

LAPORAN ASUHAN KEBIDANAN GIZI PADA IBU HAMIL NORMAL DI PUSKESMAS PUNDONG

Tanggal/jam : 27 Juni 2022 / 10.00 WIB
 No register : 01030383

1. PENGEHAJIAN DATA

SUBJEKTIF

Biodata	Istri	Suami
Nama	Ny. F	Tn. H
Umur	32 tahun	35 th
Agama	Islam	Islam
Suku/bangsa	Jawa/Indonesia	Jawa/Indonesia
Pendidikan	SLTA	SLTA
Pekerjaan	Karyawan Swasta	Karyawan Swasta
No. Telp	0857-xxxx-xxxx	0857-xxxx-xxxx
Alamat	Paten RT. 005, Paten, Sribardono Pundong, Bantul	

- Alasan kunjungan : Ibu ingin periksa kehamilan dan konsultasi gizi
- Riwayat Obstetri : Gs, P3, A0
- Pola kebutuhan sehari-hari
 - Pola nutrisi
 - Makan : 3 kali sehari, porsi sedang-banyak, keluhan tidak ada
 - Minum : 6 kali sehari, 8 gelas, keluhan tidak ada
 - Pola aktivitas fisik
 - Olahraga : Ibu mengatakan rajin berolahraga
 - Aktivitas : Ibu mengatakan rajin beraktivitas fisik
- Riwayat Gizi
 - Alergi makanan : tidak
 - Penggunaan makanan : tidak
 - Diet yang dijalani : tidak

OBJEKTIF

a. Antropometri

BB : 55 kg BB pra hamil : 51 kg
 TB : 156 cm
 LILA : 32 cm

Peningkatan BB selama hamil : 4 kg

b. Vital sign

Suhu : 36°C
 Nadi : 80 x/menit
 TD : 110/70 mmHg
 Respirasi : 20 x/menit

c. Hasil Laboratorium

Kadar Hb : 11,3 g% (Normal)

ANALISIS GIZI IBU HAMIL

a. IMT Pra Hamil

$$\Rightarrow BB = \frac{SI}{TB^2} = \frac{51}{1,56^2} = 20,98 \quad \text{LILA : 29 cm (Normal)}$$

b. IMT Hamil Saat ini

$$\Rightarrow BB = \frac{55}{1,56^2} = 22,63 \quad \text{LILA : 32 cm (Normal)}$$

c. Kesimpulan

Ibu hamil memiliki IMT pra hamil yang tidak normal, karena kurang dari 22. Namun setelah hamil, Ibu mengalami peningkatan angka Berat badan dan LILA Normal, tidak anemia dan tidak hipertenensi

PERHITUNGAN KEBUTUHAN KALORI, KARBOHIDRAT, PROTEIN DAN LEMAK

$$\begin{aligned} \text{BMR} &= 655 + (9,6 \times \text{BB (kg)}) + (1,8 \times \text{TB (cm)}) - (4,7 \times \text{usia}) \\ &= 655 + (9,6 \times 55) + (1,8 \times 156) - (4,7 \times 32) \\ &= 655 + (528) + (280,8) - 150,4 \\ &= 1313,4 \end{aligned}$$

$$\text{BMR} \times \text{Aktivitas fisik} \Rightarrow \text{Cutup Aktif (3-5 hari dalam seminggu olahraga)}$$

$$= \text{BMR} \times 1,55$$

$$= 1.313,4 \times 1,55$$

$$= 2035,77$$

$$\text{UK} = 38 \text{ mg (TM III)} \Rightarrow + 300 \text{ kkal}$$

$$\text{BMR} \times \text{Aktivitas fisik} + 300 \text{ kkal}$$

$$= 2335,77 \text{ kkal}$$

PERHITUNGAN MAKANAN PERHAJI

Date _____

1. Perhitungan bahan makanan : Terlampir (Lampiran I)
2. porsi distribusi makanan : Terlampir (Lampiran II)
3. Tabel rekomendasi menu sehari : Terlampir (Lampiran III)

BOOKLET

Terlampir (Booklet)

Pondong, 15 Juli 2022

Pembimbing pendidikan

Pembimbing lapangan

Mahasiswa,

(Nidaha Khofifah, S.Feb.Bd.Mpt) (Fusminingsih, S.ST, Bdn.M.Kes) (Fuji PADIA RAMDANI)

LAMPIRAN - LAMPIRAN




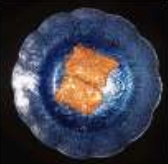









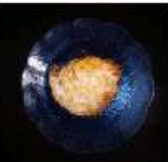


Lampiran I :

	portion	calory (kcal)	carbohydrate (g)	protein(g)	fat (g)
Karbohidrat	2	350	80	8	
Protein Hewani					
1. Lemak rendah	0	0	0	0	0
2. Lemak sedang	0.75	56.25		20	3.75
3. Tinggi Lemak	0	0		0	0
Protein Nabati	0.75	50	5	4	25
Sayuran tipe C	1	12.5	2.5	25	
Sayuran tipe B	1	50	5	1	
Minyak, Lemak	1.5	75			0.75
Gula	0.25	22.5	5.25		
Susu dan Olahannya	1	110	10	4.5	7
Buah	2	75	50		
Total		710	150	58	32

Kebutuhan Gizi		1900	285	71,25	52,7
Pemenuhan		37,3684211	52,63157895	81,4035088	60,72106262

Lampiran II :

	Porsi	Karbohidrat	Protein Hewani Lemakrendah	Protein Hewani Lemak sedang	Protein Hewani Lemak Tinggi	Protein Nabati	Sayuran tipe C	Sayuran tipe B	Minyak, Lemak	Gula	Susu dan Olahan	Buah
Makan Pagi		0.5				0.5	0.25	0.25		1		1
Snack Pagi		0.25									0.5	0.5
Makan Siang		0.75		0.5				0.25	0.25	0.25		
Snack Siang		0.25		0.25		0.25		0.25	0.25		0.5	
Makan Malam		0.25		0.25		0.25		0.25				
Snack Malam												0.5
Jumlah perhitungan		2		1		1	0.25	1	2	0.25	1	2
Porsi yang dibutuhkan		2		0.75		0.75		1	1.5	0.25	1	2

Waktu Makan	Menu	Bahan Makan	Porsi	Berat (g)	Kalori (Kkal)	Foto Bahan Makan	Foto Menu Makan			
Makan Pagi	- Nasi putih	- Beras	0,5	100	87,5					
	- Tempe Goreng	- Tempe - Minyak Kelapa - Sawit	0,5 1	10 5	37,5 50	 				
	- Sayur Bayam Jagung Muda	- Bayam - Jagung Muda	0,25	25	6,25					
										
Snack Pagi	- Buah Pir - Susu Putih	- Buah Pir - Susu Putih	1	50	57,1					
			1	40	80					
Makan Siang	- Nasi putih - Telur goreng - Sayur Kembang kol	- Beras - Telur Ayam - Kembang Kol - Minyak	0,75	100	90,5					
			0,5	25	37,5					
			0,25	27,5						
			0,25	5						
Snack	- Buah Mangga	- Buah Mangga	0,5	50	59,8	