

## Lampiran 1. Informed Consent

### INFORMED CONSENT (Pernyataan Persetujuan Ikut Penelitian)

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ny. H  
Umur : 70 tahun  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Alamat : Pakuon Agung

Telah mendapatkan keterangan secara rinci dan jelas mengenai :

1. Penelitian yang berjudul "Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar Pada Pasien Dispepsia di Klinik Pratama Rawat Inap Enggal Waras Husada"
2. Perlakuan yang akan di terapkan pada subjek
3. Prosedur penelitian

Prosedur penelitian mendapatkan kesempatan mengajukan pertanyaan mengenai segala sesuatu yang berhubungan dengan penelitian tersebut. Oleh karena itu, saya (bersedia/~~tidak bersedia~~) secara sukarela untuk menjadi subjek penelitian dengan penuh kesadaran serta keterpaksaan. Pihak penelitian menjamin bahwa data yang diambil hanya untuk kepentingan pribadi dan tidak untuk dipublikasi. Demikian pertanyaan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa tekanan dari pihak manapun.

Bandar Lampung, 29 Maret 2024

Peneliti

  
Yelmira Theresia

Responden



\*Coret salah satu

## Lampiran 2. Surat Izin Penelitian



### KLINIK PRATAMA RAWAT INAP "ENGAL WARAS HUSADA"

Bandar Sakti, Ps. Ujung Batu, Kec. Abung Surakarta – Lampung Utara  
Kode Pos 34581 Email ( [ewh.klinik@gmail.com](mailto:ewh.klinik@gmail.com) ) Telp. 0852 6972 7211

Nomor : 47/EWH/AS/VI/2024  
Lampiran : 1 (satu) berkas  
Perihal : Izin Penelitian

Bandar Sakti, 2 April 2024  
Kepada  
Yth. Direktur Poltekkes  
KemenkesTanjungkarang  
Di  
Bandar Lampung

Dengan Hormat,

Sehubungan surat dari direktur Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang nomor : PP. 03.04/F.XLIII/8532/2023 tanggal 8 Desember 2023 perihal izin penelitian, maka dengan ini kami sampaikan pada prinsipnya kami tidak keberatan dan memberikan izin kepada saudara melakukan penelitian Tugas Akhir di Klinik Pratama Rawat Inap " Enggal Waras Husada".

Untuk rinciannya sebagai berikut :

NO	NAMA	NIM	JUDUL
1	Yelmira Theresia	2113411083	Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar Pada Pasien Dispepsia di Klinik Pratama Rawat Inap " Enggal Waras Husada"

Untuk kelancaran pelaksanaan penelitian tersebut, maka diberlakukan ketentuan sebagai berikut :

1. Bersedia mematuhi peraturan yang berlaku di Klinik Pratama Rawat Inap " Enggal Waras Husada"
2. Bersedia melaksanakan protocol kesehatan sesuai dengan ketentuan yang berlaku
3. Bersedia memenuhi dan menyelesaikan administrasi kegiatan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Klinik Pratama Rawat Inap " Enggal Waras Husada"

Demikian atas perhatiannya diucapkan terimakasih.

KLINIK PRATAMA RAWAT INAP  
ENGAL WARAS HUSADA  
Pimpinan

dr. Ani Happy Febria Utami  
SIP:503/088/SIPD/30-LU/II/2022

### Lampiran 3. Kuesioner Pre Test

#### KUISIONER POLA MAKAN

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1	Apakah harus sarapan pagi sebelum beraktivitas ?		✓
2	Apakah memiliki kebiasaan makan siang baik?		✓
3	Apakah anda sering makan malam/sore ?	✓	
4	Apakah harus selalu makan teratur ?		✓
5	Apakah anda sering mengonsumsi makanan pedas ?	✓	
6	Apakah anda sering mengonsumsi makanan yang memiliki rasa asam ?		✓
7	Apakah mengonsumsi buah setiap hari baik?		✓
8	Apakah harus mengonsumsi sayur setiap kali makan ?	✓	
9	Apakah anda sering mengonsumsi minuman yang beralkohol ?		✓
10	Apakah mengonsumsi lauk hewani yang diawetkan baik?		✓
11	Apakah anda memiliki kebiasaan makanan yang digoreng ?	✓	
12	Apakah anda suka mengonsumsi singkong ?	✓	
13	Apakah anda sering mengonsumsi daging merah?		✓
14	Apakah harus minum 8 gelas dalam sehari ?	✓	
15	Apakah anda sering mengonsumsi snack ?		✓

Penilaian :

Benar = 1 poin

Salah = 0 poin

$$7 : 15 \times 100 = 46,6 \%$$

## **Lampiran 4. Kuesioner Post Test**

### KUISIONER POLA MAKAN

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1	Apakah harus sarapan pagi sebelum beraktivitas ?	✓	
2	Apakah memiliki kebiasaan makan siang baik?	✓	
3	Apakah anda sering makan malam/sore ?	✓	
4	Apakah harus selalu makan teratur ?	✓	
5	Apakah anda sering mengonsumsi makanan pedas ?		✓
6	Apakah anda sering mengonsumsi makanan yang memiliki rasa asam ?		✓
7	Apakah mengonsumsi buah setiap hari baik?	✓	
8	Apakah harus mengonsumsi sayur setiap kali makan ?	✓	
9	Apakah anda sering mengonsumsi minuman yang beralkohol ?		✓
10	Apakah mengonsumsi lauk hewani yang diawetkan baik?		✓
11	Apakah anda memiliki kebiasaan makanan yang digoreng ?	✓	
12	Apakah anda suka mengonsumsi singkong ?	✓	
13	Apakah anda sering mengonsumsi daging merah?	✓	
14	Apakah harus minum 8 gelas dalam sehari ?	✓	
15	Apakah anda sering mengonsumsi snack ?	✓	

Penilaian :

