

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURWANA**

Jalan Soekarno - Hatta No.6 Bandar Lampung
Telp. : 0721 - 783 852 Faksimile : 0721 - 773918



E-mail : direktorat@poltekkes-tjk.ac.id

Website : <http://poltekkes-tjk.ac.id>

Nomor : PP.03. 01 / I. 1 / 1863 . 2 / 2023
Lampiran : Eks
Hal : Izin Penelitian

16 Maret 2023

Yang Terhormat , Direktur RSUD DR. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung
Di – Bandar Lampung

Sehubungan dengan penyusunan Laporan Tugas Akhir bagi mahasiswa Tingkat III Program Studi Gizi Program Diploma Tiga Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tanjungpurwa Tahun Akademik 2022/2023, maka kami mengharapkan dapat diberikan izin kepada mahasiswa kami untuk dapat melakukan penelitian di Institusi yang Bpk/Ibu pimpin. Adapun mahasiswa yang melakukan penelitian adalah sebagai berikut :

No	NAMA	JUDUL PENELITIAN	TEMPAT PENELITIAN
1	Ajeng Andini Setiawan	Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar Pada Pasien Jantung Koroner Rawat Inap Di Rumah Sakit Umum Abdul Moeloek Bandar Lampung	Rsud Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung

Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.



Dewi Purwaningsih, S.Si.T., M.Kes
NIP-196705271988012001

Tembusan :
1.Ka.Jurusan Gizi
2.Ka.Bid.Diklat RSUD DR. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung

Lampiran 2. Surat Keterangan Layak Etik



KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
 "ETHICAL EXEMPTION"

No.314/KEPK-TJK/V/2023

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Ajeng Andini Setiawan
Principal In Investigator

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

**"Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar Pada Pasien Jantung Koroner Rawat Inap
 Di Rumah Sakit Umum Abdul Moeloek Bandar Lampung"**

*"Management Of Standardized Nutrition Care In Coronary Heart Patients Inpatient
 At Abdul Moeloek General Hospital Bandar Lampung"*

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 09 Mei 2023 sampai dengan tanggal 09 Mei 2024.

This declaration of ethics applies during the period May 09, 2023 until May 09, 2024.



May 09, 2023
 Professor and Chairperson,

Dr. Aprina, S.Kp., M.Kes

Lampiran 3. Surat Balasan Izin Penelitian



PEMERINTAH PROVINSI LAMPUNG
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH Dr. H. ABDUL MOELOEK
BADAN LAYANAN UMUM DAERAH (BLUD)
JL. Dr. Rivali No. 6 ☎ 0721-703312, 702455 Fax.703952
BANDAR LAMPUNG 35112



Bandar Lampung, 20 Mei 2023

Kepada Yth.
Direktur Poltekes Tanjung Karang

Nomor : 420/581c/VII.01/10.26/V/2023
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Perihal : Izin Penelitian DIII

di -
BANDAR LAMPUNG

Menjawab surat Saudara Nomor: PP.03.01/I.1/1863.81/2023 tanggal 16 Mei 2023,
perihal tersebut pada pokok surat, atas nama :

Nama : Ajeng Andini Setiawan
NIM : 2013411001
Prodi : D3 gizi
Judul : Penatalaksanaan asuhan gizi terstandar pada pasien jantung koroner rawat inap di RSUD.Dr.H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung

Dengan ini kami informasikan bahwa untuk kepentingan penelitian yang bersangkutan Kami izinkan untuk pengambilan data di Instalasi Rekam medik, Instalasi Gizi, Ruang Tulip Dan Instalasi Diklat RSUD Dr.H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung dan dilakukan Di Jam Kerja Tanggal : 23 Mei – 23 Juni 2023. Dengan menggunakan APD yang Telah Ditentukan oleh Masing masing ruangan / Lokus Penelitian. Untuk informasi Lebih Lanjut Yang bersangkutan Dapat berhubungan Dengan Instalasi Diklat RSUDAM.

Selanjutnya diinformasikan bahwa selama melakukan pengambilan data yang bersangkutan perlu memperhatikan hal – hal sebagai berikut :

1. Melapor pada Instalasi Diklat RSUD Dr.H.Abdul Moeloek Provinsi Lampung.
2. Data dari hasil penelitian tidak boleh disebarluaskan/ digunakan diluar kepentingan ilmiah.
3. Memberikan laporan hasil penelitian pada Bagian Diklat RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung.
4. Instalasi Diklat RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung berhak atas hasil penelitian untuk pengembangan kegiatan pelayanan kepada masyarakat.
5. Kegiatan tersebut dikenakan biaya sesuai Pergub No. 6 Tahun 2020 Tentang Jenis dan Tarif Layanan Kesehatan di RSUDAM.

Demikian atas perhatiannya diucapkan terimakasih

a.n Direktur
Wakil Direktur Pendidikan
Pengembangan SDM & Hukum,



dr. Elitha M. Utari, MARS
Pembina Utama Muda
NIP : 19710319 200212 2 004

Lampiran 4. Surat Izin Penelitian ke Ruang Tulip



PEMERINTAH PROVINSI LAMPUNG
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH Dr. H. ABDUL MOELOEK
 BADAN LAYANAN UMUM DAERAH (BLUD)
 Jl. Dr. Rival No. 6 ☎ 0721-703312, 702455 Fax.703952
 BANDAR LAMPUNG 35112



Bandar Lampung, 20 Mei 2023

Nomor : 420/1501c/VII.01/10.26/V/2023
 Sifat : Biasa
 Lampiran : -
 Perihal : Izin Penelitian DIII

Kepada Yth
 Ka. Ru Tulip

di -
 RSUD.AM

Menindaklanjuti Surat dari Direktur Poltekkes Tanjung Karang Nomor:
 PP.03.01/I.1/1863.81/2023 tanggal 16 Mei 2023, perihal tersebut pada pokok surat, atas
 nama :

Nama : Ajeng Andini Setiawan
 NIM : 2013411001
 Prodi : D3 gizi
 Judul : Penatalaksanaan asuhan gizi terstandar pada pasien jantung koroner
 rawat inap di RSUD.Dr.H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung

Dengan ini kami informasikan bahwa untuk kepentingan Penelitian yang
 Bersangkutan. Kami mohon untuk dapat difasilitasi kegiatan tersebut yang akan
 Dilaksanakan mulai tanggal 23 Mei - 23 Juni 2023. (30 hari) di Instalasi Rekam Medik,
 Instalasi Gizi, Ruang Tulip dan Instalasi diklat RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi
 Lampung Dengan Menggunakan APD Yang Telah di tentukan Oleh masing - masing Ruangan
 / Lokus Penelitian. Untuk Informasi lebih lanjut Yang bersangkutan dapat berhubungan
 Dengan Instalasi Diklat RSUDAM.

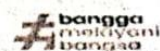
Demikian atas perhatiannya diucapkan terimakasih.

a.n Direktur
 Wakil Direktur Pendidikan
 Pengembangan SDM & Hukum

Dr. Elitha M. Utari, MARS
 Pembina Utama Muda
 NIP: 19710319 200212 2 004



www.rsudam.lampungprov.go.id humasrsudam23@gmail.com





PEMERINTAH PROVINSI LAMPUNG
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH Dr. H. ABDUL MOELOEK
 BADAN LAYANAN UMUM DAERAH (BLUD)
 JL. Dr. Rivai No. 6 ☎ 0721-703312, 702455 Fax.703952
 BANDAR LAMPUNG 35112



Bandar Lampung, 20 Mei 2023

Nomor : 420/158/C/VII.01/10.26/V/2023
 Sifat : Biasa
 Lampiran : -
 Perihal : Izin Penelitian DIII

Kepada Yth
 Isa Instalasi Gizi
 di -
 RSUD.AM

Menindaklanjuti Surat dari Direktur Poltekkes Tanjung Karang Nomor:
 PP.03.01/I.1/1863.81/2023 tanggal 16 Mei 2023, perihal tersebut pada pokok surat, atas
 nama :

Nama : Ajeng Andini Setiawan
 NIM : 2013411001
 Prodi : D3 gizi
 Judul : Penatalaksanaan asuhan gizi terstandar pada pasien jantung koroner
 rawat inap di RSUD.Dr.H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung

Dengan ini kami informasikan bahwa untuk kepentingan Penelitian yang
 Bersangkutan. Kami mohon untuk dapat difasilitasi kegiatan tersebut yang akan
 Dilaksanakan mulai tanggal 23 Mei - 23 Juni 2023. (30 hari) di Instalasi Rekam Medik,
 Instalasi Gizi, Ruang Tulip dan Instalasi diklat RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi
 Lampung Dengan Menggunakan APD Yang Telah di tentukan Oleh masing - masing Ruang
 / Lokus Penelitian. Untuk Informasi lebih lanjut Yang bersangkutan dapat berhubungan
 Dengan Instalasi Diklat RSUDAM.

Demikian atas perhatiannya diucapkan terimakasih.

a.n Direktur
 Wakil Direktur Pendidikan
 Pengembangan SDM & Hukum

 dr. Eliha M. Utari, MARS
 Pembina Utama Muda
 NIP. 19710319 200212 2 004

BerAKHLAK

www.rsudam.lampungprov.go.id humasrsudam23@gmail.com

bangga
 melayani
 bangsa



PEMERINTAH PROVINSI LAMPUNG
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH Dr. H. ABDUL MOELOEK
BADAN LAYANAN UMUM DAERAH (BLUD)
Jl. Dr. Rivai No. 6 ☎ 0721-703312, 702455 Fax.703952
BANDAR LAMPUNG 35112



Bandar Lampung, 20 Mei 2023

Nomor : 420/581c/VII.01/10.26/V/2023
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Perihal : Izin Penelitian DIII

Kepada Yth
Ka Instalasi Rekam Medik

di -
RSUD.AM

Menindaklanjuti Surat dari Direktur Poltekkes Tanjung Karang Nomor:
PP.03.01/I.1/1863.81/2023 tanggal 16 Mei 2023, perihal tersebut pada pokok surat, atas
nama :

Nama : Ajeng Andini Setiawan
NIM : 2013411001
Prodi : D3 gizi
Judul : Penatalaksanaan asuhan gizi terstandar pada pasien jantung koroner
rawat inap di RSUD.Dr.H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung

Dengan ini kami informasikan bahwa untuk kepentingan Penelitian yang
Bersangkutan. Kami mohon untuk dapat difasilitasi kegiatan tersebut yang akan
Dilaksanakan mulai tanggal 23 Mei - 23 Juni 2023. (30 hari) di Instalasi Rekam Medik,
Instalasi Gizi, Ruang Tulip dan Instalasi diklat RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi
Lampung Dengan Menggunakan APD Yang Telah di tentukan Oleh masing - masing Ruang
/ Lokus Penelitian. Untuk Informasi lebih lanjut Yang bersangkutan dapat berhubungan
Dengan Instalasi Diklat RSUDAM.

