

Lampiran 1. PSP

PENJELASAN SEBELUM PERSETUJUAN (PSP) UNTUK PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2

Judul Penelitian : Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar pada pasien *Diabetes Mellitus* Tipe 2 dengan Hipertensi di Rumah Sakit Umum Daerah Menggala Tahun 2023.

Tujuan Umum : Diketahui Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar pada pasien *Diabetes Mellitus* Tipe 2 di Rumah Sakit Umum Daerah Menggala Tahun 2023.

Perlakuan yang diterapkan pada subjek

Pasien DM 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, mengisi formulir FFQ serta pengukuran BB dan TB.

Manfaat untuk Subjek

Responden yang terlibat dalam penelitian ini akan:

1. Memperoleh informasi mengenai penatalaksanaan asuhan gizi terstandar *diabetes mellitus* tipe 2.
2. Mengetahui pola makannya.
3. Mendapatkan konsultasi tentang diet *diabetes mellitus*

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.

*) Bila terdapat hal-hal yang membutuhkan penjelasan, anda dapat menghubungi peneliti.

Arta Pratama Putri (No. Hp 082183147379)

Lampiran 2. Form *Informed Consent*

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

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : S. A. [redacted]
 Umur : 42 thn
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Pekerjaan : IRT
 Alamat : Gunung Sakti
 Nomor Hp : 0868 - 6897 - 9374

Telah mendapat keterangan secara terinci dan jelas mengenai:

1. Penelitian yang berjudul "Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar Pasien *Diabetes Mellitus* di Rumah Sakit Umum Daerah Menggala Tahun 2023".
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

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.

Tulang Bawang, 09 Mei 2023

Peneliti

 Arta Pratama Putri

Responden,

 (..... S. A. I)

Saksi,

 (..... N. I. S. V. A. H. A.)

Poltekkes Tanjungkarang

Lampiran 3. Lembar Malnutrisi Screening Tool (MST)

Lembar *Malnutrisi Screening Tool* (MST)

Ruang Rawat : RPD	NO Medical Record : 14.57.84
Nama OS : Ny. S.A	Diagnosis / Penyakit : DM Tipe 2
Tanggal Lahir : 01.06.1980	Berat Badan : -
Jenis Kelamin : Perempuan	Tinggi Badan : -

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	2
	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 pasien berkurang karena penurunan nafsu makan/kesulitan menerima makanan?	
	a. Tidak	0
	b. Ya	1
TOTAL SKOR		
3.	Pasien dengan Diagnosa Khusus	☐ Tidak ☐ Ya ☐ DM ☐ Ginjal
	☐ Jantung ☐ Paru ☐ Stroke ☐ Kanker ☐ Penurunan Imunitas	
	☐ Geriatri ☐ Hipertensi ☐ Hati	

Skor 0 : Resiko Rendah

Skor 1 : Resiko Sedang

Skor ≥ 2 : Pasien berisiko malnutrisi, konsul ke Ahli Gizi

Sudah dilaporkan ke Tim Terapi Gizi: ☐ Tidak ☐ Ya, Tanggal & Jam

Tulang Bawang, 09 Mei 2023

Mengetahui,

Nutrisi

Mahasiswa

NIP.

Arta Pratama Putri
NIM 2013411009

Lampiran 4. From Asuhan Gizi

FORM ASUHAN GIZI

A. Assesment Gizi

DATA TERKAIT GIZI	STANDAR PEMBANDING/ NILAI NORMAL	MASALAH/GAP
Antropometri: • BB sekarang: 54,2 kg • BB sebelum: 50 kg • TB: 157 cm • IMT: 22,03 kg/m² (Normal) Perkeni, 2021 • BBI: 51,3 kg • Lila: 27 cm • TL: 45,3 cm	IMT 18,5 – 22,9 kg/m ² (Perkeni, 2021)	NC.3.2 Penurunan BB yang tidak diharapkan
Biokimia: • GDS 393 mg/dl (tinggi) • HB 11,9 mg/dl (rendah) • Limfosit 9% (rendah) • Monosit 3% • Hematokrit 34% (rendah) • MCV 84 fl • MCH 30 pg • MCHC 35%	• GDS <200 mg/dl • HB 11-16 mg/dl • Limfosit 20-40% • Monosit 2-8% • Hematokrit 38-49% • MCV 80-96 fl • MCH 27-31 pg • MCHC 32-37 %	NC.2.2 Perubahan nilai lab terkait gizi
Klinis/Fisik: • TD 162/89 mmHg(tinggi) • Suhu 36,3°C • Nadi 115x/menit (tinggi) • RR 22x/menit • Nyeri ulu hati • Lemas • Mual • Pusing	• TD 120/80 mmHg • Suhu 36-37°C • Nadi 60-110 x/mnt • RR 12-20 x/mnt	NI.5.3 Penurunan kebutuhan zat gizi natrium NC.1.4 Perubahan Fungsi Gastrointestinal

Dietary/Riwayat Gizi: • Energi 60% (kurang) • Protein 35% (kurang) • Lemak 57% (kurang) • Karbohidrat 64% (kurang) • Kurang nafsu makan • Suka mengonsumsi makanan dan minuman manis • Suka minum kopi 2-3 x/hari dengan gula 2 sdm	• 90-110% • 90-110% • 90-110% • 90-110%	NI.2.1 Asupan Oral Inadekuat NB.1.1 Kurang pengetahuan terkait makanan dan zat gizi
Riwayat Individu: • Perempuan • Usia 42 th • Penurunan BB • Tidak ada alergi • Penderita DM sejak 2019 • Tidak ada riwayat keturunan		

B. Diagnosis Gizi

PROBLEM	ETIOLOGI/AKAR MASALAH	SIGN/SYMPTOM
NI.2.1 Asupan Oral Inadekuat	Berkaitan dengan mual dan nafsu makan berkurang	• Energi 60% • Protein 35% • Lemak 57% • Karbohidrat 64%
NC.2.2 Perubahan nilai lab terkait gizi	Berkaitan dengan gangguan metabolisme endokrin (DM), tidak dapat memonitoring diri dan kurang patuh mengikuti rekomendasi gizi	• GDS 393 mg/dl • Suka mengonsumsi kopi 2-3x/hari dengan gula 2 sdm

C. Intervensi Gizi

	DIAGNOSIS GIZI	INTERVENSI GIZI
P	NI.2.1 Asupan Oral Inadekuat	Tujuan: Memberi cukup energi untuk mempertahankan atau mencapai berat badan normal
E	Berkaitan dengan mual dan nafsu makan berkurang	Cara: • ND.1.2.2.1 Modifikasi energi ditingkatkan • ND.1.2.3.2 Modifikasi protein ditingkatkan • ND.1.2.4.2 Modifikasi karbohidrat ditingkatkan • ND.1.2.5.1 Modifikasi lemak ditingkatkan • ND.1.2.7.1 Modifikasi serat ditingkatkan • E1.1 Tujuan Edukasi Gizi • C1.1 Cognitive Behavior Theory • C2.2 Penetapan Tujuan • C2.3 Monitoring Mandiri • C2.5 Dukungan Sosial
S	• Energi 60% • Protein 35% • Lemak 57% • Karbohidrat 64%	Target: • Energi, Protein, Lemak dan Karbohidrat 90-110%

	DIAGNOSIS GIZI	INTERVENSI GIZI
P	NC.2.2 Perubahan nilai lab terkait gizi	Tujuan: Mempertahankan kadar gula darah mendekati normal
E	Berkaitan dengan gangguan metabolisme endokrin (DM), tidak dapat memonitoring diri dan kurang patuh mengikuti rekomendasi gizi	Cara: • E1.1 Tujuan Edukasi Gizi • C1.1 Cognitive Behavior Theory • C1.2 Health Believe Model • C2.2 Penetapan Tujuan • C2.3 Monitoring Mandiri • C2.5 Dukungan Sosial • RC1.4 Kolaborasi Dengan Provider Lain
S	• GDS 393 mg/dl • Suka mengonsumsi kopi 2-3x/hari dengan gula 2 sdm	Target: • GDS <200 mg

