|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **WORK SHEET ALUR KERJA PRAKTIKUM GIZI KESEHATAN REPRODUKSI**  **PRODI PROFESI BIDAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN**  **UNIVERSITAS ‘AISYIYAH YOGYAKARTA** | |
| **Kelas/ Kelompok** | A1 / KELOMPOK 1 |
| **Nama Mahasiswa/ NIM** | 1. Ella Aprillyana 2010101011 2. Resa Nur azizah 2010101004 3. Nelva regita Putri 2010101010 4. Intan Nur Aulia Dewi 2010101011 |
| **Praktikum** | Pertemuan 3-6 |
| A  Kasus ke- 1 | Seorang Ibu hamil (30 tahun) dengan usia kehamilan 14 minggu (BB hamil = 50 kg, BB sebelum hamil = 45 kg, TB = 157 cm, LiLA = 24 cm), tekanan darah 100/70 mmHg, suhu 36,5 oC, mengeluh agak pusing, *morning sickness* selama kehamilan. Nilai laboratorium menunjukkan Gula Darah Sewaktu 130 mg/dl, Hb 11,5 g/dl. Tidak menyukai makanan pedas dan alergi udang. Wawancara riwayat asupan 24 jam yang lalu : Energi = 1650 kkal, Protein = 43 g, Lemak = 50 g. | |
| B  Hasil diskusi | **DS:**   * Ibu dengan usia kehamilan 14 Minggu * Mengeluh agak pusing, dan morning sickness saat kehamilan * Tidak menyukai makanan pedas dan alergi udang   **DO:**   * **Antrometri :**   BB = 50 kg  BB Pra hamil = 45 kg  TB = 157 cm  LILA = 24 cm   * **Vital Sign**   TD = 100/70 mmHg  Suhu = 36,5   * **Hasil Lab**   Gula darah = 130mg/dl  Hb = 11,5 g/dl  **Analisis kasus**   1. Status gizi Ibu   IMT = BB : TB2  = 45 : 1,572  = 45 : 2,4649  = 18,25 (normal)  **Catatan Kategori IMT pada TM I**   * Berat badan kurang = <18,5 kg/m2 * Berat badan normal = 18,5-24,9 kg/m2 * Berat badan berlebih = 25-29,9 kg/m2 * Obesitas = > 30 kg/m2  1. **Vital Sign**  |  |  |  | | --- | --- | --- | | Hasil Periksa | Nilai Batas | Kesimpulan | | TD = 100/70 mmHg | Sistol: 110-120 mmHg  Diastole 70-80 mmHg | Rendah | | Suhu = 36,5◦C | 36.5 0 C– 37.5 0 C | Normal |  1. **Hasil Lab**  |  |  |  | | --- | --- | --- | | Hasil Periksa | Nilai Batas | Kesimpulan | | Gula darah = 130mg/dl | 80- 130 mg/dl | Normal | | Hb = 11,5 g/dl | 11,5-13.9 g/dl | Normal |      1. Hitungan kebutuhan kaloridan kebutuhan K,P,L     **Rumus** **Hariss benedict**  = 655.1 + (**9.563** x W(**45 kg**) + (**1.850** x H(**157** cm) – (**4.676** x A(**30th**)  = 655.1 + 430,335 + 290,4 – 140,280  = 1.375,855 - 140,280  = 1.235,57  **TEE = BMR x FA**  **=** 1.235,57 x 1,375 (aktifitas ringan)  = 1. 698,90 kkal  **Energy = TEE +** Trimester 1  **=** 1. 698,90 + 180 (kebutuhan energy trimester 1)  **=** 1.878,9 kkal/hari  **Karbohidrat**  = 60% x 1.878,9  = 1.277,34 : 4 *(1gram karbohidrat = 4 kalori)*  = 319,335 + 25 (adalah AKG karbo tambahan untuk ibu trimester 1)  = 344.335  **Protein**  = 10 % x 1.878,9  = 187,89 : 4 (1 gram protein = 4 kalori )  = 46,97 + 20 (adalah AKG protein tambahan untuk ibu trimester 1)  **=** 66,97 gr  **Lemak**  = 25% x 1.878,9  = 469,7 : 9 (1 gram lemak = 9 kalori)  = 52,18 + 6 (adalah AKG lemak tambahan untuk ibu trimester 1)  = 58,18   1. **Perbandingan hitungan dengan recall**   Jadi, perbanding Perhitungan kebutuhan kalori dengan recall menunjukkan bahwa recall (**1650** **kkal/hari**) terlalu banyak/ melelbihi kebutuhan asupan kebutuhan energi dimana seharusnya asupan energi ibu yang dibutuhkan adalah sebesar **(1.878,9 kkal/hari**). Jika asupan ibu setiap harinya secara terus menerus melebihi Ibu akan beresiko obesitas jika mengikuti kebiasaan makannya. | |
| Yogyakarta, 06 April 2022.  Dosen Pengampu Praktikum  (Ririn Wahyuhidayati, S.ST., M.KM) | | |