

LAMPIRAN

Lampiran 1. *Form Informed Consent*

36

LAMPIRAN

Lampiran 1 Form Informed Consent

INFORMED CONSENT

Saya telah mendapatkan penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai hal yang berkaitan dengan penelitian "Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar pada Pasien Gagal Ginjal Kronik dengan Hemodialisis di RSUD Pringsewu Tahun 2023" oleh Fadilah Mawaddah. Saya memutuskan setuju untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian ini secara sukarela tanpa paksaan. Bila saya inginkan maka saya dapat mengundurkan diri sewaktu-waktu tanpa sanksi apapun.

Tanggal : 19 April 2023

Nama Responden : Deriono

Deriono

Tanda Tangan :

Lampiran 2. Surat Izin Pengambilan Data dari Lokasi



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

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 / 6168 / 2022
Lampiran : Eks
Hal : Izin Pengambilan Data Pendahuluan

27 Oktober 2022

Yth, Direktur RSUD.Pringsewu Kabupaten Pringsewu
Di – Pringsewu

Sehubungan dengan penyusunan LTA (Laporan Tugas Akhir) bagi mahasiswa Tingkat III Program Studi Diploma Tiga Gizi Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Tanjungkarang Tahun Akademik 2022/2023, maka kami mengharapkan dapat diberikan izin kepada mahasiswa kami untuk dapat melakukan pengambilan data pendahuluan di Institusi yang Bpk/lbu pimpin. Berikut terlampir mahasiswa yang melakukan penelitian :

Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.



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

Tembusan :
1.Ka. Jurusan Gizi
2.Ka.Bid.Diklat

Lampiran 1 : Izin Pengambilan Data Pendahuluan
 Nomor : PP.03.01/1.1/6168 /2022
 Tanggal : 27 Oktober 2022


DAFTAR NAMA MAHASISWA DAN TEMPAT PENGAMBILAN DATA PENDAHULUAN
 PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM DIPLOMA TIGA JURUSAN GIZI
 POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPANGKARANG
 TA.2022/2023

No	NAMA	JUDUL PROPOSAL	TEMPAT PENELITIAN
1	FADILAH MAWADDAH NIM: 2013411081	PENATALAKSANAAN ASUHAN GIZI TERSTANDAR PADA PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK DI RSUD PRINGSEWU	RSUD PRINGSEWU
2	KHOIRUNNISA KEN MAULIDIANA NIM: 2013411095	GAMBARAN PENERAPAN HAZARD ANALYSIS CRITICAL CONTROL POINT (HACCP) PADA MENU SEMUR AYAM DAN ROLADE DI RSUD PRINGSEWU	
3	NUR HASANAH NIM: 2013411109	PENATALAKSANAAN ASUHAN GIZI TERSTANDAR PADA PASIEN PREEKLAMPSIA	
4	MAHANIDA ANGGALA MAYORA NIM: 2013411099	GAMBARAN DAYA TERIM PASIEN DIABETES MELITUS TERHADAP CITA RASA DAN SISA MAKANAN DI RUANG RAWAT INAP KELAS III RSUD PRINGSEWU	



Warjadin Aliyanto, SKM, M.Kes
 NIP 196401281985021001

Lampiran 3. Jawaban Surat Izin Pengambilan Data dari Lokasi


 PEMERINTAH KABUPATEN PRINGSEWU
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH PRINGSEWU
 Jln. Lintas Barat PekonFajarAgung Barat Kec.Pringsewu 35373
 ☎ (0729) 23582 Email:rsud@pringsewukab.go.id, Website:rsud.pringsewukab.go.id

Pringsewu, 30 November 2022

Nomor : 445/4910 /LL.04/2022
 Lampiran : -
 Perihal : **Jawaban Izin Pengambilan Data**

Kepada Yth
 Direktur Politeknik Kesehatan
 Kemenkes Tanjung Karang
 Di
Bandar Lampung


Pendahuluan

Berdasarkan surat Izin Penelitian dari Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tanjung Karang Tahun Akademik 2022/2023 nomor : PP.03.01/1.1/6168/2022 tanggal 27 Oktober 2022 perihal Izin Pengambilan Data Pendahuluan, maka dengan ini RSUD Pringsewu mengizinkan mahasiswa sebagai berikut :

Nama : Fadilah Mawaddah
 NIM : 2013411081
 Program Studi : Program Diploma Tiga Jurusan Gizi
 Judul : Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Dengan Hemodialisis di RSUD Pringsewu Tahun 2023

untuk melaksanakan penelitian di RSUD Pringsewu. Selanjutnya kami informasikan untuk kegiatan tersebut dikenakan administrasi keuangan sesuai dengan Peraturan Bupati Pringsewu Nomor 30 Tahun 2018 tentang Tarif Pelayanan BLUD RSUD Pringsewu serta setelah selesai penelitian diharapkan dapat menyerahkan Skripsi hasil penelitiannya di bagian Diklat dan Litbang RSUD Pringsewu.

Demikian disampaikan, atas perhatiannya diucapkan terimakasih.

an. Direktur
 Kab. Bag. Tata Usaha

Puji Harno, A.Md.Kept
 NIP.19671010 198802 1 001

Lampiran 4. Kuesioner Pengetahuan Gizi Sebelum Intervensi

Kuesioner Pengetahuan Sebelum Intervensi

Petunjuk pengisian:

Bacalah dengan cermat dan teliti setiap pernyataan dibawah ini.