Preskripsi Diet

- Jenis diet : Diet DM 1200 kkal (80% bertahap)
- Bentuk makanan : Makanan Biasa
- Route diet : Oral
- Frekuensi makan : 3x makanan utama dan 2x selingan
- Nilai gizi :
 - Energi : 1.282,4 kkal
 - Karbohidrat : 192,36 gram
 - Protein : 48,08 gram
 - Lemak : 35,62 gram

Edukasi Gizi / Konseling Gizi

- Metode : Konseling
- Sasaran : Pasien dan Keluarga
- Media : Leaflet, Bahan Makanan Penukar dan Porsimetri

- Waktu : ± 15 menit diberikan selama intervensi
- Tempat : Ruang Flamboyan
- Tujuan : Memberikan motivasi kepada pasien dan keluarga pasien agar mau menjalankan aturan diet yang telah diberikan dan motivasi pasien agar dapat menghabiskan dan meningkatkan asupan makanan secara bertahap.
- Materi :
 - a) Menjelaskan diet Diabetes Melitus Tipe 2
 - b) Menjelaskan pengaturan makan yang baik dan benar
 - c) Menjelaskan menggunakan bahan makan pengganti terkait dengan penyakit pasien
 - d) Menjelaskan sumber makanan yang dianjurkan dan tidak dianjurkan
 - e) Menjelaskan mengenai 3J
 - f) Menjelaskan contoh menu sehari

D. Monitoring Evaluasi

Parameter	Target/Tujuan	Capaian/Hasil Monitor			Evaluasi	Tindak Lanjut
		H-1	H-2	H-3		
Antropometri : IMT	IMT 18,5 - 22,9 kg/m ²	IMT 22,0 kg/m ²	IMT 22,0 kg/m ²	IMT 22,0 kg/m ²	Belum ada perubahan IMT	Pemberian diet dilanjutkan
Biokimia: GDS 393 mg/dl	GDS <200 mg/dl	GDS 374 mg/dl	GDS 283 mg/dl	GDS 234 mg/dl	Terjadi penurunan kadar gula darah sewaktu selama 3 hari	Pemberian diet dilanjutkan
Klinik: ▪ TD 165/126 mmHg ▪ Nyeri ulu hati ▪ Lemas ▪ Mual ▪ Pusing	▪ TD 120/80 mmHg ▪ Negatif ▪ Negatif ▪ Negatif ▪ Negatif	▪ TD 110/70 mmHg ▪ Positif ▪ Positif ▪ Positif ▪ Positif	▪ TD 130/90 mmHg ▪ Positif ▪ Positif ▪ Positif ▪ Positif	▪ TD 120/90 mmHg ▪ Negatif ▪ Positif ▪ Negatif ▪ Negatif	Terjadi penurunan tekanan darah selama 3 hari	Pemberian diet dilanjutkan

Parameter	Target/Tujuan	Capaian/Hasil Monitor			Evaluasi	Tindak Lanjut
		H-1	H-2	H-3		
<i>Dietary:</i>						
▪ Energi 60%	90-110 %	105%	105%	101%	Hari 1 mengalami peningkatan asupan zat gizi dari sebelum dirawat	Pemberian diet dilanjutkan
▪ Protein 35%	90-110 %	106%	108%	106%		
▪ Lemak 57%	90-110 %	106%	107%	105%		
▪ Karbohidrat 64%	90-110 %	101%	105%	90%	Hari 2 mengalami peningkatan energy, karbohidrat, serat, kalsium, besi, kalium, tembaga, seng, vit A, vit B1, vit B3, dan vit C. Sedangkan protein, lemak, fosfor, dan natrium meningkat	
▪ Serat 6,29 gr	25 gr/hari	7,8 gr/hari	7,6 gr/hari	6,9 gr/hari		
▪ Kalsium 151,6 mg	1000 mg/hari	466 mg/hari	619,3 mg/hari	416,5 mg/hari		
▪ Fosfor 253,3 mg	700 mg/hari	714,1 mg/hari	842,1 mg/hari	734,1 mg/hari		
▪ Besi 3,3 mg	18 mg/hari	11 mg/hari	14,6 mg/hari	9,9 mg/hari		
▪ Natrium 177,1 mg	1500 mg/hari	175 mg/hari	202,5 mg/hari	172,7 mg/hari		
▪ Kalium 324,6 mg	4700 mg/hari	1624,7 mg/hari	1851,2 mg/hari	1717,5 mg/hari	Hari 3 mengalami sedikit penurunan energy, karbohidrat, serat, kalsium, besi, kalium, tembaga, seng, vit A, vit B1, vit B3, dan vit C. Sedangkan protein, lemak, fosfor, dan natrium meningkat	

Lampiran 5. Kuesioner Pengetahuan Sebelum dan Sesudah 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.	<i>Diabetes mellitus</i> adalah gangguan metabolisme karena kadar insulin kurang dalam tubuh	✓	
2.	Kadar gula normal adalah >126 mg/dL dan <200 mg/dL	✓	
3.	Genetik, asupan makanan dan obesitas adalah faktor penyebab DM	✓	
4.	DM adalah penyakit yang bersifat tidak menular dan bias disebabkan karena pola hidup yang tidak sehat	✓	
5.	Gejala umum DM adalah susah kencing, banyak minum, kesemutan	✓	
6.	Pola makan bagi penderita DM adalah cara makan karbohidrat dalam jumlah yang banyak	✓	
7.	Pengaturan pola makan yang baik bagi penderita DM adalah dengan memakan makanan menu diet DM saat kadar gula darah tidak normal	✓	
8.	3J adalah jumlah makanan, jenis makanan dan jadwal makan	✓	
9.	Jenis makanan yang dianjurkan untuk penderita DM adalah makanan sumber zat pembangun mengandung zat gizi protein	✓	
10.	Fungsi pengaturan pola makan pada DM adalah meningkatkan kualitas hidup pasien dan mencegah komplikasi akut maupun kronis	✓	
11.	Penderita DM memerlukan obat agar tidak terjadi komplikasi diabetes		✓
12.	Kekurangan insulin tidak perlu terapi farmakologis/obat	✓	
13.	Golongan obat hipoglikemik oral adalah pemicu sekresi insulin, penambah sensitivitas insulin dan penghambat glukoneogenesis		✓
14.	Metformin dan simvastatin adalah obat diabetes	✓	
15.	Efek metabolic terapi insulin adalah menurunkan kadar gula	✓	
16.	Bila ingin melakukan kegiatan olahraga kadar gula darah harus diatas 250 mg/Dl	✓	
17.	Olahraga berperan dalam pengaturan kadar gula darah		✓
18.	Prinsip olahraga bagi penderita DM adalah berkesinambungan, berirama dan selang-seling pergerakannya		✓
19.	Pasien DM berolahraga minimal 1x seminggu	✓	
20.	Berenang adalah olahraga yang dianjurkan bagi pasien DM	✓	

sumber: C. Stevia, 2017

$$\begin{aligned}
 \text{Hasil Kuesioner} &= \text{Jumlah soal benar} : \text{Jumlah soal} \times 100\% \\
 &= 8 : 20 \times 100\% \\
 &= 40\%
 \end{aligned}$$

