


LAMPIRAN

1. 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.nttprof.go.id email : rsudjohannes@gmail.com
KUPANG Kode Pos : 85111

Kupang, 21 Mei 2024


Nomor : 445/ *754* /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/3676/2024, Hal: Permohonan Penelitian di RSUD Prof. DR. W.Z. Johannes Kupang, maka dengan ini kami menyampaikan namanya sebagai berikut :

| No | Nama | Judul Penelitian | Tanggal |
|----|-----------------------|---|------------------------------|
| 1. | Yunita Mariana Amtasi | Asuhan Gizi Terstandar Pada Pasien Penyakit Diabetes Melitus Dengan Jantung Koroner Di Rsud Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang | 22 Mei 2024 s/d 22 Juni 2024 |

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


Kepala Bagian Kepegawaian Dan Umum,
Hermi R. Legimakani, S.Kep, Ners., MPH
NIP. 19704216 199502 2 001

Tembusan :

1. Ruangang Anggrek
2. Ruangang Asoka
3. Ruangang Bogenvile
4. Ruangang Cempaka
5. Ruangang Kelimutu
6. Ruangang Teratai
7. Ruangang Komodo

PARAF HIERARKI

| | |
|---|---|
| ANALIS SUMBER DAYA MANUSIA APARATUR AHLI MUDA | / |
|---|---|

2. Surat Selesai Penelitian



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

SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN Nomor : 445/ 1123 /RSUD3.1

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : dr. Stefanus Dhe Soka, Sp. B
NIP : 19730722 200112 1 004
Pangkat/Gol.Ruang : Pembina Tk. 1 (IV/b)
Jabatan Saat ini : Plt. Direktur RSUD Prof. DR. W. Z. Johannes Kupang
Satuan : RSUD Prof. DR. W.Z. Johannes Kupang
Instansi : Pemerintah Provinsi Nusa Tenggara Timur

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Yunita Mariana Amtasi
Jenis Kelamin : Perempuan
NIM : PO5303241210229
Asal Jur/Fak/Univ : Program Studi DIII Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang

Benar - benar telah selesai melakukan Penelitian di Ruang Teratai RSUD Prof. DR. W.Z. Johannes Kupang, selama 14 (empat belas) hari, mulai dari tanggal 22 Mei 2024 - 04 Juni 2024 dengan judul

"Asuhan Gizi Terstandar Pada Pasien Penyakit Diabetes Melitus Dengan Jantung Koroner Di RSUD Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang"

Demikian Surat Keterangan ini dibuat, untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 19 Juni 2024
dr. Stefanus Dhe Soka, Sp. B
Plt. Direktur RSUD Prof. DR. W. Z. Johannes Kupang,
Pembina Tk. 1 (IV/b)
NIP. 19730722 200112 1 004

| PARAF HIERARKI | |
|---|-------------------------------------|
| KEPALA BAGIAN KEPEGAWAIAN DAN UMUM | <input checked="" type="checkbox"/> |
| KEPALA INSTALASI PENDIDIKAN DAN PELATIHAN | <input checked="" type="checkbox"/> |
| ANALIS KERJASAMA DIKLAT | <input checked="" type="checkbox"/> |

3. Surat Persetujuan Menjadi Responden

Tuan K.B

Ny M.U

LAMPIRAN

A. Surat pernyataan bersedia menjadi responden

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama: [redacted] K.B

Umur: 60 tahun

Jenis Kelamin: Laki-laki

Alamat: Bebo

Telah mendapat penjelasan dan memahami mengenai segala tindakan yang akan dilakukan terhadap saya. Dengan ini saya menyatakan setuju untuk diikutsertakan sebagai subjek/responden dalam penelitian ini. Demikian surat persetujuan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa paksaan.

Kupang,..... mei 2024

Peneliti ([Signature])
Anisa Amjani

Yang menyetujui ([Signature])

A. Surat pernyataan bersedia menjadi responden

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama: [redacted] M.U

Umur: 56 tahun

Jenis Kelamin: Perempuan

Alamat: Silumanan

Telah mendapat penjelasan dan memahami mengenai segala tindakan yang akan dilakukan terhadap saya. Dengan ini saya menyatakan setuju untuk diikutsertakan sebagai subjek/responden dalam penelitian ini. Demikian surat persetujuan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa paksaan.

Kupang,..... mei 2024

Peneliti ([Signature])
Anisa Amjani

Yang menyetujui ([Signature])

4. Tabel Food Recall 24 Jam

Tuan K.B

B. TABEL FOOD RECALL 24 JAM

| No | Waktu pemberian makan | Nama menu | Bahan Makanan | | |
|----|-----------------------|---------------------|---------------------------------|-----------|------|
| | | | Nama Bahan | Jumlah | |
| | | | | URT | Gram |
| | Pagi | bubur ayam bunbu | beras giling | 1 mangkuk | 150 |
| | | | ayam | 1 Ptg | 50 |
| | | | sayur tahu goreng | 1 Ptg | 50 |
| | Snack | jus apel | 1 buah | 100 | |
| | | | gula pasir | 1 sdm | 10 |
| | Siang | bubur kacang jagung | beras giling | 1 mangkuk | 150 |
| | | | bayam | 1 mangkuk | 50 |
| | | | tempe | 1 Ptg | 50 |
| | Malam | bubur | beras giling | 1 mangkuk | 150 |

