

LAPORAN KASUS
PERHITUNGAN PEMENUHAN ENERGI PADA IBU HAMIL NORMAL
PUSKESMAS PLERET YOGYAKARTA



Disusun Oleh :
Tika Eliyanti / 2010101015

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA DAN PENDIDIKAN
PROFESI BIDAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIAH YOGYAKARTA 2022

ASUNAN KEBIDANAN PADA IBU HAMIL
 Ny. M usia 30 th G1 P0 A0 AMO usia kehamilan 8th mg
 Asuhan kebidanan pada ibu hamil normal
 Di Puskesmas REFET

NO. REGISTRASI : 000004

PENAKJAW DATA, DM : Tina Elvanti

Tanggal/Jam : 7 Juli 2022

- 00-30

SUBJEKTIF

Biografi	Isi	Suami
1. Nama	: Ny. M	: Tn. Y
2. Umur	: 30 th	: 23 th
3. Agama	: Islam	: Islam
4. Suku / bangsa	: Jawa / Indonesia	: Jawa Indonesia
5. Pendidikan	: SMA	: SI
6. Pekerjaan	: wiraswasta	: wiraswasta
7. No Telp	: 0815 - 2700 - 0208	: 0815 - 2700 - 0208
8. Alamat	: Bawuran I 1402	: Bawuran I 1402

1. Alasan kunjungan saat ini : Ibu mengatakan ingin pertika kehamilannya
2. Riwayat kehamilan : Ibu mengatakan hari pertama baid terakhir ada tanggal 6 Mei 2022, menses umur 3 th, siklus 28 hari, lama 7 hari, kuantitas sedang, sifat darah normal
3. Riwayat persalinan : Ibu mengatakan menikah umur 19 tahun, hamil ke - 1 sama persalinan 4 bulan
4. Riwayat kehamilan ini
 - a. awal kehamilan : Ibu mengatakan usia kehamilannya 8th minggu
 - b. keluhan yang dirasakan saat hamil : Ibu mengatakan mual saat akan bangun
 - c. janinisasi TT
 - a) TT I : SD ke-1 (umur 6 th)
 - b) TT II : SD ke-3 (umur 9 th)
 - c) TT III : 1 April 2022
5. Riwayat Obstetri : Ibu mengatakan tidak mengonsumsi tablet Fe & vitamin
6. Riwayat kontrasepsi : Ibu mengatakan belum pernah menggunakan alat kontrasepsi apapun

7 riwayat kesehatan

- Ibu mengatakan tidak memiliki riwayat penyakit apapun
 - Ibu mengatakan keluarganya tidak memiliki riwayat penyakit apapun
 - Ibu mengatakan tidak memiliki riwayat penyakit kejiwaan keturunan kembar
- 8 Pola Asuhan Kesehatan sehari-hari
- Pola nutrisi
 - Ibu mengatakan makan 2 kali sehari, porsi 4, jenis nasi, lauk, sayur-sayuran, buah saat makan
 - Ibu mengatakan minum 7 gelas sehari, 7 gelas, jenis air putih, tidak ada keluhan
 - Pola eliminasi
 - Ibu mengatakan BAB 2 kali sehari, warna coklat, konsistensi lunak, bau normal, tidak ada keluhan
 - Ibu mengatakan BAK 5 kali sehari, warna kuning muda, bau normal khas urine, tidak ada keluhan
 - Pola istirahat : Ibu mengatakan tidur 8 jam sehari, tidak ada keluhan
 - Pola sanitasi : Ibu mengatakan kebersihan badan 3 kali seminggu, tidak ada keluhan saat berhiburan badan.
 - Personal hygiene
 - Ibu mengatakan mandi 2 kali sehari
 - Ibu mengatakan gosok gigi 2 kali sehari
 - Ibu mengatakan mencuci tangan 3 kali seminggu
 - Ibu mengatakan mengganti pakaian 2 kali sehari
 - Bau mengatakan bersin 2 kali seminggu
 - Keluhan yang mengganggu kesehatan
 - Ibu mengatakan suaminya sering berdebar di rumah
 - Ibu mengatakan tidak mengkonsumsi minuman keras
 - Ibu mengatakan tidak mengkonsumsi minuman beralkohol
 - Riwayat Psikososial
 - Ibu mengatakan suami dan keluarga sangat mendukung kehamilannya
 - Ibu mengatakan teman terdekatnya sangat mendukung kehamilannya
 - Ibu mengatakan belum merencanakan persalinannya di rumah
 - Ibu mengatakan akan memberikan ASI secara eksklusif jika anaknya cukup berat
 - Ibu mengatakan akan merawat bayinya bersama suami
 - Ibu mengatakan sudah 5 waktu setiap hari

