

LAMPIRAN

Lampiran 1.1 Surat Persetujuan Responden

NOG 06-05-2024
Kij = 06-05-2024

DA MAMAS
CEMRAKA

No Responden: 1-2

SURAT PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN


Saya Yang Bertanda Tangan Di Bawah Ini:

Nama : Aurlra Nage
No HP : 082 197 285 361
Alamat : Nanyeo
Pekerjaan : IRT

Setelah mendapat penjelasan dari penelitian bahwa proposal penelitian ini tidak memberikan dampak dan resiko apapun pada responden, maka saya bersedia menjadi responden penelitian.

Dengan demikian saya menyaikan secara sukarela untuk ikut sebagai responden dalam penelitian ini serta bersedia menjawab semua pertanyaan dengan sadar dan sebenar-bearnya.

Kupang, Mei 2024



Nomor :

Lambran 1. 2 Form Recall 3x24 jam dan CD Menu

Di MAMAR

FORUM FOOD RECALL 24 JAM

No. Responden : Feeli Alexlora
 Hari / Tanggal :
 Nama :
 Umur : 20 th
 Tinggi Badan : 160 cm
 Berat Badan : 40

No.	WAKTU MAKAN	NAMA MENU MAKANAN	JENIS BAHAN MAKANAN	URAI	GRAM
1	PAGI	Mlai	100%	1 sendok teh	100
		1 liter susu	1 liter susu	1 liter susu	1000
		100%	100%	100%	100
2	SELINGAN PAGI	100%	100%	100%	10
		100%	100%	100%	10
3	SIANG	100%	100%	100%	100 gr
		100%	100%	100%	100 gr
		100%	100%	100%	100 gr
		100%	100%	100%	100 gr
4	SELINGAN SIANG	100%	100%	100%	100 gr
		100%	100%	100%	100 gr
5	MALAM	100%	100%	100%	100 gr
		100%	100%	100%	100 gr
		100%	100%	100%	100 gr

$TD = 100$ - ketahanan
 $E = 749,10$ $C = 0,612$
 $P = 55,7$ $FP = 5,6$ 29
 $U = 22,9$
 $Kb = 102,7$
 $S = 6,2$

Gambar 1. Form Recall

FORUM FOOD RECALL 24 JAM

No. Responden
 Hari/Tanggal
 Nama
 Umur : 92
 Tinggi Badan : 160
 Berat Badan : 65

No	WAKTU MAKAN	NAMA MENU MAKANAN	JENIS BAHAN MAKANAN	URT	GRAM
1	PAGI	Bismillah Telur	Pisang Kelapa	2 biji	100 g
				1 sdt kmb	40 g
2	SELINGAN PAGI	Jus buah mangga	Buah mangga	1 gelas	50 gr
3	SIANG	Hasi Telur mentan	Beras Telur mentan	2 biji	100 g
				2 biji	60 g
				2 sdt kmb	40 g
4	SELINGAN SIANG	Jus buah bit	Buah bit	1 gelas	50 g
5	MALAM	Hasi Telur mentan	Beras Telur mentan	2 biji	100 g
				2 biji	60 g
				3 sdt kmb	40 g

Gambar 3. Form Recall

FORUM FOOD RECALL 24 JAM

No. Responden :
 Hari / Tanggal : Aurelia Nage
 Nama :
 Umur : 17 th
 Tinggi Badan : 25 cm
 Berat Badan : 34

No	WAKTU MAKAN	NAMA MENU MAKANAN	JENIS BAHAN MAKANAN	URT	GRAM
1	PAGI	Nasi	Beras	1/2	75gr
		Tahu rebus	Paku		50gr
		Daging Ayam	Ayam		60gr
		Lada kuning	Lada kuning		60gr
		Pisang	Pisang		100gr
2	SELINGAN PAGI	-			
3	SIANG	Nasi	Beras		75gr
		Tempe goreng	Kacang		50gr
		Kacang + lada	rebus	wortel 20gr	
		Daging Ayam	Ayam	kapas 20gr	
		Pisang	Pisang		
4	SELINGAN SIANG	-			
5	MALAM	Nasi	Beras		75gr
		Lada rebus	Lada		60gr
		Ayam rebus	Ayam		60gr
		Tahu rebus	Tahu		50gr
		-			

