

LAMPIRAN

Lampiran 1. Informed Consend

Lampiran 1. Informed Consend

Informed Consent

Saya telah mendapatkan penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai hal yang berkaitan dengan penelitian “Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di RSUD Demang Sepulau Raya Kabupaten Lampung Tengah tahun 2024” Oleh Juana Almuri. Saya memutuskan setuju untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian ini secara sukarela tanpa paksaan. Bila saya ingin maka saya dapat mengundurkan diri sewaktu-waktu tanpa sanksi apapun.

Tanggal : 23 Maret 2024
Nama Responden : Ny. DJ.

Tanda Tangan : 

Lampiran 2. Kuisioner Pengetahuan Pasien

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.	Pertanyaan	Benar	Salah
1.	Diabetes mellitus (DM) adalah penyakit dimana terjadinya peningkatan kadar gula darah diluar batas normal	✓	
2.	Diabetes mellitus sering disebut sebagai kencing manis	✓	
3.	Kadar gula normal adalah > 126 mg/dl dan < 200 mg/dl		✓
4.	Riwayat keluarga, pola makan yang salah, dan kurangnya aktivitas fisik adalah faktor penyebab timbulnya DM	✓	
5.	Kelebihan berat badan bukan salah satu faktor resiko diabetes mellitus	✓	
6.	Sering buang air kecil pada malam hari bukan gejala dari diabetes mellitus	✓	
7.	Pengaturan jumlah makan, jenis makanan dan jadwal makan yang baik dapat mengurangi resiko terjadinya penyakit DM	✓	
8.	Tujuan diet diabetes mellitus tipe 2 yaitu agar kadar gula darah terkontrol		✓
9.	Mengonsumsi minuman bersoda, sirup, dan minuman pemanis secara berlebihan tidak meningkatkan kadar gula darah		✓
10.	Makanan bagi penderita diabetes mellitus harus rendah gula	✓	
11.	Makanan seperti nasi, mie, kentang, roti harus saya kurangi	✓	
12.	Mengonsumsi cake, brownies, dan pudding tidak akan meningkatkan kadar gula	✓	

13.	Mengonsumsi makanan siap saji secara terus menerus dapat mengakibatkan resiko terjadinya DM	✓	
14.	Waktu makan utama yang baik dalam sehari adalah 3 kali yaitu sarapan, makan siang dan makan malam	✓	
15.	Fungsi pengaturan pola makan pada DM adalah meningkatkan kualitas hidup pasien dan mencegah komplikasi akut maupun kronis		✓
16.	Bila melakukan olahraga kegiatan olahraga kadar gula darah harus diatas 250 mg/dl		✓
17.	Olahraga berperan dalam pengaturan kadar gula darah		✓
18.	Pasien yang telah menderita Diabetes Mellitus tidak harus menjaga pola makan yang baik karena sudah diberi obat anti diabetes dan suntik insulin.		✓
19.	Kekurangan insulin tidak perlu terapi farmakologis/obat		✓
20.	Pasien diabetes mellitus memiliki komplikasi penyakit jantung koroner, gagal ginjal, kebutaan, stroke, serta neuropati		✓

$$\begin{aligned} \text{Sebelum Intervensi} &= \frac{11}{20} \times 100\% \\ &= \frac{11}{20} \times 100\% \\ &= 55\% \end{aligned}$$

