



WORK SHEET ALUR
KERJAPRAKTIKUM GIZI KESEHATAN REPRODUKSI
PRODI PROFESI BIDAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AISYIAH YOGYAKARTA

Kelas/Kelompok	Kelas: A5 Kelompok 2
Nama Mahasiswa/ NIM	1. Qoni Hikaya 2010101057 2. Wan Tazkya Aulia Silvia Ananda 2010101058 3. Amalina Inkha Suryani 2010101059 4. Riski Eka Saputri 2010101060
Praktikum	Pertemuan 3

A
Kasuske-1
 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 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 = 39g, Lemak = 46g.

B
Hasil Diskusi
DS:

- Ibu hamil 27 tahun
- Usia kehamilan 24 minggu
- Alergi terhadap telur
- Menyukai makanan pedas

DO:

- Antropometri
 BB = 55 kg
 TB = 156 cm
- Vital Sign
 TD = 120/70 mmHg
 Suhu = 36,8 °C
- Hasil Lab
 Gula Darah Sewaktu (GDS) = 112 mg/dl
 Hb = 10,5 g/dl

Analisis Kasus:

- Status Gizi Ibu

$IMT = \frac{BB}{TB^2}$ (TB dalam m)
 $= \frac{55}{1,56^2}$
 $= 22,6$ - simpulannya Status Gizi Normal

Hasil Periksa	Nilai Batas	Kesimpulan
Vital Sign TD = 120/70 mmHg	Sistol: 110-120 mmHg Diastole: 70-80 mmHg	Normal
Suhu = 36,8 °C	36,5 °C - 37,5 °C	Normal
Suhu = 36,8 °C	36,5 °C - 37,5 °C	Normal

- Hasil lab (tulis jika ada)

HasilPeriksa	NilaiBatas	Kesimpulan
GulaDarahSewaktu =112mg/dl	GDS=<200mg/dl	Normal
Hb=10,5g/dl	Hb>11g/dl	Anemiaringan

4.

Hitungkebutuhankalori

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

$$6,82A(\text{th}) \text{BMR(Hronek)} = 346,44 + (13,96 \times 55) + (2,70 \times 156) - (6,82 \times 27)$$

$$= 346,44 + 767,8 + 421,2 - 184,14$$

$$= 1.114,24 + 237,06$$

$$= 1.351,3$$

$$\text{TEE} = \text{BMR} \times \text{FA}$$

$$= 1.351,3 \times 1,375 (\text{aktivitas ringan})$$

$$= 1.858,03$$

$$\text{Energy total} = \text{TEE} + \text{Energi Ibu hamil TMII}$$

$$= 1.858,03 + 300$$

$$= 2.158,03 \text{ kkal/hari}$$

$$\text{Karbohidrat} = 60\% \times 2.158,03$$

$$= 1.294,818 : 4 = 323,70 \text{ gr}$$

$$= 323,70 + 40 = 363,70 \text{ g} \text{ 40 adalah AKG tambahan / ibu hamil TMII}$$

$$\text{Protein} = 15\% \times 2.158,03$$

$$= 323,70 : 4 = 80,92$$

$$= 80,92 + 10 = 90,92 \text{ g} \text{ 10 adalah AKG tambahan / ibu hamil TMII}$$

$$\text{Lemak} = 25\% \times 2.158,03$$

$$= 539,50 : 4 = 134,87$$

$$= 134,87 + 2,3 = 137,17 \text{ g} \text{ 2,3 adalah AKG tambahan / ibu hamil TMII}$$

5.

Perbanding Perhitungan kebutuhan kalori dengan recall menunjukkan bahwa recall (1.820 kkal/hari) kurang memenuhi kebutuhan

asupan kebutuhan energinya (2.158,03 kkal/hari). Ibu beresiko KEK jika mengikuti kebiasaan makannya dengan kurangnya asupan kebutuhan energinya.

Waktu makan	Menu	Bahan makanan	Porsi	Berat (g)	Kalori (kkal)
Makan pagi	Nasi putih	Nasi	1	100	175
	Sup ayam brokoli	Ayam tanpa kulit	1	40	50
		Brokoli	1	100	25
	Tempe goreng	Tempe	1	50	75
		Minyak kelapa sawit	1	5	50
	Susu	Susu sapi	1	200	125
		Gula	1	13	50
	Buah sawo	Sawo matang	1	55	50
Snack pagi	Jasuke almond	Jagung muda	1	100	25
		Susu kental manis	0,5	50	62,5
		Keju	1	35	125
		Almond	0,5	5	25
	Buah pisang	Pisang	1	50	50
Makan siang	Nasi putih	Nasi	1	100	175
	Gulai ikan nila	Ikan nila	1	40	50
		Santan	0,5	20	25
		Tahu kulit kuning	0,5	55	36,5
		Minyak kelapa sawit	1	5	50
	Tumis katuk bakso	Daun katuk	1	100	50
		Mentega	1	5	50
		Bakso	0,5	85	35
	Buah jambu biji	Jambu biji	1	100	50
	Snack sore	Salad green	Bayam	0,5	50
		Slada	Tipe A	bebas	bebas
		Alpukat	0,5	30	25
		Yoghurt non fat	0,5	60	37,5
		Keju	0,5	17,5	62,5
		Kacang tanah	1	15	75
Buah anggur		Anggur	0,25	41,25	12,5
Makan malam	Nasi putih	Nasi	1	100	175
	Tumis buncis	Buncis segar	0,5	50	12,5
		Mentega	1	5	50
	Udang goreng	Udang segar	1	35	50
		Minyak kelapa sawit	1	5	50
	Buah kurma	Kurma	1	15	50