

BAB III

NUTRITION CARE PROCESS

A. Skrining gizi berdasarkan MST

Lembar skrining Gizi

Parameter	Skor
Apakah pasien mengalami penurunan berat badan yang tidak diharapkan/ tidak diinginkan dalam 6 bulan terakhir?	
Tidak	0
Tidak yakin	2
Ya, ada penurunan sebanyak:	
1-5 kg	1
6-10 kg	2
11-15 kg	3
>15 kg	4
Tidak tahu penurunanya	2
Apakah asupan makan pasien berkurang karena penurunan nafsu makan/kesulitan menerima makanan?	
Tidak	0
Ya	1
Pasien diagnosis khusus dengan/pasien beresiko terjadinya gangguan gizi diantaranya dirawat di IC/ICU/HCU dengan penurunan kesadaran, kegawatan abdomen, gangguan pernafasan berat, keganasan dengan komplikasi atau sakit berat lainnya.	Ya Tidak
Total skor	

Kriteria Penilaian MST

1= Resiko rendah, jika skor 0

2= Resiko sedang, jika skor 1

3=Beresiko malnutrisi, jika skor >2

B. Gambaran Umum Pasien

Gambaran umum pasien terdiri dari identitas/data personal pasien, data yang bersifat subjektif, dan data objektif yang diperoleh dari metode wawancara dan observasi. Ny.A menderita GERD sejak tahun pertengahan tahun 2024. Berdasarkan hasil pengukuran antropometri didapatkan data tinggi badan 152 cm dan berat badan 41 kg. Ny.A sehari-hari bekerja sebagai ibu rumah tangga. Ny.A mempunyai 3 orang anak, telah bercerai dengan suaminya dan hanya tinggal bersama dengan anaknya. Ny.A telah mempunyai riwayat GERD selama 1 tahun terakhir dan sering mengalami kekambuhan. Ny.A merupakan pasien rawat jalan yang beberapa kali melakukan check up ke bidan desa. Proses asuhan gizi yang peneliti berikan yaitu menerapkan PAGT yang meliputi *assessment*, diagnosis, intervensi, monitoring dan evaluasi secara mandiri yang dilakukan dirumah Ny.A.

C. Identitas Pasien

CH 1.1 data personal

Nama Pasien	: Ny.A
Usia	: 42 tahun
Jenis kelamin	: Perempuan
Tanggal lahir	: 20 – 02 – 1977
Pekerjaan	: Ibu rumah tangga (IRT)
Pendidikan	: SMA
Agama	: Islam
Suku/Etnik	: Jawa
Alamat	: Tanjung Iman, Kec. Blambangan Pagar Kab. Lampung Utara
Peran dalam keluarga	: Istri, Ibu
Riwayat Penyakit	: <i>Gastroesophageal Reflux Disease</i> (GERD) sudah 1 tahun. Memiliki riwayat anemia.
Keterbatasan Fisik	: Tidak ada
Tanggal assesment	: 08 April 2025
Tanggal intervensi	: 09 April 2025 – 15 April 2025

Diagnosis Medis

: *Gastroesophageal Reflux Disease (GERD)*.

D. Asesment Gizi

1. AD Data Antropometri

Penilaian antropometri meliputi berat badan, tinggi badan dan IMT.

Tabel 2.
Data Antropometri

Kode	Indikator pengukuran	Hasil pengukuran
AD 1.1.1	Tinggi Badan	152 cm
AD 1.1.2	Berat Badan Aktual	41 kg
AD 1.1	Berat Badan Ideal	46,8 kg
AD 1.1.5	IMT	17,7 kg/cm ²
AD 1.1.5	Status Gizi	Berat Badan Kurang

Sumber: data primer Ny.A

Pada tabel 2. data antropometri didapatkan hasil pengukuran tinggi badan 152 cm dan berat badan 41 kg dengan berat badan ideal 44,2 kg dan menghasilkan status gizi berat badan kurang dengan IMT 17,7 kg/m².

2. BD. Data Biokimia

Tabel 3.
Data Biokimia

Indikator	Hasil	Rujukan	Satuan	Keterangan
Hb	12,5	12 – 15	g/dl	Normal

Sumber: Rekam Medis Ny.A di PMB Kiki Andari A.Md.Keb

Pemeriksaan Laboratorium dilakukan pada hari pertama saat akan intervensi gizi dengan hasil terakhir seperti pada tabel 3. yang menunjukkan bahwa HB Ny.A berada pada batas normal.

3. FD. Fisik

Tabel 4.
Data Fisik/Klinis

Pemeriksaan	Hasil	Keterangan
Nyeri ulu hati	+	Ada keluhan

Pemeriksaan	Hasil	Keterangan
Mual	+	Ada keluhan
Nafsu makan	-	Menurun
Perut begah	+	Ada keluhan

Sumber: data primer pasien

Berdasarkan data fisik/klinis pada tabel diatas dengan hasil pemeriksaan pasien mengalami beberapa keluhan seperti nyeri pada ulu hati, mual, kurang nafsu makan dan perut terasa begah. Beberapa kondisi yang dialami pasien menyebabkan ia cukup susah tidur dalam 2 hari saat intervensi. Pasien tidak memiliki pemeriksaan klinis dikarenakan pasien tidak memiliki riwayat tensi sebelumnya. Pemeriksaan ini dilakukan dirumah pasien dengan sistem wawancara.