Ny M.U

B. TABEL FOOD RECALL 24 JAM

| No | Waktu pemberian makan | Nama menu | Bahan Makanan | | |
|----|-----------------------|--------------------------------------|---------------|-----------|------|
| | | | Nama Bahan | Jumlah | |
| | | | | URT | Gram |
| | Pagi | Nasi SOP ayam | beras giling | 1 pgl | 100 |
| | | | ayam | 1 Ptg | 50 |
| | Snack | tempe goreng pisang garing teh manis | tempe | 1 Ptg | 50 |
| | | | pisang garing | 2 Ptg | 100 |
| | | | gula pasir | 2 dsr | 10 |
| | Siang | Nasi SOP ayam | beras giling | 1 pgl | 100 |
| | | | ayam | 1 Ptg | 50 |
| | Malam | Nasi bening bayam tempe goreng | beras giling | 1 pgl | 100 |
| | | | bayam | 1 mangkuk | 50 |
| | | | tempe | 1 Ptg | 50 |

5. FFQ

Tuan K.B

RUANG INAP : *Serambi*
 DIIT : *DM dan Rg D*
 HARI/TANGGAL: *22 Mei 2019*

| No | Bahan Makanan | Frekuensi Konsumsi (Skor Konsumsi Pangan) | | | | | Tidak pernah |
|-------------------------|------------------|---|-------------|----------------|-----------------|-----------------|--------------|
| | | 1-2 kali/hari | 3 kali/hari | >3 kali sehari | 1-2 kali/minggu | 3-6 kali/minggu | |
| A. Makanan Pokok | | | | | | | |
| 1 | Nasi | | ✓ | | | | ✓ |
| 2 | Biskuit | | | | | | |
| 3 | Jagung segar | | | | | ✓ | |
| 4 | Kentang | | | | | ✓ | |
| 5 | Mie basah | | | | | ✓ | |
| 6 | Mie kering | | ✓ | | | | |
| 7 | Roti putih | ✓ | | | | ✓ | |
| 8 | Singkong | | | | ✓ | | |
| 9 | Sakur | | | | | | ✓ |
| 10 | Tape beras ketan | | | | | | ✓ |
| B. Lauk Hewan | | | | | | | |
| 1 | Daging sapi | | ✓ | | | | |
| 2 | Daging ayam | | ✓ | | | | |
| 3 | Bumi segar | | | | | | |
| 4 | Bumi kering | | | | | | |
| 5 | Telur ayam | | | | | | |
| 6 | Udang basah | | | | | | |
| 7 | Cumi-cumi | | | | | | |
| C. Lauk Nabati | | | | | | | |
| 1 | Kacang hijau | | | | | ✓ | |
| 2 | Kacang kedelai | | | | | ✓ | |
| 3 | Kacang merah | | | | | ✓ | |
| 4 | Kacang mete | | | | | ✓ | |
| 5 | Tahu | | | | | ✓ | |
| 6 | Tempe | | | | | ✓ | |
| 7 | Kacang tanah | | | | | ✓ | |
| D. Sayuran | | | | | | | |
| 1 | Bayam | | ✓ | | | | |
| 2 | Kangkung | | ✓ | | | | |
| 3 | Sawi | | | | | | |
| 4 | Datu singkong | | | | | | |
| 5 | Terong | | | | | | |
| 6 | Kelor | | | | | | |
| 7 | Kacang panjang | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|-----------------------|-------------------|---|---|---|--|--|--|---|--|
| 8 | Buncis | | | | | | | ✓ | |
| 9 | Labu siam | | | | | | | ✓ | |
| 10 | Wortel | | | | | | | ✓ | |
| 11 | Tomat | ✓ | | | | | | ✓ | |
| E. Buah-buahan | | | | | | | | | |
| 1 | Jeruk | | | | | | | ✓ | |
| 2 | Jambu biji | | | | | | | ✓ | |
| 3 | anggur | | | | | | | ✓ | |
| 4 | Alpukat | | | ✓ | | | | ✓ | |
| 5 | Mangga | | | | | | | ✓ | |
| 6 | Nenas | | | | | | | ✓ | |
| 7 | Pepaya | | | | | | | ✓ | |
| 8 | Pisang | | | | | | | ✓ | |
| 9 | Salak | | | | | | | ✓ | |
| F. Serba-serbi | | | | | | | | | |
| 1 | Teh manis | | ✓ | | | | | ✓ | |
| 2 | Kopi | | | | | | | ✓ | |
| 3 | Garam | | | | | | | ✓ | |
| 4 | Gula pasir | | ✓ | | | | | ✓ | |
| 5 | kecap | | | | | | | ✓ | |
| 6 | Agar-agar | | | | | | | ✓ | |
| 7 | Madu | | | | | | | ✓ | |
| 8 | Minyak goreng | | ✓ | | | | | ✓ | |
| 9 | Es krim | | | | | | | ✓ | |
| 10 | Cake | | | | | | | ✓ | |
| 11 | Roti coklat | | | ✓ | | | | ✓ | |
| 12 | Es teh | | | | | | | ✓ | |
| 13 | Makanan siap saji | | | ✓ | | | | ✓ | |