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.	<i>Diabetes mellitus</i> adalah gangguan metabolisme karena kadar insulin kurang dalam tubuh		✓
2.	Kadar gula normal adalah >126 mg/dL dan <200 mg/dL	✓	
3.	Genetik, asupan makanan dan obesitas adalah faktor penyebab DM	✓	
4.	DM adalah penyakit yang bersifat tidak menular dan bias disebabkan karena pola hidup yang tidak sehat	✓	
5.	Gejala umum DM adalah susah kencing, banyak minum, kesemutan		✓
6.	Pola makan bagi penderita DM adalah cara makan karbohidrat dalam jumlah yang banyak		✓
7.	Pengaturan pola makan yang baik bagi penderita DM adalah dengan memakan makanan menu diet DM saat kadar gula darah tidak normal	✓	
8.	3J adalah jumlah makanan, jenis makanan dan jadwal makan	✓	
9.	Jenis makanan yang dianjurkan untuk penderita DM adalah makanan sumber zat pembangun mengandung zat gizi protein	✓	
10.	Fungsi pengaturan pola makan pada DM adalah meningkatkan kualitas hidup pasien dan mencegah komplikasi akut maupun kronis	✓	
11.	Penderita DM memerlukan obat agar tidak terjadi komplikasi diabetes	✓	
12.	Kekurangan insulin tidak perlu terapi farmakologis/obat	✓	
13.	Golongan obat hipoglikemik oral adalah pemicu sekresi insulin, penambah sensitivitas insulin dan penghambat glukoneogenesis		✓
14.	Metformin dan simvastatin adalah obat diabetes	✓	
15.	Efek metabolic terapi insulin adalah menurunkan kadar gula	✓	
16.	Bila ingin melakukan kegiatan olahraga kadar gula darah harus diatas 250 mg/Dl		✓
17.	Olahraga berperan dalam pengaturan kadar gula darah	✓	
18.	Prinsip olahraga bagi penderita DM adalah berkesinambungan, berirama dan selang-seling pergerakannya	✓	
19.	Pasien DM berolahraga minimal 1x seminggu		✓
20.	Berenang adalah olahraga yang dianjurkan bagi pasien DM	✓	

sumber: C. Stevia, 2017

Hasil Kuesioner = Jumlah soal benar : Jumlah soal x 100%

= 16 : 20 x 100%

= 80%

Sumber: C. Stevia (2017) *Kuesioner Pengetahuan Tentang DM*

Keterangan: Baik ($\geq 75\%$), cukup (56-74%) dan Kurang ($\leq 55\%$). Budiman dan Riyanto, 2013)

Lampiran 6. Menu Recall 24 Jam SMRS

WAKTU MAKAN	MENU	BAHAN MAKANAN	BERAT (gr)	NILAI GIZI									
				E	P	L	KH	SERAT	Ca	P	Fe	Na	K
Makan Pagi	Roti	Roti Coklat	70	196,0	3,5	7,0	28,0	1,4	0,0	0,0	0,0	87,5	0,0
SUB TOTAL SELINGAN 1				196,0	3,5	7,0	28,0	1,4	0,0	0,0	0,0	87,5	0,0
Makan Siang	Nasi	nasi	200	360,0	6,0	0,6	79,6	0,4	50,0	54,0	0,8	2,0	76,0
	Sayur Nangka	Nangka	50	28,5	1,0	0,2	5,7	4,2	22,5	14,5	0,3	0,5	123,3
		Santan	10	12,2	0,2	1,0	0,8	0,1	2,5	3,0	0,0	0,9	16,2
		Minyak	5	44,2	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
SUB TOTAL SELINGAN 1				444,9	7,2	6,8	86,0	4,7	75,0	71,5	1,1	3,4	215,5
Makan Sore	Nasi	Nasi	100	180,0	3,0	0,3	39,8	0,2	25,0	27,0	0,4	1,0	38,0
	Telur	Telur Ayam	60	92,4	7,4	6,5	0,4	0,0	51,6	154,8	1,8	85,2	71,1
	Ceplok	Minyak	5	44,2	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
SUB TOTAL SELINGAN 1				316,6	10,4	11,8	40,2	0,2	76,6	181,8	2,2	86,2	109,1
TOTAL KANDUNGAN GIZI				957,5	21,1	25,6	154,2	6,3	151,6	253,3	3,3	177,1	324,6
KEBUTUHAN GIZI dari AKG				1603,12	60,11	44,53	240,46	25	1000	700	18	1200	4700
PERSENTASE				60%	35%	57%	64%	25%	15%	36%	18%	15%	7%

Lampiran 7. Perencanaan Menu Sehari Pasien dirumah

WAKTU MAKAN	MENU	BAHAN MAKANAN	BERAT (gr)	URT	NILAI GIZI									
					E	P	L	KH	SERAT	Ca	P	Fe	Na	K
MAKAN PAGI (07.00)	Nasi	Nasi	100	3/4 gls	180	3	0,3	39,8	0,2	25,0	27,0	0,4	1,0	38,0
		Daging Ayam	40	1 ptg	42,24	7,28	6,32	0	0	5,6	80,0	0,6	43,6	154,4
	Sup Ayam	Wortel	25	1/4 gls	8,5	0,3	0,075	1,8	0,475	25,3	10,5	0,2	2,0	62,5
		Minyak Kelapa Sawit	3	1/2 sdt	20,1	0	3	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Pepes Tahu	Tahu	25	1/2 ptg	20	2,725	1,175	0,2	0,025	55,8	45,8	0,9	0,5	12,7
	Tumis Kangkung	Kangkung	75	1 gls	28	1,5	0,7	3,9	2	50,3	40,5	1,7	48,8	187,6
		Minyak Kelapa Sawit	3	1/2 sdt	20,1	0	3	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Buah	Apel	85	1 bh kcl	49,3	0,255	0,34	12,665	2,21	5,1	8,5	0,3	1,7	110,5
SUB TOTAL MENU MAKAN PAGI					368,24	15,06	14,91	58,365	4,91	167,0	212,3	4,0	97,6	565,6
SELINGAN PAGI	Buah	Pir	85	1/2 bh sdg	48,5	0,3	0,1	12,9	2,6	7,7	10,2	0,2	0,9	98,6
SUB TOTAL SELINGAN PAGI					48,5	0,3	0,1	12,9	2,6	7,7	10,2	0,2	0,9	98,6
MAKAN SIANG (12.00)	Nasi	Nasi	150	1/2 gls	270	4,5	0,45	59,7	0,3	37,5	40,5	0,6	1,5	57,0
	Ikan Nila	Ikan Nila	40	1 ptg	38,4	8,032	0,68	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	120,8
	Bumbu Kuning	Minyak Kelapa Sawit	3	1/2 sdt	20,1	0	3	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Tempe	50	2 ptg sdg	100,5	10,4	3,35	4,25	0,7	77,5	163,0	2,0	4,5	117,0
	Tempe Mendoan	Tepung Terigu	30	3 sdm	99,9	2,7	0,3	15,06	0,09	6,6	45,0	0,4	0,6	0,0
		Minyak Kelapa Sawit	5	1 sdt	33,5	0	5	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Wortel	100	1 gls	34	0,6	0,3	7,2	1,9	25,3	10,5	0,2	2,0	62,5
	Capcay	Buncis	100	1 gls	51	1,5	0,5	8	3,4	25,0	12,5	0,9	12,5	25,0
		Kembang Kol	100	1 gls	18,75	1,125	0,15	3,675	1,2	5,5	18,0	0,3	11,8	46,8

		Minyak Kelapa Sawit	3	1/2 sdt	20,1	0	3	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Buah	Jeruk	55	1 bh	24,75	0,495	0,11	6,16	0,77	18,2	12,7	0,2	2,2	259,7
SUB TOTAL MENU MAKAN SIANG					711	29,352	16,84	104,045	8,36	195,5	302,2	4,5	35,1	688,7
SELINGAN SORE	BUAH	Pepaya	50	2 ptg sdg	23,0	0,3	0,1	6,1	0,8	11,5	6,0	0,9	2,0	110,5
SUB TOTAL SELINGAN SORE					23,0	0,3	0,1	6,1	0,8	11,5	6,0	0,9	2,0	110,5
MAKAN SORE (16.00)	Nasi	Nasi	150	1/2 gls	270	4,5	0,45	59,7	0,3	37,5	40,5	0,6	1,5	57,0
	Ikan Lele Goreng	Ikan Lele	40	1 ptg	36,8	6,48	1,128	0	0	5,6	0,0	0,1	16,8	0,0
		Minyak Kelapa Sawit	5	1 sdt	33,5	0	5	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Tahu Goreng	Tahu	50	1 ptg	40	5,45	2,35	0,4	0,05	111,5	91,5	1,7	1,0	25,3
		Minyak Kelapa Sawit	5	1 sdt	33,5	0	5	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Sop Sayuran	Kol	100	1 gls	27	0,75	0,45	0,225	0,75	11,3	18,5	0,3	17,5	61,3
		Wortel	100	1 gls	34	0,9	0,3	0,6	1,9	25,3	10,5	0,2	2,0	62,5
		Buncis	100	1 gls	51	1	0,5	8	3,4	25,0	12,5	0,9	12,5	25,0
	Buah	Melon	190	1 ptg bsr	70,3	1,14	0,76	4,75	1,9	22,8	26,6	0,8	51,3	317,3
SUB TOTAL MENU MAKAN SORE					596,1	20,22	15,938	73,675	8,3	238,9	200,1	4,4	102,6	548,4
TOTAL KANDUNGAN GIZI					1746,79	65,188	47,857	255,1305	25,01	620,5	730,7	14,0	238,1	2011,7
KEBUTUHAN GIZI dari AKG					1603,12	60,11	44,53	240,46	25	1000	700	18	1200	4700
PERSENTASE					109%	108%	107%	106%	100%	62%	104%	78%	20%	43%