Gambar 5. Form Recall

Makan	Menu	Bahasa Melayu	Beras Energy	protein		LDBAK	M.A	Ca	Fosfor	Fe	Vil. A	Vil. B1	Vil. C	Natrium	Kalium	Cocles	Serasi	AIR		
				Hewan	Nitrat															
Makan 200g	nasi	Beras putih	75	270	8	5.1	0.525	59.075	4.5	705	0.5	0	0.08	0	375	75	2	1.5	8.75	
	ayam goreng	Ayam	50	181.2	10.52	0	15	0	8.4	120	0.8	480	0.064	0	50	210	30	0	33.54	
	telur rebus	Melaka Telaga Mas	2	18.24	0	0	2	0	0	0	0	1200	0	0	0	0	0	0	0	
	keropok	Tahu	40	27.2	0	3.12	1.84	0.04	48.5	25.2	0	0.024	0	4.8	50.4	0	0	8.2	33.82	
	keropok ikan kering	Lada putih	30	8.7	0	0.33	0.05	1.80	13.5	13.2	0.42	54	3.024	0.55	0	0	0	0	27.30	
	curah	Pisang arbei	100	95	0	1.2	0.2	25.8	8	28	0.5	548	0.08	3	18	424	0	3	7.2	
	Sub Total			604.14	10.62	2.73	10.555	87.510	84	287.4	2.24	1880	0.288	13.5	85.55	770.4	36	4.7	118.07	
	Sangat 200g																			
	Sub Total			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Makan 500g	nasi	Beras putih	75	270	0	5.1	0.525	59.075	4.5	705	0.5	0	0.08	0	375	75	0	1.5	8.75
ayam goreng		Ayam	50	181	9.3	0	12.5	0	7	150	0.75	482	0.04	0	50	175	30	0	27.85	
telur rebus		Melaka Telaga Mas	2	18.24	0	0	2	0	0	0	0	1200	0	0	0	0	0	0	0	
keropok		Tanjung Kechik Mami	20	44.7	0	5.49	1.2	3.81	38.7	18.2	0	15	0.051	0	0	0	0	2.1	19.2	
keropok sayur		Melaka Telaga Mas	2	18.24	0	0	2	0	0	0	0	1200	0	0	0	0	0	0	0	
keropok		Keroh	25	10.8	0	0.3	0.075	2.325	8.79	0.25	0.2	3000	0.015	1.5	17.5	81.25	0	1.25	22.45	
keropok		Lada hitam	25	6.5	0	0.15	0.025	1.875	3.5	5.25	0.125	5	0.025	4.5	0	0	0	0.75	22.075	
keropok		Pisang arbei	100	95	0	1.2	0.2	25.8	8	28	0.5	548	0.08	3	18	424	0	3	7.2	
Sub Total			817.23	8.1	12.04	18.825	82.210	71.45	284.7	5.175	3871	0.281	9	89.25	745.25	36	5.5	174.025		
Sangat 500g																				
Sub Total			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Makan 1000g	nasi	Beras putih	50	180	0	3.4	0.35	39.42	3	70	0.4	0	0.05	0	2.5	50	0	1	5.5	
	ayam rebus	Ayam	50	181	9.1	0	12.5	0	7	100	0.75	482	0.04	0	50	175	30	0	27.85	
	telur rebus	Tahu	40	27.2	0	3.12	1.84	0.04	48.5	25.2	0	0.024	0	4.8	50.4	0	0	0.2	33.82	
	keropok	Lada hitam	30	7.8	0	0.45	0.075	2.01	4.2	7.5	0.15	5	0.025	5.4	0	0	0	0.8	27.68	
Sub Total			260	8.4	5.7	14.72	42.1	83.8	202.7	1.62	411	0.13	8.4	57.3	288.4	30	2.1	88.08		
Sub Total			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Total			1587.5	57.81	52.9	222.49	278.25	754.8	912.5	8298	0.877	33	220.1	1810.15	98	15.4	448.025			

Gambar 6. CD Menu

FORUM FOOD RECALL 24 JAM

No. Responden :
 Hari/Tanggal :
 Nama : Sr. Yosira
 Umur : 51
 Tinggi Badan : 153 cm
 Berat Badan : 56 kg.