Ny M.U


DIIT : *DM dan Rg D*
 HARI/TANGGAL: *22 Mei 2019*

| No | Bahan Makanan | Frekuensi Konsumsi (Skor Konsumsi Pangan) | | | | | Tidak pernah |
|-------------------------|------------------|---|-------------|----------------|-----------------|-----------------|--------------|
| | | 1-2 kali/hari | 3 kali/hari | >3 kali sehari | 1-2 kali/minggu | 3-6 kali/minggu | |
| A. Makanan Pokok | | | | | | | |
| 1 | Nasi | | ✓ | | | | ✓ |
| 2 | Biskuit | | | | | | |
| 3 | Jagung segar | | | | | | ✓ |
| 4 | Kentang | | | | | | ✓ |
| 5 | Mie basah | | | | | | ✓ |
| 6 | Mie kering | | | | | | ✓ |
| 7 | Roti putih | | | | | | ✓ |
| 8 | Singkong | | | | | | ✓ |
| 9 | Sakur | | | | | | ✓ |
| 10 | Tape beras ketan | | | | | | ✓ |
| B. Lauk Hewan | | | | | | | |
| 1 | Daging sapi | | ✓ | | | | |
| 2 | Daging ayam | | ✓ | | | | |
| 3 | Bumi segar | | | | | | |
| 4 | Bumi kering | | | | | | |
| 5 | Telur ayam | | | | | | |
| 6 | Udang basah | | | | | | |
| 7 | Cumi-cumi | | | | | | |
| C. Lauk Nabati | | | | | | | |
| 1 | Kacang hijau | | | | | ✓ | |
| 2 | Kacang kedelai | | | | | ✓ | |
| 3 | Kacang merah | | | | | ✓ | |
| 4 | Kacang mete | | | | | ✓ | |
| 5 | Tahu | | ✓ | | | | |
| 6 | Tempe | | ✓ | | | | |
| 7 | Kacang tanah | | | | | ✓ | |
| D. Sayuran | | | | | | | |
| 1 | Bayam | | | | | | ✓ |
| 2 | Kangkung | | | | | | ✓ |
| 3 | Sawi | | | | | | ✓ |
| 4 | Datu singkong | | | | | | ✓ |
| 5 | Terong | | | | | | ✓ |
| 6 | Kelor | | | | | | ✓ |
| 7 | Kacang panjang | | | | | | ✓ |

| | | | | | | | | | |
|-----------------------|-------------------|--|---|--|--|--|--|---|--|
| 8 | Buncis | | | | | | | ✓ | |
| 9 | Labu siam | | | | | | | ✓ | |
| 10 | Wortel | | | | | | | ✓ | |
| 11 | Tomat | | | | | | | ✓ | |
| Buah-buahan | | | | | | | | | |
| 1 | Jeruk | | | | | | | ✓ | |
| 2 | Jambu biji | | | | | | | ✓ | |
| 3 | anggur | | | | | | | ✓ | |
| 4 | Alpukat | | | | | | | ✓ | |
| 5 | Mangga | | | | | | | ✓ | |
| 6 | Nenas | | | | | | | ✓ | |
| 7 | Pepaya | | | | | | | ✓ | |
| 8 | Pisang | | | | | | | ✓ | |
| 9 | Salak | | | | | | | ✓ | |
| F. Serba-serbi | | | | | | | | | |
| 1 | Teh manis | | ✓ | | | | | ✓ | |
| 2 | Kopi | | | | | | | ✓ | |
| 3 | Garam | | | | | | | ✓ | |
| 4 | Gula pasir | | ✓ | | | | | ✓ | |
| 5 | kecap | | | | | | | ✓ | |
| 6 | Agar-agar | | | | | | | ✓ | |
| 7 | Madu | | | | | | | ✓ | |
| 8 | Minyak goreng | | ✓ | | | | | ✓ | |
| 9 | Es krim | | | | | | | ✓ | |
| 10 | Cake | | | | | | | ✓ | |
| 11 | Roti coklat | | | | | | | ✓ | |
| 12 | Es teh | | | | | | | ✓ | |
| 13 | Makanan siap saji | | | | | | | ✓ | |

6. From Asuhan Gizi

Tuan K.B

|  | | Tanggal/hari : Nama : Tuan K.B Umur : 60 tahun TTL : 08/05/1964 Jenis kelamin : laki-laki Status : | Suku : Timor Pekerjaan : pensiun TMI Alamat : Oe babo TglMRS : 13 Mei 2024 Ruangn /kamar : T.09 NORM : Diagnosa medis : DM dan PJK | | | | | | | | | | |
|--|-------------------------|---|--|--------|-------|------------------|--------------|-------------|-------------|-------------------|-------------------------|-----------------|--|
| ASSESMEN (PENGKAJIAN NGIZI) | | | | | | | | | | | | | |
| 1. Antropometri bb estimasi = 58.5 kg tb estimasi = 61 kg status gizi menurut iscm = 80.82 (kurang) *Pengukuran dilakukan apabila TB (tidak dapat diukur) | | | | | | | | | | | | | |
| 2. Biokimia GDS = 156 mg/dl Hb = 17.3 g/dl HDL = 25 mg/dl kolesterol = 160 mg/dl LDL = 90 mg/dl trigliserida = 90 mg/dl *Dicorek yang tidak sesuai | | | | | | | | | | | | | |
| 3. Fisik/klinis <table border="1" style="width: 100%;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">Klinis</th> <th style="width: 50%;">Fisik</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>TD = 123/94 mmHg</td> <td>Compos medis</td> </tr> <tr> <td>Suhu = 36°C</td> <td>Nyeri = ada</td> </tr> <tr> <td>nadi = 80 x/menit</td> <td>Siggi gigi = tidak afek</td> </tr> <tr> <td>RR = 29 x/menit</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> | | | | Klinis | Fisik | TD = 123/94 mmHg | Compos medis | Suhu = 36°C | Nyeri = ada | nadi = 80 x/menit | Siggi gigi = tidak afek | RR = 29 x/menit | |
| Klinis | Fisik | | | | | | | | | | | | |
| TD = 123/94 mmHg | Compos medis | | | | | | | | | | | | |
| Suhu = 36°C | Nyeri = ada | | | | | | | | | | | | |
| nadi = 80 x/menit | Siggi gigi = tidak afek | | | | | | | | | | | | |
| RR = 29 x/menit | | | | | | | | | | | | | |