		Sawit												
	Lodeh Labu siam	Labu Siam	100	1 gls	30,0	0,6	0,1	6,7	2,6	10,5	18,8	0,4	2,3	125,3
		Santan	5	1/4 gls	6,1	0,1	0,3	0,4	0,1	1,3	1,5	0,0	0,5	8,1
	Buah	Jeruk	55	1 bh	24,8	0,5	0,1	6,2	0,8	18,2	12,7	0,2	2,2	259,7
	SUB TOTAL MENU MAKAN PAGI				415,2	20,9	5,6	64,3	4,4	148,4	301,5	3,8	41,3	686,5
Selingan 2	Biskuit	Biskuit	25	5 kpg	12,5	0,25	0,375	3	0	0	0	0	0	6,25
	SUB TOTAL SELINGAN 2				12,5	0,3	0,4	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	6,3
MAKAN SIANG (12.00)	Nasi	Nasi	100	3/4 gls	180,0	3,0	0,3	39,8	0,2	25,0	27,0	0,4	1,0	38,0
		Tepung Maizena	5	1/2 sdm	17,1	0,0	0,0	4,3	0,4	1,0	1,5	0,1	0,3	0,5
		Telur ayam	10	1/4 btr	15,4	1,2	1,1	0,1	0,0	8,6	25,8	0,3	14,2	11,9
	Bola-bola ayam bumbu kecap	Daging ayam	40	1 ptg	101,7	5,0	6,3	0,0	0,0	5,6	80,0	0,6	34,7	154,4
		kecap	2	1 sdt	1,4	0,1	0,0	0,2	0,0	2,5	1,9	0,1	0,0	0,0
		Minyak Kelapa Sawit	3	1/2 sdt	26,1	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Tahu	50	1 ptg	16,4	5,5	2,4	0,4	0,1	111,5	91,5	1,7	1,0	25,3
	Tahu Goreng	Minyak Kelapa Sawit	3	1/2 sdt	1,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Sop Oyong + Jagung Mnis	Oyong	100	1 gls	19,0	0,8	0,2	4,1	2,5	4,8	8,3	0,2	5,8	27,3
		Jagung Manis	100	1 gls	4,5	0,8	7,3	0,8	2,6	7,5	134,5	0,6	1,3	19,9
	Buah	Pisang Telur	60	2 bh	76,2	0,8	0,1	20,2	0,8	4,2	15,0	0,5	25,2	235,2
	SUB TOTAL MENU MAKAN SIANG				459,3	17,3	20,7	69,8	6,5	170,6	385,5	4,5	83,4	512,3
	TOTAL KANDUNGAN GIZI				1352,3	52,0	36,6	201,6	21,0	493,3	821,8	12,0	180,8	1774,6
	KEBUTUHAN GIZI dari AKG				1282,4	48,08	35,62	192,36	25	1000	700	18	1200	4700
	PERSENTASE				105%	108%	103%	105%	84%	49%	117%	67%	15%	38%

PERENCANAAN HARI KEDUA 90% (10 MEI 2023)

WAKTU MAKAN	MENU	BAHAN MAKANAN	BERAT (gr)	URT	NILAI GIZI									
					E	P	L	KH	SERAT	Ca	P	Fe	Na	K
Selingan 1	Buah	Jeruk	55	1 bh	24,75	0,495	0,11	6,16	0,77	18,15	12,65	0,22	2,2	259,655
SUB TOTAL SELINGAN 1					24,75	0,495	0,11	6,16	0,77	18,15	12,65	0,22	2,2	259,655
MAKAN SORE (16.00)	Nasi	Nasi	100	3/4 gls	180,0	3,0	0,3	39,8	0,2	25,0	27,0	0,4	1,0	38,0
	Tim Bihun Isi	Bihun	25	1/4 gls	87,0	1,2	0,0	20,5	0,3	1,5	8,8	0,5	3,0	1,3
	Telur Puyuh	Telur Puyuh	11	1 btr	12,8	1,2	0,8	0,2	0,0	7,2	21,0	0,4	9,3	1,2
		Tahu	40	1 ptg	32,0	4,4	1,9	0,3	0,0	89,2	73,2	1,4	0,8	20,2
	Gulai Tahu	Santan	3	1/4 gls	3,7	0,1	0,2	0,2	0,0	0,8	0,9	0,0	0,3	4,9
		Minyak Kelapa Sawit	2	1/2 sdt	17,4	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Touge	75	1 gls	5,6	1,7	0,1	0,6	2,1	7,5	37,2	0,3	0,3	15,8
	Oseng Buncis + Touge Panjang	Buncis	100	1 gls	8,5	0,8	0,1	1,8	1,9	25,3	10,5	0,2	2,0	62,5
		Minyak Kelapa Sawit	3	1/2 sdt	26,1	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Buah	Pisang Telur	70	2 bh	88,9	1,0	0,1	23,5	1,0	4,9	17,5	0,6	29,4	274,4
SUB TOTAL MENU MAKAN SORE					461,9	13,3	8,5	86,9	5,6	161,3	196,1	3,6	46,0	418,2
MAKAN PAGI (07.00)	Nasi	Nasi	100	3/4 gls	180,0	3,0	0,3	39,8	0,2	25,0	27,0	0,4	1,0	38,0
		Daging Sapi	40	1 ptg	69,6	7,8	4,0	0,0	0,0	4,4	80,4	1,2	38,4	159,9
	Semur Daging	kecap	3	1/2 sdt	2,1	0,2	0,0	0,3	0,0	3,7	2,9	0,2	0,0	0,0
		Minyak Kelapa Sawit	2	1/2 sdt	17,4	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Tempe	50	2 ptg sdg	100,5	10,4	3,4	6,8	0,7	77,5	163,0	2,0	4,5	117,0
	Oseng Tempe	Minyak Kelapa Sawit	3	1/2 sdt	26,1	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Bening Bayam	Bayam	200	2 gls	8,0	1,8	0,2	1,5	5,0	83,0	38,0	1,8	8,0	228,2