No	WAKTU MAKAN	NAMA MENU MAKANAN	JENIS BAHAN MAKANAN	URT	GRAM
1	PAGI	Nasi merah	Beras Merah	2 sd nasi	100 g
		Daun kelor	Daun Kelor	1 mangkok	40 g
		Telur rebus	Telur	1 bts	60 gr
2	SELINGAN PAGI	Pisang rebus	Pisang Kepok	2 buah	200 gr
3	SIANG	Nasi putih	meah. beras Merah	1 sd nasi	50 gr
		Ikan tulus	Ikan Segar	1 Ptg	40 g
		Sawi wortel	Sawi, wortel	2 sdm	30 g
		buah pisang	Pisang	1 buah	100 g
4	SELINGAN SIANG				
5	MALAM	Nasi	Beras	2 sd nasi	100 g
		Ikan tulus	Ikan Segar	1 ptg	40 g
		Ayam kampung	Ayam	2 ptg	60 gr
		Daun pepaya	Daun pepaya Meningkat	1 sdm	20 gr
		Adeloid + pisang	Adeloid + pisang Pisang	1 buah	100 gr

Gambar 7. Form Recall

Recall Sri Kencana

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat Energi	Protein Hewani	Protein Nabati	LEMAK	H.A	Ca	Fosfor	Fe	Vit. A	Vit. B1	Vit. C	Natrium	Kalium	Colas	Serat	AIR	
Makan pagi	nasi rebus	Beras merah lumbuk	50	179.5	0	3.75	0.45	36.8	56	81.3	0.15	0	0.105	0	0	0	0	6.5	
	lauk rebus	Telur ayam	50	81	6.4	0	6.76	0.36	27	90	1.35	4.50	0.05	0	76	89	0	0	3.7
	bering kecor	Keleor (dalu)	30	24.6	0	2.01	0.51	132	21	2.1	3390	0.003	66	0	0	0	1.6	22.5	
	buah	Pisang ambon	100	99	0	1.2	0.2	26.8	8	28	0.6	146	0.06	3	18	434	0	3	72
Sub Total			364.1	6.4	6.98	6.51	60.24	225	220.5	4.1	3965	0.298	69	97	523	275	4.8	198	
Sarung malam	nasi rebus	Beras merah lumbuk	75	269.25	0	5.625	0.675	58.2	87	122.25	0.225	0	0.1575	0	0	0	0	9.75	
	lauk rebus	Ikan segar	30	56.5	6.5	0	2.25	0	10	100	0.5	75	0.025	0	50.25	150	0	0	38
	lumis sawi wortel	Sawi	30	6.6	0	0.69	0.09	1.2	69	11.4	0.97	1836	0.027	30.6	3.522	110.22	0	1.73	27.66
	buah	Wortel	30	12.6	0	0.36	0.09	2.79	11.7	11.7	1.1	0.24	3600	0.018	1.8	21	73.5	0	1.5
Sub Total			491.99	8.5	7.075	6.306	67.98	162.7	272.75	2.335	6959	0.3075	36.4	92.772	767.72	0	5.673	173.87	
Makan Malam	nasi	Beras piring	50	160	0	3.4	0.35	39.45	3	70	0.4	0	0.06	0	2.5	50	0	1	6.5
	kan rebus	Ikan segar	50	56.5	8.5	0	2.25	0	10	100	0.5	75	0.025	0	50.25	150	0	0	38
	ayam rebus	Ayam	50	151	9.1	0	12.5	0	7	100	0.75	405	0.04	0	50	175	30	0	27.05
	lumis daun pepaya	Daun pepaya	50	39.5	0	4	1	6.36	176.5	31.5	0.4	9125	0.075	70	0	0	0	0	37.7
jus buah	Pisang ambon	Pisang ambon	100	99	0	1.2	0.2	26.8	8	28	0.5	146	0.06	3	18	434	0	3	72
	Aprikot	Aprikot	100	85	0	0.9	6.5	7.7	10	20	0.9	180	0.05	13	2	278	0	29	84.3
Sub Total			629.04	17.6	9.5	24.8	76.9	214.5	346.5	3.45	11131	0.33	86	122.75	1087	30	33	266.45	
Sub Total			1475.1	56.835	37.015	236.13	622.2	842.75	9.885	122076	0.9355	190.4	312.522	237.72	395	43.47	578.32		