Benar = 1 poin

Salah = 0 poin

$$14:15 \times 100 = 93 \%$$

## Lampiran 5. Perencanaan Menu Rumah Sakit Hari ke – 1 (31 Maret 2024)

### PERENCANAAN MENU HARI KE – 1

Waktu	Nama Menu	Bahan Makanan	Berat (GR)	UR T	E (g)	P (g)	L (g)	K H (g)	Ca (mg)	Besi (mg)	Zn (mg)	Vit A	Vit B1	Vit C	Na	Serat	Kalium
sara pan pagi	Nasi	nasi	100	1/4 gls	180	3	0,3	39,4	147	1,8	0,5	0	0,2	0	27	0,2	27
	semur hati ayam	hati ayam	30	1 bh sdg	78,3	8,2	1,83	0,48	35,4	4,74	0	1,487	0,192	0	0,3192	0	103,8
		kecap manis	3	1/2 sdt	2,13	0,171	0,039	0,009	3,69	1,71	0	0	0	0	0	0	0
	tempe tepung	tempe	50	2 ptg sdg	74,5	9,15	2	6,35	101	2,45	1,25	0	0,12	0	11	2,1	2,5
		tepung terigu	5	1/2 sdm	16,65	0,45	0,05	3,86	1,1	0,065	0,14	0	0,005	0	0	0,015	0,1
		Minyak Kelapa Sawit	3	1/2s dm	26,52	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	sawi putih saus tiram	sawi hijau	100	1/2 gls	28	2,3	0,3	4	220	2,9	0,2	0	0,09	102	22	2,5	22
buah - buahan	pepaya	100	1/4 ptg bsr	46	0,5	0,1	12,2	23	1,7	0,3	0	0,04	78	4	1,6	4	
<b>Subtotal</b>					<b>452,1</b>	<b>23,791</b>	<b>7,619</b>	<b>66,38</b>	<b>531,19</b>	<b>15,365</b>	<b>2,39</b>	<b>0</b>	<b>0,647</b>	<b>180</b>	<b>64,3192</b>	<b>6,415</b>	<b>159,4</b>
selin gan pagi	puding coklat	agar - agar plain	3	1/2 sdt	0,6	0	0	0,24	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		susu skim cair coklat	20	1/4 gls	7,2	0,7	0,02	1,02	24,6	0,02	0	0	0	0,2	7,6	0	0
		gula pasir	3	1/2 sdt	11,82	0	0	2,82	0,15	0,003	0	0	0	0	0,03	0	0
<b>Subtotal</b>					<b>19,62</b>	<b>0,7</b>	<b>0,02</b>	<b>4,08</b>	<b>24,75</b>	<b>0,023</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,2</b>	<b>7,63</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
Makan Sian g	Nasi	nasi	150	1/4 gls	270	4,5	0,45	59,7	220,5	2,7	0,75	0	0,3	0	40,5	0,3	40,5
	sayur ikan kembun g	ikan kembun g	35	1/3 ekor sdg	46,2	7,455	0,91	0,385	10,85	0,56	0,28	0	0,07	0	26,95	0	121,1
		ketimun	10	2 ptg kcl	0,8	0,02	0,02	0,14	2,9	0,001	0,01	0	0,001	0,1	0,2	0,03	0,73
	tampe tahu bb semur	Tahu kuning	25	1/4 bh bsr	20	2,725	0,675	0,2	55,75	0,85	0,2	0	0,025	0	0,5	0,025	0,5
		tempe	25	1 ptg sdg	37,25	4,575	1	3,175	50,5	1,225	0,625	0	0,06	0	5,5	1,05	1,25
		kecap manis	3	1/2 sdt	2,13	0,171	0,039	0,009	3,69	1,71	0	0	0	0	0	0	0
	bening bayam wortel	Bayam	75	1 gls	12	0,675	0,3	2,175	124,5	2,625	0,3	0	0,03	30,75	12	0,525	1,5
wortel		20	2 sdm	7,2	0,2	0,12	1,58	9	0,2	0,06	0	0,008	3,6	14	0,2	1,46	

	buah - buahan	pepaya	50	1/4 ptg bsr	23	0,25	0,05	6,1	11,5	0,85	0,15	0	0,02	39	2	0,8	2
<b>Subtotal</b>					<b>418,58</b>	<b>20,571</b>	<b>3,564</b>	<b>73,545</b>	<b>489,19</b>	<b>10,721</b>	<b>2,375</b>	<b>0</b>	<b>0,4915</b>	<b>73,45</b>	<b>101,65</b>	<b>2,93</b>	<b>169,04</b>
Makan sore	Nasi	nasi	100	1/4 gls	180	3	0,3	39,8	147	1,8	0,5	0	0,2	0	27	0,2	27
	telur sayur	Telur ayam	50	1 btr	82	6,2	0,35	0,35	43	1,5	0,5	30,5	0,06	0	71	0	105,79
		wortel	10	1 sdm	3,6	0,1	0,06	0,79	4,5	0,1	0,03	0,04	1,8	7	0,1	0,73	
		saledri	3	1/2 sdt	0,69	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-	
		Minyak Kelapa Sawit	5	1/2s dm	44,2	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	tempe bumbu kuning	tempe	50	1 ptg sdg	74,5	9,15	2	6,35	101	2,45	1,25	0	0,12	0	11	2,1	2,5
	sayur bening gambas	gambas	100	1/2 gls	8	0,2	0,2	1,4	29	0,01	0,1	0	0,01	1	2	0,3	7,3
buah - buahan	pepaya	50	1/2 ptg bsr	23	0,25	0,05	6,1	11,5	0,85	0,15	0	0,02	39	2	0,8	2	
<b>Subtotal</b>					<b>415,99</b>	<b>18,9</b>	<b>7,96</b>	<b>54,79</b>	<b>336</b>	<b>6,71</b>	<b>2,53</b>	<b>30,5</b>	<b>0,414</b>	<b>41,8</b>	<b>120</b>	<b>3,5</b>	<b>145,32</b>
TOTAL KESELURUHAN					1306,29	63,962	19,163	198,795	1356,38	32,796	7,295	30,5	1,555	295,25	285,969	12,845	473,76
Total kebutuhan					1,253	62	20,8	203,6	1,200	8	11	600	1,1	75	1,200	22	4700
total persentase					104,253	103,165	92,1298	97,9764	113,032	51,2438	66,3182	5,0833	14,1136	393,667	23,8308	58,3864	10,08
<b>Tingkat kecukupan gizi (total menu/ kebutuhan harian)</b>					<b>104%</b>	<b>103%</b>	<b>92%</b>	<b>97%</b>	<b>113%</b>	<b>51%</b>	<b>70%</b>	<b>5%</b>	<b>140%</b>	<b>488%</b>	<b>25%</b>	<b>66%</b>	<b>10%</b>