	Buah	Jeruk	55	1 bh	24,8	0,5	0,1	6,2	0,8	18,2	12,7	0,2	2,2	259,7
SUB TOTAL MENU MAKAN PAGI					428,5	23,7	13,0	54,4	6,7	211,7	323,9	5,7	54,1	802,8
Selingan 2	Biskuit	Biskuit	25	5 kpg	12,5	0,25	0,375	3	0	0	0	0	0	6,25
SUB TOTAL SELINGAN 2					12,5	0,3	0,4	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	6,3
MAKAN SIANG (12.00)	Nasi	Nasi	100	3/4 gls	180,0	3,0	0,3	39,8	0,2	25,0	27,0	0,4	1,0	38,0
	Tumis Telur Ayam	Telur ayam	55	1 btr	84,7	6,8	5,9	0,4	0,0	47,3	141,9	1,7	78,1	65,2
		kecap	3	1/2 sdt	2,1	0,2	0,0	0,3	0,0	3,7	2,9	0,2	0,0	0,0
		Minyak Kelapa Sawit	2	1/2 sdt	17,4	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Tahu Goreng	Tahu	50	1 ptg	40,0	5,5	2,4	0,4	0,1	111,5	91,5	1,7	1,0	25,3
		Minyak Kelapa Sawit	3	1/2 sdt	26,1	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Kacang Panjang	150	1 ½ gls	15,5	3,5	0,1	2,7	4,1	30,0	32,0	0,3	15,0	106,5
	Lodeh Kacang Panjang + Wortel	Wortel	100	1 gls	5,4	1,0	0,1	1,2	3,4	6,8	11,1	0,2	3,6	36,8
		Santan	3	1/4 gls	3,7	0,1	0,2	0,2	0,0	0,8	0,9	0,0	0,3	4,9
		Minyak Kelapa Sawit	2	1/2 sdt	17,4	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Buah	Pepaya	50	2 ptg kcl	23,0	0,3	0,1	6,1	0,8	11,5	6,0	0,9	2,0	110,5
SUB TOTAL MENU MAKAN SIANG					476,9	20,2	16,6	63,0	8,5	236,5	313,3	5,2	101,0	387,1
TOTAL KANDUNGAN GIZI					1342,9	52,2	38,0	201,5	21,5	627,6	845,9	14,8	203,4	1874,0
KEBUTUHAN GIZI dari AKG					1442,8	54,09	40,07	216,4	25	1000	700	18	1200	4700
PERSENTASE					102%	107%	99%	104%	86%	63%	121%	82%	17%	40%

PERENCANAAN HARI KETIGA 90% (11 MEI 2023)

WAKTU MAKAN	MENU	BAHAN MAKANAN	BERAT (gr)	URT	NILAI GIZI									
					E	P	L	KH	SERAT	Ca	P	Fe	Na	K
Selingan 1	Buah	Jeruk	55	1 bh	24,8	0,5	0,1	6,2	0,8	18,2	12,7	0,2	2,2	259,7
SUB TOTAL SELINGAN 1					24,8	0,5	0,1	6,2	0,8	18,2	12,7	0,2	2,2	259,7
MAKAN SORE (16.00)	Nasi	Nasi	100	3/4 gls	180,0	3,0	0,3	39,8	0,2	25,0	27,0	0,4	1,0	38,0
	Sop Bakso	Bakso	40	4 btr	80,8	3,1	3,9	3,4	0,0	0,0	0,0	0,0	50,4	0,0
		Tempe	45	1/2 ptg	90,5	9,4	3,0	6,1	0,6	69,8	146,7	1,8	4,1	105,3
	Tempe Bacem	Kecap	2	1/2 sdt	1,4	0,1	0,0	0,2	0,0	2,5	1,9	0,1	0,0	0,0
		Minyak Kelapa Sawit	3	1/2 sdt	26,1	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Labu Siam	100	1 gls	4,5	0,6	0,0	1,0	6,2	2,1	3,8	0,1	0,5	25,1
	Tumis Labu Siam + Soleng	Soleng	100	1 gls	8,8	0,3	0,0	2,2	1,9	1,8	25,0	0,1	3,4	57,6
		Minyak Kelapa Sawit	3	1/2 sdt	26,1	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Buah	Semangka	100	2 ptg kcl	28,0	0,5	0,2	6,9	0,4	7,0	12,0	0,2	7,0	93,8
SUB TOTAL MENU MAKAN SORE					446,1	16,9	13,5	59,6	9,3	108,1	216,4	2,7	66,3	319,7
MAKAN PAGI (07.00)	Nasi	Nasi	100	3/4 gls	180,0	3,0	0,3	39,8	0,2	25,0	27,0	0,4	1,0	38,0
		Ikan Patin	40	1 ptg	52,8	3,6	1,3	0,4	0,0	12,4	69,2	0,6	17,4	138,4
	Patin Fillet Goreng Tepung	Tepung Terigu	5	1/2 sdm	16,7	0,5	0,1	3,9	0,0	1,1	7,5	0,1	0,1	0,0
		Minyak Kelapa Sawit	2	1/2 sdt	17,4	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Tahu	45	1 ptg	36,0	4,9	2,1	0,4	0,0	100,4	82,4	1,5	0,9	22,8
	Tahu Goreng	Minyak Kelapa Sawit	3	1/2 sdt	26,1	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Cah Kembang Kol	Kembang Kol	200	2 gls	11,3	4,8	0,1	2,2	3,2	9,9	32,4	0,5	6,8	84,2
	Buah	Jeruk	55	1 bh	24,8	0,5	0,1	6,2	0,8	18,2	12,7	0,2	2,2	259,7
SUB TOTAL MENU MAKAN PAGI					365,0	17,2	8,9	52,8	4,2	166,9	231,1	3,4	28,4	543,0

Selangan 2	Biskuit	Biskuit	25	5 kpg	13	0	0	3	0	0	0	0	0	6
SUB TOTAL SELINGAN 2					12,5	0,25	0,375	3	0	0	0	0	0	6,25
MAKAN SIANG (12.00)	Nasi	Nasi	100	3/4 gls	180,0	3,0	0,3	39,8	0,2	25,0	27,0	0,4	1,0	38,0
	Sate Ayam	Daging Ayam	40	1 ptg	119,2	7,3	5,8	0,0	0,0	5,6	80,0	0,6	43,6	154,4
	Goreng Saos Tomat	Minyak Kelapa Sawit	2	1/2 sdt	17,4	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Tempe Bumbu	Tempe	50	2 ptg sdg	100,5	10,4	3,4	6,8	0,7	77,5	163,0	2,0	4,5	117,0
	Kuning	Minyak Kelapa Sawit	3	1/2 sdt	26,1	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Kol	75	1 gls	7,7	0,0	0,2	1,2	6,0	15,0	7,5	0,5	0,0	15,0
	Sop Sayuran	Wortel	100	1 gls	5,4	1,0	0,1	1,2	7,9	6,8	11,1	0,2	0,0	36,8
		Buncis	75	1 gls	8,5	1,0	0,1	1,8	5,4	25,3	10,5	0,2	0,0	62,5
	Buah	Pisang Telur	70	2 bh	88,9	1,0	0,1	23,5	1,0	4,9	17,5	0,6	29,4	274,4
SUB TOTAL MENU MAKAN SIANG					553,7	23,6	14,9	74,3	6,9	160,0	316,6	4,4	78,5	698,0
TOTAL KANDUNGAN GIZI					1402,0	52,6	37,9	195,9	21,2	453,1	776,7	10,7	175,4	1826,6
KEBUTUHAN GIZI dari AKG					1282,4	48,08	35,62	192,36	25	1000	700	18	1200	4700
PERSENTASE					109%	109%	106%	102%	85%	45%	111%	59%	15%	39%

Lampiran 9. Recall 1 x 24 Jam Saat Intervensi
RECALL 24 JAM HARI PERTAMA (09 MEI 2023)