Gambar 8. CD Menu

Lambran 1. 3 Leaflet

Gambaran Umum Penyakit Kanker Payudara

Kanker merupakan penyakit kronik yang terjadi karena adanya perubahan pertumbuhan sel yang tidak terkendali, menyerang jaringan biologis terdekat, dan berpindah ke jaringan tubuh yang lain melalui sirkulasi darah atau sistem limfatik (metastasis) yang dapat disebabkan dari dalam tubuh (faktor mutasi genetik, hormonal, atau metabolisme) dan luar tubuh (faktor lingkungan).



Contoh Menu 1 Hari

Pagi	Siang
<ul style="list-style-type: none"> • Nasi Putih (150gr) • Daging Sempur (50gr) • Telur Dadar (80gr) • Tomat iris (50gr) • Bening Bayam Merah (100gr) • Buah Mangga (100gr) • Susu (200gr) 	<ul style="list-style-type: none"> • Nasi Putih (150gr) • Ikan Bumbu Acar (70gr) • Ayam Goreng (80gr) • Tempe Bacem (50gr) • Sayur Asem (100gr) • Buah Pepaya (100gr)
Malam	Selingan
<ul style="list-style-type: none"> • Nasi Putih (150gr) • Daging Sapi Empol (50gr) • Telur Balado (60gr) • Sup Sayuran (100gr) • Buah Pisang (100gr) 	<p>Selingan Pagi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jus Jambu Merah (50gr) <p>Selingan Sore:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bubur Kacang Hijau (60gr) • Susu (200gr)

Total Energi = 2.275 Kcal
 Lemak = 110 gr
 Protein = 165 gr
 Karbohidrat = 336 gr
 Vitamin C = 322 gr



KANKER PAYUDARA

Tinggi Karbohidrat, Tinggi Protein




Maria Carmelita Lourdesya Lagur
 Program Studi Gizi
 Poltekkes Kemenkes Kupang

Tujuan Diet

- Memberikan makanan yang seimbang sesuai dengan keadaan penyakit serta daya terima pasien,
- Mencegah atau menghambat penurunan berat badan secara berlebihan,
- Mengurangi rasa mual, muntah, dan diare.
- Mengupayakan perubahan sikap dan perilaku sehat terhadap makanan oleh pasien dan keluarganya.
- Meningkatkan kualitas hidup pasien dan membantu upaya medis dalam mencegah komplikasi.

Syarat Diet

- Energi dianjurkan 32 kkal/kg BB untuk perempuan
- Asupan protein dianjurkan 12 - 15 g/kg BB/hari.
- Karbohidrat cukup, sesa dari kebutuhan dan energi total
- Membatasi makanan yang tinggi kolesterol dan lemak jenuh.
- Vitamin dan mineral cukup; terutama vitamin A, B kompleks, C, dan E. Bila perlu, asupan vitamin dan mineral ditambah dalam bentuk suplemen.
- Meningkatkan asupan serat terdapat pada sayuran dan buah-buahan.
- Membatasi penggunaan garam dapur (natrium) jika ada tekanan darah tinggi (hipertensi).
- Menghindari makanan yang diolah dengan cara dibakar dan dipanggang.



Pengaturan Makanan

Bahan Makanan	Dianjurkan	Tidak Dianjurkan
Sumber Karbohidrat	Nasi putih atau merah, kentang, singkong, ubi, havermut, talas, dan roti.	Mie dan makanan yang diawetkan lainnya
Sumber protein rendah lemak	Daging tanpa lemak, ikan, ayam tanpa kulit, susu skim, tempe, tahu, dan kacang-kacangan	Protein hewani yang diawetkan atau dikalengkan.
Sumber Lemak	Minyak tak jenuh dalam jumlah terbatas (minyak zaitun, minyak kedelai, atau minyak jagung) dan makanan dalam bentuk yang mudah dicerna seperti makanan diolah dengan cara dikukus, ditetap, dan direbus.	
Sumber Sayur & Buah	Semua sayur dan buah yang masih segar	Semua sayur dan buah yang diawetkan atau dikalengkan serta diasamkan seperti manisan atau asinan.