Demikian atas perhatiannya diucapkan terimakasih.

a.n Direktur
Wakil Direktur Pendidikan
Pengembangan SDM & Hukum



BerAKHLAK

www.rsudam.lampungprov.go.id humarsudam23@gmail.com

bangga melayani bangsa

**PENJELASAN SEBELUM PERSETUJUAN (PSP)
UNTUK PASIEN JANTUNG KORONER**

Judul Penelitian : Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar Pada Pasien Jantung Koroner Rawat Inap Di Rumah Sakit Umum Abdul Moeloek Bandar Lampung

Tujuan Umum : Melakukan penatalaksanaan asuhan gizi terstandar pada pasien Jantung Koroner rawat inap di Rumah Sakit Abdul Moeloek Bandar Lampung.

Perlakuan yang diterapkan pada subjek

Pasien Jantung Koroner yang menjadi responden pada penelitian ini dimintai untuk mengikuti tatacara penatalaksanaan asuhan gizi standar atau PAGT yang meliputi pengkajian gizi, diagnosis gizi, intervensi gizi, monitoring dan evaluasi gizi. Penatalaksanaan tersebut dilakukan ≥ 3 hari dengan responden dimintai untuk dilakukan wawancara untuk pengisian formulir NCP, mengisi kuisioner, merecall asupan responden, serta pengukuran BB dan TB.

Manfaat untuk Subjek

Responden yang terlibat dalam penelitian ini akan:

1. Memperoleh informasi mengenai penatalaksanaan asuhan gizi terstandar pada penderita Jantung Koroner.
2. Mengetahui pola makannya.
3. Mendapatkan konsultasi tentang diet Jantung Koroner

Kerahasiaan

Data yang diambil akan dipublikasikan secara terbatas tanpa menyebut nama, alamat, nomor telepon atau identitas lainnya yang dianggap rahasia. Oleh karena itu kerahasiaan responden akan sangat dijaga dalam proses penelitian ini. Data yang diambil akan disimpan selama 1 tahun, setelah itu data akan dimusnahkan.

Bahaya Potensial

Tidak ada bahaya potensial yang diakibatkan oleh keterlibatan responden sebagai subjek dalam penelitian ini, karena intervensi yang dilakukan akan berkonsultasi terlebih dahulu kepada dietisien.

Hak untuk Undur Diri

Keikutsertaan sebagai responden dalam penelitian ini bersifat sukarela dan berhak untuk mengundurkan diri kapanpun, tanpa menimbulkan konsekuensi yang merugikan.

Adanya Insetif untuk Subjek

Responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini akan mendapatkan souvenir berupa kotak makan dan botol minum.

Catatan: Bila terdapat hal-hal yang membutuhkan penjelasan, anda dapat menghubungi peneliti. Ajeng Andini (No.Hp 089514113027)

Lampiran 2. Form Informed Consent**INFORMED CONSENT****(PERNYATAAN PERSETUJUAN IKUT PENELITIAN UNTUK PASIEN JANTUNG KORONER)**

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Herman Gani
 Umur : 58 tahun
 Jenis kelamin : Laki - laki
 Pekerjaan : Petani
 Alamat : Kota bumi
 No HP : 085279654727

Telah mendapat keterangan secara rinci dan jelas mengenai:

1. Penelitian yang berjudul "Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar Pada Pasien Jantung Koroner Rawat Inap Di Rumah Sakit Umum Abdul Moeloek Bandar Lampung".
2. Perlakuan yang akan diterapkan pada subjek
3. Manfaat ikut sebagai subjek penelitian
4. Kerahasiaan data
5. Bahaya potensial
6. Hak untuk undur diri

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 subjek penelitian dengan penuh kesadaran serta tanpa keterpaksaan.

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

Bandar Lampung, April 2023

Peneliti



(Ajeng Andini)

Responden



Poltekkes Tanjungkarang

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 dalam 6 bulan terakhir	
	a. Tidak terjadi penurunan berat badan	0
	b. Tidak yakin / tidak tahu / terasa baju lebih longgar	1
	c. Jika ya, berapa penurunan berat badan tersebut	
	1 – 5 kg	1
	6 – 10 kg	2
	11 – 15 kg	3
	> 15 kg	4
	Tidak yakin penurunannya	2
2.	Apakah asupan makan berkurang karena berkurangnya nafsu makan	
	a. Tidak	0
	b. Ya	1
	TOTAL SKOR	
3.	Pasien dengan diagnosakhusus	<input type="checkbox"/> Tidak <input checked="" type="checkbox"/> Ya
	<input type="checkbox"/> DM <input type="checkbox"/> Ginjal <input type="checkbox"/> Hati <input checked="" type="checkbox"/> Jantung <input type="checkbox"/> Paru <input type="checkbox"/> Stroke <input type="checkbox"/> Kanker <input type="checkbox"/> Penurunan Imunitas <input type="checkbox"/> Geriatri <input type="checkbox"/> Lain-lain	

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

Sudah dilaporkan ke Tim Terapi Gizi : Tidak Ya, tanggal & jam

Lampiran 10. Recall Hari ke-1

Waktu makan	Menu	Bahan	Berat (gr)	Urt	kandungan zat Gizi															
					Energi	Protein	Lemak	KH	Ca	P	Fe	Na	K	Zn	Vit A	Vit B1	Vit B2	Vit B3	Vit C	Serat
Makan Sore	bubur	nasi	25	1/8 gls	45	0,75	0,075	9,95	6,25	6,75	0,1	0,25	9,5	0,15	0	0,013	0,025	0	0	0,5
	puyunghay	telur	30	1/2 btr	46,2	3,72	3,24	3,3	25,8	77,4	0,9	42,6	35,55	0,3	18,3	0,036	0,114	0	0	0
	tahu goreng	tahu	20	1/2 ptg	42	2,18	0,94	4,6	44,6	36,6	0,68	0,4	10,12	0,16	23,6	0,002	0,016	0	0	0,02
		minyak	5	1 sdm	44,2	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0,909	0	0	0	0	0
	sayur godok	wortel	30	1/2 gls	10,8	0,3	0,18	2,37	13,5	22,2	0,3	21	73,5	0,09	1,135	0,012	0,012	0	5,4	0,6
		buncis	25	1/2 gls	8,5	0,6	0,075	1,8	25,25	10,5	0,175	2	62,5	0,075	0	0,013	0,1	0	2,75	0,475
		labu siam	25	1/2 gls	7,5	0,15	0,025	1,675	3,5	6,25	0,125	0,75	41,78	0,25	12	0,005	0	0	4,5	1,55
	pisang ambon	pisang ambon	150	1bh	162	1,5	1,2	36,45	30	45	0,3	15	0	0,3	55,5	0,075	0,165	0	13,5	2,85
roti coklat	roti coklat	50	1bj	142	4,3	2,15	26,25	5,5	53	0,3	0	0	0,45	0	0,05	0	0	0	1,35	
Total makan sore					508,2	13,5	12,89	86,4	154,4	257,7	2,88	82	232,9	1,775	111,4	0,205	0,432	0	26,15	7,345
Makan Pagi	bubur	nasi	25	1/8 gls	45	0,75	0,075	9,95	6,25	6,75	0,1	0,25	9,5	0,15	0	0,013	0,025	0	0	0,5
	semur daging sapi	daging sapi	10	1 ptg kcl	27,3	0,52	1,4	4,33	1	15	0,26	9,3	26,7	0,64	1,2	0,008	0,018	0	0	0
	tumis tempe	tempe	35	1 ptg sdg	122,5	4,2	5,6	7,7	70,7	103,6	1,715	7,7	219,3	0,875	27,3	0,084	0,21	0	0	1,47
		minyak	3	1 sdt	26,52	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0,545	0	0	0	0	0
	bening labu siam	labu siam	20	1/2 gls	6	0,12	0,02	4,8	2,8	5	0,1	0,6	33,42	0,2	9,6	0,004	0	0	3,6	1,24
		jagung muda	20	1/2 gls	8,6	0,16	0,04	6,4	3,8	6,6	0,18	4,6	21,82	0,02	3,4	0,006	0	0	1,6	0,26
		wortel	30	1/2 gls	10,8	0,3	0,18	4,8	13,5	22,2	0,3	21	73,5	0,09	1,135	0,012	0,012	0	5,4	0,6
	bubur ayam	bubur	10	1 sendok	1,59	0,05	0,02	0,29	0,04	0,55	0	0	0	0,01	0,04	0	0	0	0,07	0
pisang ambon	pisang ambon	150	1bh	162	1,5	1,2	36,45	30	45	0,3	15	0	0,3	55,5	0,075	0,165	0	13,5	2,85	
Total makan pagi					410,3	7,6	11,54	74,72	128,1	204,7	2,955	58,45	384,3	2,285	98,72	0,202	0,43	0	24,17	6,92
Makan Siang	bubur	nasi	25	1/8 gls	45	0,75	0,075	9,95	6,25	6,75	0,1	0,25	9,5	0,15	0	0,013	0,025	0	0	0,5
	ikan layang balado	ikan layang	25	1/2 ptg	52,5	2,75	0,425	10,5	12,5	37,5	0,5	0	12,5	0	11,25	0,013	0	0	0	0
	terik tempe	tempe	25	1/2 ptg	87,5	3,5	2,05	5,5	50,5	74	1,225	5,5	156,7	0,625	19,5	0,06	0,15	0	0	1,05
	sayur kimlo	wortel	35	1/2 gls	12,6	5,67	0,21	11,2	15,75	25,9	0,35	24,5	85,75	0,105	1,324	0,014	0,014	0	6,3	0,7
		bloom kol	20	1/2 gls	24,6	0,2	0,02	3,8	11,2	8,4	0,22	1	38,62	0,02	0	0,01	0,036	0	0,6	0,16
		buncis	10	1/2 gls	3,4	0,24	0,03	2,4	10,1	4,2	0,07	0,8	25	0,03	0	0,005	0,04	0	1,1	0,19
		bakso daging	10	1btr	35	0,47	0,6	3,2	0,12	3,74	0,03	0	0	0,08	0,2	0	0	0	0	0
	semangka	semangka	150	1 ptg bsr	360	18	0,3	54	10,5	18	0,3	10,5	140,7	0,15	472,5	0,075	0,075	0	9	0,6
Total makan siang					620,6	31,58	3,71	100,6	116,9	178,5	2,795	42,55	468,7	1,16	504,8	0,189	0,34	0	17	3,2
total kandungan gizi					1539	52,68	28,13	261,7	399,4	640,9	8,63	183	1086	5,22	714,9	0,596	1,202	0	67,32	17,47
kebutuhan zat gizi menu berdasarkan AKG					1893	63,6	42,07	315,1	1200	700	9	1300	4700	11	650	1,2	1,3	16	90	25
persentase					81%	83%	67%	83%	33%	92%	96%	14%	23%	47%	110%	50%	92%	0%	75%	70%