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.	Pertanyaan	Benar	Salah
1.	Diabetes mellitus (DM) adalah penyakit dimana terjadinya peningkatan kadar gula darah diluar batas normal	✓	
2.	Diabetes mellitus sering disebut sebagai kencing manis	✓	
3.	Kadar gula normal adalah > 126 mg/dl dan < 200 mg/dl	✓	
4.	Riwayat keluarga, pola makan yang salah, dan kurangnya aktivitas fisik adalah faktor penyebab timbulnya DM	✓	
5.	Kelebihan berat badan bukan salah satu faktor resiko diabetes mellitus		✓
6.	Sering buang air kecil pada malam hari bukan gejala dari diabetes mellitus		✓
7.	Pengaturan jumlah makan, jenis makanan dan jadwal makan yang baik dapat mengurangi resiko terjadinya penyakit DM	✓	
8.	Tujuan diet diabetes mellitus tipe 2 yaitu agar kadar gula darah terkontrol	✓	
9.	Mengonsumsi minuman bersoda, sirup, dan minuman pemanis secara berlebihan tidak meningkatkan kadar gula darah		✓
10.	Makanan bagi penderita diabetes mellitus harus rendah gula	✓	
11.	Makanan seperti nasi, mie, kentang, roti harus saya kurangi	✓	
12.	Mengonsumsi cake, brownies, dan pudding tidak akan meningkatkan kadar gula	✓	

13.	Mengonsumsi makanan siap saji secara terus menerus dapat mengakibatkan resiko terjadinya DM	✓	
14.	Waktu makan utama yang baik dalam sehari adalah 3 kali yaitu sarapan, makan siang dan makan malam	✓	
15.	Fungsi pengaturan pola makan pada DM adalah meningkatkan kualitas hidup pasien dan mencegah komplikasi akut maupun kronis		✓
16.	Bila melakukan olahraga kegiatan olahraga kadar gula darah harus diatas 250 mg/dl		✓
17.	Olahraga berperan dalam pengaturan kadar gula darah	✓	
18.	Pasien yang telah menderita Diabetes Mellitus tidak harus menjaga pola makan yang baik karena sudah diberi obat anti diabetes dan suntik insulin.	✓	
19.	Kekurangan insulin tidak perlu terapi farmakologis/obat		✓
20.	Pasien diabetes mellitus memiliki komplikasi penyakit jantung koroner, gagal ginjal, kebutaan, stroke, serta neuropati		✓

$$\begin{aligned} \text{Sesudah Intervensi} &= \frac{18}{20} \times 100\% \\ &= \frac{18}{20} \times 100\% \\ &= 90\% \end{aligned}$$

Lampiran 3. Recall 24 jam

Recall SMRS

WAMU/AMAZON	MEMO	DIRAJA/PROTEKSI	REPUTASI	UMUR	ENERGI (kWh)	PROTEKSI (g)	LEMAH (g)	KR (g)	Ca (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VE (A/eq)	VE (mg)	VE (mg)	Na (mg)	SEKAI (mg)	kelemb
Recall SMRS	Nasi	Beras	150	1 g/g	555,5	12,6	2,55	115,65	220,5	2,7	0,75	0	0,3	0	40,5	0,3	0
	ikan lele	ikan lele	20	1 p/g	3,24	6,1	0,52	34	0,02	0,08	4,7	0,08	0	13	0	17,6	12,8
	ikan mas	ikan mas	20	1 p/g	17,2	3,2	6,4	0	4	0,4	0,22	9	0,03	0	13	0	0
	telur	telur	25	2 sdm	102,44	0	0	24,44	1,3	0,026	0	0	0	0	0,2	0	0
	kecap	kecap	30	1/2 g/l	4,8	0,17	0,12	0,87	40,9	1,05	0,12	0,06	61,5	24	1,05	0	0
	kecap	kecap	30	1/2 g/l	137,4	2,07	4,32	22,58	13,6	0,81	0,18	0	0,027	0	72,3	0,63	0
	sub total				813,34	21,38	7,48	160,41	138,2	1,306	1,75	7	0,477	61,5	201	1,88	30,4
	Total Residu				813,34	21,38	7,48	160,41	138,2	1,306	1,75	7	0,477	61,5	1323	1,88	30,4
	Sirop				1500	45	41,26	236	1300	6	6	650	1,2	60	1500	25	200
	Tingkat Kelembapan GMP (Data menta/kelembapan bahan) (% 100%)				54,22%	48%	18%	63%	37,55%	55%	14,88%	11,44%	40%	64,35%	74,97%	7,92%	15,24%

