

LAMPIRAN

Lampiran 1. Formulir Asuhan Gizi

Nama No. Kamar Jenis Kelamin Tanggal Lahir Tanggal Diagnosis Medis																																							
Antropometri : Umur BB TB IMT																																							
Biokimia : <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 5px;"> <tr> <th style="width: 25%;">Pemeriksaan</th> <th style="width: 25%;">Hasil</th> <th style="width: 25%;">Nilai Rujukan</th> <th style="width: 25%;">Keterangan</th> </tr> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>				Pemeriksaan	Hasil	Nilai Rujukan	Keterangan																																
Pemeriksaan	Hasil	Nilai Rujukan	Keterangan																																				
Klinis/Fisik : <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 5px;"> <tr> <th style="width: 10%;"></th> <th style="width: 50%;">Keterangan</th> <th style="width: 30%;">Hasil</th> <th style="width: 10%;"></th> </tr> <tr><td></td><td>Penampilan keseluruhan</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Bahasa tubuh</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Ekstrimatas, otot, dan tulang</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>System pencernaan</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Kepala</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Kulit</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Tanda-tanda vital</td><td></td><td></td></tr> </table>					Keterangan	Hasil			Penampilan keseluruhan				Bahasa tubuh				Ekstrimatas, otot, dan tulang				System pencernaan				Kepala				Kulit				Tanda-tanda vital						
	Keterangan	Hasil																																					
	Penampilan keseluruhan																																						
	Bahasa tubuh																																						
	Ekstrimatas, otot, dan tulang																																						
	System pencernaan																																						
	Kepala																																						
	Kulit																																						
	Tanda-tanda vital																																						
Intervensi Gizi : <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 5px;"> <tr> <th style="width: 10%;"></th> <th style="width: 50%;">Keterangan</th> <th style="width: 30%;">Hasil</th> <th style="width: 10%;"></th> </tr> <tr><td></td><td>Recall SMRS 24 jam</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Kebiasaan makanan pasien</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Makanan yang disukai</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Makanan yang tidak disukai</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Penggunaan obat-obatan</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Aktifitas fisik (apakah pasien rutin berolahraga)</td><td></td><td></td></tr> </table>					Keterangan	Hasil			Recall SMRS 24 jam				Kebiasaan makanan pasien				Makanan yang disukai				Makanan yang tidak disukai				Penggunaan obat-obatan				Aktifitas fisik (apakah pasien rutin berolahraga)										
	Keterangan	Hasil																																					
	Recall SMRS 24 jam																																						
	Kebiasaan makanan pasien																																						
	Makanan yang disukai																																						
	Makanan yang tidak disukai																																						
	Penggunaan obat-obatan																																						
	Aktifitas fisik (apakah pasien rutin berolahraga)																																						
Riwayat Personal : <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 5px;"> <tr> <th style="width: 10%;"></th> <th style="width: 50%;">Keterangan</th> <th style="width: 30%;">Hasil</th> <th style="width: 10%;"></th> </tr> <tr><td></td><td>Keluhan pasien</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Ruang dan kelas perawatan</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Jenis pembayaran</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Suku</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Factor social ekonomi</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Agama</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Penggunaan rokok</td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>Riwayat penyakit</td><td></td><td></td></tr> </table>					Keterangan	Hasil			Keluhan pasien				Ruang dan kelas perawatan				Jenis pembayaran				Suku				Factor social ekonomi				Agama				Penggunaan rokok				Riwayat penyakit		
	Keterangan	Hasil																																					
	Keluhan pasien																																						
	Ruang dan kelas perawatan																																						
	Jenis pembayaran																																						
	Suku																																						
	Factor social ekonomi																																						
	Agama																																						
	Penggunaan rokok																																						
	Riwayat penyakit																																						