WAKTU MAKAN	MENU	BAHAN MAKANAN	BERAT (gr)	URT	NILAI GIZI									
					E	P	L	KH	SERAT	Ca	P	Fe	Na	K
Selingan 1	Buah	Jeruk	55	1 bh	24,8	0,5	0,1	6,2	0,8	18,2	12,7	0,2	2,2	259,7
SUB TOTAL SELINGAN 1					24,8	0,5	0,1	6,2	0,8	18,2	12,7	0,2	2,2	259,7
MAKAN SORE (16.00)	Nasi	Nasi	100	3/4 gls	180,0	3,0	0,3	39,8	0,2	25,0	27,0	0,4	1,0	38,0
	Bakso saos padang	Bakso	40	4 btr	80,8	3,1	3,9	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	50,4	0,0
		Tahu	25	1/2 ptg	20,0	2,7	1,2	0,2	0,0	55,8	45,8	0,9	0,5	12,7
	Orak-arik tahu	Kecap	2	1 sdt	1,4	0,1	0,0	0,2	0,0	2,5	1,9	0,1	0,0	0,0
		Minyak Kelapa Sawit	3	1/2 sdt	26,1	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Wortel	100	1 gls	7,2	0,2	0,1	1,6	1,0	9,0	14,8	0,2	0,0	49,0
	Sop sayuran	Buncis	100	1 gls	6,8	0,5	0,1	1,4	1,9	20,2	8,4	0,1	0,0	50,0
		Kol	100	1 gls	10,2	0,3	0,1	1,6	3,4	20,0	10,0	0,7	0,0	20,0
	Buah	Pepaya	50	2 ptg sdg	23,0	0,3	0,1	6,1	0,8	11,5	6,0	0,9	2,0	110,5
SUB TOTAL MENU MAKAN SORE					355,5	10,2	8,8	53,9	7,3	143,9	113,9	3,2	53,9	280,2
MAKAN PAGI (07.00)	Nasi	Nasi	100	3/4 gls	180,0	3,0	0,3	39,8	0,2	25,0	27,0	0,4	1,0	38,0
	Patin Fillet Asam Manis	Ikan Patin Fillet	40	1 ptg	52,8	6,8	1,3	0,4	0,0	12,4	69,2	0,6	30,8	138,4
		Tepung Terigu	5	1/2 sdm	16,7	0,5	0,1	3,9	0,0	1,1	7,5	0,1	0,1	0,0
		Minyak Kelapa Sawit	3	1/2 sdt	26,1	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Tempe	50	1 ptg	100,5	10,4	3,4	6,8	0,7	77,5	163,0	2,0	4,5	117,0
	Tempe Bacem	Kecap	2	1 sdt	1,4	0,1	0,0	0,2	0,0	2,5	1,9	0,1	0,0	0,0
		Minyak Kelapa Sawit	3	1/2 sdt	26,1	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0

	Lodeh Labu siam	Labu Siam	75	1 gls	6,0	0,1	0,0	1,3	4,7	2,8	5,0	0,1	0,6	33,4
		Santan	5	1/4 gls	6,1	0,1	0,3	0,4	0,1	1,3	1,5	0,0	0,5	8,1
	Buah	Jeruk	55	1 bh	24,8	0,5	0,1	6,2	0,8	18,2	12,7	0,2	2,2	259,7
SUB TOTAL MENU MAKAN PAGI					440,4	21,5	11,5	58,9	6,4	140,7	287,8	3,5	39,7	594,6
Selingan 2	Biskuit	Biskuit	25	5 kpg	12,5	0,3	0,4	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	6,3
SUB TOTAL SELINGAN 2					12,5	0,3	0,4	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	6,3
MAKAN SIANG (12.00)	Nasi	Nasi	100	3/4 gls	180,0	3,0	0,3	39,8	0,2	25,0	27,0	0,4	1,0	38,0
		Tepung Maizena	5	1/2 sdm	17,1	0,0	0,0	4,3	0,4	1,0	1,5	0,1	0,3	0,5
		Telur ayam	10	1/4 btr	15,4	1,2	1,1	0,1	0,0	8,6	25,8	0,3	14,2	11,9
	Bola-bola ayam bumbu kecap	Daging ayam	40	1 ptg	119,2	7,3	6,3	0,0	0,0	5,6	80,0	0,6	34,7	154,4
		kecap	2	1 sdt	1,4	0,1	0,0	0,2	0,0	2,5	1,9	0,1	0,0	0,0
		Minyak Kelapa Sawit	3	1/2 sdt	26,1	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Tahu	50	1 ptg	40,0	5,5	2,4	0,4	0,1	111,5	91,5	1,7	1,0	25,3
	Tahu Goreng	Minyak Kelapa Sawit	3	1/2 sdt	26,1	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Sop Oyong + Jagung Mnis	Oyong	100	1 gls	1,9	0,1	0,0	0,4	1,3	1,9	3,3	0,1	2,3	10,9
		Jagung Manis	100	1 gls	5,0	0,6	0,7	6,9	2,2	3,0	53,8	0,2	0,5	7,9
	Buah	Pisang Telur	60	2 bh	76,2	0,8	0,1	20,2	0,8	4,2	15,0	0,5	25,2	235,2
SUB TOTAL MENU MAKAN SIANG					508,4	18,6	16,9	72,2	4,9	163,3	299,8	4,0	79,2	484,0
TOTAL KANDUNGAN GIZI					1341,6	51,0	37,7	194,2	19,4	466,0	714,1	11,0	175,0	1624,7
KEBUTUHAN GIZI dari AKG					1282,4	48,08	35,62	192,36	25	1000	700	18	1200	4700
PERSENTASE					105%	106%	106%	101%	78%	47%	102%	61%	15%	35%

RECALL 24 JAM HARI KEDUA (10 MEI 2023)

WAKTU MAKAN	MENU	BAHAN MAKANAN	BERAT (gr)	URT	NILAI GIZI									
					E	P	L	KH	SERAT	Ca	P	Fe	Na	K
Selingan 1	Buah	Jeruk	55	1 bh	24,75	0,495	0,11	6,16	0,77	18,15	12,65	0,22	2,2	259,7
SUB TOTAL SELINGAN 1					24,75	0,495	0,11	6,16	0,77	18,15	12,65	0,22	2,2	259,7
MAKAN SORE (16.00)	Nasi	Nasi	100	3/4 gls	180,0	3,0	0,3	39,8	0,2	25,0	27,0	0,4	1,0	38,0
	Tim Bihun Isi Telur Puyuh	Bihun	25	1/4 gls	87,0	1,2	0,0	20,5	0,3	1,5	8,8	0,5	3,0	1,3
		Telur Puyuh	11	1 btr	12,8	1,2	0,8	0,2	0,0	7,2	21,0	0,4	9,3	1,2
	Gulai Tahu	Tahu	40	1 ptg	32,0	4,4	1,9	0,3	0,0	89,2	73,2	1,4	0,8	20,2
		Santan	3	1/4 gls	3,7	0,1	0,2	0,2	0,0	0,8	0,9	0,0	0,3	4,9
		Minyak Kelapa Sawit	2	1/2 sdt	17,4	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Oseng Buncis + Touge Panjang	Touge	75	1 gls	5,6	0,7	0,1	0,6	1,3	7,5	37,2	0,3	0,3	15,8
		Buncis	100	1 gls	8,5	0,6	0,1	1,8	1,9	25,3	10,5	0,2	2,0	62,5
		Minyak Kelapa Sawit	3	1/2 sdt	26,1	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Buah	Pisang Telur	70	2 bh	88,9	1,0	0,1	23,5	1,0	4,9	17,5	0,6	29,4	274,4
SUB TOTAL MENU MAKAN SORE					461,9	12,0	8,5	86,9	4,7	161,3	196,1	3,6	46,0	418,2
MAKAN PAGI (07.00)	Nasi	Nasi	100	3/4 gls	180,0	3,0	0,3	39,8	0,2	25,0	27,0	0,4	1,0	38,0
	Semur Daging	Daging Sapi	40	1 ptg	69,6	7,8	4,0	0,0	0,0	4,4	80,4	1,2	38,4	159,9
		kecap	3	1/2 sdt	2,1	0,2	0,0	0,3	0,0	3,7	2,9	0,2	0,0	0,0
		Minyak Kelapa Sawit	2	1/2 sdt	17,4	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Oseng Tempe	Tempe	50	2 ptg sdg	100,5	10,4	3,4	6,8	0,7	77,5	163,0	2,0	4,5	117,0
		Minyak Kelapa Sawit	3	1/2 sdt	26,1	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Bening Bayam	Bayam	200	2 gls	7,2	0,4	0,2	1,3	1,4	74,7	34,2	1,6	7,2	205,4