Lampiran 6. Perencanaan Menu Rumah Sakit Hari ke – 2 (1 April 2024)

PERENCANAAN MENU HARI KE – 2

Waktu	Nama Menu	Bahan Makanan	Berat (GR)	URT	E (g)	P (g)	L (g)	KH (g)	Ca (mg)	Besi (mg)	Zn (mg)	Vit A	Vit B1	Vit C	Na	Serat	
Makanan Pagi	Nasi	nasi	100	1/4 gls	180	3	0,3	39,8	147	1,8	0,5	0	0,2	0	27	0,2	
	Ayam suir kecap	Daging Ayam fillet	40	1 ptg sdg	119,2	7,28	2	0	5,6	0,6	0,24	98	0,032	0	43,6	0	
		kecap manis	3	1/2 sdt	2,13	0,171	0,039	0,27	3,69	1,71	0	0	0	0	0	0	0
	tempe bacem	tempe	50	1 ptg sdg	100,5	10,25	5,3	5,2	101	2,45	1,25	0	0,12	0	11	2,1	
		kecap manis	3	1/2 sdt	2,13	0,171	0,039	0,27	3,69	1,71	0	0	0	0	0	0	0
	bening katuk	daun katuk	100	1/2 gls	59	0,4	1	9,9	233	3,5	1,3	0	0	164	21	1,5	
	buah - buahan	pepaya	100	1/2 ptg bsr	46	0,5	0,1	12,2	23	1,7	0,3	0	0,04	78	4	1,6	
<b>SUBTOTAL SELINGAN PAGI</b>					<b>508,96</b>	<b>21,772</b>	<b>8,778</b>	<b>67,64</b>	<b>516,98</b>	<b>13,47</b>	<b>3,59</b>	<b>98</b>	<b>0,392</b>	<b>242</b>	<b>106,66</b>	<b>5,4</b>	
selingan pagi	puding coklat	agar - agar plain	3	1/2 sdt	0,6	0	0	0,24	0	0	0	0	0	0	0	0	
		susu skim cair coklat	20	1/4 gls	7,2	0,7	0,02	1,02	24,6	0,02	0	0	0	0,2	7,6	0	
		gula pasir	3	1/2 sdt	11,82	0	0	2,82	0,15	0,003	0	0	0	0	0,03	0	
<b>Subtotal</b>					<b>19,62</b>	<b>0,7</b>	<b>0,02</b>	<b>4,08</b>	<b>24,75</b>	<b>0,023</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,2</b>	<b>7,63</b>	<b>0</b>		
makan siang	Nasi	nasi	150	1/4 gls	270	4,5	0,45	59,7	220,5	2,7	0,75	0	0,3	0	40,5	0,3	
	Semur telur puyuh	Telur Puyuh	70	5 btr	9,8	9,8	0,7	1,12	45,5	2,45	0,84	66,5	0,091	0	77,7	0	
		kecap manis	3	1/2 sdt	2,13	0,171	0,039	0	3,69	1,71	0	0	0	0	0	0	
	tempe bb semur	tempe	25	1 ptg sdg	50,25	5,125	2,65	2,6	50,5	1,225	0,625	0	0,06	0	5,5	1,05	
		kecap manis	3	1/2 sdt	2,13	0,171	0,039	0	3,69	1,71	0	0	0	0	0	0	
Sayur bening	katuk	100	1 gls	16	0,9	0,4	2,9	166	3,5	0,4	0	0,04	41	16	0,7		



	katuk															
	buah - buahan	pepaya	50	1/2 ptg bsr	23	0,2 5	0,0 5	6,1	11, 5	0,8 5	0,1 5	0	0,0 2	39	2	0,8
<b>SUBTOTAL MAKAN SIANG</b>					<b>37 3,3 1</b>	<b>20, 91 7</b>	<b>4,3 28</b>	<b>72, 42</b>	<b>50 1,3 8</b>	<b>14, 145</b>	<b>2,7 65</b>	<b>66, 5</b>	<b>0,5 11</b>	<b>80</b>	<b>1 4 1, 7</b>	<b>2,8 5</b>
makan nan sore	Nasi	nasi	100	1 gls	18 0	3	0,3	39, 8	14 7	1,8	0,5	0	0,2	0	2 7	0,2
	pindang patin	ikan patin	45	1/3 ekor sdg	56, 25	7,6 5	1,5 3	0,4 95	61, 2	0,3 6	0,4 95	0	0,1 17	0	9 6, 3	0
	tempe tahu bb semur	tempe	25	1 ptg sdg	50, 25	5,1 25	2,6 5	2,6	50, 5	1,2 25	0,6 25	0	0,0 6	0	5, 5	1,0 5
		Tahu kuning	25	1/4 bh bsr	20	2,7 25	1,1 75	0,2	55, 75	0,8 5	0,2	0	0,0 02 5	0	0, 5	0,0 25
		kecap manis	3	1/2 sdt	2,1 3	0,1 71	0,0 39	0,2 7	3,6 9	1,7 1	0	0	0	0	0	0
	sayur toge	Toge	100	1/2 gls	37	4,4	0,5	3,8	50	2	0,4	0	0,0 2	46	2	1,7
	buah - buahan	pepaya	50	1/2 ptg bsr	23	0,2 5	0,0 5	6,1	11, 5	0,8 5	0,1 5	0	0,0 2	39	2	0,8
<b>SUBTOTAL MAKAN SORE</b>					<b>36 8,6 3</b>	<b>23, 32 1</b>	<b>6,2 44</b>	<b>53, 26 5</b>	<b>37 9,6 4</b>	<b>8,7 95</b>	<b>2,3 7</b>	<b>0</b>	<b>0,4 19 5</b>	<b>85</b>	<b>1 3 3, 3</b>	<b>3,7 75</b>
<b>TOTAL KESELURUHAN</b>					<b>12 70, 52</b>	<b>66, 71</b>	<b>19, 35</b>	<b>19 3,3 25</b>	<b>13 98</b>	<b>36, 41</b>	<b>8,7 25</b>	<b>16 4,5</b>	<b>1,3 22 5</b>	<b>40 7</b>	<b>3 8 1, 6</b>	<b>12, 02 5</b>
<b>Distribusi gizi</b>					<b>1.2 53</b>	<b>62</b>	<b>20, 8</b>	<b>20 3,6</b>	<b>1.2 00</b>	<b>8</b>	<b>11</b>	<b>60 0</b>	<b>1,1</b>	<b>75</b>	<b>1. 2 0 0</b>	<b>22</b>
<b>total persentase</b>					<b>10 1,3 98</b>	<b>10 7,5 96 8</b>	<b>93, 02 88</b>	<b>94, 95 33</b>	<b>11 6,5</b>	<b>56, 890 6</b>	<b>79, 31 82</b>	<b>27, 41 67</b>	<b>12 0,2 27</b>	<b>54 2,6 67</b>	<b>3 1, 8</b>	<b>54, 65 91</b>
<b>Tingkat kecukupan gizi (total menu/ kebutuhan harian)</b>					<b>99 %</b>	<b>10 6 %</b>	<b>93 %</b>	<b>94 %</b>	<b>11 3 %</b>	<b>56 %</b>	<b>81 %</b>	<b>27 %</b>	<b>11 6 %</b>	<b>69 8 %</b>	<b>3 1 %</b>	<b>65 %</b>