Berilah checklist (✓) pada salah satu kolom sesuai dengan jawaban yang menurut Bapak/Ibu benar. Bila ada yang kurang mengerti, bisa ditanyakan ke peneliti.

No.	Pernyataan	Benar	Salah
1.	Diet yang diberikan kepada pasien gagal ginjal kronik dengan hemodialisis adalah diet rendah protein	✓	
2.	Tujuan penting dari program terapi hemodialisis adalah mencegah ketidakseimbangan gizi serta mempertahankan dan memperbaiki status gizi	✓	
3.	Keripik bergaram tidak boleh dikonsumsi bagi pasien gagal ginjal kronik, karena mengandung tinggi natrium	✓	
4.	Dalam sehari konsumsi tempe boleh lebih dari 4 potong	✓	
5.	Dalam sehari, konsumsi telur yang dibolehkan hanya 1 butir saja	✓	
6.	Ikan kalengan boleh dikonsumsi oleh pasien gagal ginjal kronik karena rendah natrium	✓	
7.	Bumbu dapur seperti kecap, saus tomat, saus tiram harus dibatasi bagi pasien gagal ginjal kronik, karena mengandung tinggi natrium	✓	
8.	Pada pasien gagal ginjal kronik konsumsi garam sebanyak 2 g/hari	✓	
9.	Mengonsumsi makanan yang tinggi lemak secara berlebihan berpengaruh terhadap timbulnya gagal ginjal kronik	✓	
10.	Cairan yang boleh dikonsumsi adalah sebanyak jumlah urin ditambah 500-750 ml (2-3 gelas)	✓	
11.	Pada pasien gagal ginjal kronik perlu pembatasan kalium dengan mengurangi konsumsi pisang, mangga, tomat, dan bayam		✓
12.	Tepung maizena, tepung jagung, dan tapioka merupakan bahan makanan yang bisa digunakan untuk membuat snack rendah protein	✓	
13.	Jika pasien gagal ginjal kronik mengalami mual muntah pola makan dapat diubah dengan porsi sedikit, tetapi frekuensinya sering.	✓	
14.	Setiap kali makan pasien gagal ginjal kronik tidak dianjurkan ada sumber protein hewani seperti daging ayam, ikan, dan telur	✓	

15.	Untuk membatasi banyaknya jumlah cairan pada pasien gagal ginjal kronik, masakan lebih baik dibuat dalam bentuk tidak berkuah	✓	
16.	Pemberian suplemen yang mengandung protein dan energi seperti Nephrisol-D dilakukan saat mengalami penurunan nafsu makan		✓
17.	Minyak kelapa, margarin, dan mentega adalah makanan yang tidak dianjurkan untuk dikonsumsi bagi pasien gagal ginjal kronik		✓
18.	Madu, makaroni, roti bukan merupakan makanan yang dianjurkan untuk dikonsumsi bagi pasien gagal ginjal kronik	✓	
19.	Bila ada edema (bengkak kaki atau bagian tubuh lain), tekanan darah tinggi perlu mengurangi garam dan menghindari bahan makanan sumber natrium seperti minuman bersoda, minuman kemasan	✓	
20.	Bila ada edema (bengkak kaki atau bagian tubuh lain), tekanan darah tinggi perlu mengurangi garam dan menghindari bahan makanan sumber natrium seperti ikan asin, dan telur asin	✓	

$$\begin{aligned}
 \text{Hasil kuesiner} &= \text{Jumlah soal benar} : \text{Jumlah soal} \times 100\% \\
 &= 11 : 20 \times 100\% \\
 &= 55\%
 \end{aligned}$$

Lampiran 5. Kuesioner Pengetahuan Gizi Sesudah Intervensi

Kuesioner Pengetahuan Sesudah Intervensi

Petunjuk pengisian:

Bacalah dengan cermat dan teliti setiap pernyataan dibawah ini.

Berilah checklist (✓) pada salah satu kolom sesuai dengan jawaban yang menurut Bapak/Ibu benar. Bila ada yang kurang mengerti, bisa ditanyakan ke peneliti.

No.	Pernyataan	Benar	Salah
1.	Diet yang diberikan kepada pasien gagal ginjal kronik dengan hemodialisis adalah diet rendah protein		✓
2.	Tujuan penting dari program terapi hemodialisis adalah mencegah ketidakseimbangan gizi serta mempertahankan dan memperbaiki status gizi	✓	
3.	Keripik bergaram tidak boleh dikonsumsi bagi pasien gagal ginjal kronik, karena mengandung tinggi natrium	✓	
4.	Dalam sehari konsumsi tempe boleh lebih dari 4 potong		✓
5.	Dalam sehari, konsumsi telur yang dibolehkan hanya 1 butir saja		✓
6.	Ikan kalengan boleh dikonsumsi oleh pasien gagal ginjal kronik karena rendah natrium		✓
7.	Bumbu dapur seperti kecap, saus tomat, saus tiram harus dibatasi bagi pasien gagal ginjal kronik, karena mengandung tinggi natrium	✓	
8.	Pada pasien gagal ginjal kronik konsumsi garam sebanyak 2 g/hari		✓
9.	Mengonsumsi makanan yang tinggi lemak secara berlebihan berpengaruh terhadap timbulnya gagal ginjal kronik	✓	
10.	Cairan yang boleh dikonsumsi adalah sebanyak jumlah urin ditambah 500-750 ml (2-3 gelas)	✓	
11.	Pada pasien gagal ginjal kronik perlu pembatasan kalium dengan mengurangi konsumsi pisang, mangga, tomat, dan bayam		✓
12.	Tepung maizena, tepung jagung, dan tapioka merupakan bahan makanan yang bisa digunakan untuk membuat snack rendah protein	✓	
13.	Jika pasien gagal ginjal kronik mengalami mual muntah pola makan dapat diubah dengan porsi sedikit, tetapi frekuensinya sering.	✓	
14.	Setiap kali makan pasien gagal ginjal kronik tidak dianjurkan ada sumber protein hewani seperti daging ayam, ikan, dan telur		✓