4. FH. Dietary history

Tabel 5.
Data Dietary History

Asupan zat gizi	Asupan Oral	Kebutuhan	% Asupan	Kategori
Energi (kkal)	1165,7	1507,68	77	Rendah
Protein (gr)	40,2	75	53	Rendah
Lemak (gr)	35,2	25	140	Lebih
Karbohidrat (gr)	274,8	254	108	Normal
Serat (gr)	2,26	15	9	Rendah

Sumber: Recall 24jam

Pemeriksaan riwayat diet pada pasien dilakukan sehari sebelum dilaksanakannya intervensi gizi. Data pada tabel diatas merupakan kajian asupan pasien sebelum sakit dan didapat hasil bahwa energi 77%, protein 53%, lemak 140%, Karbohidrat 108%. Dari hasil wawancara yang dilakukan pasien suka sekali makan cemilan yang bersifat gurih dan pedas, suka makanan yang bersantan dan suka minum kopi di pagi hari. Pasien kurang suka makan ikan laut.

5. FH Penggunaan Obat

Tabel 6.
Penggunaan obat

Nama obat	Indikasi	Dosis	Interaksi gizi
Omeprazole	Mengobati nyeri, gangguan pencernaan, sakit perut atau gejala lain yang disebabkan oleh asam lambung	20 mg, 1x/hari	Omeprazole umumnya dikonsumsi sekitar 30-60 menit sebelum makan untuk meningkatkan penyerapan obat.
Polysilane	Untuk menetralkan asam lambung, meredakan gejala nyeri ulu hati dan mualas.	3-4 x/hari	Polysilane dikonsumsi 1-2 jam sebelum makan agar tidak menghambat pengosongan lambung.
Metoklopramid	Untuk meredakan mual dan muntah pada pasien GERD	10 mg, 3x/hr	Metoklopramid dapat dikonsumsi 15-30 menit sebelum makan untuk mengurangi rasa mual

6. CH riwayat personal

a. CH 2.1 Riwayat Medis

1) CH 2.1.1 Keluhan pasien

Perut terasa begah, mual, nyeri ulu hati, mulut terasa asam, tidak nafsu makan.

2) CH 2.1.2 Riwayat penyakit

Ny. A sudah mengalami GERD sejak 1 tahun dan mempunyai riwayat anemia.

b. CH 3.1 Riwayat Sosial

Ny.A sehari hari adalah ibu rumah tangga.

E. Diagnosis Gizi

Tabel 7.
Data diagnosis gizi

Terminologi	Problem	Etiologi/masalah	Sign/Symptom
NI 2.1	Asupan oral tidak adekuat	Kurangnya nafsu makan akibat gejala mual yang timbul	<ul style="list-style-type: none"> • Energi 73% • Protein 64% • Lemak 70% • Adanya penurunan BB sebanyak 4,6%
NC 2.1	Perubahan fungsi gastro intestinal	Berkaitan dengan GERD yang diderita	<ul style="list-style-type: none"> • Perut terasa begah • Mual • Kurang nafsu makan
NB 1.7	Pemilihan makan yang salah	Kurang pengetahuan terkait makanan dan gizi	<ul style="list-style-type: none"> • Suka cemilan yang gurih dan pedas • Suka makanan yang bersantan • Sering minum kopi di pagi hari

Berdasarkan data diagnosis pada tabel diatas dapat diketahui bahwa pasien mengalami masalah pada asupan oral yang tidak adekuat karena kurangnya nafsu makan yang terjadi akibat gejala mual yang ditandai dengan asupan energi, protein dan lemak yang rendah. Selain itu pasien juga mengalami masalah pada perubahan fungsi gastrointestinal yang berkaitan dengan penyakit GERD yang diderita ditandai gejala mual, nyeri pada ulu hati, perut terasa begah dan kurang nafsu makan.

F. Intervensi gizi

1. ND Rencana Diet

Jenis Diet	: Diet Lambung
Bentuk Makanan	: Makanan Lunak
Rute Diet	: Oral
Frekuensi Makanan	: 3x makanan utama 2x selingan

Tujuan Diet :

1. Memberikan makanan dan minuman yang secukupnya supaya tidak memberatkan lambung
2. Mengurangi faktor yang menyebabkan tekanan yang meningkat didalam lambung.
3. Memberikan edukasi mengenai diet lambung dan penyakit gerd pada pasien.