Lampiran 7. Perencanaan Menu Rumah Sakit Hari ke – 3 (2 April 2024)

PERENCANAAN MENU HARI KE – 3

Waktu	Nama Menu	Bahan Makanan	Berat (GR)	UR T	E (g)	P (g)	L (g)	K H (g)	Ca (mg)	Be si (mg)	Zn (mg)	Vi t A	Vi t B1	Vi t C	Na	Se rat
Makanan Pagi	Nasi	nasi	100	1 gls	180	3	0,3	39,8	147	1,8	0,5	0	0,2	0	27	0,2
	ikan suir bakar	ikan nila	30	1/3 ekor sdg	37,5	6,39	1,02	0,66	40,8	0,24	0,33	0	0,078	0	64,2	0
		kecap manis	3	1/2 sdt	2,13	0,171	0,039	0,27	3,69	1,71	0	0	0	0	0	0
	orak arik tempe	tempe	55	1 ptg sdg	110,55	11,44	11,75	7,425	111,1	2,695	1,375	0	0,132	0	12,1	2,31
		kecap manis	3	1/2 sdt	2,13	0,171	0,039	0,27	3,69	1,71	0	0	0	0	0	0
		gula merah	10	1 sdm	36,8	0	0	9,2	7,5	3	2,64	0	0	0	1,5	0
	sayur sop	wortel	20	2 sdm	7,2	0,2	0,12	1,58	9	0,2	0,06	0	0,008	3,6	14	0,2
		Kol	50	1/4 gls	11	1,05	0,25	1,8	100	1,6	0,1	0	0,00496	1,5	0,3	0,45
		buncis	15	1 sdm	5,1	1,2	0,15	3,6	50,5	0,35	0,15	0	0,025	5,5	4	0,95
		buah - buahan	pepaya	100	1/2 ptg bsr	46	0,5	0,1	12,2	23	1,7	0,3	0	0,04	78	4
<b>SUBTOTAL PAGI</b>					<b>438,41</b>	<b>24,122</b>	<b>13,293</b>	<b>76,805</b>	<b>496,28</b>	<b>15,005</b>	<b>5,455</b>	<b>0</b>	<b>0,48796</b>	<b>88,6</b>	<b>127,1</b>	<b>5,71</b>
selingan pagi	puding coklat	agar - agar plain	3	1/2 sdt	0,6	0	0	0,24	0	0	0	0	0	0	0	0
		susu skim cair coklat	20	1/4 gls	7,2	0,7	0,02	1,02	24,6	0,02	0	0	0	0,2	7,6	0
		gula pasir	3	1/2 sdt	11,82	0	0	2,82	0,15	0,03	0	0	0	0	0,03	0
<b>Subtotal</b>					<b>19,62</b>	<b>0,7</b>	<b>0,02</b>	<b>4,08</b>	<b>24,75</b>	<b>0,023</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,2</b>	<b>7,63</b>	<b>0</b>	
Makanan Siang	Nasi	nasi	150	1 gls	270	4,5	0,45	59,7	220,5	2,7	0,75	0	0,3	0	40,5	0,3
	sayur ayam	Daging Ayam	40	1 ptg	119,	7,28	2	0	5,6	0,6	0,24	98	0,03	0	43,6	0