15.	Untuk membatasi banyaknya jumlah cairan pada pasien gagal ginjal kronik, masakan lebih baik dibuat dalam bentuk tidak berkuah	✓	
16.	Pemberian suplemen yang mengandung protein dan energi seperti Nephrisol-D dilakukan saat mengalami penurunan nafsu makan		✓
17.	Minyak kelapa, margarin, dan mentega adalah makanan yang tidak dianjurkan untuk dikonsumsi bagi pasien gagal ginjal kronik	✓	
18.	Madu, makaroni, roti bukan merupakan makanan yang dianjurkan untuk dikonsumsi bagi pasien gagal ginjal kronik	✓	
19.	Bila ada edema (bengkak kaki atau bagian tubuh lain), tekanan darah tinggi perlu mengurangi garam dan menghindari bahan makanan sumber natrium seperti minuman bersoda, minuman kemasan	✓	
20.	Bila ada edema (bengkak kaki atau bagian tubuh lain), tekanan darah tinggi perlu mengurangi garam dan menghindari bahan makanan sumber natrium seperti ikan asin, dan telur asin	✓	

$$\begin{aligned}
 \text{Hasil kuesiner} &= \text{Jumlah soal benar} : \text{Jumlah soal} \times 100\% \\
 &= 16 : 20 \times 100\% \\
 &= 80\%
 \end{aligned}$$

Lampiran 6. Form *Food Recall* 24 Jam SMRS**Form *Food Recall* 24 Jam SMRS**

Responden : Pewawancara :

Nama Responden : Tanggal :

Waktu	Menu	Bahan Makanan	URT	Berat (gr)

Lampiran 7. Formulir FFQ

FFQ Semi Kuantitatif Konsumsi

Nama Subjek : Tn. D Tanggal Wawancara : 14 April 2023
 Umur : 60 tahun Pewawancara : Fadilah Mawaddah
 Jenis kelamin : Laki-laki Alamat : Pringsewu

No.	Bahan makanan	Satu porsi (g)	Frekuensi Konsumsi (Skor Konsumsi Pangan)					
			>3x/ hr	1x/ hr	3-6x/ mg	1-2x/ mg	1x/ bln	Tidak pernah
			(50)	(25)	(15)	(10)	(5)	(0)
A.	Makanan Pokok							
1.	Nasi	¾ gls (100)	√					
2.	Biskuit	4 bh (40)			√			
3.	Jagung segar	3 bh (125)						
4.	Kentang	2 bh (210)						
5.	Mie basah	2 gls (200)			√			
6.	Mie kering	1 gls (100)			√			
7.	Roti putih	1 iris (75)						
8.	Singkong	1 ½ ptg (120)						
9.	Sukun	3 ptg (150)						
10.	Tape beras ketan	5 sdm (100)						
B.	Lauk Hewani							
11.	Daging sapi	1 ptg sdg (35)						
12.	Daging ayam	1 ptg sdg (40)		√				
13.	Ikan segar	1 ptg (40)		√				
14.	Ikan teri kering	1 sdm (15)						
15.	Telur ayam	1 btr (55)	√					
16.	Udang basah	5 ekor sdg (35)						
C.	Lauk Nabati							
17.	Kacang hijau	2 ½ sdm (25)						
18.	Kacang kedelai	2 ½ sdm (25)						
19.	Kacang merah	2 ½ sdm (25)						
20.	Kacang mete	2 ½ sdm (15)						
21.	Tahu	2 ptg (100)		√				
22.	Tempe	2 ptg sdg (50)		√				
D.	Sayuran							
23.	Bayam	1 gls (100)		√				
24.	Kangkung	1 gls (100)						
25.	Sawi	1 gls (100)		√				
26.	Terong	1 gls (100)						
E.	Buah-buahan							
27.	Alpoket	½ bh bsr (50)						
28.	Anggur	20 bh (125)						
29.	Durian	2 bj (35)						

30.	Jeruk manis	2 bh (100)		√				
31.	Mangga	$\frac{3}{4}$ bh (90)						
32.	Nanas	$\frac{1}{4}$ bh (85)						
33.	Papaya	1 ptg (100)						
Skor Konsumsi Pangan								

