


Praktikum 3-6

	<b>WORK SHEET ALUR KERJA PRAKTIKUM GIZI KESEHATAN REPRODUKSI PRODI PROFESI BIDAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS 'AISYIYAH YOGYAKARTA</b>	
	<b>Kelas/ Kelompok</b>	A3/2
	<b>Nama Mahasiswa/ NIM</b>	Irma Rahmawati 2010101031 Fitriani Manan putri Ge'e 2010101032 Luthfiyaha Hanani Khayyira 2010101033 Yulisa Widia Wulandari 2010101034
	<b>Praktikum</b>	Pertemuan 3-6
Kasus ke-2	Seorang Ibu hamil (27 tahun) dengan usia kehamilan 24 minggu (BB hamil = 55 kg, BB sebelum hamil = 46 kg, TB = 156 cm, LiLA = 25 cm), tekanan darah 120/70 mmHg, suhu 36,8 °C, sudah tidak <i>morning sickness</i> selama kehamilan. Nilai laboratorium menunjukkan Gula Darah Sewaktu 112 mg/dl, Hb 10,5 g/dl. Memiliki alergi telur dan menyukai makanan pedas. Wawancara riwayat asupan 24 jam yang lalu : Energi = 1820 kkal, Protein = 39 g, Lemak = 46 g.	
Hasil diskusi	DS: Ibu hamil (27 tahun) dengan usia kehamilan 24 minggu. Alergi terhadap telur Menyukai makanan pedas.  DO: BB hamil = 55 kg BB sebelum hamil = 46 kg TB = 156 cm LiLA = 25 cm tekanan darah =120/70 mmHg suhu =36,8 °C Energi = 1820 kkal, Protein = 39 g, Lemak = 46 g.  Analisis e. Status gizi IMT=bb:Tb = 46:1,56 m =29,48 (status gizi normal)  f. Vital Sign	

Hasil Periksa	Nilai Batas	Kesimpulan
TD = 120/70 mmHg	Sistol: 110-120 mmHg Diastole 70-80 mmHg	Normal
Suhu = 36,8°C	36.5 °C– 37.5 °C	Normal

g. Hasil Lab

Hasil Periksa	Nilai Batas	Kesimpulan
Gula Darah Sewaktu 112 mg/dl	80-130 mg/dl	Normal
Hb 10,5 g/dl.	8-11gr/dl	Normal

h. Hitungan kebutuhan kalorian dan kebutuhan K,P,L)

$$\text{BMR (Hronek)} = 346,44 + 13,96 W (\text{kg}) + 2,70 H (\text{cm}) - 6,82 A(\text{th})$$

$$\begin{aligned} \text{BMR (Hronek)} &= 346,44 + (13,96 \times 46) + (2,70 \times 156) - (6,82 \times 27) \\ &= 346,44 + 642,16 + 421,2 - 184,14 \\ &= 988,6 + 237,06 \\ &= 1.225,66 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{TEE} &= \text{BMR} \times \text{FA} \\ &= 1.225,66 \times 1,375 (\text{aktivitas ringan}) \\ &= 1,685.2825 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Karbohidrat} &= 60\% \times 1.225,66 \\ &= 735.396 : 4 = 183.849 \\ &= 183.849 \text{ g} \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Protein} &= 15\% \times 1.225,66 \\ &= 0.183849 : 4 = 0,04596225 \\ &= 0,04596225 \text{ g} \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Lemak} &= 25\% \times 1.225,66 \\ &= 0.306415 : 9 = 0.034046111 \\ &= 0.034046111 \text{ g} \end{aligned}$$

i. Perbandingan hitungan dengan recall

Menunjukkan bahwa Energi = 1820 kkal, Protein = 39 g, Lemak = 46 g. Bahwa kekurangan asupan kebutuhan energinya yang seharusnya 1,685.2825 jika terus seperti itu akan mengakibatkan BBLR.

Perhitungan Bahan Makanan Penukar

Perhitungan bahan makanan Porsi distribusi makanan  
Tabel Rekomendasi menu sehari



Menu yang akan diolah dan urt nya	Rencana menu yang akan diolah dari 1 menu utama dan snack disertai foto sesuai porsinya
Foto bahan makanan, proses dan penyajian	Foto bahan makanan menu utama dan hasil olahannya Foto bahan makanan snack dan hasil olahannya
Kesimpulan	Simpulkan apa yang anda peroleh dari pembelajaran tersebut
<p>Yogyakarta, .....20.....</p> <p>Dosen Pengampu Praktikum</p> <p>(.....)</p>	