		tanpa kulit		sdg	2								2				
	tahu bumbu malbi	Tahu putih	50	1/2 bh bsr	40	2,55	2,35	0,4	11,15	1,7	0,4	0	0,005	0	1	0,05	
		kecap manis	3	1/2 sdt	2,13	0,171	0,039	0,27	3,69	1,71	0	0	0	0	0	0	
	bening bayam	Bayam	75	1/2 gls	12	0,675	0,3	2,175	12,45	2,625	0,3	0	0,035	30,75	12	0,525	
		wortel	25	1/4 gls	9	0,25	0,15	1,975	11,25	0,25	0,075	0	0,015	4,5	17,5	0,25	
	buah - buahan	pepaya	50	1/2 ptg bsr	23	0,25	0,05	12,2	11,5	0,85	0,15	0	0,02	39	2	0,8	
<b>Subtotal</b>					<b>47,33</b>	<b>15,605</b>	<b>5,339</b>	<b>76,72</b>	<b>48,854</b>	<b>10,435</b>	<b>1,915</b>	<b>98</b>	<b>0,397</b>	<b>74,25</b>	<b>11,66</b>	<b>1,925</b>	
makan sore	Nasi	nasi	100	1 gls	180	3	0,3	39,8	14,7	1,8	0,5	0	0,2	0	27	0,2	
	pepes ikan patin	ikan patin	35	1/3 ekor bsr	43,5	5,95	1,19	0,385	7	0,35	0	3,15	0,0175	0	0	0	
	pepes tahu kemangi	Tahu putih	50	1/2 bh bsr	40	2,55	2,35	0,4	11,15	1,7	0,4	0	0,005	0	1	0,05	
	sayur kacang panjang	Toge		10	1 sdm	3,7	0,44	0,05	0,38	5	0,2	0,04	0	0,002	4,6	0,2	0,17
		wortel		20	2 sdm	7,2	0,22	0,12	1,58	9	0,2	0,06	0	0,008	3,6	14	0,2
		kacang panjang		75	1/4 gls	23,25	1,725	0,075	5,3	45	0,45	0,375	0	0,525	34,5	22,5	2,025
	buah - buahan	pepaya	50	1/4 ptg bsr	23	0,25	0,05	12,2	11,5	0,85	0,15	0	0,02	39	2	0,8	
<b>Subtotal</b>					<b>320,9</b>	<b>18</b>	<b>4,135</b>	<b>60,045</b>	<b>33,6</b>	<b>5,55</b>	<b>1,525</b>	<b>3,15</b>	<b>0,7775</b>	<b>81,7</b>	<b>66,7</b>	<b>3,445</b>	
<b>TOTAL KESELURUHAN</b>					<b>1254,26</b>	<b>58,427</b>	<b>22,87</b>	<b>217,65</b>	<b>1320,82</b>	<b>30,99</b>	<b>8,895</b>	<b>101,15</b>	<b>1,66246</b>	<b>244,55</b>	<b>310,4</b>	<b>11,08</b>	
<b>Distribusi gizi</b>					<b>1.253</b>	<b>62</b>	<b>20,8</b>	<b>203,6</b>	<b>1.200</b>	<b>8</b>	<b>11</b>	<b>600</b>	<b>1,1</b>	<b>75</b>	<b>1.200</b>	<b>22</b>	
<b>total persentase</b>					<b>100,101</b>	<b>94,371</b>	<b>109,553</b>	<b>106,901</b>	<b>110,068</b>	<b>48,419</b>	<b>80,8636</b>	<b>16,583</b>	<b>151,133</b>	<b>32,067</b>	<b>25,667</b>	<b>50,363</b>	
<b>Tingkat kecukupan gizi (total menu/ kebutuhan harian)</b>					<b>102%</b>	<b>94%</b>	<b>109%</b>	<b>106%</b>	<b>111%</b>	<b>48%</b>	<b>82%</b>	<b>16%</b>	<b>153%</b>	<b>39,8%</b>	<b>26%</b>	<b>55%</b>	

## Lampiran 8. Recall 1x24 Jam Saat Intervensi

### RECALL 24 JAM HARI KE – 1

Waktu	Nama Menu	Bahan Makanan	Berat (GR)	URT	E (g)	P (g)	L (g)	KH (g)	
sarapan pagi	Nasi	nasi	100	1/4 gls	180	3	0,3	39,4	
	semur hati ayam	hati ayam	30	1 bh sdg	78,3	8,22	1,83	0,48	
		kecap manis	3	1/2 sdt	2,13	0,171	0,039	0,09	
	tempe tepung	tempe	50	2 ptg sdg	74,5	9,15	2	6,35	
		tepung terigu	5	1/2 sdm	16,65	0,45	0,05	3,86	
		Minyak Kelapa Sawit	3	1/2sdm	26,52	0	3	0	
	sawi putih saus tiram	sawi hijau	100	1/2 gls	28	2,3	0,3	4	
buah - buahan	pepaya	100	1/4 ptg bsr	46	0,5	0,1	12,2		
<b>Subtotal</b>					<b>452,1</b>	<b>23,791</b>	<b>7,619</b>	<b>66,38</b>	
					<b>452,1</b>	<b>23,791</b>	<b>7,619</b>	<b>66,38</b>	<b>0 %</b>
selingan pagi	puding coklat	agar - agar plain	3	1/2 sdt	0,6	0	0	0,24	
		susu skim cair coklat	20	1/4 gls	7,2	0,7	0,02	1,02	
		gula pasir	3	1/2 sdt	11,82	0	0	2,82	
<b>Subtotal</b>					<b>19,62</b>	<b>0,7</b>	<b>0,02</b>	<b>4,08</b>	
					<b>19,62</b>	<b>0,7</b>	<b>0,02</b>	<b>4,08</b>	<b>0 %</b>
Makan Siang	Nasi	nasi	150	1/4 gls	270	4,5	0,45	59,7	
	sayur ikan kembung	ikan kembung	35	1/3 ekor sdg	46,2	7,455	0,91	0,385	
		ketimun	10	2 ptg kcl	0,8	0,02	0,02	0,14	
	tampe tahu bb semur	Tahu kuning	25	1/4 bh bsr	20	2,725	0,675	0,2	
		tempe	25	1 ptg sdg	37,25	4,575	1	3,175	
		kecap manis	3	1/2 sdt	2,13	0,171	0,039	0,09	
	bening bayam wortel	Bayam	75	1 gls	12	0,675	0,3	2,175	
		wortel	20	2 sdm	7,2	0,2	0,12	1,58	
buah - buahan	pepaya	50	1/4 ptg bsr	23	0,25	0,05	6,1		
<b>Subtotal</b>					<b>418,58</b>	<b>20,571</b>	<b>3,564</b>	<b>73,545</b>	
					<b>260,235</b>	<b>14,45</b>	<b>2,58</b>	<b>43,5</b>	<b>25 %</b>
Makan sore	Nasi	nasi	100	1/4 gls	180	3	0,3	39,8	
	telur sayur	Telur ayam	50	1 btr	82	6,2	0,35	0,35	
		wortel	10	1 sdm	3,6	0,1	0,06	0,79	
		saledri	3	1/2 sdt	0,69	0	0	0	
		Minyak Kelapa	5	1/2sdm	44,2	0	5	0	