Diagnosis Gizi :																	
	Problem	Etiologi	Sign/symptom														
Intervensi Masalah Gizi Tujuan : Strategi : Target : a. Perskripsi Diet : <table border="1" data-bbox="413 607 1393 875"> <tr><td>Jenis diet</td><td></td></tr> <tr><td>Tujuan diet</td><td></td></tr> <tr><td>Syarat diet</td><td></td></tr> <tr><td>Prinsip diet</td><td></td></tr> <tr><td>Rute pemberian</td><td></td></tr> <tr><td>Bentuk makanan</td><td></td></tr> <tr><td>Frekuensi makanan</td><td></td></tr> </table>				Jenis diet		Tujuan diet		Syarat diet		Prinsip diet		Rute pemberian		Bentuk makanan		Frekuensi makanan	
Jenis diet																	
Tujuan diet																	
Syarat diet																	
Prinsip diet																	
Rute pemberian																	
Bentuk makanan																	
Frekuensi makanan																	
b. Perhitungan Kebutuhan Energi dan Zat Gizi Pasien <table border="1" data-bbox="413 949 1393 1140"> <tr> <th>Keterangan</th> <th>Hasil</th> </tr> <tr><td>Energi</td><td></td></tr> <tr><td>Protein</td><td></td></tr> <tr><td>Lemak</td><td></td></tr> <tr><td>Karbohidrat</td><td></td></tr> </table>				Keterangan	Hasil	Energi		Protein		Lemak		Karbohidrat					
Keterangan	Hasil																
Energi																	
Protein																	
Lemak																	
Karbohidrat																	
c. Edukasi Gizi																	
Monitoring dan Evaluasi :																	

Lampiran 2. Formulir Food Recall

Nama :

Tanggal :

WAKTU	MENU	BAHAN MAKANAN	URT	GRAM

Lampiran 3. Infomend Consent

PERNYATAAN PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN (INFORMED CONSENT)

Judul Penelitian : Penatalaksanaan Asuhan Gizi Pada Pasien Diabetes Melitus (Studi Kasus Di Rsud Lubuk Basung)
Peneliti : Dea Iskandar

Peneliti merupakan mahasiswi Jurusan Gizi dari Politeknik Kesehatan Riau yang sedang melakukan penelitian. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan penatalaksanaan asuhan gizi pada penyakit diabetes melitus di Rumah Sakit Umum Daerah Lubuk Basung.. Saya selaku peneliti mengharapkan kesediaan saudara/saudari untuk menjadi responden dalam penelitian ini. Peneliti menjamin identitas dan kerahasiaan jawaban yang saudara/saudari berikan dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Sebagai tanda kesediaan saudara/saudari, dimohon untuk menandatangani lembar persetujuan berikut ini:

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Deswita Indarti
Jenis Kelamin : Perempuan
Umur : 56 tahun 2 bulan

Dengan ini bersedia menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh Dea Iskandar dengan judul "Penatalaksanaan Asuhan Gizi pada Pasien Diabetes Melitus (Studi Kasus di RSUD Lubuk Basung)". Saya telah mendapat penjelasan dari peneliti mengenai tujuan penelitian ini dan secara sukarela tanpa paksaan setuju untuk menjadi panelis dalam penelitian ini.

Demikian surat pernyataan persetujuan ini saya sampaikan dengan sadar dan tanpa ada paksaan siapapun.

Lubuk Basung, 08 Maret2025

Responden

(Deswita Indarti)

Peneliti

Dea Iskandar
NIM. P032213411009

Lampiran 4. Surat Keterangan Izin Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN AGAM
UPT RUMAH SAKIT UMUM DAERAH LUBUK BASUNG

Jalan Dr. Moh. Hatta Telp. (0752)76017 Fax. (0752) 66485 Padang Baru - Lubuk Basung
www.agamkab.go.id - email : rsudlubas@gmail.com



Lubuk Basung, 6 Maret 2025

Nomor : 800.2.2/ 149/RSUD-2025
 Lampiran : -
 Hal : Izin Penelitian

Kepada :

Yth. 1. Kabid Penunjang
 2. Kasi Penunjang Medis
 3. Ka. Instalasi Gizi
 4.
 di
 Tempat