Lampiran 11. Recall Hari ke-2

Waktu makan	Menu	Bahan	Berat (gr)	Urt	kandungan zat Gizi															
					Energi	Protein	Lemak	KH	Ca	P	Fe	Na	K	Zn	Vit A	Vit B1	Vit B2	Vit B3	Vit C	Serat
Makan Sore	bubur	nasi	50	1/4 gls	90	1,5	0,15	19,9	12,5	13,5	0,2	0,5	19	0,3	0	0,025	0,05	0	0	1
	gulai ayam	ayam	75	1/2 ptg bsr	195,8	9	1,725	31,5	88,5	279,8	11,85	0,801	17,18	0	3,718	0,48	3,285	0	0	0
	santan	santan	15	1 sdm	18,3	0,3	1,5	1,14	3,75	4,5	0,015	1,35	24,36	0,06	0	0,003	0	0	0,3	0,21
	tahu asam manis	tahu	15	1/2 ptg kol	21	1,635	0,705	4,2	33,45	27,45	0,51	0,3	7,59	0,12	17,7	0,002	0,012	0	0	0,015
	tumis caisin + tauge	caisin	50	1/2 gls	10	0,85	0,2	1,7	61,5	20	0,95	9	1,7	0,7	0,838	0,02	0,095	0	1,5	0,6
		tauge	30	1/4 gls	11,1	1,32	0,15	1,14	15	74,4	0,6	0,6	31,5	0,12	0	0,006	0,027	0	13,8	0,51
		minyak	3	1 sdt	26,52	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0,545	0	0	0	0	0
	pisang raja	pisang raja	150	1 bh	315	1,8	0,3	63	15	33	1,2	52,5	873,3	1,05	79,5	0,09	0,21	0	15	7,95
	roti coklat	roti coklat	80	1/2 ptg	227,1	6,88	3,44	20	8,8	84,8	0,48	0	0	0,72	0	0,08	0	0	0	1,6
	jeruk manis	jeruk manis	55	1/2 bh	24,75	0,495	0,11	6,16	18,15	12,65	0,22	2,2	259,7	0,11	0	0,044	0,017	0	26,95	0,77
Total makan sore					939,5	23,78	11,28	148,7	256,7	550,1	16,03	67,25	1234	3,18	102,3	0,75	3,696	0	57,55	12,66
Makan Pagi	bubur	nasi	50	1/4 gls	90	1,5	0,15	19,9	12,5	13,5	0,2	0,5	19	0,3	0	0,025	0,05	0	0	1
	telur bb bali	telur	30	1/2 btr	46,2	3,72	3,24	12,6	25,8	77,4	0,9	42,6	35,55	0,3	18,3	0,036	0,114	0	0	0
	sayur sop	bakso	10	1 btr	15	1,4	0,77	0,91	51,7	20,2	0,15	0,7	16,59	0,12	0	0,017	0,044	0,36	0	0,01
		wortel	35	1/2 gls	12,6	0,35	0,21	2,765	15,75	25,9	0,35	24,5	85,75	0,105	1,324	0,014	0,014	0	6,3	0,35
		buncis	20	1/2 gls	6,8	0,48	0,06	1,44	20,2	8,4	0,14	1,6	50	0,06	0	0,01	0,08	0	2,2	0,38
kentang	20	1/2 gls	12,4	0,42	0,04	4,84	12,6	11,6	0,14	1,4	79,2	0,06	0	0,018	0,02	0	4,2	0,1		
Total makan pagi					183	7,87	4,47	42,46	138,6	157	1,88	71,3	286,1	0,945	19,62	0,12	0,322	0,36	12,7	1,84
Selingan pagi	kue lapis	kue lapis	25	1/2 ptg	50,38	0,7	2,85	5,525	2,125	8,875	0,075	0	0	0,075	6	0	0,025	0	0	0
Total selingan pagi					50,38	0,7	2,85	5,525	2,125	8,875	0,075	0	0	0,075	6	0	0,025	0	0	0
Makan Siang	bubur	nasi	50	1/4 gls	90	1,5	0,15	19,9	12,5	13,5	0,2	0,5	19	0,3	0	0,025	0,05	0	0	1
	ayam rendang	ayam	55	1/2 ptg	176	15,07	8,855	23,1	64,9	205,2	8,69	0,587	12,6	0	2,726	0,352	2,409	0	0	0
	tahu goreng	tahu	35	1/2 ptg	49	3,815	1,645	9,8	78,05	64,05	1,19	0,7	17,71	0,28	41,3	0,004	0,028	0	0	0,035
		minyak	5	1 sdm	44,2	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0,909	0	0	0	0	0
	sayur godok	wortel	30	1/2 gls	13,8	0,3	0,18	4,2	13,5	22,2	0,3	21	73,5	0,09	1,135	0,012	0,012	0	5,4	0,3
		buncis	25	1/2 gls	13	0,6	0,075	1,8	25,25	10,5	0,175	2	62,5	0,075	0	0,013	0,1	0	2,75	0,475
		labu siam	15	1/2 gls	4,5	0,09	0,015	1,005	2,1	3,75	0,075	0,45	25,07	0,15	7,2	0,003	0	0	2,7	0,45
pisang ambon	pisang ambon	150	1 bh	318	1,5	1,2	63	30	45	0,3	15	0	0,3	55,5	0,075	0,165	0	13,5	2,85	
Total makan siang					708,5	22,88	17,12	122,8	226,3	364,2	10,93	40,24	210,4	1,195	108,8	0,483	2,764	0	24,35	5,11
total kandungan gizi					1881	55,23	35,72	319,5	623,6	1080	28,91	178,8	1731	5,395	236,7	1,353	6,807	0,36	94,6	19,61
kebutuhan zat gizi menu berdasarkan AKG					1893	63,6	42,07	315,1	1200	700	9	1300	4700	11	650	1,2	1,3	16	90	25
persentase					99%	87%	85%	101%	52%	154%	321%	14%	37%	49%	36%	113%	524%	2%	105%	78%

Lampiran 12. Recall Hari ke-3

Waktu makan	Menu	Bahan	Berat (gr)	Urt	kandungan zat Gizi																	
					Energi	Protein	Lemak	KH	Ca	P	Fe	Na	K	Zn	Vit A	Vit B1	Vit B2	Vit B3	Vit C	Serat		
Makan Sore	bubur	nasi	50	1/4 gls	90	1,5	0,15	19,9	12,5	13,5	0,2	0,5	19	0,3	0	0,025	0,05	0	0	0	1	
	ikan simba asam pade	ikan simba	25	1/2 ptg kcl	105	5,5	4,25	0	12,5	37,5	0,5	0	12,5	0	11,25	0,013	0	0	0	0	0	
	tempe bb kecap	tempe	15	1/2 ptg kcl	52,5	1,8	2,7	1,56	30,3	44,4	0,735	3,3	94,01	0,375	11,7	0,036	0,09	0	0	0	0,63	
	sayur kacang panjang	kacang panjang	50	1/2 gls	55	1,15	0,05	2,85	30	32	0,3	15	106,5	0,25	0	0,35	0,05	0	23	1,35		
	pisang ambon	pisang ambon	150	1bh	162	1,5	1,2	63	30	45	0,3	15	0	0,3	55,5	0,075	0,165	0	13,5	2,85		
	teh manis	teh manis	100	1gls	299	24,1	3,5	32	320	185	3,1	70	5,848	0	0	0,07	0,79	0	85	9,7		
	gula	gula	13	1sdm	51,22	0	0	8,32	0,65	0,13	0,013	0,13	0,624	0	0	0	0	0	0	0	0,078	
Total makan sore					814,7	35,55	11,85	127,4	436	357,5	5,148	103,9	238,5	1,225	78,45	0,569	1,145	0	121,5	15,61		
Makan Pagi	bubur	nasi	50	1/4 gls	90	1,5	0,15	19,9	12,5	13,5	0,2	0,5	19	0,3	0	0,025	0,05	0	0	0	1	
	telur bb rendang	telur	20	1/2 btr	62	2,48	2,2	0,04	17,2	51,6	0,6	28,4	23,7	0,2	12,2	0,024	0,076	0	0	0	0	
	tumis tahu	tahu	35	1/2 ptg kcl	42	3,815	1,645	0,28	78,05	64,05	1,19	0,7	17,71	0,28	41,3	0,004	0,028	0	0	0	0,035	
	sayur wortel buncis	minyak		3	1sdt	26,52	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0,545	0	0	0	0	0	0
		wortel		30	1/2 gls	12,6	0,3	0,18	2,37	13,5	22,2	0,3	21	73,5	0,09	1,135	0,012	0,012	0	5,4	0,3	
	buncis		40	1/2 gls	13,6	0,96	0,12	2,88	40,4	16,8	0,28	3,2	100	0,12	0	0,02	0,16	0	4,4	0,76		
pisang ambon	pisang ambon	150	1bh	162	1,5	1,2	63	30	45	0,3	15	0	0,3	55,5	0,075	0,165	0	13,5	2,85			
Total makan pagi					408,7	10,56	8,495	88,47	191,7	213,2	2,87	68,8	233,9	1,29	110,7	0,16	0,491	0	23,3	4,945		
Selingan pagi	kue apem coklat	kue apem coklat	50	1bh	51,75	1,1	0,5	10,75	3	13,5	0,15	0	0	0,1	8	0	0,05	0	0	0	0	
Total selingan pagi					51,75	1,1	0,5	10,75	3	13,5	0,15	0	0	0,1	8	0	0,05	0	0	0	0	
Makan Siang	bubur	nasi	50	1/4 gls	90	1,5	0,15	19,9	12,5	13,5	0,2	0,5	19	0,3	0	0,025	0,05	0	0	0	1	
	ayam bb sate	ayam	45	1/2 ptg kcl	139,5	7,2	6,3	0	6,3	90	0,675	49,05	173,7	0,27	110,3	0,036	0,063	0	0	0	0	
	tempe goreng	tempe	15	1/2 ptg sdg	52,5	2,505	2,7	1,56	30,3	44,4	0,735	3,3	94,01	0,375	11,7	0,036	0,09	0	0	0	0,63	
		minyak		5	1sdm	44,2	0	5	0	0	0	0	0	0	0,909	0	0	0	0	0	0	
	bening bayam	bayam	50	1/2 gls	8	0,45	0,2	1,45	83	38	1,75	8	228,2	0,2	1,35	0,02	0,05	0	20,5	0,35		
		toge	30	1/4 gls	11,1	1,32	0,15	1,14	15	74,4	0,6	0,6	31,5	0,12	0	0,006	0,027	0	13,8	0,51		
	pepaya potong	pepaya	100	1bh	163	0,5	0,1	64,2	23	12	1,7	4	221	0,3	1,038	0,04	0,06	0	78	1,6		
roti manis	roti manis	55	1bh	86,19	2,365	0,825	17,16	2,695	28,77	0,165	0	0	0,22	0	0,055	0	0	0	0	0,77		
Total makan siang					594,5	15,84	15,43	105,4	172,8	301,1	5,825	65,45	767,4	1,785	125,2	0,218	0,34	0	112,3	4,86		
total kandungan gizi					1870	63,05	36,27	332,1	803,4	885,2	13,99	238,2	1240	4,4	322,4	0,946	2,026	0	257,1	25,41		
kebutuhan zat gizi menu berdasarkan AKG					1893	63,6	42,07	315,1	1200	700	9	1300	4700	11	650	1,2	1,3	16	90	25		
persentase					99%	99%	86%	105%	67%	126%	155%	18%	26%	40%	50%	79%	156%	0%	286%	102%		