- g Ibu mengatakan biaya persalinan akan menggunakan BPJS
- ii. Keadaan Perilaku dan keadaan lingkungan
- a Ibu mengatakan tidak memiliki keluhan perilaku di rumah
- b Ibu mengatakan keadaan lingkungan rumahnya aman dan bersih

OBJEKTIF

I Pemeriksaan umum

1. Keadaan umum : Baik, kesadaran : COMPOS MEKS

2. Vital sign

a Suhu : $36,5^{\circ}\text{C}$

b Nadi : 90 x/menit

c TD : $115/80$ mmHg

d respirasi : 20 x/menit

3. Antropometri

a BB : 47,4

b TB : 149 cm

c UAR : 24,5 cm

II Pemeriksaan fisik

1. Kepala : tidak ada pembengkakan dan nyeri tekan

2. Muka : tidak ada edem

3. Mata : konjungtiva merah muda

4. Tenggorok : Bersih, tidak ada pembengkakan & pembengkakan & nyeri tekan

5. Punggung : Bersih, tidak ada pembengkakan & nyeri tekan

6. Mulut : Bibir tidak pucat, tidak ada lesi

7. Leher : tidak ada pembengkakan kelenjar tiroid, vena jugularis, pembesaran tiroid

8. Perut : tidak ada bunyi, benak, nyeri tekan dan peristaltik tidak meningkat

9. Anus : tidak ada bekas post SC

10. TPA : bila teraba

11. Genitalia : vagina bersih, tidak ada keputihan berbau, tidak ada pembengkakan labia major & minor

12. anus : tidak ada pembengkakan hemoroid

13. Ekstremitas atas & bawah : tidak ada pembengkakan & varises, refleks patella kanan

(+) (-)

III Data Anamnesis :

Pemeriksaan laboratorium : tanggal 7 Juli 2022 hari :

HB : 10,3 gr/dl

Protein urine : Negatif

glukosa urine : Negatif

PMH : 309 66

HEJARA : Nesele

PROV : Non Reaktif

SPHS : Non Reaktif

ANAMNESIS

19. An usia 19 th G2 P0 A0 AMO usia kehamilan 8th mg hamil normal

PENYATAAN/KEPERAWATAN

1. memberitahu hasil vital sign dalam keadaan normal
2. melakukan terboraj dengan tim RUK
3. melakukan kolaborasi dengan dokter untuk pemeriksaan USG dan EKG, USG terawal
4. melakukan kolaborasi dengan laboratorium untuk pemeriksaan darah & urine.
5. melakukan kolaborasi dengan dokter untuk gigi untuk pemeriksaan gigi
6. melakukan kolaborasi dengan fisioterapi
7. melakukan KIE hal yang harus di hindari dan selama hamil, seperti kerja berat, merokok atau terpapar asap rokok, minum - minuman bersoda, beralkohol, dan junk. Stress berat, dan hamil minum obat tanpa resep dokter.
8. memberikan obat tablet Fe dan vitamin B₁₂ berkolaborasi dengan tim Farmasi untuk pemberian tablet Fe, dan vitamin
9. menyarankan ibu untuk kunjungan ulang 4 mg lagi atau jika ada keluhan saat hamil.
10. melakukan pendokumentasian di rekam medis

