


**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>	Kelas A Kelompok A6	
	<b>Nama Mahasiswa/ NIM</b>	1. Nirmala Ayu Arifah / 2010101068 2. Gevy Nuradira Isnaini / 2010101069 3. Aisyah Novia Rahmi / 2010101070 4. Shinta Septya Amanda / 2010101071	
	<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 oC, sudah tidak morning sickness 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: - Ny. A hamil dengan UK 24 mng -Tidak morning sickness -Alergi telur -Menyukai makanan pedas DO: -Antropometri BB hamil : 55 kg BB sebelum hamil : 46 kg TB : 156 cm LILA : 25 cm -Vital sign TD : 120/70 mmHg Suhu : 36,8 c -Hasil Lab Gula darah : 112mg/dl Hb : 10,5 g/dl Analisis e. Status gizi $IMT = \frac{BB}{TB^2}$ (TB dalam m) $= \frac{55 \text{ kg}}{(1,56)^2}$ $= 55 \text{ kg} : 2,43$ $= 22,63 \rightarrow$ status gizi normal f. Vital Sign		
	<b>Hasil Periksa</b>	<b>Nilai Batas</b>	<b>Kesimpulan</b>
	TD = 120/70 mmHg	Sistole 110-120 mmHg Diastole 70-80 mmHg	Normal
	Suhu = 36,8 °C	36.5 °C– 37.5 °C	Normal

	<p>g. Hasil Lab</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Hasil Periksa</th> <th>Nilai Batas</th> <th>Kesimpulan</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Gula darah = 112 mg/dl</td> <td>80-130 mg/dl</td> <td>Normal</td> </tr> <tr> <td>Hb = 10,5 g/dl</td> <td>&gt;11 g/dl</td> <td>Anemia ringan</td> </tr> </tbody> </table> <p>h. Hitungan kebutuhan kalori  <b>BMR (Hronek) = 346,44 + 13,96 W (kg) + 2,70 H (cm) – 6,82 A(th)</b>  BMR (Hronek)= 346,44 + (13,96 x 55) + (2,70 x 156) – (6,82 x 27)  = 346,44 + 767,8 + 421,2 – 184,14  = 1.535,44 – 184,14  = 1.351,3</p> <p>TEE = BMR x FA  = 1351,3 x 1,375 (aktivitas ringan)  = 1858,03</p> <p>Energy total = TEE + Energi Ibu Hamil  = 1858,3 + 300  = 2.158,3 kkal/hari</p> <p>Karbohidrat = 60% x 2.158,3  = 1.294,98 : 4 = 323,745 gr  = 323,745 + 40 = 363,745 gr -&gt; 40 adalah AKG tambahan u/ ibu hamil</p> <p>Protein = 15% x 2.158,3  = 323,74 : 4 = 80,93  = 80,93 + 10 = 90,93 g -&gt;10 adalah AKG tambahan u/ ibu hamil</p> <p>Lemak = 25% x 2.158,3  = 546,325 : 9 = 60,70  = 60,70 + 10 = 70,70 g -&gt; 10 adalah AKG tambahan u/ ibu hamil</p> <p>i. Perbandingan Perhitungan kebutuhan kalori dengan recall menunjukkan bahwa recall (1.820 kkal/hari) terlalu sedikit/ kekurangan kebutuhan asupan kebutuhan energinya (2.158,3 kkal/hari). Ibu beresiko mengalami KEK jika mengikuti kebiasaan makannya.</p>	Hasil Periksa	Nilai Batas	Kesimpulan	Gula darah = 112 mg/dl	80-130 mg/dl	Normal	Hb = 10,5 g/dl	>11 g/dl	Anemia ringan
Hasil Periksa	Nilai Batas	Kesimpulan								
Gula darah = 112 mg/dl	80-130 mg/dl	Normal								
Hb = 10,5 g/dl	>11 g/dl	Anemia ringan								
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..... Dosen Pengampu Praktikum  (.....)</p>	