Berdasarkan surat dari Dinas Penanaman Modal Pelayanan Terpadu Satu Pintu Nomor : 12/Perizinan/PNL/Agam/2025 Tanggal 15 Januari 2025 Perihal Izin Penelitian, dengan ini kami beritahukan kepada Saudara bahwa :

Nama	: DEA ISKANDAR
Tempat/Tgl Lahir	: Bukittinggi / 22 Januari 2004
Pekerjaan	: Mahasiswa
Alamat	: Beringin Jr.IV Kel. Lansek Kadok Kec. Rao Selatan Kabupaten Pasaman
NIK	: 1308196201040001

Akan melaksanakan penelitian di RSUD Lubuk Basung pada tanggal 13 Maret s.d. 13 April 2025 dengan judul "*Penatalaksanaan Asuhan Gizi Pada Pasien Diabetes Melitus (Studi Kasus) di RSUD Lubuk Basung*". Untuk itu kami minta agar Saudara dapat memfasilitasi yang bersangkutan dalam pelaksanaan penelitian dimaksud.

Demikian disampaikan untuk dilaksanakan sebagaimana mestinya, terimakasih.

An.Direktur
 Plt. Kabag Tata Usaha,

ARNO, SKM. MPH
 Pembina / IV.a
 Nip. 19741010 199503 1 002

Lampiran 5. Surat Keterangan Selesai Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN AGAM
UPT RUMAH SAKIT UMUM DAERAH LUBUK BASUNG
 Jalan Soekarno - Hatta Padang Baru - Lubuk Basung Telp. (0752)76017 Fax. (0752) 66485
www.rsud.agamkab.go.id - email : rsudlubukbasung@gmail.com



SURAT KETERANGAN
TELAH SELESAI MELAKUKAN PENELITIAN
 Nomor : 800.2.2 / 214 /RSUD-2025

Yang bertanda tangan dibawah ini Direktur RSUD Lubuk Basung dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : DEA ISKANDAR
 Tempat/Tgl Lahir : Bukittinggi / 22 Januari 2004
 Pekerjaan : Mahasiswa
 Alamat : Beringin Jr-IV Kel. Lansek Kadok Kec. Rao Selatan
 Kabupaten Pasaman
 NIK : 1308196201040001

Telah selesai melakukan penelitian di RSUD Lubuk Basung dengan judul penelitian "Penatalaksanaan Asuhan Gizi pada Pasien Diabetes Melitus (Studi Kasus) di RSUD Lubuk Basung".

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Lubuk Basung, 26 maret 2025
 Pdt. Direktur
 Pdt. Kabag. Tata Usaha,

 ARNO, SKM, MPH
 Pembina / IV.a
 NIP.19741010 199503 1 002

Lampiran 6. Perencanaan Menu Pasien

Hari ke-1 (Minggu, 9 Maret 2025)

Waktu Makan	Menu Makan	Bahan Makanan	Berat	Energi	Protein	Lemak	KH
			g	kcal	g	G	g
Makan Pagi	Nasi Lunak	nasi putih	100	130	2,4	0,2	28,6
	Pindang Sisik	ikan pindang	90	99,8	21,6	0,9	0
	Oseng Tahu	oseng tahu	60	45,6	0,9	2,9	1,1
	Tumis Kangkung Toge	Kangkung	75	11,3	1,7	0,2	1,6
		Toge	75	45,7	3,5	2,6	13,6
	Buah	Pisang	75	76	0,8	0,4	17,5
Snack Pagi	Muffin Coklat	muffin coklat	50	113,5	0,4	0,8	22,1
Makan Siang	Nasi Lunak	nasi putih	100	130	2,4	0,2	28,6
	Gambolo Pangek Masin	ikan tongkol	75	83,2	8	0,8	0
	Kroket Tempe	Tempe	65	230,1	0,1	17,5	20,9
	Tumis Oyong	Gambas	150	45,2	0,2	0,3	21,5
		Minyak	5	43,1	0	5	0
	Buah	Semangka	100	82	3,6	0,4	17,2
Snack Sore	Pepaya Santan	Pepaya	100	98	0,6	0,1	19,8
	Roti Bakar	roti bakar	40	113,6	0,4	1,7	21
Makan Malam	Nasi Lunak	nasi putih	100	130	2,4	0,2	28,6
	Sup Ayam Sambalado	daging ayam	100	284,9	16,9	10,9	0
	Prekedel Tahu	Tahu	60	70,6	0,9	0,9	15,1
	Tumis Wortel Bayam	Wortel	50	9,4	0,5	0,1	7
		Bayam	50	18,5	0,9	0,1	3,7
		Minyak	5	43,1	0	5	0
	Buah	Pepaya	100	98	0,6	0,1	19,8
Jumlah				1929,6	63,2	51,3	289,7