Lampiran 13. Recall SMRS

Waktu makan	Menu	Bahan	Berat (gr)	Urt	kandungan zat Gizi															
					Energi	Protein	Lemak	KH	Ca	P	Fe	Na	K	Zn	Vit A	Vit B1	Vit B2	Vit B3	Vit C	Serat
Makan Pagi	kolak pisang	pisang kepok	100	2 bh sdg	180	3	0,3	39,8	25	27	0,4	1	38	0,6	0	0,05	0,1	0	0	2
		santan	20	1/4 gls	24,4	0,4	2	1,52	5	6	0,02	1,8	32,48	0,08	0	0,004	0	0	0,4	0,28
	nasi uduk + telur dadar +	nasi	100	3/4 gls	180	3	0,3	39,8	25	27	0,4	1	38	0,6	0	0,05	0,1	0	0	2
	tempe orek	telur	25	1/2 ptg	38,5	3,1	2,7	10,5	21,5	64,5	0,75	35,5	29,625	0,25	15,25	0,03	0,095	0	0	0
		tempe	35	1 ptg sdg	122,5	5,845	6,3	3,64	70,7	103,6	1,715	7,7	219,345	0,875	27,3	0,084	0,21	0	0	1,47
		minyak	3	1 sdt	26,52	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0,5454	0	0	0	0	0
Total makan pagi					571,92	15,345	14,6	95,26	147,2	228,1	3,285	47	357,45	2,405	43,0954	0,218	0,505	0	0,4	5,75
Makan Siang	nasi	nasi	100	3/4 gls	180	3	0,3	39,8	25	27	0,4	1	38	0,6	0	0,05	0,1	0	0	2
	semur daging	daging	40	1 ptg sdg	109,2	2,08	5,6	17,32	4	60	1,04	37,2	106,8	2,56	4,8	0,032	0,072	0	0	0
	tumis kangkung	kangkung	25	1/8 gls	7	0,85	0,175	0,975	16,75	13,5	0,575	16,25	62,525	0,1	0	0,0175	0,09	0	4,25	0,5
		minyak	3	1 sdt	26,52	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0,5454	0	0	0	0	0
Total makan siang					322,72	5,93	9,075	58,095	45,75	100,5	2,015	54,45	207,325	3,26	5,3454	0,0995	0,262	0	4,25	2,5
Makan malam	martabak manis	martabak manis	50	1 ptg sdg	399,75	10,4	1,1	52,55	49,35	151,4	1,8	0	0	1,2	154,75	0,15	0,2	0	11,9	3
Total makan malam					399,75	10,4	1,1	52,55	49,35	151,4	1,8	0	0	1,2	154,75	0,15	0,2	0	11,9	3
total kandungan gizi					1294,39	31,675	24,775	205,905	242,3	480	7,1	101,45	564,775	6,865	203,191	0,4675	0,967	0	16,55	11,25
kebutuhan zat gizi menu berdasarkan AKG					1893,45	63,6	42,07	315,09	1200	700	9	1300	4700	11	650	1,2	1,3	16	90	25
persentase					68%	50%	59%	65%	20%	69%	79%	8%	12%	62%	31%	39%	74%	0%	18%	45%

Lampiran 14. Form Recall

Form K1a: food recall 24 jam individu

FORMULIR *FOOD RECALL* 24 JAM INDIVIDU

Identitas Subyek

Nama Subyek : Kode Subyek :

 Jenis Kelamin : Alamat :

 Umur :
 Berat badan :
 Petugas : Pembimbing :

Waktu Makan	Hari/ Tanggal:							Keterangan
	Hidangan/Masakan			Bahan Makanan				
	Nama	URT	Estimasi Gram	Nama	URT	Estimasi Gram	Berat bersih (gram)	
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)

Informasi Tambahan seperti harga per porsi, cara persiapan dan pemasakan

Tanda Tangan Petugas

Lampiran 15. Perencanaan Menu Hari ke-1

Waktu makan	Menu	Bahan	Berat (gr)	Urt	kandungan zat Gizi																
					Energi	Protein	Lemak	KH	Ca	P	Fe	Na	K	Zn	Vit A	Vit B1	Vit B2	Vit B3	Vit C	Serat	
Makan Sore	bubur	nasi	50	1/4 gls	90	1,5	0,15	19,9	12,5	13,5	0,2	0,5	19	0,3	0	0,025	0,05	0	0	1	
	puyunghay	telur	55	1btr	84,7	6,82	5,94	6,05	47,3	141,9	1,65	78,1	65,18	0,55	33,55	0,066	0,209	0	0	0	
	tahu goreng	tahu	35	1ptg sdg	73,5	3,815	1,645	8,05	78,05	64,05	1,19	0,7	17,71	0,28	41,3	0,004	0,028	0	0	0,035	
		minyak	5	1sdm	44,2	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0,909	0	0	0	0	0	
	sayur godok	wortel	30	1/2 gls	10,8	0,3	0,18	2,37	13,5	22,2	0,3	21	73,5	0,09	1,135	0,012	0,012	0	5,4	0,3	
		buncis	25	1/2 gls	8,5	0,6	0,075	1,8	25,25	10,5	0,175	2	62,5	0,075	0	0,013	0,1	0	2,75	0,475	
		labu siam	25	1/2 gls	7,5	0,15	0,025	1,675	3,5	6,25	0,125	0,75	41,78	0,25	12	0,005	0	0	4,5	1,55	
pisang ambon	pisang ambon	150	1bh	162	1,5	1,2	36,45	30	45	0,3	15	0	0,3	55,5	0,075	0,165	0	13,5	2,85		
Total makan sore					481,2	14,685	14,215	76,295	210,1	303,4	3,94	118,1	279,7	1,845	144,4	0,199	0,564	0	26,15	6,21	
Makan Pagi	bubur	nasi	50	1/4 gls	90	1,5	0,15	19,9	12,5	13,5	0,2	0,5	19	0,3	0	0,025	0,05	0	0	1	
	daging bb malbi	daging sapi	100	1ptg sdg	273	5,2	14	43,3	10	150	2,6	93	267	6,4	12	0,08	0,18	0	0	0	
	tumis tempe	tempe	40	1ptg sdg	140	4,8	6,4	8,8	80,8	118,4	1,96	8,8	250,7	1	31,2	0,096	0,24	0	0	1,68	
		minyak	3	1sdt	26,52	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0,545	0	0	0	0	0	
	bening labu siam	labu siam	20	1/2 gls	6	0,12	0,02	4,8	2,8	5	0,1	0,6	33,42	0,2	9,6	0,004	0	0	3,6	1,24	
		jagung muda	20	1/2 gls	8,6	0,16	0,04	6,4	3,8	6,6	0,18	4,6	21,82	0,02	3,4	0,006	0	0	1,6	0,26	
	wortel	30	1/2 gls	10,8	0,3	0,18	4,8	13,5	22,2	0,3	21	73,5	0,09	1,135	0,012	0,012	0	5,4	0,3		
Total makan pagi					554,92	12,08	23,79	88	123,4	315,7	5,34	128,5	665,4	8,01	57,88	0,223	0,482	0	10,6	4,48	
Selingan pagi	kue cantik manis	kue cantik manis	40	1bh	60	0,32	0,44	10,4	1,12	6,56	0,08	0	0	0,08	0,96	0	0	0	1,12	0	
Total selingan pagi					60	0,32	0,44	10,4	1,12	6,56	0,08	0	0	0,08	0,96	0	0	0	1,12	0	
Makan Siang	bubur	nasi	50	1/4 gls	90	1,5	0,15	19,9	12,5	13,5	0,2	0,5	19	0,3	0	0,025	0,05	0	0	1	
	ikan layang balado	ikan layang	100	1ptg	210	11	1,7	42	50	150	2	0	50	0	45	0,05	0	0	0	0	
	terik tempe	tempe	30	1ptg sdg	105	4,2	2,46	6,6	60,6	88,8	1,47	6,6	188	0,75	23,4	0,072	0,18	0	0	1,26	
	sayur kimlo	wortel	35	1/2 gls	12,6	5,67	0,21	11,2	15,75	25,9	0,35	24,5	85,75	0,105	1,324	0,014	0,014	0	6,3	0,35	
		bloom kol	20	1/2 gls	24,6	0,2	0,02	3,8	11,2	8,4	0,22	1	38,62	0,02	0	0,01	0,036	0	0,6	0,16	
		buncis	10	1/2 gls	3,4	0,24	0,03	2,4	10,1	4,2	0,07	0,8	25	0,03	0	0,005	0,04	0	1,1	0,19	
		bakso daging	20	4 btr	70	0,94	1,2	6,4	0,24	7,48	0,06	0	0	0,16	0,4	0	0	0	0	0	
semangka	semangka	150	1ptg bsr	360	18	0,3	54	10,5	18	0,3	10,5	140,7	0,15	472,5	0,075	0,075	0	9	0,6		
Total makan siang					875,6	41,75	6,07	146,3	170,9	316,3	4,67	43,9	547,1	1,515	542,6	0,251	0,395	0	17	3,56	
total kandungan gizi					1971,72	68,835	44,515	320,995	505,5	941,9	14,03	290,5	1492	11,45	745,9	0,673	1,441	0	54,87	14,25	
kebutuhan zat gizi berdasarkan AKG					1893,45	63,6	42,07	315,09	1200	700	9	1300	4700	11	650	1,2	1,3	16	90	30	
persentase					104%	108%	106%	102%	42%	135%	156%	22%	32%	104%	115%	56%	111%	0%	61%	48%	