Recall hari 2

WAMU/AMAZON	MEMO	DIRAJA/PROTEKSI	REPUTASI	UMUR	ENERGI (kWh)	PROTEKSI (g)	LEMAH (g)	KR (g)	Ca (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VE (A/eq)	VE (mg)	VE (mg)	Na (mg)	SEKAI (mg)	kelemb
Recall hari 2	Nasi	Beras	75	1 g/g	277,75	6,3	1,275	57,825	110,25	1,35	0,375	0	0,15	0	20,25	0,15	0
	ikan mas	ikan mas	40	1 p/g	6,96	1,28	0	5,6	0,5	0,24	0,08	0,02	0	4,2	0	0	0
	ikan mas	ikan mas	25	1/2 g/l	10,8	2,0	4,0	15,75	0,85	0,2	0,0625	0,03	0,025	0	0,025	0	0
	ikan mas	ikan mas	2	1 sdm	20,22	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	kecap	kecap	50	1 p/g	18	0,6	0,45	1,26	61,8	1,65	0,18	0,09	0,45	18	0,9	0	0
	kecap	kecap	50	1/2 g/l	54,0	0,9	1,8	27,0	14,1	0,36	0,09	0,045	0,225	9	0,45	0,36	0
	Sub total				386,73	10,95	6,45	100,625	131,65	3,46	1,84	0,135	0,18	24,6	24,6	1,51	0,36
	Total Residu				386,73	10,95	6,45	100,625	131,65	3,46	1,84	0,135	0,18	24,6	24,6	1,51	0,36
	Sirop				1500	45	41,26	236	1300	6	6	650	1,2	60	1500	25	200
	Tingkat Kelembapan GMP (Data menta/kelembapan bahan) (% 100%)				54,22%	48%	18%	63%	37,55%	55%	14,88%	11,44%	40%	64,35%	74,97%	7,92%	15,24%

Recall hari 1

WAMU/AMAZON	MEMO	DIRAJA/PROTEKSI	REPUTASI	UMUR	ENERGI (kWh)	PROTEKSI (g)	LEMAH (g)	KR (g)	Ca (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VE (A/eq)	VE (mg)	VE (mg)	Na (mg)	SEKAI (mg)	kelemb
Recall hari 1	Nasi	Beras	150	1 g/g	555,5	12,6	2,55	115,65	220,5	2,7	0,75	0	0,3	0	40,5	0,3	0
	ikan lele	ikan lele	20	1 p/g	3,24	6,1	0,52	34	0,02	0,08	4,7	0,08	0	13	0	17,6	12,8
	ikan mas	ikan mas	20	1 p/g	17,2	3,2	6,4	0	4	0,4	0,22	9	0,03	0	13	0	0
	telur	telur	25	2 sdm	102,44	0	0	24,44	1,3	0,026	0	0	0	0	0,2	0	0
	kecap	kecap	30	1/2 g/l	4,8	0,17	0,12	0,87	40,9	1,05	0,12	0,06	61,5	24	1,05	0	0
	kecap	kecap	30	1/2 g/l	137,4	2,07	4,32	22,58	13,6	0,81	0,18	0	0,027	0	72,3	0,63	0
	Sub total				813,34	21,38	7,48	160,41	138,2	1,306	1,75	7	0,477	61,5	201	1,88	30,4
	Total Residu				813,34	21,38	7,48	160,41	138,2	1,306	1,75	7	0,477	61,5	1323	1,88	30,4
	Sirop				1500	45	41,26	236	1300	6	6	650	1,2	60	1500	25	200
	Tingkat Kelembapan GMP (Data menta/kelembapan bahan) (% 100%)				54,22%	48%	18%	63%	37,55%	55%	14,88%	11,44%	40%	64,35%	74,97%	7,92%	15,24%