Hari ke-2 (Senin, 10 Maret 2025)

Waktu Makan	Menu Makan	Bahan Makanan	Berat	Energi	Protein	Lemak	KH
			g	kcal	g	G	g
Makan Pagi	Nai Lunak	nasi putih	75	97,5	1,8	0,2	21,5
	Gambolo bb Kuning	ikan tongkol	100	110,9	24	1	0
	Oseng Tempe	tempe	60	212,4	0,1	6,1	19,2
		minyak	5	43,1	0	5	0
	Tumis Wortel Labu Siam	wortel	50	9,4	0,5	0,1	7
		labu siam	50	40	0,4	0,2	12,2
		minyak	5	43,1	0	5	0
	Buah	pisang ambon	75	76	0,8	0,4	17,5
Snack Pagi	Roti Kukus	roti tawar	40	109,6	3,5	1,2	20,8
Makan Siang	Nasi Lunak	nasi putih	75	97,5	1,8	0,2	21,5
	Ayam Betutu	daging ayam	100	284,9	16,9	10,9	0
	Tahu Kecap	Tahu	60	70,6	0,9	0,9	15,1
	Capcay	capcai	85	156	0,4	0,2	12
	Buah	pepaya	50	19,5	0,3	0,1	14,9
Snack Sore	Krotek Kentang	kroket kentang	30	38,1	0,2	0,4	28,9
	Jus Jeruk	jeruk manis	75	35,3	0,7	0,1	18,9
Makan Malam	Nasi Lunak	nasi putih	75	97,5	1,8	0,2	21,5
	Sisik Kuah Sarden	ikan sarden	85	41,6	2,4	3,1	11,4
	Tempe bb Kuning	Tempe	50	177	0,1	13,4	27,7
	Tumis Bayam Toge	bayam segar	50	18,5	0,9	0,1	3,7
		Toge	50	30,5	3,3	0,7	2,4
		minyak	5	43,1	0	5	0
	Buah	semangka	100	82	3,6	0,4	17,2
Jumlah				1934,1	64,4	51,9	293,4

Hari ke-3 (Selasa, 11 Maret 2025)

Waktu Makan	Menu	Bahan Makanan	Berat	Energi	Protein	Lemak	KH
			g	kcal	g	G	g
Makan Pagi	Nasi Lunak	nasi putih	140	182	3,4	0,3	40
	Telur bb Tomat	telur ayam	55	85,3	6,9	5,8	0,6
	Lodeh Tahu	Tahu	60	45,6	4,9	2,9	1,1
	Capcai	Capcai	50	33,5	0,8	1,3	4,8
	Buah	Pisang	75	69	0,8	0,4	17,5
Snack Pagi	Bubur Kacang Ijo Sedikit Santan	kacang hijau	20	23,2	1,5	0,1	4,2
		Santan	10	7,1	0,1	0,7	9,3
		Gula	5	28,8	0	0	4,9
Makan Siang	Nasi Lunak	nasi putih	150	195	3,6	0,3	42,9
	Garang Asem Mujair	ikan mujair segar	75	62,9	13,7	0,5	0
	Tempe bb Tomat	Tempe	50	177	0,1	13,4	27,7
	Tumis Wortel Labu Siam	labu siam	50	130	0,4	0,2	12,2
		Wortel	50	19,4	0,5	0,1	17
	Buah	semangka	100	32	0,6	0,4	7,2
Snack Sore	Jus Wortel Tomat	Wortel	50	9,4	0,5	0,1	2,4
		Tomat	20	2,9	0,2	0	0,4
	Lumpia Sayur	Lumpia	70	88,2	3,5	2,6	12,4
Makan Malam	Nasi Lunak	nasi putih	150	195	3,6	0,3	42,9
	Semur Daging	daging sapi	50	134,4	12,4	9	0
	Tahu Fantasi Goreng	Tahu	50	138	4,1	2,4	10,9
		Minyak	5	43,1	0	5	0
	Tumis Bayam Jagung	bayam segar	50	18,5	1,9	0,1	13,7
		Jagung	50	154	1,6	0,6	12,6
		Minyak	5	43,1	0	5	0
	Buah	Pepaya	75	29,2	0,5	0,1	7,4
Jumlah				1950,1	65,6	51,6	292,1