Lampiran 8. Recall 1 x 24 Jam Saat Intervensi

RECALL 24 JAM HARI PERTAMA

Waktu makan	Menu	Bahan	Berat (gr)	URT	Kandungan zat gizi											
					Energi (gr)	P(gr)	L(gr)	KH(gr)	Cairan (g)	Serat (g)	Ca mg	P mg	Fe mg	Na mg	K (mg)	Vit C mg
Makan pagi	Bubur	Nasi	20	1/4 gls	36,00	0,60	0,06	7,96		0,04	5,00	5,40	0,08	0,20	7,60	0,00
	Semur daging	Ayam	10	1/4 ptg	29,80	1,82	2,50	0,00			1,40	20,00	0,15	10,90	38,59	0,00
		Minyak	2		17,68	0,00	2,00	0,00			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Cairan	Air minum	200	1 gls					200,00							
Sub total makan pagi					83,48	2,42	4,56	7,96	200,00	0,04	6,40	25,40	0,23	11,10	46,19	0,00
Makan siang	Bubur	Nasi	45	1/2 gls	81,00	1,35	0,14	17,91		0,09	11,25	12,15	0,18	0,45	17,10	0,00
	Pindang telur ayam	Telur ayam	50	1 btr	77,00	6,20	5,40	0,35		0,00	43,00	129,00	1,50	71,00	59,25	0,00
	Buah	Pisang	40	1 bh	48,00	0,48	0,08	12,72		2,12	4,00	8,80	0,32	14,00	232,88	4,00
	Cairan	Air minum	200	1 gls					200,00							
Sub total makan siang					206,00	8,03	5,62	30,98	200,00	2,21	58,25	149,95	2,00	85,45	309,23	4,00
Makan sore	Bubur	Nasi	35	1/4 gls	63,00	1,05	0,11	13,93		0,07	8,75	9,45	0,14	0,35	13,30	0,00
	Nugget	Nugget	20	1 bh	59,40	3,12	3,76	3,26		0,18					52,20	
		Minyak	2	1/2 sdt	17,68	0,00	2,00	0,00			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Tumis oyong	Oyong	20	1/4 gls	3,80	0,16	0,04	0,82		0,26	3,80	6,60	0,18	4,60	21,82	1,60
		Labu siam	20	1/4 gls	6,00	0,12	0,02	1,34		1,24	2,80	5,00	0,10	0,60	33,42	3,60
	Buah	Pisang	30	1 bh	36,00	0,36	0,06	9,54		1,59	3,00	6,60	0,24	10,50	174,66	3,00
	Cairan	Air minum	200	1 gls					200,00							
Sub total makan sore					185,88	4,81	5,99	28,89	200,00	3,34	18,35	27,65	0,66	16,05	295,40	8,20
1 Hari	Dextrose	Dextrose	1440		576,00			144,00	1440,00							
Total menu sehari					1051,36	15,26	16,16	211,83	2040,00	5,59	83,00	203,00	2,89	112,60	650,82	12,20
Kebutuhan (80%)					1730,12	47,04	38,44	298,98	1090,00	30,00	1200,00	700,00	9,00	1300,00	4700,00	90,00
Total Kebutuhan (100%)					2162,65	58,80	48,05	373,73	1090,00	30,00	1200,00	700,00	9,00	1300,00	4700,00	90,00
Persentase tingkat kecukupan zat gizi					49%	26%	34%	57%	187%	19%	7%	29%	32%	9%	14%	14%

RECALL 24 JAM HARI KEDUA

Waktu makan	Menu	Bahan	Berat (gr)	URT	Kandungan zat gizi											
					Energi (gr)	P(gr)	L(gr)	KH(gr)	Cairan (g)	Serat (g)	Ca mg	P mg	Fe mg	Na mg	K (mg)	Vit C mg
Makan pagi	Bubur	Nasi	50	1/2 gls	90,00	1,50	0,15	19,90		0,10	12,50	13,50	0,20	0,50	19,00	0,00
	Pindang telur	Telur	55	1 btr	84,70	6,82	5,94	0,39		0,00	47,30	141,90	1,65	78,10	65,18	0,00
		Minyak	5	1 sdt	44,20	0,00	5,00	0,00			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Cairan	30	2 sdm					30,00							
Sub total makan pagi					218,90	8,32	11,09	20,29	30,00	0,10	59,80	155,40	1,85	78,60	84,18	0,00
Makan siang	Bubur	Nasi	80	3/4 gls	144,00	2,40	0,24	31,84		0,16	20,00	21,60	0,32	0,80	30,40	0,00
	Pindang patin	Ikan patin	40	1 ptg	52,80	6,80	2,64	0,44		0,00	12,40	69,20	0,64	30,80	138,40	0,68
	Sayur asem	Labu siam	20	1/4 gls	6,00	0,12	0,02	1,34		1,24	2,80	5,00	0,10	0,60	33,42	3,60
		Melinjo	25	1/4 gls	16,50	1,25	0,18	3,33			40,75	18,75	0,70			25,00
		Jagung	25	1/4 gls	36,75	1,28	0,18	7,88		0,33	1,50	30,50	0,28	1,25	8,40	2,25
		Cairan	30	2 sdm					30,00							
	Buah	Pisang muli	20	1 bh	24,00	0,24	0,04	6,36		1,06	2,00	4,40	0,16	7,00	116,44	2,00
Sub total makan siang					280,05	12,09	3,29	51,18	30,00	2,79	79,45	149,45	2,20	40,45	327,06	33,53
Makan malam	Bubur	Nasi	30	1/4 gls	54,00	0,90	0,09	11,94		0,06	7,50	8,10	0,12	0,30	11,40	0,00
	Tongkol asam manis	Ikan tongkol	40	1 ptg	50,00	8,52	1,36	8,80			54,40	27,60	0,32	85,60	98,00	
		Minyak	2	1/2 sdt	44,20	0,00	5,00	0,00			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Sayur bening	Oyong	5	1 sdt	0,95	0,04	0,01	0,21		0,07	0,95	1,65	0,05	1,15	5,46	0,40
		Wortel	25	1/4 gls	9,00	0,25	0,15	1,98		0,25	11,25	18,50	0,25	17,50	61,25	4,50
		Bihun	8	3/4 sdm	27,84	0,38	0,01	6,57		0,10	0,48	2,80	0,14	0,96	0,40	0,00
	Cairan	30	5sdm					30,00								
Buah	Semangka	50	1 ptg	14,00	0,25	0,10	3,45		0,20	3,50	6,00	0,10	3,50	46,90	3,00	
Sub total makan sore					199,99	10,34	6,72	32,94	30,00	0,67	78,08	64,65	0,98	109,01	223,41	7,90
1 Hari	Cairan	Air minum	600	3 gls					600,00							
		RL	500	1 infus					500,00		2,70			130,00	4,00	
Sub total cairan									1100,00					130,00		
Total menu sehari					698,94	30,74	21,10	104,40	1190,00	3,56	217,33	369,50	5,02	358,06	634,64	41,43
Kebutuhan (80%)					1730,12	47,04	38,44	298,98	1090,00	30,00	1200,00	700,00	9,00	1300,00	4700,00	90,00
Total Kebutuhan (100%)					2162,65	58,80	48,05	373,73	1090,00	30,00	1200,00	700,00	9,00	1300,00	4700,00	90,00
Persentase tingkat kecukupan zat gizi					32%	52%	44%	28%	109%	12%	18%	53%	56%	28%	14%	46%