Lampiran 16. Perencanaan Menu Hari ke-2

Waktu makan	Menu	Bahan	Berat (gr)	Urt	kandungan zat Gizi															
					Energi	Protein	Lemak	KH	Ca	P	Fe	Na	K	Zn	Vit A	Vit B1	Vit B2	Vit B3	Vit C	Serat
Makan Sore	bubur	nasi	50	1/4 gls	90	1,5	0,15	19,9	12,5	13,5	0,2	0,5	19	0,3	0	0,025	0,05	0	0	1
	gulai ayam	ayam	100	1ptg sgd	261	12	2,3	42	118	373	15,8	1,068	22,9	0	4,957	0,64	4,38	0	0	0
	tahu asam manis	tahu	35	1ptg sgd	49	3,815	1,645	9,8	78,05	64,05	1,19	0,7	17,71	0,28	41,3	0,004	0,028	0	0	0,035
	tumis caisin + tauge	caisin	50	1/2 gls	10	0,85	0,2	1,7	61,5	20	0,95	9	1,7	0,7	0,838	0,02	0,095	0	1,5	0,6
		tauge	30	1/4 gls	11,1	1,32	0,15	1,14	15	74,4	0,6	0,6	31,5	0,12	0	0,006	0,027	0	13,8	0,51
		minyak	3	1sdt	26,52	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0,545	0	0	0	0	0
pisang raja	pisang raja	150	1bh	315	1,8	0,3	63	15	33	1,2	52,5	873,3	1,05	79,5	0,09	0,21	0	15	7,95	
Total makan sore					762,62	21,285	7,745	137,54	300,1	578	19,94	64,37	966,1	2,45	127,1	0,785	4,79	0	30,3	10,1
Makan Pagi	bubur	nasi	50	1/4 gls	90	1,5	0,15	19,9	12,5	13,5	0,2	0,5	19	0,3	0	0,025	0,05	0	0	1
	telur bb bali	telur	55	1btr	84,7	6,82	5,94	23,1	47,3	141,9	1,65	78,1	65,18	0,55	33,55	0,066	0,209	0	0	0
	sayur sop	bakso	10	2 btr	15	1,4	0,77	0,91	51,7	20,2	0,15	0,7	16,59	0,12	0	0,017	0,044	0,36	0	0,01
		wortel	35	1/2 gls	12,6	0,35	0,21	2,765	15,75	25,9	0,35	24,5	85,75	0,105	1,324	0,014	0,014	0	6,3	0,35
		buncis	20	1/2 gls	6,8	0,48	0,06	1,44	20,2	8,4	0,14	1,6	50	0,06	0	0,01	0,08	0	2,2	0,38
kentang	20	1/2 gls	12,4	0,42	0,04	4,84	12,6	11,6	0,14	1,4	79,2	0,06	0	0,018	0,02	0	4,2	0,1		
Total makan pagi					221,5	10,97	7,17	52,955	160,1	221,5	2,63	106,8	315,7	1,195	34,87	0,15	0,417	0,36	12,7	1,84
Selingan pagi	kue talam udang	kue talam udang	50	1bh	100,75	1,4	5,7	11,05	4,25	17,75	0,15	0	0	0,15	12	0	0,05	0	0	0
Total selingan pagi					100,75	1,4	5,7	11,05	4,25	17,75	0,15	0	0	0,15	12	0	0,05	0	0	0
Makan Siang	bubur	nasi	50	1/4 gls	90	1,5	0,15	19,9	12,5	13,5	0,2	0,5	19	0,3	0	0,025	0,05	0	0	1
	ayam bb rendang	ayam	100	1ptg sgd	320	27,4	16,1	42	118	373	15,8	1,068	22,9	0	4,957	0,64	4,38	0	0	0
	tahu goreng	tahu	35	1ptg sgd	49	3,815	1,645	9,8	78,05	64,05	1,19	0,7	17,71	0,28	41,3	0,004	0,028	0	0	0,035
		minyak	5	1sdm	44,2	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0,909	0	0	0	0	0
	sayur godok	wortel	30	1/2 gls	13,8	0,3	0,18	4,2	13,5	22,2	0,3	21	73,5	0,09	1,135	0,012	0,012	0	5,4	0,3
		buncis	25	1/2 gls	13	0,6	0,075	1,8	25,25	10,5	0,175	2	62,5	0,075	0	0,013	0,1	0	2,75	0,475
		labu siam	25	1/2 gls	7,5	0,15	0,025	1,675	3,5	6,25	0,125	0,75	41,78	0,25	12	0,005	0	0	4,5	1,55
pisang ambon	pisang ambon	150	1bh	318	1,5	1,2	63	30	45	0,3	15	0	0,3	55,5	0,075	0,165	0	13,5	2,85	
Total makan siang					855,5	35,265	24,375	142,38	280,8	534,5	18,09	41,02	237,4	1,295	115,8	0,773	4,735	0	26,15	6,21
total kandungan gizi					1940,4	68,92	44,99	343,92	745,2	1352	40,81	212,2	1519	5,09	289,8	1,708	9,992	0,36	69,15	18,15
kebutuhan zat gizi menu berdasarkan AKG					1893,5	63,6	42,07	315,09	1200	700	9	1300	4700	11	650	1,2	1,3	16	90	30
persentase					102%	108%	107%	109%	62%	193%	453%	16%	32%	46%	45%	142%	769%	2%	77%	60%

Lampiran 17. Perencanaan Menu Hari ke-3

Waktu makan	Menu	Bahan	Berat (gr)	Urt	kandungan zat Gizi															
					Energi	Protein	Lemak	KH	Ca	P	Fe	Na	K	Zn	Vit A	Vit B1	Vit B2	Vit B3	Vit C	Serat
Makan Sore	bubur	nasi	50	1/4 gls	90	1,5	0,15	19,9	12,5	13,5	0,2	0,5	19	0,3	0	0,025	0,05	0	0	1
	ikan simba asam pade	ikan simba	100	1 ptg sdg	420	22	1,7	0	50	150	2	0	50	0	45	0,05	0	0	0	0
	tempe bb kecap	tempe	30	1 ptg sdg	105	3,6	3,3	3,12	60,6	88,8	1,47	6,6	188,01	0,75	23,4	0,072	0,18	0	0	1,26
	sayur kacang panjang	kacang panjang	70	1/2 gls	77	1,61	0,07	3,71	42	44,8	0,42	21	149,1	0,35	0	0,49	0,07	0	32,2	1,89
	pisang ambon	pisang ambon	150	1 bh	162	1,5	1,2	36,45	30	45	0,3	15	0	0,3	55,5	0,075	0,165	0	13,5	2,85
Total makan sore					854	30,21	6,42	63,18	195,1	342,1	4,39	43,1	406,11	1,7	123,9	0,712	0,465	0	45,7	7
Makan Pagi	bubur	nasi	50	1/4 gls	90	1,5	0,15	19,9	12,5	13,5	0,2	0,5	19	0,3	0	0,025	0,05	0	0	1
	telur bb rendang	telur	55	1 btr	170,5	6,82	6,05	0,385	47,3	141,9	1,65	78,1	65,175	0,55	33,55	0,066	0,209	0	0	0
	tumis tahu	tahu	35	1 ptg sdg	42	3,815	1,645	0,28	78,05	64,05	1,19	0,7	17,71	0,28	41,3	0,0035	0,028	0	0	0,035
		minyak	3	1 sdt	26,52	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0,5454	0	0	0	0	0
	sayur wortel buncis	wortel	30	1/2 gls	12,6	0,3	0,18	2,37	13,5	22,2	0,3	21	73,5	0,09	1,1352	0,012	0,012	0	5,4	0,3
	buncis	40	1/2 gls	13,6	0,96	0,12	2,88	40,4	16,8	0,28	3,2	100	0,12	0	0,02	0,16	0	4,4	0,76	
Total makan pagi					355,22	13,395	11,145	25,815	191,75	258,45	3,62	103,5	275,39	1,34	76,531	0,1265	0,459	0	9,8	2,095
Selingan pagi	kue apem coklat	kue apem coklat	50	1 bh	51,75	1,1	0,5	10,75	3	13,5	0,15	0	0	0,1	8	0	0,05	0	0	0
Total selingan pagi					51,75	1,1	0,5	10,75	3	13,5	0,15	0	0	0,1	8	0	0,05	0	0	0
Makan Siang	bubur	nasi	50	1/4 gls	90	1,5	0,15	19,9	12,5	13,5	0,2	0,5	19	0,3	0	0,025	0,05	0	0	1
	ayam bb sate	ayam	100	1 ptg sdg	310	16	14	0	14	200	1,5	109	385,9	0,6	245	0,08	0,14	10,4	0	0
	tempe goreng	tempe	30	1 ptg sdg	105	5,01	5,4	3,12	60,6	88,8	1,47	6,6	188,01	0,75	23,4	0,072	0,18	0	0	1,26
		minyak	5	1 sdm	44,2	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0,909	0	0	0	0	0
	bening bayam	bayam	50	1/2 gls	8	0,45	0,2	1,45	83	38	1,75	8	228,2	0,2	1,3495	0,02	0,05	0	20,5	0,35
		toge	30	1/4 gls	11,1	1,32	0,15	1,14	15	74,4	0,6	0,6	31,5	0,12	0	0,006	0,027	0	13,8	0,51
pepaya potong	pepaya	125	1 bh	203,75	0,625	0,125	210	28,75	15	2,125	5	276,25	0,375	1,2975	0,05	0,075	0	97,5	2	
Total makan siang					772,05	24,905	25,025	235,61	213,85	429,7	7,645	129,7	1128,9	2,345	271,96	0,253	0,522	10,4	131,8	5,12
total kandungan gizi					2033	69,61	43,09	335,36	603,7	1043,8	15,805	276,3	1810,4	5,485	480,39	1,0915	1,496	10,4	187,3	14,215
kebutuhan zat gizi menu berdasarkan AKG					1893,5	63,6	42,07	315,09	1200	700	9	1300	4700	11	650	1,2	1,3	16	90	25
persentase					107%	109%	102%	106%	50%	149%	176%	21%	39%	50%	74%	91%	115%	65%	208%	57%