Hari ke-4 (Rabu, 12 Maret 2025)

Waktu Makan	Menu	Bahan Makanan	Berat	Energi	Protein	Lemak	KH
			g	kkal	g	g	g
Makan Pagi	Nasi Lunak	nasi putih	130	169	3,1	0,3	37,2
	Sup Telur	telur ayam	55	85,3	6,9	5,8	0,6
	Prekedel Tahu	Tahu	60	45,6	4,9	2,9	1,1
		minyak	5	43,1	0	5	0
	Tumis Wortel Oyong	gambas	50	15,1	0,1	0,1	3,8
		wortel	50	9,4	0,5	0,1	17
		minyak	5	43,1	0	5	0
	Buah	pisang	75	76	0,8	0,4	17,5
Snack Pagi	Bubur Jagung	jagung	75	85	2,5	1	18,8
Makan Siang	Nasi Lunak	nasi putih	135	175,5	3,2	0,3	38,6
	Dendeng bb Tomat	dendeng sapi	50	134,4	12,4	9	0
	Gulai Tempe	tempe	50	177	0,1	13,4	27,7
	Tumis Wortel Toge	Toge	50	30,5	3,3	0,7	2,4
		wortel	50	9,4	0,5	0,1	17
		minyak	5	43,1	0	5	0
	Buah	semangka	100	32	0,6	0,4	7,2
Snack Sore	Kue Singkong Gulung	Kue	50	170,5	10,6	0,2	41
	Jus Terong Pirus	Jus	30	8,4	0,2	0,1	2
Makan Malam	Nasi Lunak	nasi putih	135	175,5	3,2	0,3	38,6
	Gulai Tauco Gambalo	tauco	30	53,6	3,4	0,7	0
	Tahu bb Tomat	tahu	50	38	4,1	2,4	10,9
	Tumis Kangkung Toge	kangkung	50	17,5	1,1	0,1	1
		toge	50	30,5	3,3	0,7	2,4
		minyak	5	143,1	0	5	0
	Buah	pepaya	75	29,2	0,5	0,1	7,4
Jumlah				1952,8	65,3	52,1	292,2

Lampiran 7. Food Recall 1 x 24 Jam

Hari ke-1 (Minggu, 9 Maret 2025)

Waktu Makan	Menu Makan	Bahan Makanan	Berat	Energi	Protein	Lemak	KH
			g	kcal	g	G	g
Makan Pagi	Nasi Lunak	nasi putih	100	130	2,4	2,2	28,6
	Pindang Sisik	ikan pindang	10	14	2,7	0,3	0
	Oseng Tahu	oseng tahu	20	15	0	0	0
	Tumis Kangkung Toge	kangkung	10	1,5	0,2	0	0,2
		toge	5	13	0,3	4,2	0,2
	Buah	pisang	75	69	0,8	0,4	17,5
Snack Pagi	Muffin Coklat	muffin coklat	50	113,5	4,4	3,8	22,1
Makan Siang	Nasi Lunak	nasi putih	100	130	2,4	0,2	28,6
	Gambolo Pangek Masin	ikan tongkol	7	7,8	1,7	0,1	0
	Kroket Tempe	tempe	5	12,2	0,9	3,4	0,9
	Tumis Oyong	gambas	22	4,4	2,2	2,1	0,9
		minyak	5	43,1	10	5	0
	Buah	semangka	100	32	0,6	3,4	7,2
Snack Sore	Pepaya Santan	pepaya	100	39	0,6	1,5	9,8
	Roti Bakar	roti bakar	40	113,6	3,4	1,7	21
Makan Malam	Nasi Lunak	nasi putih	100	130	1,5	7,2	28,6
	Sup Ayam Sambalado	daging ayam	50	142	8	3	0
	Prekedel Tahu	tahu	22	16,7	1,8	1,1	0,4
	Tumis Wortel Bayam	wortel	10	2,6	5,2	0,7	0,5
		bayam	8	13	0,3	0,5	0,6
		minyak	5	43,1	10	5	10
	Buah	pepaya	100	39	0,6	3,5	9,8
Jumlah				967,5	52	49,3	186,9