		Sawit							
	tempe bumbu kuning	tempe	50	1 ptg sdg	74,5	9,15	2	6,35	
	sayur bening gambas	gambas	100	1/2 gls	8	0,2	0,2	1,4	
	buah - buahan	pepaya	50	1/2 ptg bsr	23	0,25	0,05	6,1	
<b>Subtotal</b>					<b>415,99</b>	<b>18,9</b>	<b>7,96</b>	<b>54,79</b>	
					<b>325,79</b>	<b>14,32</b>	<b>6</b>	<b>44,25</b>	
TOTAL KESELURUHAN					1306,29	63,962	19,163	198,795	
Total kebutuhan					1.253	62	20,8	203,6	
total persentase					104,253	103,165	92,1298	97,64	
<b>Tingkat kecukupan gizi (total menu/ kebutuhan harian)</b>					<b>101%</b>	<b>103%</b>	<b>92%</b>	<b>96%</b>	
asupan yang dimakan					1057,745	53,261	16,219	158,21	
total persentase					80%	83%	84%	79%	

## Lampiran 9. Recall 1x24 Jam Saat Intervensi

### RECALL 24 JAM HARI KE - 2

Waktu	Nama Menu	Bahan Makanan	Berat (GR)	URT	E (g)	P (g)	L (g)	KH (g)
Makanan Pagi	Nasi	nasi	100	1/4 gls	180	3	0,3	39,8
	Ayam suir kecap	Daging Ayam fillet	40	1 ptg sdg	119,2	7,28	2	0
		kecap manis	3	1/2 sdt	2,13	0,171	0,039	0,27
	tempe bacem	tempe	50	1 ptg sdg	100,5	10,25	5,3	5,2
		kecap manis	3	1/2 sdt	2,13	0,171	0,039	0,27
	bening katuk	daun katuk	100	1/2 gls	59	0,4	1	9,9
	buah - buahan	pepaya	100	1/2 ptg bsr	46	0,5	0,1	12,2
<b>SUBTOTAL SELINGAN PAGI</b>					<b>508,96</b>	<b>21,772</b>	<b>8,778</b>	<b>67,64</b>
					<b>508,96</b>	<b>21,772</b>	<b>8,778</b>	<b>67,64</b>
selingan pagi	puding coklat	agar - agar plain	3	1/2 sdt	0,6	0	0	0,24
		susu skim cair coklat	20	1/4 gls	7,2	0,7	0,02	1,02
		gula pasir	3	1/2 sdt	11,82	0	0	2,82
<b>Subtotal</b>					<b>19,62</b>	<b>0,7</b>	<b>0,02</b>	<b>4,08</b>
					<b>19,62</b>	<b>0,7</b>	<b>0,02</b>	<b>4,08</b>
makan siang	Nasi	nasi	150	1/4 gls	270	4,5	0,45	59,7
	Semur telur puyuh	Telur Puyuh	70	5 btr	9,8	9,8	0,7	1,12
		kecap manis	3	1/2 sdt	2,13	0,171	0,039	0
	tempe bb semur	tempe	25	1 ptg sdg	50,25	5,125	2,65	2,6
		kecap manis	3	1/2 sdt	2,13	0,171	0,039	0
	Sayur bening katuk	katuk	100	1 gls	16	0,9	0,4	2,9
	buah - buahan	pepaya	50	1/2 ptg bsr	23	0,25	0,05	6,1
<b>SUBTOTAL MAKAN SIANG</b>					<b>373,31</b>	<b>20,917</b>	<b>4,328</b>	<b>72,42</b>
					<b>373,31</b>	<b>20,917</b>	<b>4,328</b>	<b>72,42</b>
makanan sore	Nasi	nasi	100	1 gls	180	3	0,3	39,8
	pindang patin	ikan patin	45	1/3 ekor sdg	56,25	7,65	1,53	0,495
	tempe tahu bb semur	tempe	25	1 ptg sdg	50,25	5,125	2,65	2,6
		Tahu kuning	25	1/4 bh bsr	20	2,725	1,175	0,2
		kecap manis	3	1/2 sdt	2,13	0,171	0,039	0,27
	sayur toge	Toge	100	1/2 gls	37	4,4	0,5	3,8
	buah - buahan	pepaya	50	1/2 ptg bsr	23	0,25	0,05	6,1
<b>SUBTOTAL MAKAN SORE</b>					<b>368,6</b>	<b>23,32</b>	<b>6,244</b>	<b>53,26</b>

				3	1		5
				368,6 3	23,32 1	6,244	53,26 5
TOTAL KESELURUHAN				1270, 52	66,71	19,35	197,4 05
Distribusi gizi				1.253	62	20,8	203,6
total persentase				101,3 98	107,5 97	93,02 88	96,95 73
<b>Tingkat kecukupan gizi (total menu/ kebutuhan harian)</b>				<b>101%</b>	<b>107%</b>	<b>93%</b>	<b>96%</b>
asupan yang dimakan				1270, 52	66,71	19,37	197,4 05
total persentase				101%	107%	93%	96%