Lampiran 18. Siklus Menu ke IV

MENU IV

WKT	MAKANAN BIASA			MAKANAN DIET	
	UTAMA	KELAS I	KLS II/III	DIET UTAMA/KLS I	DIET KLS II/III
agi	Nasi Telur Opor Ayam bb rajak Tahu Goreng Tumis Kc. Panjang Soleng Kc. Panjang 50 gr Soleng 30 gr	Nasi Telur Opor Tahu Goreng Tumis Kc. Panjang Soleng Kc. Panjang 50 gr Soleng 30 gr	Nasi Telur Opor Tumis Kc. Panjang Soleng Kc. Panjang 50 gr Soleng 30 gr	Nasi Telur Opor Tahu Goreng Tumis Kc. Panjang Soleng Kc. Panjang 50 gr Soleng 30 gr	Nasi Telur Opor Tahu Goreng Tumis Kc. Panjang Soleng Kc. Panjang 50 gr Soleng 30 gr
haci agi	Lapis Surabaya Semar Mendem Susu Coklat - Susu 20 gr - Gula pasir 15 gr	Lapis Surabaya Semar Mendem Susu Coklat - Susu 20 gr - Gula pasir 15 gr	Kue Anum Manis	Lapis Surabaya (2) DM Pisang Raja The Manis - The 1 gr - Gula pasir 15 gr	Kue Anum Manis DM Pisang Ambon
	Nasi Daging Kare Telur ceplok Kering Tempe (NB) Tempe Kalo (bb) Tumis Tauge Saos Tiram Tauge : 35 gr wortel : 30 gr Saos Tiram Melon 200 gr	Nasi Daging Kare Telur ceplok Kering Tempe (NB) Tempe Kalo (bb) Tumis Tauge Saos Tiram Tauge : 35 gr wortel : 30 gr Saos Tiram Melon 200 gr	Nasi Daging Kare Kering Tempe (NB) Tempe Kalo (bb) Tumis Tauge Saos Tiram Tauge : 35 gr wortel : 30 gr Saos Tiram ETPT: Kalo daging Pisang Raja 150 gr	Nasi Daging Kare Tempe Kalo Tumis Tauge Saos Tiram Tauge : 35 gr wortel : 30 gr Saos Tiram DM : Tumis Labu Siam 100 gr + Melon 200 gr	Nasi Daging Kare Tempe Kalo Tumis Tauge Saos Tiram Tauge : 35 gr wortel : 30 gr Saos Tiram DM : Tumis Labu Siam 100 gr + BS: Lauk Daging Pepaya Saring Pisang Raja 150 gr
	Kue Lumpur Kue Pastel	Kue Lumpur Kue Pastel		Kue Lumpur (2) DM Pisang Ambon 150 gr	DM Pisang Raja 150 gr BS: Pisang Raja 150 gr
Malam	Nasi Puyunghay Ayam bb Malbi Tahu goreng Sayur Godok Wortel 30 gr Buncis 25 gr Labu siam 25 gr Apel Fuji 175 gr	Nasi Puyunghay Ayam bb Malbi Tahu goreng Sayur Godok Wortel 30 gr Buncis 25 gr Labu siam 25 gr Apel Fuji 175 gr	Nasi Puyunghay Tahu goreng Sayur Godok Wortel 30 gr Buncis 25 gr Labu siam 25 gr ETPT: Ayam bb Malbi Pisang Ambon 150 gr	Nasi Puyunghay Tahu goreng Sayur Godok Wortel 30 gr Buncis 25 gr Labu siam 25 gr DM Ca Oyong - Oyong 125 gr Apel Fuji 175 gr BS: Pisang Raja 150 gr	Nasi Puyunghay Tahu goreng Sayur Godok Wortel 30 gr Buncis 25 gr Labu siam 25 gr DM Ca Oyong - Oyong 125 gr Pisang Ambon 150 gr

Lampiran 19. Siklus Menu ke V

WKT	MAKANAN BIASA			MAKANAN DIET	
	UTAMA	KELAS I	KLS II/III	DIET UTAMA/KLS I	DIET KLS II/III
	Pagi	Nasi Daging Malbi Telur kukus saus tomat Tumis Tempe Bening Labu Siam - Labu Siam 20 gr - Soleng 20 gr - Wortel 30 gr	Nasi Daging Malbi Tumis Tempe Bening Labu Siam Labu Siam 20 gr Soleng 20 gr Wortel 30 gr	Nasi Daging Malbi Bening Labu Siam - Labu Siam 20 gr - Soleng 20 gr - Wortel 30 gr	Nasi Daging Malbi Tumis Tempe Bening Labu Siam - Labu Siam 20 gr - Soleng 20 gr - Wortel 30 gr
Snack Pagi	Bika Karamel Amenka Risol Susu Putih - Susu 20 gr - Gula pasir 15 gr	Bika Karamel Amenka Risol Susu Putih - Susu 20 gr - Gula pasir 15 gr	Cantik Manis	Bika Karamel (2) DM pisang raja 150 gr The Manis - The 1 gr - Gula pasir 15 gr	Cantik Manis DM: Pisang Raja 150 gr
	Nasi Ikan Layang Balado Ayam Pentul Ayam fillet 40 gr Telur 1/8 Terak Tempe Sayur Kimlo Wortel 35 gr Bloom kol 20 gr buncis 10 gr Udang basah 6,75 gr Semangka 200gr	Nasi Ikan Layang Balado Ayam Pentul Ayam fillet 40 gr Telur 1/8 Terak Tempe Sayur Kimlo Wortel 35 gr Bloom kol 20 gr buncis 10 gr Semangka 200gr	Nasi Ikan Layang Balado Terak Tempe Sayur Kimlo Wortel 35 gr Bloom kol 20 gr buncis 10 gr Bakso Daging 50 ETPT Ayam Pentul Semangka 150 gr	Nasi Ikan Layang Balado Terak Tempe Sayur Kimlo Wortel 35 gr Bloom kol 20 gr buncis 10 gr DM: Acar Timun ketimun 100 gr Semangka 200gr	Nasi Ikan Layang Balado Terak Tempe Sayur Kimlo Wortel 35 gr Bloom kol 20 gr buncis 10 gr Bakso Daging 20 DM: Acar Timun ketimun 100 gr BS: Lauk Ayam Pepaya Saring 125 gr
Snack Sore	Bolu Lemon Bakpia	Bolu Lemon Bakpia		Bolu Lemon (2) DM Pisang Raja 150 gr	DM: Pisang Raja 150 gr BS: Pisang Raja 150 gr
Malam	Nasi Gulai Ayam Telur mata sapi bb kecap Tahu Asam Manis Tumis Caisin + Tauge Caisin 50 Tauge 30 gr Apel Merah 150 gr	Nasi Gulai Ayam Telur mata sapi bb kecap Tahu Asam Manis Tumis Caisin + Tauge Caisin 50 Tauge 30 gr Apel Merah 150 gr	Nasi Gulai Ayam Tahu Asam Manis Tumis Caisin + Tauge Caisin 50 Tauge 30 gr ETPT Telur mata sapi bb kecap Pisang Raja 150 gr	Nasi Gulai Ayam Tahu Asam Manis Tumis Caisin + Tauge Caisin 50 Tauge 30 gr DM: Tumis Sawi putih - Sawi Putih 100 gr Apel Merah 150 gr BS: Pisang raja 150 gr	Nasi Gulai Ayam Tahu Asam Manis Tumis Caisin + Tauge Caisin 50 Tauge 30 gr DM: Tumis Sawi putih - Sawi Putih 100 gr Pisang Raja 150 gr

Lampiran 20. Siklus Menu ke VI

MENU VI

WKT	MAKANAN BIASA			MAKANAN DIT	
	UTAMA	KELAS I	KLS B/D	DIT UTAMA/KLS P	DIT KLS B/D
Pagi	Nasi Telur bb Bal Acan Tempe goreng Sop sayuran Buncis 10 gr Wortel 35 gr blom Kol 20 gr	Nasi Telur bb Bal Tempe goreng Sop sayuran Buncis 10 gr Wortel 35 gr blom Kol 20 gr	Nasi Telur bb Bal Sop sayuran Buncis 10 gr Wortel 35 gr blom Kol 20 gr	Nasi Telur bb Bal Tempe goreng Sop sayuran Buncis 10 gr Wortel 35 gr blom Kol 20 gr	Nasi Telur bb Bal Tempe goreng Sop sayuran Buncis 10 gr Wortel 35 gr blom Kol 25 gr
Snack Pagi	Bolu Kaja Aren asem Susu Coklat - Susu 20 gr - Gula pasir 15 gr	Bolu Kaja Aren asem Susu Coklat - Susu 20 gr - Gula pasir 15 gr	Kue Takam Utang	Bolu Kaja (2) DM. Pier Sandong 175 gr The Manis - The 1 gr - Gula pasir 15 gr	Kue Takam Utang DM. Pisang Ambon 150 gr
Mg	Nasi Ayam Rendang Bakso Rambutan Tayam Mlet 25 gr Telur 1/8 btr Telur puyuh 1 btr Tahun Tahu goreng Sayur Godok Wortel 30 gr Buncis 25 gr Labu siam 25 gr Jeruk Manis 125 gr	Nasi Ayam Rendang Bakso Rambutan Tayam Mlet 25 gr Telur 1/8 btr Telur puyuh 1 btr Tahun Tahu goreng Sayur Godok Wortel 30 gr Buncis 25 gr Labu siam 25 gr Jeruk Manis 125 gr	Nasi Ayam Rendang Tahu goreng Sayur Godok Wortel 30 gr Buncis 25 gr Labu siam 25 gr ETPT - Bakso Rambutan Pisang Raja 150 gr	Nasi Ayam Rendang Tahu goreng Sayur Godok Wortel 30 gr Buncis 25 gr Labu siam 25 gr DM. Tumis Caisin - Caisin 100 gr Jeruk Manis 125 gr	Nasi Ayam Rendang Tahu goreng Sayur Godok Wortel 30 gr Buncis 25 gr Labu siam 25 gr DM. Tumis Caisin - Caisin 100 gr BS. Lauk Daging Giling Jus Pepaya 125 gr Pisang Raja 150 gr
Snack Sore	Sua Fla Mantabak	Sua Fla Mantabak		Sua Fla (2) DM. Pisang Raja 150 gr	DM. Pisang Raja 150 gr BS. Pisang Ambon 150 gr
Malam	Nasi Ikan simba asam pade sop bakso tahu Tempe kemul NB Tempe Bacem Gulai Kc Panjang Kc Panjang 70 gr Pier sandong 175 gr	Nasi Ikan simba asam pade sop bakso tahu Tempe kemul NB Tempe bb Bacem Gulai Kc Panjang Kc Panjang 70 gr Pier sandong 175 gr	Nasi Ikan simba asam pade Tempe kemul NB Tempe bb Bacem Gulai Kc Panjang Kc Panjang 70 gr ETPT - Sop Bakso Tahu Pisang ambon 150 gr	Nasi Ikan simba asam pade Tempe kemul NB Tempe bb Bacem Gulai Kc Panjang Kc Panjang 70 gr DM. Tumis Tauge 100 gr Pier sandong 175 gr BS ; JERUK MANIS 125 gr	Nasi Ikan simba asam pade Tempe bb Kare BS Gulai Kc Panjang Kc Panjang 70 gr DM. Tumis Tauge 100 gr Pisang ambon 150 gr