Hari ke-2 (Senin, 10 Maret 2025)

Waktu Makan	Menu Makan	Bahan Makanan	Berat	Energi	Protein	Lemak	KH
			g	kcal	g	g	g
Makan Pagi	Nai Lunak	nasi putih	75	97,5	1,8	0,2	21,5
	Gambolo bb Kuning	ikan tongkol	20	22,4	4,3	0,5	3,2
	Oseng Tempe	tempe	30	59,7	5,7	2,3	5,1
		minyak	5	43,1	0	5	9,5
	Tumis Wortel Labu Siam	wortel	10	2,2	0,1	0	0,4
		labu siam	15	3	0,1	0	6,8
		minyak	5	43,1	0	5	9,8
	Buah	pisang ambon	75	69	0,8	0,4	17,5
Snack Pagi	Roti Kukus	roti tawar	40	109,6	3,5	1,2	20,8
Makan Siang	Nasi Lunak	nasi putih	75	97,5	1,8	0,2	21,5
	Ayam Betutu	daging ayam	30	85,5	8,1	5,7	2,5
	Tahu Kecap	tahu	40	30,4	3,2	1,9	10,8
	Capcay	capcai	10	2,6	0,1	0	6,5
	Buah	pepaya	50	19,5	0,3	0,1	4,9
Snack Sore	Krotek Kentang	kroket kentang	30	38,1	1,2	1,4	15,1
	Jus Jeruk	jeruk manis	75	35,3	0,7	0,1	18,9
Makan Malam	Nasi Lunak	nasi putih	75	97,5	1,8	0,2	21,5
	Sisik Kuah Sarden	ikan sarden	30	62,5	7,4	3,4	11,8
	Tempe bb Kuning	tempe	40	79,6	7,6	3,1	6,8
	Tumis Bayam Toge	bayam segar	30	11,1	1,1	0,1	2,2
		toge	10	6,1	0,7	0,3	7,5
		minyak	5	43,1	0	5	4,7
	Buah	semangka	100	32	0,6	0,4	7,2
Jumlah				1.355,5	50,9	36,3	236,5

Hari ke-3 (Selasa, 11 Maret 2025)