Ny M.U

Jk : Perumahan
 Lgl lahir 26/01/1969
 agama katolik

| From Asuhan Gizi | | Tanggal/hari : Nama : Ny M.U Umur : 56 tahun TTL : Jenis kelamin : Agama : Status : | Suku : Ende Pekerjaan : Ibu rumah tangga Alamat : Suwunan TglMRS : 13 Mei 2024 Ruangn /kamar : NORM : Diagnosa medis : DM dan PJK | | | | | | | | | | |
|---|----------|---|---|--------|-------|------------------|--------|-------------|----------|-------------------|----------|-----------------|---------|
| ASSESMEN (PENGKAJIAN NGIZI) | | | | | | | | | | | | | |
| 1. Antropometri bb : 50 kg tb = 160 cm IMB = 20 kg/m ² (Normal) *Pengukuran dilakukan apabila TB (tidak dapat diukur) | | | | | | | | | | | | | |
| 2. Biokimia GDS = 160 mg/dl => tinggi Hb = 12 g/dl => Normal HDL = 50 mg/dl => Rendah kolesterol = 150 mg/dl => Normal LDL = 100 mg/dl => Normal Trigliserida = 90 mg/dl => Rendah *Dicorek yang tidak sesuai | | | | | | | | | | | | | |
| 3. Fisik/klinis <table border="1" style="width: 100%;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">Klinis</th> <th style="width: 50%;">Fisik</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>TD = 120/80 mmHg</td> <td>- MVAI</td> </tr> <tr> <td>Suhu = 36°C</td> <td>- muntah</td> </tr> <tr> <td>nadi = 89 x/menit</td> <td>- pusing</td> </tr> <tr> <td>RR = 20 x/menit</td> <td>- nyeri</td> </tr> </tbody> </table> | | | | Klinis | Fisik | TD = 120/80 mmHg | - MVAI | Suhu = 36°C | - muntah | nadi = 89 x/menit | - pusing | RR = 20 x/menit | - nyeri |
| Klinis | Fisik | | | | | | | | | | | | |
| TD = 120/80 mmHg | - MVAI | | | | | | | | | | | | |
| Suhu = 36°C | - muntah | | | | | | | | | | | | |
| nadi = 89 x/menit | - pusing | | | | | | | | | | | | |
| RR = 20 x/menit | - nyeri | | | | | | | | | | | | |

7. Recall 3 Hari Di Rumah Sakit



8. Sisa Makanan



9. CD Menu

SMRS Tuan K.B

| Waktu | Menu | Bahan Makanan | Berat | Energi | Protein | | LEMAK | H A | Ca | Fosfor | Fe | Vit. A | Vit. B1 | Vit. C | Natrium |
|-------------|--------------|---------------------|-------|--------|---------|--------|-------|-------|-------|--------|------|--------|---------|--------|---------|
| | | | | | Hewani | Nabati | | | | | | | | | |
| makan pagi | bubur | beras giling | 50 | 180 | 0 | 3,4 | 0,35 | 39,45 | 3 | 70 | 0,4 | 0 | 0,06 | 0 | 2,5 |
| | ayam bumbu | ayam | 50 | 151 | 9,1 | 0 | 12,5 | 0 | 7 | 100 | 0,75 | 405 | 0,04 | 0 | 50 |
| | | Minyak kelapa sawit | 2 | 18,04 | 0 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1200 | 0 | 0 | 0 |
| | tahu goreng | Tahu | 50 | 34 | 0 | 3,9 | 2,3 | 0,8 | 62 | 31,5 | 0,4 | 0 | 0,03 | 0 | 6 |
| | | Minyak kelapa sawit | 2 | 18,04 | 0 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1200 | 0 | 0 | 0 |
| Sub Total | | | | 401,08 | 9,1 | 7,3 | 19,15 | 40,25 | 72 | 201,5 | 1,55 | 2805 | 0,13 | 0 | 58,5 |
| Sancak pagi | jus alpukat | alpukat | 100 | 85 | 0 | 0,9 | 6,5 | 7,7 | 10 | 20 | 0,9 | 180 | 0,05 | 13 | 2 |
| | | gula pasir | 10 | 36,4 | 0 | 0 | 0 | 9,4 | 0,5 | 0,1 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 0,03 |
| Sub Total | | | | 121,4 | 0 | 0,9 | 6,5 | 17,1 | 10,5 | 20,1 | 0,91 | 180 | 0,05 | 13 | 2,03 |
| Makan Siang | bubur | Beras giling | 50 | 180 | 0 | 3,4 | 0,35 | 39,45 | 3 | 70 | 0,4 | 0 | 0,06 | 0 | 2,5 |
| | bening bayam | bayam | 50 | 18 | 0 | 1,75 | 0,25 | 3,25 | 133,5 | 33,5 | 1,95 | 3045 | 0,04 | 40 | 2 |
| | tempe goreng | tempe kedele murni | 40 | 59,6 | 0 | 7,32 | 1,6 | 5,08 | 51,6 | 61,6 | 4 | 20 | 0,068 | 0 | 0 |
| Sub Total | | | | 257,6 | 0 | 12,47 | 2,2 | 47,78 | 188,1 | 165,1 | 6,35 | 3065 | 0,168 | 40 | 4,5 |
| Snack Siang | | | | | | | | | | | | | | | |
| Sub Total | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Makan Malam | bubur | beras giling | 50 | 180 | 0 | 3,4 | 0,35 | 39,45 | 3 | 70 | 0,4 | 0 | 0,06 | 0 | 2,5 |