RECALL 24 JAM HARI KETIGA









Waktu makan	Menu	Bahan	Berat (gr)	URT	Kandungan zat gizi											
					Energi (gr)	P(gr)	L(gr)	KH(gr)	Cairan (g)	Serat (g)	Ca mg	P mg	Fe mg	Na mg	K (mg)	Vit C mg
Makan pagi	Bubur	Nasi	80	3/4 gls	144	2,4	0,24	31,84		0,16	20,00	21,60	0,32	0,80	30,40	0,00
	Pindang telur	Telur	55	1 btr	84,70	6,82	5,94	0,39		0,00	47,30	141,90	1,65	78,10	65,18	0,00
	Tumis sayur	Wortel	10	1 sdm	3,60	0,10	0,06	0,79		0,10	4,50	7,40	0,10	7,00	24,50	1,80
		Oyong	50	1/2 gls	9,50	0,40	0,10	2,05		0,65	9,50	16,50	0,45	11,50	54,55	4,00
	Toge	5	1 sdt	1,85	0,22	0,03	0,19		0,09	2,50	12,40	0,10	0,10	5,25	2,30	
Sub total makan pagi					243,65	9,94	6,37	35,26		1,00	83,80	199,80	2,62	97,50	179,88	8,10
Makan siang	Bubur	Nasi	125	1 1/4 gls	225	3,75	0,38	49,75		0,25	31,25	33,75	0,50	1,25	47,50	0,00
	Semur ayam	Ayam	60	1 1/2 ptg	178,80	10,92	15,00	0,00			8,40	120,00	0,90	65,40	231,54	0,00
		Minyak	2	1/2 sdt	17,68	0	2,00	0,00			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Soto	Sawi putih	50	1/2 gls	4,50	0,50	0,05	0,85		0,40	28,00	21,00	0,55	2,50	96,55	1,50
		Toge	25	1/4 gls	9,25	1,10	0,13	0,95		0,43	12,50	62,00	0,50	0,50	26,25	11,50
		Bihun	20	2 sdm	69,60	0,94	0,02	16,42		0,24	1,20	7,00	0,36	2,40	1,00	0,00
	Cairan	30	5sdm					30,00								
	Buah	Semangka	80	1 ptg	22,40	0,40	0,16	5,52		0,32	5,60	9,60	0,16	5,60	75,04	4,80
Sub total makan siang					527,23	17,61	17,73	73,49	30,00	1,64	86,95	253,35	2,97	77,65	477,88	17,80
Makan sore	Bubur	Nasi	120	1 1/4 gls	216	3,6	0,36	47,76		0,24	30,00	32,40	0,48	1,20	45,60	0,00
	Gulai telur	Telur ayam	40	3/4 btr	61,60	4,96	4,32	0,28		0,00	34,40	103,20	1,20	56,80	47,40	0,00
		Santan	5	1 sdm	6,10	0,10	0,50	0,38		0,07	1,25	1,50	0,01	0,45	8,12	0,10
	Bening sayur	Bayam	25	1/4 gls	4,00	0,23	0,10	0,73		0,25	41,50	19,00	0,88	4,00	114,10	10,25
		Labu siam	50	1/2 gls	15,00	0,30	0,05	3,35		3,10	7,00	12,50	0,25	1,50	83,55	9,00
		Toge	5	1 sdt	1,85	0,22	0,03	0,19		0,09	2,50	12,40	0,10	0,10	5,25	2,30
	Cairan	30	5sdm					30,00								
	Buah	Semangka	100	1 ptg	28,00	0,50	0,20	6,90		0,40	7,00	12,00	0,20	7,00	93,80	6,00
Sub total makan sore					332,55	9,905	5,56	59,59	30,00	4,15	123,65	193,00	3,11	71,05	397,82	27,65
1 Hari	Cairan	Air minum	600	3 gls					600,00							
		RL	500	1 infus					500,00		2,70			130,00	4,00	
Sub total cairan									1100,00					130,00		
Total menu sehari					1103,43	37,46	35,00	168,33	1160,00	6,78	294,40	646,15	8,70	376,20	1055,58	53,55
Kebutuhan (80%)					1730,12	47,04	38,44	298,98	1090,00	30,00	1200,00	700,00	9,00	1300,00	4700,00	90,00
Total Kebutuhan (100%)					2162,65	58,80	48,05	373,73	1090,00	30,00	1200,00	700,00	9,00	1300,00	4700,00	90,00
Persentase tingkat kecukupan zat gizi					51%	64%	73%	45%	101%	23%	25%	92%	97%	29%	22%	60%