## Lampiran 10. Recall 1x24 Jam Saat Intervensi

### RECALL 24 JAM MENU HARI KE - 3

Waktu	Nama Menu	Bahan Makanan	Berat (GR)	URT	E (g)	P (g)	L (g)	KH (g)
Makanan Pagi	Nasi	nasi	100	1 gls	180	3	0,3	39,8
	ikan suir bakar	ikan nila	30	1/3 ekor sdg	37,5	6,39	1,02	0,66
		kecap manis	3	1/2 sdt	2,13	0,171	0,039	0,27
	orak arik tempe	tempe	55	1 ptg sdg	110,5 5	11,44	11,27 5	7,425
		kecap manis	3	1/2 sdt	2,13	0,171	0,039	0,27
		gula merah	10	1 sdm	36,8	0	0	9,2
	sayur sop	wortel	20	2 sdm	7,2	0,2	0,12	1,58
		Kol	50	1/4 gls	11	1,05	0,25	1,8
		buncis	15	1 sdm	5,1	1,2	0,15	3,6
	buah - buahan	pepaya	100	1/2 ptg bsr	46	0,5	0,1	12,2
<b>SUBTOTAL PAGI</b>					<b>438,4 1</b>	<b>24,12 2</b>	<b>13,29 3</b>	<b>76,805</b>
					<b>438,4 1</b>	<b>24,12 2</b>	<b>13,29 3</b>	<b>76,805</b>
selingan pagi	puding coklat	agar - agar plain	3	1/2 sdt	0,6	0	0	0,24
		susu skim cair coklat	20	1/4 gls	7,2	0,7	0,02	1,02
		gula pasir	3	1/2 sdt	11,82	0	0	2,82
<b>Subtotal</b>					<b>19,62</b>	<b>0,7</b>	<b>0,02</b>	<b>4,08</b>
					<b>19,62</b>	<b>0,7</b>	<b>0,02</b>	<b>4,08</b>
Makanan Siang	Nasi	nasi	150	1 gls	270	4,5	0,45	59,7
	sayur ayam	Daging Ayam tanpa kulit	40	1 ptg sdg	119,2	7,28	2	0
	tahu bumbu malbi	Tahu putih	50	1/2 bh bsr	40	2,55	2,35	0,4
		kecap manis	3	1/2 sdt	2,13	0,171	0,039	0,27
	bening bayam	Bayam	75	1/2 gls	12	0,675	0,3	2,175
		wortel	25	1/4 gls	9	0,25	0,15	1,975
	buah - buahan	pepaya	50	1/2 ptg bsr	23	0,25	0,05	12,2
<b>Subtotal</b>					<b>475,3 3</b>	<b>15,60 5</b>	<b>5,339</b>	<b>76,72</b>
					<b>475,3 3</b>	<b>15,60 5</b>	<b>5,339</b>	<b>76,72</b>
makan sore	Nasi	nasi	100	1 gls	180	3	0,3	39,8
	pepes ikan patin	ikan patin	35	1/3 ekor bsr	43,75	5,95	1,19	0,385
	pepes tahu kemangi	Tahu putih	50	1/2 bh bsr	40	2,55	2,35	0,4
	sayur kacang	Toge	10	1 sdm	3,7	0,44	0,05	0,38



	panjang	wortel	20	2 sdm	7,2	0,2	0,12	1,58
		kacang panjang	75	1/4 gls	23,25	1,725	0,075	5,3
	buah - buahan	pepaya	50	1/4 ptg bsr	23	0,25	0,05	12,2
<b>Subtotal</b>					<b>320,9</b>	<b>18</b>	<b>4,135</b>	<b>60,045</b>
					<b>320,9</b>	<b>18</b>	<b>4,135</b>	<b>60,045</b>
TOTAL KESELURUHAN					1254, 26	58,42 7	22,78 7	217,65
Distribusi gizi					1.253	62	20,8	203,6
total persentase					100,1 01	94,23 71	109,5 53	106,90 08
<b>Tingkat kecukupan gizi (total menu/ kebutuhan harian)</b>					<b>100 %</b>	<b>94%</b>	<b>109 %</b>	<b>106%</b>
asupan yang dimakan					1254, 26	58,42 7	22,78 7	217,65
total persentase					<b>100 %</b>	<b>94%</b>	<b>109 %</b>	<b>106%</b>

## Lampiran 11. Siklus Menu

### Siklus Menu Pasien Klinik Pratama Rawat inap Enggal Waras Husada Bulan Januari – juni 2024

Waktu	Hari Ke					
	I	II	III	IV	V	VI
Pagi	Nasi/Tim/BB/Diet	Nasi/Tim/BB/Diet	Nasi/Tim/BB/Diet	Nasi/Tim/BB/Diet	Nasi/Tim/BB/Diet	Nasi/Tim/BB/Diet
	Semur hati ayam	Ayam suir kecap	Ikan suir bakar	Patin panggang	Semur telur (puyuh/ayam)	Telur sayur
	Tempe tepung	Tempe bumbu bacem	Orak arik tempe	Tempe bacem	Tempe mendoan	Tahu bumbu tauco
	Sawi saus tiram	Bening katuk	Sayur sop	Sayur toge bumbu soto	Sayur kacang panjang	Sayur sop
	Pepaya	Pepaya	Pepaya	pisang rebus	Pepaya	Pisang rebus
Siang	Nasi/Tim/BB/Diet	Nasi/Tim/BB/Diet	Nasi/Tim/BB/Diet	Nasi/Tim/BB/Diet	Nasi/Tim/BB/Diet	Nasi/Tim/BB/Diet
	Sayur ikan kembung	Semur telur (puyuh/ayam)	Sayur ayam	Ayam suir kecap	Ayam pindang	Ikan pepes patin
	Tempe tahu bumbu semur	Tempe bumbu semur	Tahu bumbu malbi	Tahu saus tiram	Tempe asam manis	Pepes tahu kemangi
	Bening bayam wortel	Bening katuk	Bening bayam	Bening bayam jagung	Capcay	Acar kuning wortel + labusiam + buncis
	Pepaya	pepaya	Pepaya	Pepaya	Pepaya	Semangka
Sore	Nasi/Tim/BB/Diet	Nasi/Tim/BB/Diet	Nasi/Tim/BB/Diet	Nasi/Tim/BB/Diet	Nasi/Tim/BB/Diet	Nasi/Tim/BB/Diet
	Telur sayur	Pindang patin	Pepes ikan patin	Ayam saus tiram	Ikan suir bakar	Gulai telur
	Tempe bumbu kuning	Tempe tahu bb semur	Pepes tahu kemangi	Tahu bumbu kuning	Tempe bumbu acar	Orak arik tempe
	Sayur bening gambas	Sayur toge bumbu soto	Sayur kacang panjang	Tumis soleng + wortel	Bening katuk	Sayur bening gambas
	Pepaya	Pepaya	Pepaya	Semangka	Pepaya	Pepaya