SMRS Ny M.U

| Waktu | Menu | Bahan Makanan | Berat | Energi | Protein | | LEMAK | H A | Ca | Fosfor | Fe | Vit. A | Vit. B1 | Vit. C | Natrium | Kalium | Coles | Serat | AIR |
|-------------|---------------|---------------|--------------------|--------|---------|--------|---------|--------|-------|--------|--------|--------|---------|--------|---------|--------|-------|--------|-------|
| | | | | | Hewan | Nabati | | | | | | | | | | | | | |
| makan pagi | nasi | beras giling | 50 | 180 | 0 | 3,4 | 0,35 | 39,45 | 3 | 70 | 0,4 | 0 | 0,06 | 0 | 2,5 | 50 | 0 | 1 | 6,5 |
| | sop ayam | ayam | 50 | 151 | 9,1 | 0 | 12,5 | 0 | 7 | 100 | 0,75 | 405 | 0,04 | 0 | 50 | 175 | 30 | 0 | 27,95 |
| Sub Total | | | | 331 | 9,1 | 3,4 | 12,85 | 39,45 | 10 | 170 | 1,15 | 405 | 0,1 | 0 | 52,5 | 225 | 30 | 1 | 34,45 |
| Sanck pagi | pisang goreng | pisang ambon | 100 | 99 | 0 | 1,2 | 0,2 | 25,8 | 8 | 28 | 0,5 | 146 | 0,08 | 3 | 18 | 434 | 0 | 3 | 72 |
| | | teh manis | 5 | 6,6 | 0 | 0,975 | 0,035 | 3,39 | 35,85 | 13,25 | 0,59 | 0,105 | 0,0005 | 0 | 0,5 | 90 | 0 | 0 | 0,38 |
| | | Gula pasir | 20 | 72,8 | 0 | 0 | 0 | 18,8 | 1 | 0,2 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 0,06 | 0,1 | 0 | 0 | 1,08 |
| Sub Total | | | | 178,4 | 0 | 2,175 | 0,235 | 47,99 | 44,85 | 41,45 | 1,11 | 146,1 | 0,0805 | 3 | 18,56 | 524,1 | 0 | 3 | 73,46 |
| Makan Siang | nasi | Beras giling | 50 | 180 | 0 | 3,4 | 0,35 | 39,45 | 3 | 70 | 0,4 | 0 | 0,06 | 0 | 2,5 | 50 | 0 | 1 | 6,5 |
| | sop ayam | ayam | 50 | 151 | 9,1 | 0 | 12,5 | 0 | 7 | 100 | 0,75 | 405 | 0,04 | 0 | 50 | 175 | 30 | 0 | 27,95 |
| | | wortel | 25 | 10,5 | 0 | 0,3 | 0,075 | 2,325 | 9,75 | 9,25 | 0,2 | 3000 | 0,015 | 1,5 | 17,5 | 61,25 | 0 | 1,25 | 22,05 |
| | | tempe goreng | Tempe kedele murni | 50 | 74,5 | 0 | 9,15 | 2 | 6,35 | 64,5 | 77 | 5 | 25 | 0,085 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3,5 |
| Sub Total | | | | 416 | 9,1 | 12,85 | 14,925 | 48,125 | 84,25 | 256,25 | 6,35 | 3430 | 0,2 | 1,5 | 70 | 286,25 | 30 | 5,75 | 88,5 |
| Snack Siang | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Sub Total | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Makan Malam | nasi | beras giling | 50 | 180 | 0 | 3,4 | 0,35 | 39,45 | 3 | 70 | 0,4 | 0 | 0,06 | 0 | 2,5 | 50 | 0 | 1 | 6,5 |
| | bening bayam | bayam | 50 | 18 | 0 | 1,75 | 0,25 | 3,25 | 133,5 | 33,5 | 1,95 | 3045 | 0,04 | 40 | 2 | 208 | 0 | 1,75 | 43,45 |
| | | tempe goreng | Tempe kedele murni | 50 | 74,5 | 0 | 9,15 | 2 | 6,35 | 64,5 | 77 | 5 | 25 | 0,085 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3,5 |
| Sub Total | | | | 272,5 | 0 | 14,3 | 2,6 | 49,05 | 201 | 180,5 | 7,35 | 3070 | 0,185 | 40 | 4,5 | 258 | 0 | 6,25 | 81,95 |
| Total | | | | 1197,9 | 50,925 | 30,61 | 184,615 | 340,1 | 648,2 | 15,96 | 7051,1 | 0,5655 | 44,5 | 145,56 | 1293,35 | 60 | 16 | 278,36 | |