Recall hari 3

WAMU/AMAZON	MEMO	DIRAJA/PROTEKSI	REPUTASI	UMUR	ENERGI (kWh)	PROTEKSI (g)	LEMAH (g)	KR (g)	Ca (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VE (A/eq)	VE (mg)	VE (mg)	Na (mg)	SEKAI (mg)	kelemb
Recall hari 3	Nasi	Beras	75	1 g/g	277,75	6,3	1,275	57,825	110,25	1,35	0,375	0	0,15	0	20,25	0,15	0
	ikan mas	ikan mas	40	1 p/g	6,96	1,28	0	5,6	0,5	0,24	0,08	0,02	0	4,2	0	0	0
	ikan mas	ikan mas	25	1/2 g/l	10,8	2,0	4,0	15,75	0,85	0,2	0,0625	0,03	0,025	0	0,025	0	0
	ikan mas	ikan mas	2	1 sdm	20,22	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	kecap	kecap	50	1 p/g	18	0,6	0,45	1,26	61,8	1,65	0,18	0,09	0,45	18	0,9	0	0
	kecap	kecap	50	1/2 g/l	54,0	0,9	1,8	27,0	14,1	0,36	0,09	0,045	0,225	9	0,45	0,36	0
	Sub total				386,73	10,95	6,45	100,625	131,65	3,46	1,84	0,135	0,18	24,6	24,6	1,51	0,36
	Total Residu				386,73	10,95	6,45	100,625	131,65	3,46	1,84	0,135	0,18	24,6	24,6	1,51	0,36
	Sirop				1500	45	41,26	236	1300	6	6	650	1,2	60	1500	25	200
	Tingkat Kelembapan GMP (Data menta/kelembapan bahan) (% 100%)				54,22%	48%	18%	63%	37,55%	55%	14,88%	11,44%	40%	64,35%	74,97%	7,92%	15,24%

Lampiran 4. Rencana Menu

RENCANA INTERVENSI NY.DJ						
energi 1.500 kkal, Pro 45, lemak 41.66, karbo 236.25						
Bahan Makan	berat (gr)	penukar	Energi	Protein	Lemak	KH
Makan pagi						
nasi tim	150	1.5	262.5	6		60
lauk nabati	25	0.25	18.75	1.25	0.75	1.75
lauk hewani	40	1	75	7	5	
sayur	100	1	50	3		10
minyak	10	2	100	0	10	0
jumlah			506.25	17.25	15.75	71.75
snack pagi						
tidak ada	0	0	0	0	0	0
jumlah			0	0	0	0
makan siang						
nasi tim	100	1.5	262.5	6		60
lauk nabati	25	0.25	18.75	1.25	0.75	1.75
lauk hewani	40	1	75	7	5	
sayur	100	1	50	3		10
buah	50	0.5	25			6
minyak	10	2	100	0	10	0
jumlah			531.25	17.25	15.75	77.75
snack siang						
buah buah	100	1	50	0	0	12
jumlah			50	0	0	12
makan sore						
nasi tim	100	1	175	4		40
lauk nabati	55	0.5	37.5	2.5	1.5	3.5
lauk hewani	25	0.5	37.5	3.5	2.5	
sayur	100	1	50	3		10
buah	100	1	50			12
minyak	10	2	100	0	10	0
jumlah			450	13	14	65.5
TOTAL KESELURUHAN			1537.5	47.5	45.5	227
TOTAL KEBUTUHAN			1500	45	41.66	236.25
PRESENTASE %			103%	106%	109%	96%

Perhitungan garam dapur saat di rumah

¼ sdm garam : 3,5 gr

: 3,5 gr/8 anggota keluarga

: 0,4 x 6 kali

: 2,4 x 400 mg

: 960 mg/hari

Lampiran 5. Dokumentasi

Intervensi Pasien



Distribusi Makan Pasien



Makanan Pasien



Sisa makan



Pemorsian makan pasien



Edukasi pasien



Lampiran 6. Leaflet

Kebutuhan Gizi Sehari

Energi: 15,732.2 Kcal, Protein 64.8 gr, Lemak: 47.2 gr, KCl: 257.6 g

Pembagian Makan Sehari

Pagi (06:00 - 08:00)	Berat (g)	Unit
Nasi (pergantian)	100	1 gls
lauk paku	50	1 ptg
sayur + lalapan	75	1 gls
minyak	5	1 sud