Pembimbing Akademik



(Lidatul Khafizah, S.Kep., S.Km., M.Ni)

Puskesmas Berau, 07 Juli 2022

Mahasiswa



(Ika Eliyanti)

Pembimbing Lapangan



(Sulani D. Muli, S.ST, Nn, Mm)

HASIL ANALISIS PENILAIAN STATUS GIZI

1. Data Subjektif

Ny M usia 19th G1 P0 A0 Ah0 usia kehamilan 8th minggu dengan kehamilan normal. Ibu mengatakan mual di pagi tetapi masi bisa makan setiap hari.

2. Data Objektif

a. Antropometri

TB	= 149 Cm
BB actual	= 47,4 Kg
Kg BB Pra hamil	= 46 Kg
Peningkatan BB selama hamil	= 1,4 Kg

b. Vital Sign

Nadi	= 100 x/menit
Suhu	= 36 °C
TD	= 115/86 mmHg
Respirasi	= 20 x/menit

c. Hasil Lab

Hb	= 11,3 gr%
Warna Urine	= Kuning jernih
pH	= 6,0
Protein Urine	= Negatif
Glukosa Urine	= Negatif
HMT	= 33,9 %
HBsAg	= Negatif
HIV	= Non Reaktif
Sifilis	= Non Reaktif

3. Analisis Gizi Ibu Hamil

a. IMT Pra Hamil

$$- IMT = \frac{\text{Berat Badan (kg)}}{\text{Tinggi Badan (m)} \times \text{Tinggi Badan (m)}}$$
$$- IMT = \frac{46 \text{ Kg}}{1,46^2} = 21,5$$

b. Lila

$$= 24 \text{ cm}$$

c. Kesimpulan

Ibu memiliki status gizi baik karena memiliki IMT pra Hamil 21,5. Kenaikan BB selama hamil sesuai dengan batas peningkatan, tidak anemia, tidak ada Hipertensi, dan tidak ada Diabetes.

PERHITUNGAN KEBUTUHAN KALORI DAN KEBUTUHAN KARBOHIDRAT,
PROTEIN DAN LEMAK

Hitungan kebutuhan kalori dan kebutuhan K,P,L)

Rumus Harris benedict

$$= 655,1 + (9,563 \times W(46 \text{ kg})) + (1,850 \times H(149 \text{ cm})) - (4,676 \times A(19\text{th}))$$

$$= 655,1 + 439,89 + 275,65 - 88,84$$

$$= 1.281,8$$

TEE = BMR x FA

$$= 1.281,8 \times 1,375 \text{ (aktifitas ringan)} = 1.762,47 \text{ (TEE)}$$

Energy = TEE + Trimester I

$$= 1.762,47 + 180 \text{ (kebutuhan energy trimester I)} = 1.942,47 \text{ kkal/hari}$$

Karbohidrat

$$= 60\% \times 1.942,47$$

$$= 1.165,48 : 4 \text{ (1gram karbohidrat = 4 kalori)}$$

$$= 291,37 + 25 \text{ (adalah AKG karbo tambahan untuk ibu trimester I) =}$$

$$= 315,37$$

Protein

$$= 15\% \times 1.942,47$$

$$= 291,37 : 4 \text{ (1 gram protein = 4 kalori)}$$

$$= 72,84 + 20 \text{ (adalah AKG protein tambahan untuk ibu trimester I) = 92,84}$$

Lemak

$$= 25\% \times 1.942,47$$

$$= 458,61 : 9 \text{ (1 gram lemak = 9 kalori)}$$

$$= 53,95 + 6 \text{ (adalah AKG lemak tambahan untuk ibu trimester I) = 59,95}$$