Syarat Diet :

1. Kebutuhan energi 1.507,68 kkal
2. Kebutuhan protein 0,8 – 1 kg/BB
3. Kebutuhan lemak 10-15%
4. Kebutuhan karbohidrat 55 – 60%
5. Kebutuhan cairan 1.920 ml
6. Serat diberikan rendah 10-15 gr
7. Membatasi makanan yang dapat meningkatkan less seperti makanan tinggi lemak
8. Pemberian makanan biasa yang tidak merangsang dan tidak pedas
9. Makan porsi kecil dan frekuensi sering

2. Perhitungan kebutuhan individu

BBA	: 41 kg
TB	: 152 cm
Lila	: 20,5 cm
Umur	: 42 tahun

$$\begin{aligned}
 \text{BBI (Brocca)} &= (\text{TB} - 100) - 10\% (\text{TB} - 100) \\
 &= (152 - 100) - 10\% (152 - 100) \\
 &= 52 - 5,2 \\
 &= 46,8 \text{ kg}
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 \text{IMT} &= \text{BBA} / \text{TB}^2 \\
 &= 41 / 2,310 \\
 &= 17,7 \text{ kg/m}^2 \text{ (Berat Badan Kurang)}
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 \text{BBA berdasarkan BBI (Brocca)} &= 46,8 \text{ kg} - 41 \text{ kg} = 5,8 \text{ kg} \\
 &= 5,8 \times 100\% \\
 &= 5,8 \% \text{ (kurus)}
 \end{aligned}$$

Rumus Mifflin

$$\begin{aligned}
 \text{RMR} &= 10 \times \text{BBI} + 6,25 \times \text{TB} - 5 \times \text{umur} - 161 \\
 &= 10 \times 46,8 + 6,25 \times 152 - 5 \times 42 - 161 \\
 &= 468 + 950 - 210 - 161 \\
 &= 1.047 \text{ kkal}
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 \text{TEE} &= 1.047 \times \text{fa} \times \text{fs} \\
 &= 1.047 \times 1,2 \times 1,2 \\
 &= 1.507,68 \text{ kkal}
 \end{aligned}$$

$$\text{Protein} = 20\% \times 1.507,68 = 301,53 / 4 = 75 \text{ gr}$$

$$\text{Lemak} = 15\% \times 1.507,68 = 226,15 / 9 = 25 \text{ gr}$$

$$\text{KH} = 1.507,68 - 301,53 - 226,15 = 980 / 4 = 254 \text{ gr}$$

$$\begin{aligned}
 \text{Keb. Cairan (Holliday Segar)} &= 10 \text{ kg} \times 100 \text{ ml} = 1000 \text{ ml} \\
 &= 10 \text{ kg} \times 50 \text{ ml} = 500 \text{ ml} \\
 &= 21 \text{ kg} \times 20 \text{ ml} = 420 \text{ ml} \\
 &= 1.920 \text{ ml}
 \end{aligned}$$

Cara menghitung kebutuhan cairan ialah dengan berdasar pada berat badan. Untuk 10 kilogram pertama berat badan perlu 1 liter asupan air. Lalu, 10 kilogram kedua perlu 500 mililiter air. Sementara, setiap kilogram sisanya perlu 20 mililiter air.

3. E.1 Rencana Edukasi

- Materi : Diet Lambung dan penyakit GERD
- a. Penatalaksanaan diet dengan membatasi makanan yang menurunkan tekanan LES
 - b. Bahan makanan yang dianjurkan dan tidak dianjurkan
 - c. Hindari berbaring setelah makan, posisi tubuh tegak lurus selama 45 – 60 menit setelah makan.
 - d. Tidur dengan lambung tidak terisi penuh. Sebaiknya menghindari makan 2-3 jam sebelum tidur.
 - e. Dukungan terhadap pasien dan keluarga untuk menjalani diet.
- Sasaran : Pasien dan keluarga pasien
- Metode : Konseling
- Waktu : Siang hari pukul 13.20 tanggal 15 April 2025
- Tempat : Rumah pasien
- Tujuan :
 - a. Menjelaskan tentang tujuan diet dan syarat diet
 - b. Memotivasi pasien agar mengikuti diet yang telah dianjurkan
 - c. Menjelaskan bahan makanan yang dianjurkan, dibatasi, dan dihindari pada pasien GERD

G. Monitoring dan Evaluasi

Tabel 7.
Rencana Monitoring Evaluasi gizi

Pemeriksaan	Yang diukur	Cara pengukuran	Target	Rencana
Antropometri	BB dan status gizi	Pengukuran	IMT 18,5 – 22,9 dan BBI 44,2 kg	Awal dan akhir intervensi
Biokimia	Hb	Pengecekan hb	Normal 12 – 15 g/dl	Awal dan akhir intervensi
Klinik/fisik	Keluhan klinik/fisik	Wawancara dan observasi	Tidak ada keluhan dan nilai klinis normal	Selama intervensi
Asupan makan	Energi Protein Lemak Karbohidrat	Recall 24 jam	Makanan dihabiskan 90-100%	Selama intervensi
Edukasi	Skor pengetahuan	Wawancara	80 – 100%	Awal dan akhir intervensi