	Buah	Jeruk	55	1 bh	24,8	0,5	0,1	6,2	0,8	18,2	12,7	0,2	2,2	259,7
SUB TOTAL MENU MAKAN PAGI					427,7	22,3	13,0	54,3	3,1	203,4	320,1	5,5	53,3	780,0
Selingan 2	Biskuit	Biskuit	25	5 kpg	12,5	0,25	0,375	3	0	0	0	0	0	6,25
SUB TOTAL SELINGAN 2					12,5	0,3	0,4	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	6,3
MAKAN SIANG (12.00)	Nasi	Nasi	100	3/4 gls	180,0	3,0	0,3	39,8	0,2	25,0	27,0	0,4	1,0	38,0
		Telur ayam	55	1 btr	84,7	6,8	5,9	0,4	0,0	47,3	141,9	1,7	78,1	65,2
	Tumis Telur Ayam	kecap	3	1/2 sdt	2,1	0,2	0,0	0,3	0,0	3,7	2,9	0,2	0,0	0,0
		Minyak Kelapa Sawit	2	1/2 sdt	17,4	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Tahu	50	1 ptg	40,0	5,5	2,4	0,4	0,1	111,5	91,5	1,7	1,0	25,3
	Tahu Goreng	Minyak Kelapa Sawit	3	1/2 sdt	26,1	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Kacang Panjang	75	1 gls	15,5	1,2	0,1	2,7	2,0	30,0	32,0	0,3	15,0	106,5
	Lodeh Kacang Panjang + Wortel	Wortel	75	1 gls	5,4	0,2	0,1	1,2	0,8	6,8	11,1	0,2	3,5	36,8
		Santan	3	1/4 gls	3,7	0,1	0,2	0,2	0,0	0,8	0,9	0,0	0,3	4,9
		Minyak Kelapa Sawit	2	1/2 sdt	17,4	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Buah	Pepaya	50	2 ptg kcl	23,0	0,3	0,1	6,1	0,8	11,5	6,0	0,9	2,0	110,5
SUB TOTAL MENU MAKAN SIANG					444,6	18,2	16,4	57,1	3,9	236,5	313,3	5,2	100,9	387,1
TOTAL KANDUNGAN GIZI					1443,9	59,1	39,5	219,6	12,4	619,3	842,1	14,6	202,5	1851,2
KEBUTUHAN GIZI dari AKG					1442,8	54,09	40,07	216,4	25	1000	700	18	1200	4700
PERSENTASE					100%	109%	99%	101%	50%	62%	120%	81%	17%	39%

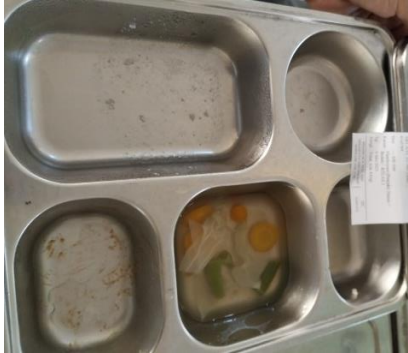
RECALL 24 JAM HARI KETIGA (11 MEI 2023)

WAKTU MAKAN	MENU	BAHAN MAKANAN	BERAT (gr)	URT	NILAI GIZI									
					E	P	L	KH	SERAT	Ca	P	Fe	Na	K
Selingan 1	Buah	Jeruk	55	1 bh	24,8	0,5	0,1	6,2	0,8	18,2	12,7	0,2	2,2	259,7
SUB TOTAL SELINGAN 1					24,8	0,5	0,1	6,2	0,8	18,2	12,7	0,2	2,2	259,7
MAKAN SORE (16.00)	Nasi	Nasi	50	1/4 gls	90,0	1,5	0,2	19,9	0,1	12,5	13,5	0,2	0,5	19,0
	Sop Bakso	Bakso	40	4 btr	80,8	3,1	3,9	3,4	0,0	0,0	0,0	0,0	50,4	0,0
		Tempe	45	1/2 ptg	90,5	9,4	3,0	6,1	0,6	69,8	146,7	1,8	4,1	105,3
	Tempe Bacem	Kecap	2	1/2 sdt	1,4	0,1	0,0	0,2	0,0	2,5	1,9	0,1	0,0	0,0
		Minyak Kelapa Sawit	3	1/2 sdt	26,1	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Labu Siam	100	1 gls	30,0	0,6	0,1	6,7	6,2	1,4	2,5	0,1	0,3	16,7
	Tumis Labu Siam + Soleng	Soleng	75	1 gls	26,3	0,2	0,1	6,7	1,4	0,7	10,0	0,1	1,4	23,0
		Minyak Kelapa Sawit	3	1/2 sdt	26,1	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Buah	Semangka	100	2 ptg kcl	28,0	0,5	0,2	6,9	0,4	7,0	12,0	0,2	7,0	93,8
SUB TOTAL MENU MAKAN SORE					399,1	15,4	13,5	49,9	8,8	93,8	186,6	2,4	63,6	257,8
MAKAN PAGI (07.00)	Nasi	Nasi	100	3/4 gls	180,0	3,0	0,3	39,8	0,2	25,0	27,0	0,4	1,0	38,0
		Ikan Patin	40	1 ptg	52,8	3,6	1,3	0,4	0,0	12,4	69,2	0,6	17,4	138,4
	Patin Fillet Goreng Tepung	Tepung Terigu	5	1/2 sdm	16,7	0,5	0,1	3,9	0,0	1,1	7,5	0,1	0,1	0,0
		Minyak Kelapa Sawit	2	1/2 sdt	17,4	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Tahu	45	1 ptg	36,0	4,9	2,1	0,4	0,0	100,4	82,4	1,5	0,9	22,8
	Tahu Goreng	Minyak Kelapa Sawit	3	1/2 sdt	26,1	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Cah Kembang Kol	Kembang Kol	150	1 ½ gls	11,3	1,1	0,1	2,2	2,4	9,9	32,4	0,5	6,8	84,2
	Buah	Jeruk	55	1 bh	24,8	0,5	0,1	6,2	0,8	18,2	12,7	0,2	2,2	259,7

SUB TOTAL MENU MAKAN PAGI					391,2	16,0	9,2	58,0	3,4	166,9	231,1	3,4	28,4	543,0
Selangan 2	Biskuit	Biskuit	25	5 kpg	13	0	0	3	0	0	0	0	0	6
SUB TOTAL SELINGAN 2					12,5	0,25	0,375	3	0	0	0	0	0	6,25
MAKAN SIANG (12.00)	Nasi	Nasi	100	3/4 gls	180,0	3,0	0,3	39,8	0,2	25,0	27,0	0,4	1,0	38,0
	Sate Ayam	Daging Ayam	40	1 ptg	119,2	7,3	5,8	0,0	0,0	5,6	80,0	0,6	43,6	154,4
	Goreng Saos Tomat	Minyak Kelapa Sawit	2	1/2 sdt	17,4	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Tempe Bumbu Kuning	Tempe	50	2 ptg sdg	100,5	10,4	3,4	6,8	0,7	77,5	163,0	2,0	4,5	117,0
		Minyak Kelapa Sawit	3	1/2 sdt	26,1	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Kol	5	1/4 gls	38,3	0,0	0,8	6,0	2,6	5,0	2,5	0,2	0,0	5,0
	Sop Sayuran	Wortel	10	1/4 gls	36,0	1,0	0,6	7,9	1,0	4,5	7,4	0,1	0,0	24,5
		Buncis	15	1/4 gls	34,0	1,3	0,3	7,2	1,9	15,2	6,3	0,1	0,0	37,5
	Buah	Pisang Telur	70	2 bh	88,9	1,0	0,1	23,5	1,0	4,9	17,5	0,6	29,4	274,4
SUB TOTAL MENU MAKAN SIANG					640,4	24,0	16,3	91,2	7,3	137,7	303,7	3,9	78,5	650,8
TOTAL KANDUNGAN GIZI					1467,9	56,1	39,4	208,2	20,3	416,5	734,1	9,9	172,7	1717,5
KEBUTUHAN GIZI dari AKG					1442,8	54,09	40,07	216,4	25	1000	700	18	1200	4700
PERSENTASE					102%	104%	98%	96%	81%	42%	105%	55%	14%	37%

