

LAPORAN KASUS PERHITUNGAN PEMENUHAN ENERGI PADA IBU HAMIL  
NORMAL NY.F. GIDODARU USIA KEHAMILAN 13 MINGGU DI PUSKESMAS GODEAN 2

NO REGISTRASI

PENGRAJIAN DATA, oleh : Titiani Monan Putri Ge'e

Tanggal/jam : 7 Juli 2022 / 11:38

Biodata	DSM	Skor
1. Nama	: Ny. F	Tp. 3
2. Umur	: 30 Tahun	37 Tahun
3. Agama	: Islam	Islam
4. Suku/Bangsa	: Jawa/Indonesia	Jawa/Indonesia
5. Pendidikan	: SMA	SPTA
6. Pekerjaan	: IRT	Buruh
7. No. Telp	: 0881 xxxx xxxx	0813 xxxx xxxx
8. Alamat	: Bojjo II Rt 4 Rw 4 Sidoluhur, Godean, Sleman Yogyakarta	

KASUS ANALISIS PENILAIAN STATUS GIZI

1. Data Subyektif

- Kebiasaan Makan : Ibu makan 3-4 kali sehari, porsi sedang, jenis nasi, sayur, ikan, telur, buah
- Makanan pantangan : Tidak ada
- Makanan kesukaan : Ayam dan telur
- Cendikan : Ibu sering ngemil biskuit dan kripik
- Minuman : Air Putih, teh, Jus, Susu
- Aktivitas Fisik : Ibu mengerjakan pekerjaan rumah tangga dan biasanya berolahraga ringan

2. DATA OBYEKTIF

A. Antropometri

- TB : 153 cm
- BB Aktual : 51 kg
- BB Prognosis : 46 kg
- Peningkatan BB selama hamil : 5 kg

B. Vital Sign

- Suhu : 36.6 °C
- Nadi : 80 x/menit
- TD : 118/72 mmHg
- Respirasi : 20 x/menit

C. Hasil Laboratorium

- HB : 11,2 g/dl
- GDS : 130 mg/dl
- Protein Urin : Negatif
- Glukosa Urin : Negatif

3. Analisis Gizi Ibu Hamil

- a. IMT Pre hamil : 19,6
- b. LGA : 24,2

c. Kesimpulan :

<sup>Kesimpulan</sup>  
Ibu memiliki risiko GDM ~~di~~ karena memiliki IMT Antenatal 19,6 berisiko BG selama ~~kehamilan~~  
hasil sesuai dengan batas peningkatan, tidak ada hipertensi, dan tidak diabetes  
berdasarkan data lab dan vital sign

Pembimbing Akademi

(92)

Epi Widyantari, S.Si, M.Kel



Mahasiswa

(Signature)

Pitaloka Marnan Putri Gita

Hitungan kebutuhan kalori dan kebutuhan K, P, L)

Rumus Hariss benedict

$$\begin{aligned} &= 655,1 + (9,563 \times W(46 \text{ kg}) + (1,850 \times H(153 \text{ cm}) - (4,676 \times A(30\text{th})) \\ &= 655,1 + 439,898 + 283,050 - 140,280 = 723,603,1 - 140,280 = \\ &583,323,1 \end{aligned}$$

TEE = BMR x FA

$$= 583,323,1 \times 1,375 \text{ (aktifitas ringan)} = 802,069,2 \text{ (TEE)}$$

Energy = TEE + Trimester I

$$= 802,069,2 + 180 \text{ (kebutuhan energy trimester 1)} = 802,249,2 \text{ kkal/hari}$$

Karbohidrat

$$\begin{aligned} &= 60\% \times 802,249,2 \\ &= 481,349,52 : 4 \text{ (1 gram karbohidrat = 4 kalori)} \\ &= 120,337,38 + 25 \text{ (adalah AKG karbo tambahan untuk ibu trimester 1)} = \\ &120,362,38 \end{aligned}$$

Protein

$$\begin{aligned} &= 15\% \times 802,249,2 \\ &= 120,337,38 : 4 \text{ (1 gram protein = 4 kalori)} \\ &= 30,084,345 + 20 \text{ (adalah AKG protein tambahan untuk ibu trimester 1)} = \\ &30,104,345 \end{aligned}$$

Lemak

$$\begin{aligned} &= 25\% \times 802,249,2 \\ &= 200,562,3 : 9 \text{ (1 gram lemak = 9 kalori)} \\ &= 22,284,7 + 6 \text{ (adalah AKG lemak tambahan untuk ibu trimester 1)} = 22,290,7 \end{aligned}$$

Perhitungan  
Bahan  
Makanan  
Penukar

	A	B	C	D	E	F
		portion	calory (kcal)	carbohydrate (g)	protein(g)	fat (g)
5						
6	Karbohidrat	1.75	306.25	70	7	
7	Protein Hewani					
8	1. Lemak rendah		0		0	0
9	2. Lemak sedang	0.75	56.25		5.25	3.75
10	3. Tinggi Lemak	0	0		0	0
11	Protein Nabati	0.75	60	6	4.5	2.25
12	Sayuran tipe C	0.25	12.5	2.5	0.75	
13	Sayuran tipe B	1	25	5	1	
14	Minyak, Lemak	1.5	75			7.5
15	Gula	0.75	22.5	5.625		
16	Susu dan Olahan	1	110	10	7	8
17	Buah	1.5	75	15		
18	<b>Total</b>		<b>742.5</b>	<b>114.125</b>	<b>25.5</b>	<b>21.5</b>
19						
20	Kebutuhan Gizi		799.275	144.89125	29.99281	22.20808
21	Pemenuhan		92.8966876	78.76597103	85.0203766	96.81161091