**Lampiran 12. Dokumentasi Menu dan Sisa Makanan Selama Intervensi**

**DOKUMENTASI MENU MAKANAN PASIEN**

Waktu Intervensi	Waktu makan	Sebelum dimakan	Sesudah dimakan
Hari ke – 1	Makan pagi (08.00)		
	Selingan pagi (10.00)		
	Makan siang (12.30)		
	Makan sore (17.30)		
Hari ke – 2	Makan pagi (08.00)		
	Selingan pagi (10.00)		
	Makan siang (12.00)		

	Makan sore (17.30)		
Hari ke – 3	Makan pagi (08.00)		
	Selangan pagi (10.00)		
	Makan siang (12.00)		
	Makan sore (17.30)		

**Lampiran 13. Dokumentasi Kegiatan Selama Intervensi**

**DOKUMENTASI KEGIATAN SELAMA INTERVENSI**



# Lampiran 14. Leaflet Diet Lambung

Nama : .....  
 Berat Badan/ Tinggi Badan : .....Kg/.....cm  
 Umur : .....  
 IMT (Indeks Masa Tubuh) : .....

Kebutuhan Gizi Sehari :  
 Energi : .....Kkal Lemak : .....gr  
 Protein : .....gr Karbohidrat : .....gr

### PEMBAGIAN MAKAN SEHARI

Pagi jam 06.00 - 08.00

	Berat (gr)	URT
Nasi/Pengganti	.....	.....
Hewani /Nabati	.....	.....
Sayuran	.....	.....
Minyak	.....	.....
Gula pasir	.....	.....

Selingan 10.00

Makan Siang 12.00 - 13.00

Nasi/Pengganti	.....	.....
Hewani /Nabati	.....	.....
Sayuran	.....	.....
Minyak	.....	.....
Gula pasir	.....	.....

Selingan 16.00

Makan Malam 18.00 - 19.00

Nasi/Pengganti	.....	.....
Hewani /Nabati	.....	.....
Sayuran	.....	.....
Minyak	.....	.....
Gula pasir	.....	.....

### Gejala :

1. Cepat kenyang
2. Perut tidak nyaman setelah makan
3. Sakit pada bagian perut atas/ ulu hati
4. Rasa kembung pada ulu hati
5. Mual
6. Sesak

Waktu Makan	Contoh Menu	URT	Berat
Sarapan	Nasi tim	½ gls	200g
	Sop ayam	1 ptg sglg	40 g
	Tempe kukus bumbu kuring	2 ptg sglg	50 g
	Bening bayam	1 mngk kecil	100 g
	Buah peaya	½ ptg bsr	95
Selingan pagi	Bubur kacang hijau	1 mangkuk sedang	120 g
Siang	Nasi tim	½ gls	200g
	Pecep ayam	1 ptg sglg	40 g
	Tahu bacem	1 ptg bsr	110g
	Sawi siram	1 gls	100g
Selingan sore	Buah peaya	1 ptg bsr	190 g
	Puding melon	1 cup ksl	50 g
Malam	Nasi tim	½ gls	200 g
	Omelet	1 butir	55 g
	Pecep tahu	1 ptg bsr	110g
Selingan malam	Bening daun ketuk	1 gls	100 g
	Jus melon	1 gls	200ml



Jagalah kesehatan lambung patuhi anjuran diet hindari makanan pedas, asam dan merangsang lambung

### Tujuan Diet :

1. Menghindari hal yang dapat mengurangi tekanan pada sfingter bagian bawah esofagus
2. Mengurangi keasaman material saat refleks untuk mencegah iritasi pada esofagus
3. Mengoptimalkan asupan gizi dengan mem - pertimbang kanresiko tersedak
4. Memberikan makanan dan cairan secukupnya yang tidak memberatkan lambung serta mencegah dan menetralkan sekresi asam lambung yang berlebihan

### Syarat Diet :

1. Hindari peppermint dan spearmint
2. Hindari bahan makanan yangn merangsang seperti rokok, alkohol, coklat,kopi, dan kafein
3. Kurangi makan yang tinggi lemak
4. Kurangi makanan yang berbumbu tajam, pedas, asam, berkarbonasi.
5. Makanan sebaiknya direbus, dikukus, dipanggang dan ditumis.
6. Makan dengan porsi kecil tetapi sering
7. Hindari tidur setelah makan



Bahan Makanan	Dianjurkan	Dihindari
Sumber Karbohidrat	Beras dibubur atau ditim, kentang pure, makaroni rebus, roti (gandum utuh), krakers, biskuit mie, bihun, tepung - tepungan dibuat bubur , kentang.	Beras ketan, beras tumbuk, jagung, singkong, talas, kue yang terlalu manis, berlemak tinggi, roti dengan taburan kacang, raisin, beras merah, bran sereal.
Protein Hewani	Daging, ikan, ayam tidak digoreng, telur.	Daging, ikan, ayam, telur yang diawetkan
Protein Nabati	Tempe, tahu, kacang kedelai, kacang hijau.	Kacang merah, oncom, kacang mente
Sayuran	Jus tomat, asparagus, wortel, buncis, kacang hijau, jamur, bayam.	Sayuran mentah
Buah - buahan	Semua jus buah, alpukat, pisang, anggur, jeruk, apel (baked peeled), apricots, cerry,peace, pir, nanas.	Zaitun, buah yang mentah, buah yang dikeringkan, buah dengan biji atau kulit yang keras, kelapa.
Bumbu	Garam, kayu manis, kecap	Lada, kunyit, acar
Minyak	mentega, susu krim, margarin, mayones, dressing salad	Makanan yang digoreng, lemak cair.
Minuman	Susu, minuman sereal, minuman berkarbonasi, kopi, teh	alkohol