HARI 1

HARI 2

| Waktu | Menu | Bahan Makanan | Berat | Energi | Protein | | LEMAK | H A | Ca | Fosfor | Fe | Vit. A | Vit. B1 | Vit. C | Natrium | Kalium | Coles | Serat | AIR | | |
|-------------|---------------------|-----------------------|-------|---------|---------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|--------|---------|--------|---------|--------|--------|--------|-------|-------|-------|
| | | | | | Hewani | Nabati | | | | | | | | | | | | | | | |
| makan pagi | bubur | beras giling | 50 | 180 | 0 | 3,4 | 0,35 | 39,45 | 3 | 70 | 0,4 | 0 | 0,06 | 0 | 2,5 | 50 | 0 | 1 | 6,5 | | |
| | | ikan balado | 50 | 56,5 | 8,5 | 0 | 2,25 | 0 | 10 | 100 | 0,5 | 75 | 0,025 | 0 | 50,25 | 150 | 0 | 0 | 38 | | |
| | tempe bumbu kuning | tempe kedele murni | 50 | 74,5 | 0 | 9,15 | 2 | 6,35 | 64,5 | 77 | 5 | 25 | 0,085 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3,5 | 32 | | |
| | | Minyak kelapa sawit | 6 | 54,12 | 0 | 0 | 6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3600 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | |
| | sup labu siam | labu siam | 100 | 26 | 0 | 0,6 | 0,1 | 6,7 | 14 | 25 | 0,5 | 20 | 0,02 | 18 | 0 | 0 | 0 | 3 | 92,3 | | |
| | | wortel | 50 | 21 | 0 | 0,6 | 0,15 | 4,65 | 19,5 | 18,5 | 0,4 | 6000 | 0,03 | 3 | 35 | 122,5 | 0 | 2,5 | 44,1 | | |
| buah | semangka | 100 | 28 | 0 | 0,5 | 0,2 | 6,9 | 7 | 12 | 0,2 | 590 | 0,05 | 6 | 4 | 60,7 | 0 | 1 | 92,1 | | | |
| Sub Total | | | | 440,12 | 8,5 | 14,25 | 11,05 | 64,05 | 118 | 302,5 | 7 | 10310 | 0,27 | 27 | 91,75 | 383,2 | 0 | 11 | 305 | | |
| Sanck pagi | roti tawar | roti putih | 50 | 124 | 0 | 4 | 0,6 | 25 | 5 | 47,5 | 0,75 | 0 | 0,05 | 0 | 265 | 45,5 | 0 | 0,5 | 20 | | |
| | | Sub Total | | | | 124 | 0 | 4 | 0,6 | 25 | 5 | 47,5 | 0,75 | 0 | 0,05 | 0 | 265 | 45,5 | 0 | 0,5 | 20 |
| | | Makan Siang | | | | 536,22 | 6,4 | 11,4 | 20,05 | 75,05 | 339,5 | 276 | 5,95 | 19656 | 0,34 | 108 | 152,24 | 1138,4 | 275 | 10,66 | 294,2 |
| Makan Siang | bubur | beras giling | 50 | 180 | 0 | 3,4 | 0,35 | 39,45 | 3 | 70 | 0,4 | 0 | 0,06 | 0 | 2,5 | 50 | 0 | 1 | 6,5 | | |
| | | telur balado | 50 | 81 | 6,4 | 0 | 5,75 | 0,35 | 27 | 90 | 1,35 | 450 | 0,05 | 0 | 79 | 89 | 275 | 0 | 37 | | |
| | bening sawi | Minyak kelapa sawit | 6 | 54,12 | 0 | 0 | 6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3600 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | |
| | | sawi | 100 | 22 | 0 | 2,3 | 0,3 | 4 | 220 | 38 | 2,9 | 6460 | 0,09 | 102 | 11,74 | 367,4 | 0 | 3,91 | 92,2 | | |
| | lahu bumbu | wortel | 50 | 21 | 0 | 0,6 | 0,15 | 4,65 | 19,5 | 18,5 | 0,4 | 6000 | 0,03 | 3 | 35 | 122,5 | 0 | 2,5 | 44,1 | | |
| | | tahu | 50 | 34 | 0 | 3,9 | 2,3 | 0,8 | 62 | 31,5 | 0,4 | 0 | 0,03 | 0 | 6 | 75,5 | 0 | 0,25 | 42,4 | | |
| buah | Minyak kelapa sawit | 5 | 45,1 | 0 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3000 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | |
| | pisang ambon | 100 | 99 | 0 | 1,2 | 0,2 | 25,8 | 8 | 28 | 0,5 | 146 | 0,08 | 3 | 18 | 434 | 0 | 3 | 72 | | | |
| Sub Total | | | | 536,22 | 6,4 | 11,4 | 20,05 | 75,05 | 339,5 | 276 | 5,95 | 19656 | 0,34 | 108 | 152,24 | 1138,4 | 275 | 10,66 | 294,2 | | |
| Snack Siang | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Sub Total | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | |
| Makan Malam | bubur | beras giling | 50 | 180 | 0 | 3,4 | 0,35 | 39,45 | 3 | 70 | 0,4 | 0 | 0,06 | 0 | 2,5 | 50 | 0 | 1 | 6,5 | | |
| | | sayur sup labu kuning | 100 | 29 | 0 | 1,1 | 0,3 | 6,6 | 45 | 64 | 1,4 | 180 | 0,08 | 52 | 0 | 0 | 0 | 0 | 91,2 | | |
| | telur cetak bunga | wortel | 50 | 21 | 0 | 0,6 | 0,15 | 4,65 | 19,5 | 18,5 | 0,4 | 6000 | 0,03 | 3 | 35 | 122,5 | 0 | 2,5 | 44,1 | | |
| | | telur ayam | 50 | 81 | 6,4 | 0 | 5,75 | 0,35 | 27 | 90 | 1,35 | 450 | 0,05 | 0 | 79 | 89 | 275 | 0 | 37 | | |
| | buah | pisang ambon | 100 | 99 | 0 | 1,2 | 0,2 | 25,8 | 8 | 28 | 0,5 | 146 | 0,08 | 3 | 18 | 434 | 0 | 3 | 72 | | |
| | Sub Total | | | | 410 | 6,4 | 6,3 | 6,75 | 76,85 | 102,5 | 270,5 | 4,05 | 6776 | 0,3 | 58 | 134,5 | 695,5 | 275 | 6,5 | 250,8 | |
| Total | | | | 1510,34 | | 57,25 | 38,45 | 240,95 | 565 | 896,5 | 17,75 | 36742 | 0,96 | 193 | 643,49 | 2262,6 | 550 | 28,66 | 870 | | |