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M
	Porsi	karbohidrat	Protein Hewani Lemak rendah	Protein Hewani Lemak sedang	Protein Hewani Lemak Tinggi	Protein Nabati	Sayuran tipe C	Sayuran tipe B	Minyak, Lemak	Gula	Susu dan Olahan	Buah	
1													
2	Makan Pagi	0.5				0.5	0.25	0.5	1			0.5	
3	Snack Pagi	0.25								0.25			
4	Makan Siang	0.5		0.5				0.25	0.5			0.5	
5	Snack Sore	0.25											
6	Makan Malam	0.25		0.25		0.25		0.25			0.5	0.5	
7	Snack Malam	0											
8													
9	Jumlah perhitungan	1.75	0	0.75	0	0.75	0.25	1	1.5	0.75	1	1.5	
10	Porsi yang disediakan	1.75	0	0.75	0	0.75	0.25	1	1.5	0.75	1	1.5	

### Rekomendasi menu sehari

Waktu makan	Menu	Bahan makanan	Porsi	Berat (g)	Kalori (kcal)
Makan pagi	Nasi putih	Nasi	0.5	50	87.5
	Sayur bening katuk	Daun katuk	0.25	25	6.25
		jagung	0.5	50	12.5
	Tempe goreng	Tempe	0.5	25	37.5
			Minyak kelapa sawit	1	5
	Buah	Apel merah	0.5	42.5	25

		Air mineral	bebas	bebas	bebas
--	--	-------------	-------	-------	-------


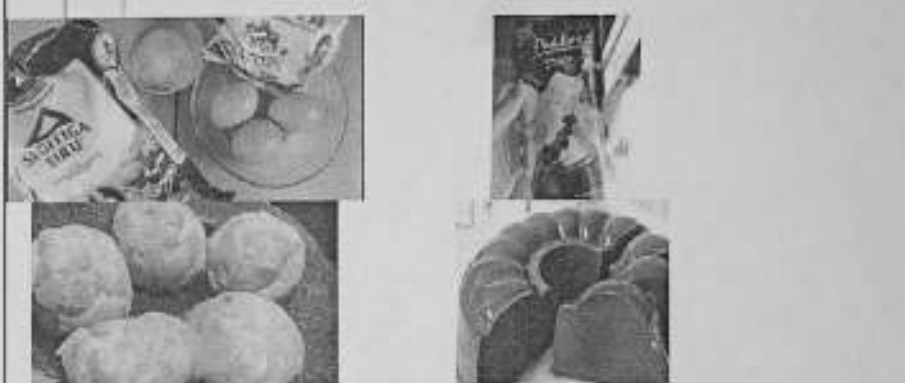
	Snack pagi	Ubi rebus	ubi	0,25	33,75	43,75
		Susu	Susu sapi	0,5	100	62,5
			Gula	0,25	3,25	12,5
	Makan siang	Nasi putih	Nasi	0,5	50	87,5
		Telur goreng	Telur ayam	0,5	27,5	37,5
			Minyak kelapa sawit	0,25	1,25	12,5
		Tumis bayam	Bayam	0,25	25	6,25
			Minyak kelapa sawit	0,25	1,25	12,5
	Snack sore	Singkong rebus	singkong	0,25	30	43,75
		Buah	anggur	0,5	82,5	25
		Teh	bebas	bebas	bebas	Tanpa kalori
	Makan malam	Nasi putih	Nasi	0,25	25	43,75
		Telur rebus	Telur bebek	0,25	13,75	18,75
		Sambel tahu	Tahu	0,25	27,5	18,75
			tomat	Bebas	Tipe A	bebas
		Kangkung rebus	kangkung	0,25	25	6,25
	Snack malam	susu	Susu Sapi	0,5	100	62,5
			gula	0,5	6,5	25
		Buah	Jeruk manis	0,5	55	25

Menu yang akan diolah dan urutannya

Rencana menu yang akan diolah;

**UKURAN RUMAH TANGGA:**

Menu makanan	Bahan Makanan	Ukuran rumah tangga(URT)	Berat	Porsi	Kkal
Makan Pagi	Nasi	1 1/2 Centong Nasi	150 gram	1	350 kkal
	Ayam goreng	1 potong bagian paha	180 gr	1	250 kkal
	Sayur Bayam	1 porsi mangkok sedang	30 gr	1	74 kkal
	Tempe	1 potong sedang	50 gr	1	150 kkal
	Minyak kelapa sawit	1 gelas sedang	300 gr	1	120 kkal
	Jus Mangga	1 gelas besar	150 gr	1	100 kkal
	Buah Pisang	1 buah pisang ukuran sedang	118 gr	1	100 kkal
Snack malam	Kue Sus	1 buah kue sus	100gr	1	140 kkal
	Susu kental manis	5 sdm	50 gr	1	130 kkal
	Gula	3/5 sdm	60 gr	1	232 kalori
	Margarin	2/5 sdm	100 gr	1	526 kkal
	Pudding	1 bungkus pudding instan	145 gr	1	160 kkal

<p>Foto bahan makanan, proses dan penyajian</p>	<p>Bahan olahan:</p>   <p>Ket: Makan pagi dan snack malam</p>
<p>Kesimpulan</p>	<p>Ny. F setelah dihitung IMT nya menunjukkan status gizi normal (20). Makanan yang dikonsumsi berdasarkan recall 24 jam melebihi kebutuhan kalori per harinya. Kebutuhan normal Ny.F sebesar 802.249,2 kkal/hari.</p>