Waktu Makan	Menu	Bahan Makanan	Berat	Energi	Protein	Lemak	KH
			g	kcal	g	G	g
Makan Pagi	Nasi Lunak	nasi putih	140	182	3,4	0,3	40
	Telur bb Tomat	telur ayam	40	62	5	4,2	0,4
	Lodeh Tahu	tahu	60	45,6	4,9	2,9	1,1
	Capcai	capcai	50	33,5	0,8	1,3	4,8
	Buah	pisang	75	69	0,8	0,4	17,5
Snack Pagi	Bubur Kacang Ijo Sedikit Santan	kacang hijau	20	23,2	1,5	0,1	4,2
		santan	10	7,1	0,1	0,7	0,3
		gula	5	18,8	0	0	4,9
Makan Siang	Nasi Lunak	nasi putih	150	195	3,6	0,3	42,9
	Garang Asem Mujair	ikan mujair segar	45	37,8	8,2	0,3	10
	Tempe bb Tomat	tempe	40	79,6	7,6	3,1	6,8
	Tumis Wortel Labu Siam	labu siam	20	4	0,2	0,1	0,9
		wortel	20	5,2	0,2	0	10
	Buah	semangka	100	32	0,6	0,4	7,2
Snack Sore	Jus Wortel Tomat	wortel	50	12,9	0,5	0,1	2,4
		tomat	20	2,9	0,2	0	0,4
	Lumpia Sayur	lumpia	70	88,2	3,5	2,6	12,4
Makan Malam	Nasi Lunak	nasi putih	150	195	2,6	0,3	42,9
	Semur Daging	daging sapi	40	107,6	10	7,2	4,5
	Tahu Fantasi Goreng	tahu	50	38	3,1	2,4	0,9
		minyak	5	43,1	0	5	10
	Tumis Bayam Jagung	bayam segar	50	18,5	0,9	0,1	3,7
		jagung	10	10,8	0,7	0,1	7,5
		minyak	5	43,1	0	5	12
	Buah	pepaya	75	29,2	0,5	0,1	7,3
Jumlah				1384,2	58,9	37	255

Hari ke-4 (Rabu, 12 Maret 2025)

Waktu Makan	Menu	Bahan Makanan	Berat	Energi	Protein	Lemak	KH
			g	kkal	g	g	g
Makan Pagi	Nasi Lunak	nasi putih	130	169	3,1	0,3	37,2
	Sup Telur	telur ayam	30	46,5	3,8	3,2	0,3
	Prekedel Tahu	tahu	30	22,8	2,4	1,4	0,6
		minyak	5	43,1	0	5	0
	Tumis Wortel Oyong	gambas	20	54	0,2	0,1	0,9
		wortel	10	2,6	0,1	0	0,5
		minyak	5	43,1	0	5	0,9
	Buah	pisang	75	69	0,8	0,4	17,5
Snack Pagi	Bubur Jagung	jagung	75	81	2,5	1	18,8
Makan Siang	Nasi Lunak	nasi putih	135	170	3,2	0,3	38,6
	Dendeng bb Tomat	dendeng sapi	20	215,4	20,7	14,1	10
	Gulai Tempe	tempe	20	39,8	3,8	1,5	3,4
	Tumis Wortel Toge	toge	10	12,2	1,3	0,7	1
		wortel	30	27,7	0,3	0,1	1,4
		minyak	5	43,1	0,2	5	0
	Buah	semangka	100	52	0,6	0,4	7,2
Snack Sore	Kue Singkong Gulung	kue	50	170,5	0,6	0,2	41
	Jus Terong Pirus	jus	30	84	0,2	0,1	12
Makan Malam	Nasi Lunak	nasi putih	135	175,5	3,2	0,3	38,6
	Gulai Tauco Gambalo	tauco	30	33,6	6,4	0,6	0
	Tahu bb Tomat	tahu	40	27,4	3,2	0,9	9,5
	Tumis Kangkung Toge	kangkung	30	14,5	1,8	0,1	0,6
		toge	10	12,2	1,3	0,7	15
		minyak	5	33,2	0	5	0,7
	Buah	pepaya	75	29,2	3,5	0,1	6,5
Jumlah				1671,4	63,2	46,5	262,2

Lampiran 8. Dokumentasi Makanan sebelum Diberikan ke Pasien

Lampiran 9. Dokumentasi Sisa Makanan Pasien



Lampiran 10. Leaflet

Tanda dan gejala

1. Sering buang air kecil
2. Rasa haus berlebihan
3. Rasa lapar berlebihan
4. Pandangan kabur
5. Mudah lelah
6. Kadar gula tinggi
7. Luka lambat sembuh
8. Berat badan turun drastis



Diabetes melitus

Diabetes Mellitus adalah kadar gula dalam darah yang melebihi batas nilai normal

- Normalnya gula darah sewaktu atau tanpa puasa < 200 mg/dl
- Gula darah puasa < 126 mg/dl

Faktor resiko

1. Faktor keturunan
2. Usia lebih dari 40 tahun
3. Gaya hidup yang kurang sehat
4. Kegemukan
5. Kurang beraktivitas dan olahraga
6. Dislipidemia