Lampiran 9. Perencanaan Menu di Rumah

Waktu makan	Menu	Bahan	Berat (gr)	URT	Kandungan zat gizi										
					E (kkal)	P(gr)	L(gr)	KH(gr)	Serat (g)	Ca mg	P mg	Fe mg	Na mg	K mg	Vit C (mg)
Makan pagi (07.00) Wib	Bubur	Beras	75	3/4 gls	267,75	6,30	1,28	57,83		110,25	60,75	1,35	20,25	53,25	0,00
	Telur bumbu kuning	Telur puyuh	55	5 btr	63,80	5,89	3,85	0,88	0,00	35,75	105,05	1,93	61,05	6,05	0,00
		Margarin	2	1/2 sdt	14,40	0,01	1,62	0,01		0,40	0,32	0,00	15,20	0,52	0,00
	Tumis labu siam	Labu siam	100	1 gls	30,00	0,60	0,10	6,70	6,20	14,00	25,00	0,50	3,00	167,10	18,00
		Margarin	3	1/2 sdt	21,60	0,02	2,43	0,01		0,60	0,48	0,00	22,80	0,78	0,00
Buah	Apel merah	85	1 bh kcl	49,30	0,26	0,34	12,67	2,21	5,10	8,50	0,26	1,70	110,50	4,25	
Sub total makan pagi					446,85	13,07	9,62	78,09	8,41	166,10	200,10	4,03	124,00	338,20	22,25
Selingan Pagi (10.00) Wib	Salad buah	Jeruk	50	1/2 bh sdg	22,50	0,45	0,10	5,60		16,50	11,50	0,20	2,00	236,00	24,50
		Semangka	45	1/2 ptg sdg	12,60	0,23	0,09	3,11	0,18	3,15	5,40	0,09	3,15	42,21	2,70
		Buah Naga	40	1/2 ptg	28,40	0,68	1,24	3,64	1,28	5,20	5,60	0,16	4,00	51,20	0,40
		Pisang raja	40	2 bh kcl	48,00	0,48	0,08	12,72	2,12	4,00	8,80	0,32	14,00	232,88	4,00
		Yoghurt	15	1,5 sdm	7,80	0,50	0,38	0,60	0,00	18,00	13,50	0,02	6,00	44,85	0,00
		Kurma	15	3 btr	42,30	0,37	0,06	11,25	1,20	5,85	9,30	0,30	98,40	0,16	0,06
Sub total selingan pagi					161,60	2,70	1,94	36,92	4,78	52,70	54,10	1,09	127,55	607,30	31,66
Makan siang (13.00) Wib	Bubur	Beras	75	3/4 gls	267,75	6,30	1,28	57,83		110,25	60,75	1,35	20,25	53,25	0,00
		Ayam lada hitam	2	1/2 sdt	6,82	0,01	0,00	1,70	0,14	0,40	0,60	0,03	0,12	0,18	0,00
	Capcai	Ayam	60	1,5 ptg sdg	178,80	10,92	15,00	0,00		8,40	120,00	0,90	65,40	231,54	0,00
		Minyak kelapa sawit	3	1/2 sdt	26,52	0,00	3,00	0,00		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Brokoli	25	1/4 gls	8,50	0,71	0,09	1,66	0,65	11,75	16,50	0,18	8,25	79,00	22,30
	Buah	Baby corn	25	1/4 gls	8,75	0,55	0,03	1,85	0,48	1,75	25,00	0,13	88,25	57,55	2,00
		Wortel	50	1/2 gls	18,00	0,50	0,30	3,95	0,50	22,50	37,00	0,50	35,00	122,50	9,00
		Margarin	2	1/2 sdt	14,40	0,01	1,62	0,01		0,40	0,32	0,00	15,20	0,52	0,00
Sub total makan siang					552,04	19,44	21,41	72,59	1,77	171,95	271,67	3,29	234,47	780,54	57,80
Snack sore (16.00)	Bubur sum sum	Tepung beras	30	3 sdm	105,90	2,10	0,15	24,00	0,72	1,50	42,00	0,24	1,50	72,30	0,00
		Gula merah	20	2 sdm	77,20	0,60	2,00	15,20	0,00	15,20	7,40	0,52	0,40	0,00	0,00
		Santan	10	1 sdm	12,20	0,20	1,00	0,76	0,14	2,50	3,00	0,01	0,90	16,24	0,20
Sub total snack sore					195,30	2,90	3,15	39,96	0,86	19,20	52,40	0,77	2,80	88,54	0,20
Makan malam (19.00) Wib	Bubur	Beras	75	3/4 gls	267,75	6,30	1,28	57,83		110,25	60,75	1,35	20,25	53,25	0,00
	Pepes ikan	Ikan kembung	60	2/3 ekor sdg	75,00	12,78	2,04	13,20		81,60	41,40	0,48	128,40	147,00	
	Oseng terong buncis	Terong	75	3/4 gls	21,00	0,83	0,15	4,13	1,58	11,25	27,75	0,30	6,75	140,25	3,75
		Buncis	25	1/40 gls	8,50	0,60	0,08	1,80	0,48	25,25	10,50	0,18	2,00	62,50	2,75
	Buah	Pisang raja	Margarin	3	1 sdt	21,60	0,02	2,43	0,01		0,60	0,48	0,00	22,80	0,78
			40	2 bh kcl	48,00	0,48	0,08	12,72	2,12	4,00	8,80	0,32	14,00	232,88	4,00
Sub total makan malam					441,85	21,00	6,05	89,68	4,17	232,95	149,68	2,63	194,20	636,66	10,50
Total Menu Sehari					1797,64	59,11	42,17	317,24	19,99	642,90	727,95	11,80	683,02	2451,23	122,41
Total Kebutuhan (100%)					1798,74	58,80	39,97	300,95	30,00	1200,00	700,00	9,00	1300,00	4700,00	90,00
Persentase tingkat kecukupan zat gizi					100%	101%	106%	105%	67%	54%	104%	131%	53%	52%	136%