Lampiran 21. Siklus Menu ke VII

MENU VII

WKT	MAKANAN BIASA			MAKANAN DIET	
	UTAMA	KELAS I	KLS II/III	DIET UTAMA/KLS I	DIET KLS II/III
Pagi	Nasi Telur bb rendang Daging kare Tumis Tahu Tumis Wortel Buncis Buncis 40 gr Wortel 30 gr	Nasi Telur bb rendang Tumis Tahu Tumis Wortel Buncis Buncis 40 gr Wortel 30 gr	Nasi Telur bb rendang Tumis Wortel Buncis Buncis 40 gr Wortel 30 gr	Nasi Telur bb rendang Tumis Tahu Tumis Wortel Buncis Buncis 40 gr Wortel 30 gr	Nasi Telur bb rendang Tumis Tahu Tumis Wortel Buncis Buncis 40 gr Wortel 30 gr
Snack Pagi	bolu gulung coklat skutel makaroni Susu Putih - Susu 20 gr - Gula pasir 15 gr	bolu gulung coklat skutel makaroni Susu Putih - Susu 20 gr - Gula pasir 15 gr	Kue Apem Coklat	bolu gulung coklat (2) DM : Pisang Raja 150 gr The Manis - The 1 gr - Gula pasir 15 gr	Kue Apem Coklat DM : pisang raja
Siang	Nasi Ayam bb Sate Perkedel Daging daging giling 25 gr kentang 40gr Telur 1/8 Tempe Goreng bening bayam touge Bayam 50 gr Tauge 30 gr Pepaya 200 gr	Nasi Ayam bb Sate Perkedel Daging daging giling 25 gr kentang 40gr Telur 1/8 Tempe Goreng bening bayam touge Bayam 50 gr Tauge 30 gr Pepaya 200 gr	Nasi Ayam bb Sate Tempe Goreng Bening Bayam Tauge - Bayam50 gr - Tauge 30 gr ETPT: Perkedel Daging Pepaya 125 gr	Nasi Ayam bb Sate Tempe Goreng Bening Bayam Tauge - Bayam50 gr - Tauge 30 gr DM : Tumis Sawi Putih Sawi Putih 100 gr Pepaya 200 gr	Nasi Ayam bb Sate Tempe Goreng Bening Bayam Tauge - Bayam50 gr - Tauge 30 gr DM : Tumis Sawi Putih Sawi Putih 100 gr BS: Lauk Ayam Jus Pepaya 125 gr Pepaya 125 gr
Snack Sore	Bolu Tape Kroket	Bolu Tape Kroket		Bolu Tape (2) DM : pisang raja	DM : pisang raja BS : Pisang Raja 150 gr
Malam	Nasi Telur bb Kare Daging bb rendang Tahu Semur Sop sayuran: Buncis 10 gr Wortel 35 gr blom Kol 20 gr APEL FUJI 175 gr	Nasi Telur bb Kare Daging bb rendang Tahu Semur Sop sayuran: Buncis 10 gr Wortel 35 gr blom Kol 20 gr APEL FUJI 175 gr	Nasi Telur bb Kare Tahu Semur Sop sayuran: Buncis 10 gr Wortel 35 gr blom Kol 20 gr ETPT: daging bb rendang Pisang Raja 150 gr	Nasi Telur bb Kare Tahu Semur Sop sayuran: Buncis 10 gr Wortel 35 gr blom Kol 20 gr DM : Tumis Labu Siam - Labu siam 100 gr APEL FUJI 175 gr BS : pisang raja 150 gr	Nasi Telur bb Kare Tahu Semur Sop sayuran: Buncis 10 gr Wortel 35 gr blom Kol 20 gr DM : Tumis Labu Siam - Labu siam 100 gr Pisang Raja 150 gr

Lampiran 22. Kuisisioner Pre Test

KUESIONER PENGETAHUAN TENTANG PENYAKIT JANTUNG KORONER

Petunjuk

1. Kuisisioner ini dimaksudkan untuk memperoleh informasi tentang pengetahuan Penyakit Jantung Koroner.
 2. Data yang bapak/ibu berikan dijamin kerahasiaannya dan sama sekali tidak memengaruhi status kesehatan bapak/ibu. Oleh karena itu bapak/ibu tidak perlu ragu ragu untuk memberikan jawaban pada kuisisioner sesuai pengetahuan yang bapak/ibu ketahui.
 3. Bacalah pertanyaan pertanyaan berikut dengan sederhana, dan berilah tanda (✓) pada salah satu kolom jawaban Ya atau Tidak yang tersedia sepengetahuan anda
 4. Atas bantuan bapak/ibu saya ucapkan terimakasih
- Data Demografi
1. Nama : Herma Wani Pendidikan :
 - Pekerjaan
 2. Umur : 58 tahun
 3. Pendidikan : SMA
 4. Jenis kelamin P L

No	Pernyataan	Ya	Tidak
1.	Penyakit jantung koroner adalah serangan jantung yang bisa menyebabkan kematian mendadak dan sering menyerang orang pada usia dewasa .	✓	
2.	Penyakit jantung koroner adalah penyakit jantung yang disebabkan karena adanya penyumbatan di pembuluh darah.		✓
3.	Menurut saya Penyakit Jantung Koroner sama dengan serangan jantung.	✓	
4.	Menurut saya Penyakit jantung koroner biasanya menyerang orang dewasa > 45 tahun.	✓	
5.	Penyakit jantung koroner adalah penyakit jantung yang disebabkan adanya penyumbatan pada pembuluh darah di otak		✓
6.	Mual dan pusing adalah tanda yang paling khas pada penyakit jantung koroner	✓	
7.	Tanda yang paling khas dari penyakit jantung koroner adalah nyeri dada yang hilang timbul.	✓	
8.	Denyut Nadi cepat adalah gejala dari penyakit jantung koroner.		✓
9.	Sesak nafas saat beraktivitas cukup berat adalah salah satu tanda penyakit jantung koroner.	✓	
10.	Stres bukan termasuk kedalam faktor risiko penyakit jantung		✓
11.	Penderita Penyakit Jantung Koroner tidak dianjurkan untuk makan makanan yang berkolesterol tinggi	✓	

Poltekkes Tanjungkarang

12.	Merokok adalah salah satu faktor resiko terjadinya Penyakit Jantung Koroner	✓	
13.	Mengonsumsi strobery, blueberry, jeruk, melon dan papaya tidak di anjurkan untuk penderita Jantung Koroner	✓	
14.	Mengonsumsi makanan yang mengandung kadar gula yang tinggi baik untuk penderita Jantung Koroner	✓	
15.	Penderita Penyakit Jantung Koroner tidak di anjurkan untuk mengonsumsi makanan berkolesterol tinggi seperti daging merah, kuning telur atau produk susu	✓	
16.	Saat dada sebelah kiri terasa nyeri hingga ke leher saya akan langsung pergi ke Puskesmas.		✓
17.	Saya akan berusaha tidur di tempat tidur saat dada saya terasa nyeri tembus ke punggung.		✓
18.	Saya akan segera mencari pertolongan ke tenaga kesehatan saat salah satu anggota keluarga saya tiba tiba terasa nyeri dada yang sangat hebat.	✓	
19.	Saya akan segera menelpon (Ambulance 118) jika anggota keluarga saya tiba-tiba sesak nafas yang berlangsung lebih dari 2 menit dan adanya terasa nyeri.	✓	
20.	Jika salah satu anggota keluarga saya sesak nafas saya sangat merasa sangat panik dan menunggu sesak nafasnya berhenti, mungkin tidak akan berlangsung lama.	✓	

Hasil Kuisisioner = Skor benar/jumlah soal x 100%
 = $13/20 \times 100\%$
 = 65%

Lampiran 23. Kuisisioner Post Test

Lampiran 5.

KUESIONER PENGETAHUAN TENTANG PENYAKIT JANTUNG KORONER

Petunjuk

1. Kuisisioner ini dimaksudkan untuk memperoleh informasi tentang pengetahuan Penyakit Jantung Koroner.
 2. Data yang bapak/ibu berikan dijamin kerahasiaannya dan sama sekali tidak memengaruhi status kesehatan bapak/ibu. Oleh karena itu bapak/ibu tidak perlu ragu ragu untuk memberikan jawaban pada kuisisioner sesuai pengetahuan yang bapak/ibu ketahui.
 3. Bacalah pertanyaan pertanyaan berikut dengan sederhana, dan berilah tanda () pada salah satu kolom jawaban Ya atau Tidak yang tersedia sepengetahuan anda
 4. Atas bantuan bapak/ibu saya ucapkan terimakasih
- Data Demografi
1. Nama : Herman Gani Pendidikan :
 - Pekerjaan
 2. Umur : 58 tahun
 3. Pendidikan :
 4. Jenis kelamin P L

No	Pernyataan	Ya	Tidak
1.	Penyakit jantung koroner adalah serangan jantung yang bisa menyebabkan kematian mendadak dan sering menyerang orang pada usia dewasa .	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.	Penyakit jantung koroner adalah penyakit jantung yang disebabkan karena adanya penyumbatan di pembuluh darah.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
3.	Menurut saya Penyakit Jantung Koroner sama dengan serangan jantung.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.	Menurut saya Penyakit jantung koroner biasanya menyerang orang dewasa > 45 tahun.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.	Penyakit jantung koroner adalah penyakit jantung yang disebabkan adanya penyumbatan pada pembuluh darah di otak	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.	Mual dan pusing adalah tanda yang paling khas pada penyakit jantung koroner	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.	Tanda yang paling khas dari penyakit jantung koroner adalah nyeri dada yang hilang timbul.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.	Denyut Nadi cepat adalah gejala dari penyakit jantung koroner.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.	Sesak nafas saat beraktivitas cukup berat adalah salah satu tanda penyakit jantung koroner.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10.	Stres bukan termasuk kedalam faktor risiko penyakit jantung	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11.	Penderita Penyakit Jantung Koroner tidak dianjurkan untuk makan makanan yang berkolesterol tinggi	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

12.	Merokok adalah salah satu faktor resiko terjadinya Penyakit Jantung Koroner	✓	
13.	Mengonsumsi strobery, blueberry, jeruk, melon dan papaya tidak di anjurkan untuk penderita Jantung Koroner	✓	
14.	Mengonsumsi makanan yang mengandung kadar gula yang tinggi baik untuk penderita Jantung Koroner	✓	
15.	Penderita Penyakit Jantung Koroner tidak di anjurkan untuk mengonsumsi makanan berkolesterol tinggi seperti daging merah, kuning telur atau produk susu		✓
16.	Saat dada sebelah kiri terasa nyeri hingga ke leher saya akan langsung pergi ke Puskesmas.	✓	
17.	Saya akan berusaha tidur di tempat tidur saat dada saya ter a s a nyeri tembus ke punggung.		✓
18.	Saya akan segera mencari pertolongan ke tenaga kesehatan saat salah satu anggota keluarga saya tiba tiba terasa nyeri dada yang sangat hebat.	✓	
19.	Saya akan segera menelpon (Ambulance 118) jika anggota keluarga saya tiba-tiba sesak nafas yang berlangsung lebih dari 2 menit dan dadanya terasa nyeri.	✓	
20.	Jika salah satu anggota keluarga saya sesak nafas saya sangat merasa sangat panik dan menunggu sesak nafasnya berhenti, mungkin tidak akan berlangsung lama.		✓

Hasil Kuisisioner = Skor benar/jumlah soal x 100%
 = 15/20 x 100%
 = 75%

Lampiran 24.