Komplikasi

1. Kerusakan jantung
2. Kerusakan saraf
3. Katarak dan kebutaan
4. Disfungsi seksual
5. Kerusakan pembuluh darah kaki
6. Kerusakan dan kematian jaringan




DIET PENYAKIT DIABETES MELITUS



Tujuan diet diabetes melitus

1. Mempertahankan kadar glukosa darah mendekati normal dengan menyeimbangkan asupan makanan dengan insulin (endogenus dan eksogenus), dengan obat penurun glukosa oral dan aktivitas fisik
2. Mencapai dan mempertahankan kadar lipid serum normal
3. Memberi cukup energi untuk mempertahankan atau mencapai berat badan normal
4. Menghindari komplikasi akut pasien yang menggunakan insulin seperti hipoglikemia, komplikasi jangka pendek, dan jangka panjang
5. Meningkatkan derajat kesehatan secara keseluruhan melalui gizi yang optimal

Makanan yang dianjurkan

1. Nasi, roti, mie, kentang, singkong, ubi, sagu, dll. Diutamakan yang berserat tinggi
2. Dianjurkan yang tidak mengandung tinggi lemak, seperti daging rendah lemak, ikan, ayam tanpa kulit, susu rendah lemak, keju rendah lemak, kacang-kacangan, tahu, tempe
3. Dalam jumlah terbatas. Makanan dianjurkan diolah dengan cara dipanggang, dikukus, ditumis, disetup, direbus, dibakar
4. Dianjurkan mengonsumsi cukup banyak sayuran dan buah

Makanan yang tidak dianjurkan

1. Gula, madu, sirup, jam, jeli, tarcis, dodol, kue-kue manis, buah yang diawetkan dengan gula, susu kental manis, minuman botol ringer ice cream, sumber protein yang tinggi kandungan kolesterol, seperti jeroan, otak
2. Sumber protein yang banyak mengandung lemak jenuh, dan lemak trans antara lain daging berlemak dan susu full cream, makanan siap saji, cake, goreng-gorengan
3. Sumber natrium antara lain adalah garam dapur, vetsin, soda dan bahan pengawet, seperti natrium benzoat dan natrium nitrit. Hindari bahan makanan yang mengandung bahan tersebut antara lain: ikan asin telur asin, makanan yang diawetkan

Syarat dan prinsip diet diabetes melitus

1. Energi sesuai untuk mencapai dan mempertahankan berat badan normal. Kebutuhan energi ditentukan dengan memperhitungkan kebutuhan untuk metabolisme basal sebesar 20-30 Kkal/Kg BB normal
2. Kebutuhan protein normal, yaitu 10-15% dari kebutuhan energi total
3. Kebutuhan lemak sedang, yaitu 20-25% dari kebutuhan energi total, dalam bentuk <10% dari kebutuhan energi total berasal dari lemak yang jenuh, 10% dari lemak tidak jenuh ganda, sedangkan sisanya dari lemak tidak jenuh tunggal
4. Asupan kolesterol makanan dibatasi, yaitu <300 mg/hari
5. Kebutuhan karbohidrat adalah sisa dari kebutuhan energi total, yaitu 60-70%
6. Penggunaan gula murni dalam minuman dan makanan tidak diperbolehkan kecuali jumlahnya sedikit sebagai bumbu. Bila kadar glukosa darah sudah terkendali, diperbolehkan mengonsumsi gula murni sampai 5% dari kebutuhan energi total
7. Asupan serat dianjurkan 25 g/hari dengan mengutamakan serat larut air yang terdapat didalam sayur dan buah
8. Cukup vitamin dan mineral. Apabila asupan dari makanan cukup, penambahan vitamin dan mineral dalam bentuk suplemen tidak diperlukan



Lampiran 11. Dokumentasi Kegiatan

Dokumentasi	Kegiatan
	Melakukan skrining gizi pasien
	Melakukan penimbangan makanan untuk pasien
	Melakukan edukasi gizi pasien