Lampiran 10. Dokumentasi Menu dan Sisa Makan Selama Intervensi

DOKUMENTASI MENU DAN SISA MAKAN SELAMA INTERVENSI

Waktu Intervensi	Waktu Makan	Sebelum	Sesudah
Hari ke-1	Makan pagi		
	Makan siang		
	Makan sore		
Hari ke-2	Makan pagi		
	Makan siang		
	Makan sore		

Hari ke-3	Makan pagi		
	Makan siang		
	Makan sore		

Lampiran 11. Dokumentasi Kegiatan Selama Intervensi

Nama kegiatan	Dokumentasi
Pemorsian	
Wawancara	
Konseling	

Lampiran 12. Leaflet Diet HD Protein 60 gram dan Daftar Penukar

KEBUTUHAN GIZI SEHARI

Kalori : 2000 kkal Lemak : 62 gram
 Protein : 82 gram Karbohidrat : 290 gram

PEMBAGIAN MAKANAN SEHARI

Waktu Berat (gr) *URT

Pagi Berat : 100 3/4 gelas

Makan Malam Berat : 100 1 gelas

Selingan sore Berat : 100 1 potong

Contoh Menu Sehari

No	Jenis	Sajian	Isian
1	Telur mata sapi	Nasi	Ran pindang
2	Tumis sayur	Ayam	Pendiel tahu
3	Tempo bacem	Tumis	Kacang-pepaya
4	Urapen	Urapen	apri

Selingan Jam 10.00 Selingan Jam 10.00 Selingan Pukul 21.00
 Puding Kue talam Kue talam Sirup/madu

Untuk memvariasikan makanan, gunakan brosur bahan makanan penukar

**Instalasi Gizi
RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang**

DAFTAR DIET PENYAKIT GINJAL KRONIS DENGAN HEMODIALISA

NAMA : _____

UMUR : _____

NO. MEDREC : _____

TINGGI BADAN : _____ cm

BERAT BADAN : _____ kg

IMT : _____ kg/m²

STATUS GIZI : _____

ALAMAT : _____

TANGGAL : _____

Diet ini diberikan pada pasien bila penunahan fungsi ginjal tahap akhir dengan hasil tes kreatinin >15 ml/menit membutuhkan terapi hemodialisa.

Tujuan diet :

- Mencukupi kebutuhan zat gizi sesuai kebutuhan pasien agar status gizi optimal.
- Mempaja keseimbangan cairan dan elektrolit
- Menghindari terjadinya penumpukan produk sisa metabolisme protein
- Pasien mampu melakukan aktivitas normal sehari-hari

Syarat diet :

- Kebutuhan Energi 35 kkal/kg BB ideal (BB)/hari
- Protein 1,2 gr/kg BB/hari, 50% protein hevari dan 50% protein nabati
- Lemak 15 - 30 % dari total energi
- Kalsium tinggi 1000 mg/hari
- Batasi garam terutama bila ada penimbunan air dalam jaringan tubuh (edema) dan tekanan darah tinggi
- Kebutuhan Kalium 40 mg/kg BB Atau Kalium disesuaikan dengan jumlah kencing yang keluar dalam 24 jam
- Jumlah asupan cairan = jumlah urine 24 jam + (500-750 ml)

SUMBER	DIANJURKAN	DIBATASI
Karbohidrat	Nasi, bihun, mie, jagung, makaroni, tepung-tepungan	Kentang, havermut, singkong, ubi (jika hipotalemia)
Protein	Telur, daging, ikan, ayam	Tahu, tempe, kacang-kacangan
Lemak	Minyak jagung, minyak zaitun	Minyak kelapa, lemak hewan
Vitamin	Semua sayuran dan buah-buahan sedang (wortel, kol, kembang kol, timun, tomat, bawang putih, cabai) dan rendah kalium, nenas, apel, anggur, pir, zaitun.	Buah dan sayuran tinggi kalium (jeruk, apokat, pisang, tomat)

Cara mengurangi Kalium

- Cuci sayuran, buah yang telah dikupas dan dipotong-potong
- Rendam bahan makanan dalam air hangat yang banyak selama 2 jam
- Buah, sayur dicuci dalam air mengalir selama beberapa menit
- Setelah itu masaklah. Lebih baik jika air yang digunakan untuk memasak banyaknya 5 kali bahan makanan.