HARI 3

| Waktu | Menu | Bahan Makanan | Berat | Energi | Protein | | LEMAK | H A | Ca | Fosfor | Fe | Vit. A | Vit. B1 | Vit. C | Natrium |
|-------------|--------------------------|---------------------|-------|---------|---------|--------|---------|--------|--------|--------|-------|--------|---------|--------|---------|
| | | | | | Hewani | Nabati | | | | | | | | | |
| makan pagi | bubur | beras giling | 50 | 180 | 0 | 3,4 | 0,35 | 39,45 | 3 | 70 | 0,4 | 0 | 0,06 | 0 | 2,5 |
| | ayam bumbu kuning | ayam | 50 | 151 | 9,1 | 0 | 12,5 | 0 | 7 | 100 | 0,75 | 405 | 0,04 | 0 | 50 |
| | tempe bumbu kuning | tempe kedele murni | 50 | 74,5 | 0 | 9,15 | 2 | 6,35 | 64,5 | 77 | 5 | 25 | 0,085 | 0 | 0 |
| | | Minyak kelapa sawit | 2 | 18,04 | 0 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1200 | 0 | 0 | 0 |
| | bening bayam | bayam | 36 | 12,96 | 0 | 1,26 | 0,18 | 2,34 | 96,12 | 24,12 | 1,404 | 2192 | 0,0288 | 28,8 | 1,44 |
| | Jagung kuning pipil baru | 50 | 153,5 | 0 | 3,95 | 1,7 | 31,8 | 4,5 | 74 | 1,05 | 220 | 0,165 | 0 | 0 | |
| buah | semangka | 100 | 28 | 0 | 0,5 | 0,2 | 6,9 | 7 | 12 | 0,2 | 590 | 0,05 | 6 | 4 | |
| Sub Total | | | | 618 | 9,1 | 18,26 | 18,93 | 86,84 | 182,12 | 357,12 | 8,804 | 4632 | 0,4288 | 34,8 | 57,94 |
| Sanck pagi | | | | | | | | | | | | | | | |
| Sub Total | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Makan Siang | bubur | Beras giling | 50 | 180 | 0 | 3,4 | 0,35 | 39,45 | 3 | 70 | 0,4 | 0 | 0,06 | 0 | 2,5 |
| | ayam bumbu kuning | ayam | 50 | 151 | 9,1 | 0 | 12,5 | 0 | 7 | 100 | 0,75 | 405 | 0,04 | 0 | 50 |
| | | Minyak kelapa sawit | 2 | 18,04 | 0 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1200 | 0 | 0 | 0 |
| | bening labu siam | labu siam | 100 | 26 | 0 | 0,6 | 0,1 | 6,7 | 14 | 25 | 0,5 | 20 | 0,02 | 18 | 0 |
| | | wortel | 15 | 6,3 | 0 | 0,18 | 0,045 | 1,395 | 5,85 | 5,55 | 0,12 | 1800 | 0,009 | 0,9 | 10,5 |
| buah | pisang ambon | 100 | 99 | 0 | 1,2 | 0,2 | 25,8 | 8 | 28 | 0,5 | 146 | 0,08 | 3 | 18 | |
| Sub Total | | | | 480,34 | 9,1 | 5,38 | 15,195 | 73,345 | 37,85 | 228,55 | 2,27 | 3571 | 0,209 | 21,9 | 81 |
| Snack Siang | | | | | | | | | | | | | | | |
| Sub Total | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Makan Malam | bubur | beras giling | 50 | 180 | 0 | 3,4 | 0,35 | 39,45 | 3 | 70 | 0,4 | 0 | 0,06 | 0 | 2,5 |
| | sayur sup labu kuning | labu waluh | 100 | 29 | 0 | 1,1 | 0,3 | 6,6 | 45 | 64 | 1,4 | 180 | 0,08 | 52 | 0 |
| | | wortel | 20 | 8,4 | 0 | 0,24 | 0,06 | 1,86 | 7,8 | 7,4 | 0,16 | 2400 | 0,012 | 1,2 | 14 |
| | telur cetak bunga | telur ayam | 40 | 64,8 | 5,12 | 0 | 4,6 | 0,28 | 21,6 | 72 | 1,08 | 360 | 0,04 | 0 | 63,2 |
| | buah | pisang ambon | 100 | 99 | 0 | 1,2 | 0,2 | 25,8 | 8 | 28 | 0,5 | 146 | 0,08 | 3 | 18 |
| Sub Total | | | | 381,2 | 5,12 | 5,94 | 5,51 | 73,99 | 85,4 | 241,4 | 3,54 | 3086 | 0,272 | 56,2 | 97,7 |
| Total | | | | 1479,54 | 52,9 | 39,635 | 234,175 | 305,37 | 827,07 | 14,614 | 11289 | 0,9098 | 112,9 | 236,64 | |

10. Gambar Antropometri



11. Liflet

Tuan K.B

DIET PENYAKIT DIABETES MELITUS DENGAN JANTUNG KORONER



Sayangi Gula Darah dan Jantung Anda Dengan Melakukan Diet Sehat Untuk Mencegah DM dengan PJK

Penyakit Jantung Koroner Adalah Penyakit yang terjadi karena penyempitan pembuluh darah kecil (arteri koroner) yang memasok darah dan oksigen ke jantung. Sedangkan Diabetes Melitus Adalah Kumpulan gejala yang timbul pada seseorang yang mengalami peningkatan kadar gula (Glukosa) darah akibat kekurangan hormon insulin tidak bekerja secara optimal sehingga terjadi peningkatan kadar gula darah dengan segala akibatnya

Tanda dan Gejala

Diabetes melitus : Sering merasa haus, Pandangan kabur, Berkurangnya masa otot, Berat badan turun tanpa sebab yang jelas, Sering mengalami infeksi pada kulit, vagina Atau saluran kemih dan luka yang sulit sembuh.

Jantung : Mudah lelah, dada terasa Berat, Sakit atau sesak di saat beraktivitas gejala yang lebih lanjut Nyeri dada tiba-tiba menjangkit hingga ke leher, lengan, punggung atau ulu hati dapat di sertai dengan keringat dingin atau lemas.

Bagaimana Cara Untuk mencegah Penyakit Diabetes Melitus dengan Jantung Koroner?

1. Perilaku hidup sehat
2. Menghindari Rokok
3. Berolahraga secara teratur
4. Kontrol stres
5. Diet seimbang
6. Istirahat yang cukup

Faktor Utama Terjadinya PJK dengan DM

Riwayat Keluarga

Umum

Merokok

Obesitas

TUJUAN DIET PENYAKIT DIABETES MELITUS DENGAN RENDAH GARAM III

1. menurunkan kadar gula darah agar mendekati normal.
2. memberikan cukup energi untuk meningkatkan BB normal
3. memberikan makanan secukupnya tanpa memberatkan kerja jantung
4. menurunkan tekanan darah hingga mencapai normal

