSUD Alimuddin Umar ub. Kasubbag Umum dan Kepegawaian.

Demikian Surat ini kami sampaikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

An DIREKTUR RSUD ALIMUDDIN UMAR
 KABUPATEN LAMPUNG BARAT
 KASUBBAG UMUM DAN KEPEGAWAIAN


PRASETYA HADINATA, S.Kep
 PENATA,
 NIP. 198609242010011005