Snack (09:00 - 10:00)

buah	100	1 bh
------	-----	------

Sore (12:00 - 13:00)

Bahan Makanan	Berat (g)	Unit
nasi (pergantian)	200	2 gls
lauk paku	50	1 ptg
lauk nabati	50	2 ptg
sayur + lalapan	150	2 gls
buah	100	1 bh
minyak	10	2 sud

Malam (16:00 - 17:00)

Bahan Makanan	Berat (g)	Unit
nasi (pergantian)	100	1 gls
lauk paku	50	1 ptg
lauk nabati	25	1 ptg
sayur + lalapan	150	2 gls
buah	100	1 bh
minyak	5	1 sud

Contoh Menu Sehari

Makan Pagi

- Nasi (1 gls)
- Ikan Pindang (1 ptg)
- Tempe Bacem (1 ptg)
- Capcay (2 gls)
- Pisang (1 bh)

Selingan Pagi

- Pisang Rebus (1 bh)

Makan Siang

- Nasi (2 gls)
- Ayam Goreng Telur (1 ptg)
- Tempe Malbi (1 ptg)
- Sup Sayuran (2 gls)
- Semangka (1 bh)

Selingan Sore

- Jeruk (1 bh)

Makan Malam

- Nasi (2 gls)
- Telur Bumbu Kuning (1 btr)
- Tahu Asam Manis (1 ptg)
- Bening Bayam (2 gls)
- Pepaya (1 bh)

DIET DIABETES MELITUS

Nama :

Umur : Tahun

Berat Badan : Kg

Tinggi Badan : Cm

IMT : kg/m²

Tanggal :

Konsultasi Gizi :

Apa Itu Diabetes Melitus?

Diabetes melitus (DM) adalah suatu penyakit atau gangguan metabolisme kronis dengan penyebab yang beragam yang ditandai dengan tingginya kadar gula darah disertai dengan gangguan metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein sebagai akibat gangguan fungsi insulin.

Tujuan Diet DM

- mempertahankan kadar glukosa darah mendekati normal dengan menyeimbangkan asupan makanan dengan insulin dan aktivitas fisik
- mencapai dan mempertahankan kadar lipid serum normal
- memberi cukup energi untuk mempertahankan atau mencapai berat badan normal
- menghindari komplikasi akut pasien yang menggunakan insulin
- meningkatkan derajat kesehatan secara keseluruhan melalui gizi yang optimal

Prinsip Diet DM

- Tepat Jadwal**
Saat mengonsumsi makan diberikan jarak 3 jam sekali dengan pengaturan (3x makan utama 2x makan selingan)
- Tepat Jenis**
Memilih bahan makanan yang memiliki kadar gula rendah yang rendah
- Tepat Jumlah**
Mempertahankan porsi setiap jenis makanan yang dikonsumsi dan harus sesuai dengan kebutuhan tubuh

Makanan bagi penderita DM

Yang harus di hindari:

- Banyak mengandung gula sederhana seperti: Gula pasir, gula jawa, sirup, minuman kemasan, selai, jelly, agar, kue-kue manis, coklat, eskrim dll.
- Banyak mengandung lemak seperti: semua makanan yang dibalut dengan cara digoreng, dan makanan cepat saji/fast food.
- Banyak mengandung natrium seperti: ikan asin, telur asin, dan makanan kaleng/ yang di awetkan

Yang dianjurkan:

- Utamakan mengonsumsi buah dan sayur

Lampiran 7. Skrining MNA dan MST

No	Pertanyaan	Keterangan	Skor nilai
1.	Apakah anda mengalami penurunan asupan makanan selama tiga bulan terakhir dikarenakan hilangnya selera makan, masalah pencernaan, kesulitan mengunyah atau menelan?	0: mengalami penurunan asupan makanan yang parah 1: mengalami penurunan asupan makanan sedang 2: tidak mengalami penurunan asupan makanan	1
2.	Apakah anda kehilangan berat badan selama 3 bulan terakhir?	0: kehilangan berat badan lebih dari 3 kg 1: tidak tahu 2: kehilangan berat badan antara 1 – 3 kg 3: tidak kehilangan berat badan	2
3.	Bagaimana mobilisasi atau pergerakan anda?	0: hanya di tempat tidur atau kursi roda 1: dapat turun dari tempat tidur namun tidak dapat jalan jalan 2: dapat pergi keluar/jalan jalan	1
4.	Apakah anda mengalami stress psikologis atau penyakit akut selama 3 bulan terakhir?	0: ya 1: tidak	1
5.	Apakah anda memiliki masalah neuropsikologi?	0: demensia atau depresi berat 1: demensia ringan 2: tidak mengalami masalah neuropsikologi	2
6.	Bagaimana hasil BMI (<i>Body Masa Indeks</i>) anda? (berat badan (kg)/tinggi badan (m ²))	0: BMI kurang dari 19 1: BMI antara 19 – 21 2: BMI antara 21 – 23 3: BMI lebih dari 23	1
	Nilai Skrining (total nilai maksimal 14)	≥12 : normal/tidak beresiko, tidak membutuhkan pengkajian lebih lanjut ≤11: mungkin malnutrisi, membutuhkan pengkajian lebih lanjut	8(membutuhkan pengkajian lebih lanjut)

Formulir Skrining Gizi Awal dengan MST (Malnutrition Screening Tool)

Parameter	Skor
1. Apakah pasien mengalami penurunan berat badan yang tidak direncanakan/tidak diinginkan dalam 6 bulan terakhir ?	
o Tidak	0 (...)
o Tidak yakin (ada tanda : baju menjadi lebih longgar)	2 (...)
o Ya, ada penurunan sebanyak :	
▪ 1 – 5 kg	1 (✓)
▪ 6 – 10 kg	2 (...)
▪ 11 – 15 kg	3 (...)
▪ ≥ 15 kg	4 (...)
▪ Tidak tahu berapa kg penurunannya	
2. Apakah asupan makan pasien berkurang karena penurunan nafsu makan/kesulitan menerima makanan ?	
o Tidak	0 (...)
o Ya	1 (✓)
Total skor	
Skor 0 = risiko rendah	
Skor 1 = risiko sedang	
Skor ≥2 = pasien berisiko malnutrisi, konsul ke Ahli Gizi	

Catatan :

Lampiran 8. Balasan dari RS



PEMERINTAH KABUPATEN LAMPUNG TENGAH
RSUD DEMANG SEPULAU RAYA

Jl. Lintas Sumatera No 4.A, Terbanggi Agung
Gunung Sugih, Lampung Tengah. Kode Pos 34161
Telp: (0725) 5260036 / 0811 7281 119, Email : rsuddemang01@gmail.com



Gunung Sugih, 22 Februari 2024

Nomor : 800/422/UPTD.RSUD-DSR/II/2024
Sifat : Segera
Lampiran : -
Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth,
Direktur Politeknik Kesehatan
Kementerian Kesehatan Tanjungkarang
di -
Tempat

Dengan Hormat,

Menindaklanjuti Surat Saudara Nomor : PP.03.04/F.XLIII/8525/2023 Tanggal 08 Desember 2023 Perihal Permohonan Izin Penelitian di RSUD Demang Sepulau Raya, yang akan dilaksanakan oleh :

Nama : Juana Almuri
NPM : 2113411039
Judul : Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di RSUD Demang Sepulau Raya Kabupaten Lampung Tengah 2024

Bersama ini kami sampaikan kepada saudara, pada prinsipnya Rumah Sakit kami tidak keberatan untuk memfasilitasi izin penelitian di RSUD Demang Sepulau Raya Kab. Lampung Tengah.

Demikian yang dapat kami sampaikan, agar dapat di pergunakan sebagai mana mestinya.

Direktur
RSUD Demang Sepulau Raya
Kab. Lampung Tengah,
dr. DEBI KURNIAWATI
NIP. 197612412014122001