Lampran 1. 4 Dokumentasi





Lampiran 1. 5 Surat Ijin Penelitian

**PEMERINTAH PROVINSI NUSA TENGGARA TIMUR**
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH PROF. DR. W. Z. JOHANNES KUPANG
JL. DR. Moch Hatta No. 19 Kupang Telp (0380) – 833614 Fax (0380) 832892
Website : www.rsudwzjohannes.nttarof.go.id email : rsudjohannes@gmail.com
KUPANG Kode Pos : 85111

Nomor : 445/ 622 /RSUD3.1 Kupang, 08 Mei 2024
Sifat : Penting
Lampiran : -
Hal : Ijin Penelitian

Yth. Kepala Instalasi Rawat Jalan
di -
Tempat

Menindaklanjuti surat dari Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang, Nomor: PP.08.02/F.XXXVII/2955/2024, Hal Permohonan Ijin Penelitian Mahasiswa di RSUD Prof. DR. W.Z. Johannes Kupang, maka dengan ini kami menyampaikan namanya sebagai berikut:

No	Nama	Judul Penelitian	Tanggal
1.	Maria Carmelita Lourdesya Lagur	Gambaran Asupan Zat Gizi Makro Dan Vitamin C Pada Pasien Kanker Payudara Rawat Inap Dan Rawat Jalan Di Rumah Sakit Umum Daerah Prof W.Z. Johannes Kupang	08 Mei 2024 s/d 08 Juni 2024

Demikian surat pengantar ini, atas perhatian dan kerja sama yang baik disampaikan terima kasih.


Kepala Bagian Kepegawaian Dan Umum,
Nemlinga Legimakani, S.Kep. Ners., MPH
(a)
216 199502 2 001

Terbaca
1. Ruang Poli Onkologi
2. Ruang Poli Bedah

PARAF HIERARKI
ANALIS SUMBER DAYA MANUSIA APARATUR AHLI MUDA



PEMERINTAH PROVINSI NUSA TENGGARA TIMUR
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH PROF. DR. W. Z. JOHANNES KUPANG
Jl. DR. Moch Hatta No. 19 Kupang Telp (0380) – 833614.Fax (0380) 832892
Website : www.rsudwzjohannes NTT.go.id email : rsudjohannes@gmail.com
KUPANG Kode Pos : 85111

Kupang, 08 Mei 2024

Nomor : 445/ 622 /RSUD3.1
Sifat : Penting
Lampiran : -
Hal : Ijin Penelitian

Yth. Kepala Instalasi Rawat Inap A
di -
Tempat

Menindaklanjuti surat dari Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang, Nomor: PP.08.02/F.XXXVII/2955/2024, Hal. Permohonan Ijin Penelitian Mahasiswa di RSUD Prof. DR. W.Z. Johannes Kupang, maka dengan ini kami menyampaikan namanya sebagai berikut :

No	Nama	Judul Penelitian	Tanggal
1.	Maria Carmelita Lourdesya Lagur	Gambaran Asupan Zat Gizi Makro Dan Vitamin C Pada Pasien Kanker Payudara Rawat Inap Dan Rawat Jalan Di Rumah Sakit Umum Daerah Prof W.Z. Johanes Kupang	08 Mei 2024 s/d 08 Juni 2024

Demikian surat pengantar ini, atas perhatian dan kerja sama yang baik disampaikan terima kasih.



Kepala Bagian Kepegawaian Dan Umum,

Hermis R. Legimakani, S.Kep. Ners., MPH

Pembina (P/ia)

NIP.19701215 199502 2 001

Tembusan :

1. Ruang Asoka
2. Ruang Anggrek
3. Ruang Cempaka

PARAF HIERARKI	
ANALIS SUMBER DAYA MANUSIA APARATUR AHLI MUDA	A

Lampran 1. 6 Master Tabel