Syarat Diet

1. energi cukup yaitu 2000 kkal
2. protein diberikan 15% dari kebutuhan energi yaitu 2000 kkal
3. lemak diberikan 20% dari kebutuhan energi yaitu 2000 kkal
4. karbohidrat diberikan 60% dari kebutuhan energi yaitu 2000 kkal
5. penggantian gula murni dalam minuman dan makanan tidak diperbolehkan kecuali jumlahnya sedikit sebagai bumbu
6. cukup vitamin dan mineral
7. pemberian makan memperhatikan 3 (jumlah, jenis dan jadwal)
8. pemberian makanan terdiri dari 3x makanan utama dan 2x makanan selingan
9. natrium dibatasi 3000-3200 mg/hari

makanan yang dianjurkan dan tidak di anjurkan

Contoh Menu Sehari

Pagi
Nasi Putih/Bubur Ayam bumbu kuning
Cari kangkung
Nugget Temppe
Buah Apel



Snack Pagi :
Jus Pisang DM

Siang
Nasi putih/Bubur Ikan pepes
sup labu siam
Bola-bola tahu
Buah Semangka

Snack Sore :
Puding Buah DM

Malam
Nasi Putih/Bubur Telur Balado
Tumis bayam
Tempe bacem
Buah Pepaya



Ny M.U

DIET PENYAKIT DIABETES MELITUS DENGAN JANTUNG KORONER



Sayangi Gula Darah dan Jantung Anda Dengan Melakukan Diet Sehat Untuk Mencegah DM dengan PJK

Penyakit Jantung Koroner Adalah Penyakit yang terjadi karena penyempitan pembuluh darah kecil (arteri koroner) yang memasok darah dan oksigen ke jantung. Sedangkan Diabetes Melitus Adalah Kumpulan gejala yang timbul pada seseorang yang mengalami peningkatan kadar gula (Glukosa) darah akibat kekurangan hormon insulin tidak bekerja secara optimal sehingga terjadi peningkatan kadar gula darah dengan segala akibatnya

Tanda dan Gejala

Diabetes melitus : Sering merasa haus, Pandangan kabur, Berkurangnya masa otot, Berat badan turun tanpa sebab yang jelas, Sering mengalami infeksi pada kulit, vagina Atau saluran kemih dan luka yang sulit sembuh.

Jantung : Mudah lelah, dada terasa Berat, Sakit atau sesak di saat beraktivitas gejala yang lebih lanjut Nyeri dada tiba-tiba menjangkit hingga ke leher, lengan, punggung atau ulu hati dapat di sertai dengan keringat dingin atau lemas.

Bagaimana Cara Untuk mencegah Penyakit Diabetes Melitus dengan Jantung Koroner?

1. Perilaku hidup sehat
2. Menghindari Rokok
3. Berolahraga secara teratur
4. Kontrol stres
5. Diet seimbang
6. Istirahat yang cukup

Faktor Utama Terjadinya PJK dengan DM

Riwayat Keluarga

Umum

Merokok

Obesitas

TUJUAN DIET PENYAKIT DIABETES MELITUS

1. menurunkan kadar gula darah agar mendekati normal.
2. memberikan cukup energi untuk mempertahankan BB normal
3. memberikan makanan secukupnya tanpa memberatkan kerja jantung
4. mempertahankan tekanan darah agar tetap normal

Syarat Diet

1. energi cukup yaitu 2000 kkal
2. protein diberikan 15% dari kebutuhan energi yaitu 2000 kkal
3. lemak diberikan 20% dari kebutuhan energi yaitu 2000 kkal
4. karbohidrat diberikan 60% dari kebutuhan energi yaitu 2000 kkal
5. penggantian gula murni dalam minuman dan makanan tidak diperbolehkan kecuali jumlahnya sedikit sebagai bumbu
6. cukup vitamin dan mineral
7. pemberian makan memperhatikan 3 (jumlah, jenis dan jadwal)
8. pemberian makanan terdiri dari 3x makanan utama dan 2x makanan selingan

makanan yang dianjurkan dan tidak di anjurkan

Contoh Menu Sehari

Pagi
Nasi Putih/Bubur Ayam bumbu kuning
Cari kangkung
Nugget Temppe
Buah Apel



Snack Pagi :
Jus Pisang DM

Siang
Nasi putih/Bubur Ikan pepes
sup labu siam
Bola-bola tahu
Buah Semangka

Snack Sore :
Puding Buah DM

Malam
Nasi Putih/Bubur Telur Balado
Tumis bayam
Tempe bacem
Buah Pepaya



12. lembar konsul

POLTEKES KEMENKES KUPANG
 PRODI GIZI
 FORMULIR BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR

| | |
|----------------|--|
| NAMA MAHASISWA | : Yunita Mariana Amkus |
| NIM | : PG5203241210229 |
| JUDUL LTA | : ASUHAN GIZI TERSTANDAR PADA PASIEN PENYAKIT JANTUNG KORONER DENGAN DIABETES MELITUS D.I. RSUD. PROF. DR. W. S. JOHANNIS KUPANG |

| NO | TGL/BLN/THN | TOPIK BIMBINGAN | TTD PEMBIMBING |
|----|------------------|------------------------|----------------|
| 1 | 24/oktober/2023 | Judul Proposal | sk |
| 2 | 23/November/2023 | Konsul Bab I - bab III | sk |
| 3 | 21/Desember/2023 | Revisi Bab I - bab III | sk |
| 4 | 12/Januari/2024 | Revisi Bab I - bab III | sk |
| 5 | 16/Januari/2024 | Revisi Bab I - bab III | sk |
| 6 | 23/April/2024 | Revisi Bab I - bab III | sk |

| | | | |
|----|---------------|-------------------------|----|
| 7 | 25/April/2024 | ACC Proposal | dh |
| 8 | 31/mei/2024 | Revisi Bab IV | dh |
| 9 | 02/juni/2024 | Revisi bab IV dan V | dh |
| 10 | 03/juni/2024 | ACC Laporan Tugas Akhir | dh |
| 11 | | | |
| 12 | | | |
| 13 | | | |
| 14 | | | |