**LEMBAR JAWABAN
KUISIONER**

No	Pernyataan	Iya	Tidak
1.	Penyakit jantung koroner adalah serangan jantung yang bisa menyebabkan kematian mendadak dan sering menyerang orang pada usia dewasa .	✓	
2.	Penyakit jantung koroner adalah penyakit jantung yang disebabkan karena adanya penyumbatan di pembuluh darah.	✓	
3.	Menurut saya Penyakit Jantung Koroner sama dengan serangan jantung.	✓	
4.	Menurut saya Penyakit jantung koroner biasanya menyerang orang dewasa > 45 tahun.	✓	
5.	Penyakit jantung koroner adalah penyakit jantung yang disebabkan adanya penyumbatan pada pembuluh darah di otak		✓
6.	Mual dan pusing adalah tanda paling khas pada penyakit jantung koroner		✓
7.	Tanda yang paling khas dari penyakit jantung koroner adalah nyeri dada yang hilang timbul.	✓	
8.	Denyut Nadi cepat adalah gejala dari penyakit jantung koroner.	✓	
9.	Sesak nafas saat beraktivitas cukup berat adalah salah satu tanda penyakit jantung koroner.	✓	
10.	Stres bukan termasuk kedalam faktor risiko penyakit jantung		✓
11.	Penderita Penyakit Jantung Koroner tidak dianjurkan untuk makan makanan yang berkolesterol tinggi		✓
12.	Merokok adalah salah satu faktor resiko terjadinya Penyakit Jantung Koroner	✓	
13.	Mengonsumsi strobery, blueberry, jeruk, melon dan papaya tidak di anjurkan untuk penderita Jantung Koroner	✓	
14.	Mengonsumsi makanan yang mengandung kadar gula yang tinggi baik untuk penderita Jantung Koroner	✓	
15.	Penderita Penyakit Jantung Koroner tidak di anjurkan untuk mengonsumsi makanan berkolesterol tinggi seperti daging merah, kuning telur atau produk susu		✓
16.	Saat dada sebelah kiri terasa nyeri hingga ke leher saya akan langsung pergi ke Puskesmas.	✓	
17.	Saya akan diam tidur di tempat tidur saat dada saya nyeri tembus ke punggung.		✓
18.	Saya akan segera mencari pertolongan ke tenaga kesehatan saat salah satu anggota keluarga saya tiba-tiba terasa nyeri dada yang sangat hebat.	✓	

19.	Saya akan segera menelpon (Ambulance 118) jika anggota keluarga saya tiba-tiba sesak nafas yang berlangsung lebih dari 2 menit dan dadanya terasa nyeri.	✓	
20.	Jika salah satu anggota keluarga saya sesak nafas saya sangat merasa panik dan menunggu sesak nafasnya berhenti mungkin tidak akan berlangsung lama.		✓

Keterangan :

1. Pembagian kuesioner pernyataan mewakili studi pengetahuan tentang penyakit jantung koroner adalah sebagai berikut :

No.	Pernyataan	No. Item	Jumlah soal
1.	Pengertian Penyakit Jantung Koroner	1-5	5
2.	Tanda dan gejala Penyakit Jantung Koroner	6-10	5
3.	Makanan yang di anjurkan atau tidak dianjurkan penderita Penyakit Jantung Koroner	11-15	5
4.	Pertolongan pertama pada Penyakit Jantung Koroner	16-20	5

2. Pembagian pernyataan positif dan negatif adalah sebagai berikut :

No.	Pernyataan	No. Item	Jumlah soal
1.	Pernyataan Positif	1,2,3,4,7,8,9,12,13,14,16,18,19	13
2.	Pernyataan Negatif	5,6,10,11,15,17,20	7

Lampiran 25. Form Asuhan Gizi

FORM ASUHAN GIZI

A. Assesment Gizi

DATA TERKAIT GIZI	STANDAR PEMBANDING/ NILAI NORMAL	MASALAH/GAP
Antropometri : <ul style="list-style-type: none"> ▪ BB : ▪ TB : ▪ Umur : ▪ Status gizi: 		
Biokimia : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Hb ▪ Albumin ▪ GDS ▪ GDP ▪ Kolesterol, dst 		
Klinis/Fisik: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Lemah ▪ Luka ▪ Tekanan darah ▪ Obesitas, dst 		
Dietary/Riwayat Gizi: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Makan 3 x sehari ▪ Selingan 2 x sehari, dst. 		
Riwayat Individu: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Jenis kelamin ▪ Pekerjaan ▪ Riwayat penyakit ▪ Konsumsi obat, dst 		

B. Diagnosis Gizi

PROBLEM	ETIOLOGI/AKAR MASALAH	SIGN/SYMPATOM

C. Intervensi Gizi

	DIAGNOSIS GIZI	INTERVENSI GIZI
P		Tujuan:
E		Cara :
S		Target:
	DIAGNOSIS GIZI	INTERVENSI GIZI
P		Tujuan :
E		Cara :
S		Target:

	DIAGNOSIS GIZI	INTERVENSI GIZI
P		Tujuan :
E		Cara:
S		Target:

PRESKRIPSI DIET

- Jenis Diet :
- Tujuan Diet :
- Syarat Diet :

- Bentuk :
- Route Diet :
- Frekuensi makan :
- Nilai Gizi :

EDUKASI GIZI/KONSELING GIZI

1. Tujuan :
- 2.
- 3.

4. Konten/Materi:
- a.
 - b.
 - c.

D. Monitoring Evaluasi

Parameter	Target/Tujuan	Capaian/Hasil Monitor	Evaluasi	Tindak Lanjut

Lampiran 26. Dokumentasi

Hari ke-1



Hari ke-2



Hari ke-3



Lampiran 27. Leaflet

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

Kebutuhan Gizi Sehari :

Kalori : Kkal Lemak : gram
 Protein: gram Karbohidrat : gram

PEMBAGIAN MAKANAN SEHARI

Pagi Jam 06.00-08.00

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

Selingan Jam 10.00 :

.....

Siang Jam 12.00 – 13.00 :

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

Selingan Jam 16.00 :

.....

Malam Jam 18.00 – 19.00

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

Selingan Jam 21.00 :

.....

*) Utusan Rumah Tangga



Contoh Menu

Pagi	Siang	Malam
Nasi Tim	Nasi Tim	Nasi Tim
Ikan Pindang	Daging bumbu tomat	Ayam panggang
Orak-arik wortel	Oseng-oseng tempe	bumbu kecap
Teh manis encer	Sayur Bening Bayam	Pepes Tahu
	Buah : Jeruk Manis	Cah Sayuran
Selingan	Selingan	Buah : Pisang
Juice : Pepaya	Slada Pepaya	Ambon

Untuk memvariasikan makanan, gunakan
 brosur bahan makanan penukar

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

Kementerian Kesehatan RI
 Direktorat Bina Gizi
 Subdit Bina Gizi Klinik
 2011



Kementerian Kesehatan RI
 2011

DIET PENYAKIT JANTUNG



Agar jantung anda sehat
 "makanlah mengikuti pola Gizi Seimbang,
 hentikan merokok dan
 lakukan aktivitas fisik secara teratur"

Tujuan Diet :

- Mengurangi Beban Kerja Jantung
- Menormalkan Berat Badan
- Memenuhi kebutuhan gizi pasien
- Mencegah/Mengurangi cairan tubuh
- Mengurangi risiko penyumbatan pembuluh darah

Syarat Diet :

- Energi cukup untuk mencapai dan mempertahankan berat badan (BB) normal
- Protein 0,8g/kg BB ideal/hari
- Lemak 25—30% dari kebutuhan energi, 7% lemak jenuh dan 10—15% lemak tidak jenuh
- Kolesterol rendah, terutama jika disertai dengan dislipidemia
- Vitamin dan mineral cukup. Hindari penggunaan suplemen kalium, kalsium, dan magensium jika tidak dibutuhkan.
- Garam rendah, 3— 5 g/hr, jika disertai hipertensi atau edema
- Makanan mudah cerna dan tidak menimbulkan gas
- Serat cukup untuk menghindari konstipasi.

Pengaturan Makanan

BAHAN MAKANAN	DIANJURKAN	DIBATASI	DIHINDARI
SUMBER KARBOHIDRAT	Sumber hidrat arang : nasi, nasi tim, bubur roti gandum, macaroni, jagung, kentang, ubi dan talas, havermout, sereal (hidrat arang kompleks yang banyak mengandung serat).	mie, roti putih, ketan, kue-kue, cake, biskuit, pastries, gula	
SUMBER PROTEIN HEWANI	daging tanpa lemak, ayam tanpa kulit, ikan, putih telur, susu rendah lemak	daging tanpa lemak 1 x per mg, ayam 3x per mg, bebek, sarden (makanan kaleng) dan kuning telur 1x per minggu.	Daging berlemak, jeroan, sosis, daging asap, gajih, otak, kepiting, kerang, keju, susu full cream
SUMBER PROTEIN NABATI	tempe, tahu, kacang hijau, kedelai)	KACANG TANAH, KACANG BOGOR, maksimal 25 gr	KACANG MERAH, ONCOM, KACANG MENTE
SAYURAN	Sayuran yang tidak menimbulkan gas : bayam, buncis, labu kuning, labu siam, wortel, kacang panjang, tomat, gembas, kangkung, kecipir, daun kacang panjang, daun kenikir, ketimun, daun selada dan toge.		SAYURAN YANG dapat menimbulkan GAS, SEPERTI : KOL, KEMBANG KOL, LOBAK, SAWI, NANGKA MUDA
BUAH-BUAHAN	Buah-buahan atau sari buah: jeruk, apel, pepaya, melon, jambu, pisang, alpukat, belimbing, mangga,		Buah yang dapat menimbulkan gas dan tinggi lemak, seperti durian, nangka, cempedak, nenas
MAKANAN			kopi, teh kental, minuman mengandung soda dan beralkohol
LAIN-LAIN			Berbumbu tajam (pedas, asin, asam), bumbu olahan yang mengandung natrium

Hal yang perlu diperhatikan :

Cara Pengolahan Makanan yang dianjurkan : direbus, dikukus, dipanggang, ditumis

Cara Pengolahan Makanan yang dihindari : digoreng