Hal-hal yang perlu diperhatikan :

- Makanlah secara teratur, porsi kecil sering
- Untuk meningkatkan nafsu makan pasien, hindangkan makanan dalam bentuk menarik, dipuyak sesuai kesukaan pasien
- Untuk membatasi banyaknya jumlah cairan, makanan lebih baik dibuat dalam bentuk padat berkah misalnya : dibumi, dikukus, dipanggang, dibakar, digoreng
- Bila ada edema, tekanan darah tinggi, perlu mengurangi garam dan menghindari bahan makanan sumber natrium lainnya, seperti minuman bersoda, minuman kemasan yang diawetkan, kaku, instan, ikan asin, telur asin, yeast, bumbu instan
- Makanan tinggi kalori seperti sirup, madu, permen dianjurkan sebagai tambahan kalori, hendaknya tidak diberikan dekat waktu makan, karena dapat mengurangi nafsu makan
- Untuk meningkatkan cita rasa, gunakan lebih banyak bumbu-bumbu seperti bawang, jahe, kunyit, salam, dan sebagainya

Barisan Kelompok B:

Dalam satu satuan penukar mengandung : 50 kkal, 3 gram protein dan 10 gr hidrat anorgan. Satu satuan penukar = 100 gram sayuran mentah dalam keadaan bersih + 1 gelas serbuk dibuat dan ditiriskan.

Bayam	Dian seladon	Dian blenteng
Bit	Dian pakis	4. kentang raspad
Beras	4. singkong	Dian kepri
Keluk	Dian pepaya	Jantung pisang
Terong	Dian mentah	Kelempayan
Gejer	Jagung muda	Kelempayan
Kornel	Lada hitam	Dian seladon
Wortel	Nangka muda	

LOKONGAN 6 : BUBUR

Satu satuan penukar mengandung : 110 kkal, 7 gram protein, 9 gram hidrat anorg. 7 gram lemak.

Bahan Makanan	Berat (gr)	URT
Susu sapi	200 ml	1 g/g
Susu keasman	100 ml	1/2 g/g
Susu kental tak lemak	100 ml	1/2 g/g
Susu whole bubuk	25 gram	5 sdm
Susu skim bubuk	25 gram	4 sdm
Susu kentali bubuk	25 gram	5 sdm
Yoghurt	200 ml	1 g/g

LOKONGAN 7 : MINYAK

1 satuan penukar mengandung 45 kkal, 5 gram lemak

Bahan Makanan	Berat (gr)	URT
Minyak goreng	5	1/2 sdm
Minyak ikan	5	1/2 sdm
Margarine	5	1/2 sdm
Butir mentan	30	1/2 p/g leci
Kelapa parut	30*	5 sdm
Bakau	50	1/2 p/g leci
Lemak sapi	5	1 p/g leci
Lemak babi	5	1 p/g leci

DAFTAR BAHAN MAKANAN PENUKAR

Jumlah dan ukuran bahan makanan dalam tiap-tiap golongan dalam daftar ini mempunyai nilai gizi yang sama, sehingga satu sama lain dapat saling menggantikan atau menukar, maka disebut dengan 1 satuan penukar (sekitar 100 gr atau dapat diganti 200 gr kering)

Cholesterol Daftar Bahan Makanan Penukar ini agar DIET ANDA BERHASIL.

LOKONGAN 8 : BUBUR

Satu satuan penukar mengandung : 175 kkal, 6 gram protein, 40 gram hidrat anorg.

Bahan Makanan	Berat (gr)	URT
Nasi	100	1 g/g
Nasi tim	200	1 g/g
Bubur beras	400	2 g/g
Nasi jagung	100	1 g/g
Kerupuk	200	2 1/2 g/g
Singkong	100	1 g/g
Talua	200	1 1/2 g/g
Strocuti jagu	50	2 1/2 g/g
Beras putih	40	1 sdm
Krakoran	30	5 1/2 tab bar
Makaroni*	40	1 sdm
Tipung terigu	30	8 sdm
Tipung jagu*	40	8 sdm
Tipung singkong*	50	10 sdm
Tipung kacang*	40	8 sdm
Tipung kacang*	40	8 sdm
Mf kering	40	1 g/g
Mf basah	100	1 g/g
Makaroni	50	1 g/g
Bihun	50	2 1/2 g/g

LOKONGAN 9 : BUBUR PROTEIN BAHAN

Satu satuan penukar mengandung : 95 kkal, 10 gram protein, 6 gram lemak.

Bahan Makanan	Berat (gr)	URT
Daigun sapi	50	1 1/2 g/g
Daigun kambing	50	1 1/2 g/g

LOKONGAN 10 : BUBUR PROTEIN BAHAN

Satu satuan penukar mengandung : 90 kkal, 6 gram protein, 7 gr hidrat anorg.

Bahan Makanan	Berat (gr)	URT
Minyak jagung	5	1/2 sdm
Minyak ikan	5	1/2 sdm
Margarine	5	1/2 sdm
Butir mentan	30	1/2 p/g leci
Kelapa parut	30*	5 sdm
Bakau	50	1/2 p/g leci
Lemak sapi	5	1 p/g leci
Lemak babi	5	1 p/g leci