Lampiran 10. Dokumentasi Menu dan Sisa Makan Selama Intervensi

DOKUMENTASI MENU DAN SISA MAKAN SELAMA INTERVENSI

TANGGAL	WAKTU	SEBELUM	SESUDAH
HARI 1			
09 Mei 2023	Selingan 1		Habis
	Makan Sore		

	Makan Pagi				
	Selingan 2			Habis	
	Makan Siang				

DOKUMENTASI MENU DAN SISA MAKAN SELAMA INTERVENSI

TANGGAL	WAKTU	SEBELUM	SESUDAH
HARI 2			
10 Mei 2023	Selingan 1		Habis
	Makan Sore		Habis

	Makan Pagi			
	Selingan 2			Habis
	Makan Siang			

DOKUMENTASI MENU DAN SISA MAKAN SELAMA INTERVENSI

TANGGAL	WAKTU	SEBELUM	SESUDAH
HARI 3			
11 Mei 2023	Selingan 1		Habis
	Makan Sore		

	Makan Pagi		
	Selingan 2		Habis
	Makan Siang		

Lampiran 11. Kegiatan Selama Intervensi



Lampiran 12. Leaflet

INGAT 3 J

Jenis : Penyusunan makanan seimbang, 1/2 sayur dan buah, 2/3 makanan pokok, 1/3 lauk hewani dan nabati

Jumlah : Jumlah yang dikonsumsi sesuai dengan kebutuhan/energi sehari

Jadwal : Makanan mencakup makan pagi, selingan pagi, makan siang, selingan sore, dan makan malam

KEBUTUHAN GIZI

Energi : 1.603,12 Kal/hr
Protein : 60,11 gr/hr
Lemak : 44,53 gr/hr
Karbohidrat : 240,46gr/hr



DIABETES MELITUS TIPE 2

Nama : Ny. S
Umur : 42 th
tinggi badan : 157 cm
tgl kunjungan : 12 Mei 2023

Cara Diet Diabetes Melitus Tipe 2

- Makan dengan prinsip 3J
- Gunakan daftar bahan penukar sehingga dapat memilih bahan yang disukai
- Tidak dianjurkan menggunakan gula murni
- Batasi karbohidrat kompleks



ARTA PRATAMA PUTRI (082183147379)

Diabetes melitus atau kencing manis adalah penyakit gangguan metabolisme gula darah yang disebabkan oleh kekurangan hormon insulin sehingga terjadi peningkatan kadar gula darah dengan segala akibatnya.

Tujuan diet:

- Memberikan makanan sesuai kebutuhan
- Mempertahankan kadar gula darah sampai normal/ Mendekati normal
- Mempertahankan berat badan menjadi normal
- Mencegah terjadinya kadar gula darah terlalu rendah yang dapat menyebabkan pingsan
- Mengurangi/ mencegah komplikasi

Syarat diet:

- Kebutuhan energi ditentukan dengan memperhitungkan kebutuhan untuk metabolisme basal sebesar 25-30 kkal/Kg BB normal, ditambah kebutuhan untuk aktivitas fisik dan keadaan khusus, misalnya kehamilan atau laktasi dan adanya komplikasi.
- Kebutuhan protein 10-15% dari kebutuhan energi total.
- Kebutuhan lemak 20-25% dari kebutuhan energi total (<10% dari lemak jenuh, 10% dari lemak tidak jenuh ganda, sisanya dari lemak tidak jenuh tunggal).
- Kolesterol makanan dibatasi maksimal 300 mg/hari.
- Kebutuhan Karbohidrat 60-70% dari kebutuhan energi total.
- Penggunaan gula murni tidak diperbolehkan, bila kadar gula darah sudah terkontrol diperbolehkan mengonsumsi gula murni sampai 5 % dari kebutuhan energi total.
- Serat dianjurkan 25 gr / hari.

Pengaturan Makanan

BAHAN MAKANAN	DIANURUKAN	DIBATASI	DIHINDARI
SUMBER KARBOHIDRAT		Semua sumber karbohidrat diganti nasi, bubur, mie, kentang, singkong, ubi, sagu, gandum, pasta, jagun talas, havermout,	
SUMBER PROTEIN HEWANI	Ayam tanpa kulit, ikan, telur rendah kolesterol atau putih telur, daging tidak berlemak	sereal, ketan, makaroni hewani tinggi lemak jenuh (sosis, sarden, jeroan, kuning telur)	Keju, abon, dendeng, susu full cream,
SUMBER PROTEIN NABATI	tempe, tahu, kacang kedelai, kacang tanah, kacang	bayam, buncis, daun melinjo, labu siam, daun singkong, daun ketela, jagung muda, kapri, kacang panjane, pare, wortel, daun katuk	
SAYURAN	Sayur tinggi serat: kangkung, daun kacang, oyong, ketimun, tomat, labu air, kembang kol, lobak		
BUAH-BUAHAN	sawi, selada, seledri, terong jeruk, apel, pepaya, jambu air, salak, belimbing (sesuai kebutuhan)	nanas, anggur, mangga, sirsak, pisang, alpukat, sawo, semangka, nangka masak	Buah-buahan yang manis dan diawetkan: durian, nangka, alpukat, kurma, manisan buah.
MINUMAN			Minuman yang mengandung susu kental manis, soft drink, es krim, yoghurt, susu
LAIN LAIN		makanan yang digoreng dan yang menggunakan santan kental, kecap, saus tiram	Gula pasir, gula merah, gula batu, madu Makanan/ minuman yang manis: cake, kue-kue manis, dodol, tarts, sirup, selai manis, coklat, permen, tape, mayonaise,

Lampiran 13. 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 78 / 2023
 Lampiran : Eks
 Hal : Izin Penelitian

16 Maret 2023

Yang Terhormat , Direktur RSUD Menggala Kabupaten Tulang Bawang
Di – Tulang Bawang

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	Arita Pratama Putri	Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Di Ruang Rawat Inap RSUD Menggala Tahun 2023	RSUD Menggala

Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.



Dewi Purwaningsih, S.Si.T., M.Kes
NIP. 198705271988012001

Tembusan :

1. Ka. Jurusan Gizi
2. Ka. Bid. Diklat RSUD Menggala Kabupaten Tulang Bawang

Lampiran 14. Surat Balasan dari RSUD Menggala



PEMERINTAH KABUPATEN TULANG BAWANG
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH MENGGALA
 Jalan Negara Lintas Timur KM 112 Tiuh Tohou Kecamatan Menggala
 Kabupaten Tulang Bawang Provinsi Lampung Kode Pos 34596
 Telp (0726) 21131 FAX (0726) 21222
 Email : rsudmenggala@yahoo.co.id Website : rsudmenggala.blogspot.com

Menggala, 04 Mei 2023

Nomer : 445 / 652. a/ VII / TB / V / 2023 Kepada Yth:
 Lampiran : - Direktur Politeknik Kesehatan
 Hal : Izin Penelitian Tanjungkarang
 Di
 Tempat

Menindaklanjuti surat dari Direktur Politeknik Kesehatan Tanjungkarang nomor PP.03.01/1.1/186378/2023 tanggal 16 Maret 2023 perihal Permohonan Izin Penelitian yang bertempat di Rumah Sakit Umum Daerah Menggala Kabupaten Tulang Bawang. Adapun nama mahasiswa yang akan melaksanakan penelitian adalah sebagai berikut:

NAMA	NPM	JUDUL SKRIPSI
Arta Pratama Putri	201341009	Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Ruang Rawat Inap RSUD Menggala Tahun 2023.

Pada prinsipnya kami tidak keberatan dan memberikan izin atas kegiatan Penelitian tersebut di atas, selama yang bersangkutan taat dengan peraturan yang berlaku pada Rumah Sakit Umum Daerah Menggala dan mematuhi Protokol Kesehatan.
 Demikian disampaikan, atas perhatiannya diucapkan terimakasih.



Pt. DIREKTUR RSUD MENGGALA
 KABUPATEN TULANG BAWANG
 dr. ELYS MERITUSI, Sp.PA
 NIP. 19750802 200501 2 007