PERHITUNGAN BAHAN MAKANAN PENUKAR

1. Perhitungan bahan makanan (gunakan excel perhitungan)















	portion	calory (kkal)	carbohydrate (g)	protein(g)	fat (g)
6 Karbohidrat	4	700	120	16	
7 Protein Hewan					
8 1. Lemak rendah	1,5	75		10,5	3
9 2. Lemak sedang	1	35		7	5
10 3. Tinggi Lemak	1	150		7	13
11 Protein Nabati	3	240	24	18	9
12 Sayuran tipe C	1,25	62,5	12,5	3,75	
13 Sayuran tipe B	2	50	10	2	
14 Minyak, Lemak	1	50			5
15 Gula	2	60	15		
16 Susu dan Olahannya	3	330	30	21	24
17 Buah	3	150	30		
18 Total		1942,5	241,5	85,25	59
19					
20 Kebutuhan Gizi		1942	315,37	52,84	55,90
21 Persentase		100,0257467	76,57671941	91,82464455	98,41534612















2. Porsi distribusi makanan (gunakan excel perhitungan)












	Porsi Karbohidrat	Porsi Protein Hewan Lemak Rendah	Porsi Protein Hewan Lemak Sedang	Porsi Protein Hewan Lemak Tinggi	Porsi Protein Nabati	Sayuran tipe C	Sayuran tipe B	Minyak, Lemak	Gula	Susu dan Olahannya	Buah
1											
2	Makan Pagi	0,33	0,11	0,11					0,11		
3	Snack Pagi					0,11					
4	Makan Siang	0,33		0,11					0,11		
5	Snack Siang					0,11					
6	Makan Malam	0,33		0,11					0,11		
7	Snack Malam					0,11			0,11		
8											
9	Jumlah perhari	1,32	0,44	0,44	0,44	0,44	0,44	0,44	0,44	0,44	0,44
10	Porsi yang dibutuhkan	1,32	0,44	0,44	0,44	0,44	0,44	0,44	0,44	0,44	0,44

3. Tabel Rekomendasi menu sehari

Waktu makan	Menu	Bahan makanan	Porsi	Berat (g)	Kalori (kkal)	Foto bahan makanan	Foto menu makanan
Makan Pagi	Nasi	Nasi	1	100g	175 kkal		
	Telur rebus	Telur rebus	0,5	27,5 g	37,5 kkal		

	Ayam panggang	Ayam	0,5	27,5 g	75 kkal		
	Tumis brokoli + udang segar	Brokoli	1	100g	25 kkal		
		Udang	0,5	17,5 g	25 kkal		
		Minyak kelapa	0,25	1,25 g	12,5 kkal		
Snack pagi	Bubur kacang hijau	Kacang hijau	1	20 g	150 kkal		
		Gula	1	35 g	50 kkal		
		Susu skim cair	1	200g	75 kkal		
	Buah	Pisang	1	50 g	50 kkal		
Makan siang	Bihun goreng + sosis	Bihun	1	50 g	175 kkal		
		Minyak kelapa	0,25	1,25 g	12,5 kkal		

		Sosis	0,5	25g	25 kkal		
	Sayur bayam merah + jagung muda	Bayam merah	0,25	25g	12,5 kkal		
		Jagung	1	100g	25 kkal		
Snack sore	Susu kedelai	Kacang kedelai	1,75	75	131,25 kkal		
		Susu sapi	1	200g	125 kkal		
		Gula	1	13g	50 kkal		
	Buah	Anggur	1	165g	50 kkal		
Makanan	Nasi	Nasi	1	100g	175 kkal		

mala m	Tumis daun katuk + teri	Daun katuk	1	100g	50 kkal		
		Teri	0,5	7,5g	3,5 kkal		
		Minyak kelapa	0,25	1,25 g	12,5 kkal		
	Telur rebus	Telur	0,5	27,5 g	37,5 kkal		
Snack mala m	Mendon n	Tempe	0,25	12,5 g	18,75 kkal		
		Tepung terigu	1	50g	175 kkal		
		Minyak kelapa	0,25	1,25 g	12,5 kkal		
	Yogurt non fat	Yogurt non fat	1	120g	75 kkal		
	Buah	Jeruk manis	1	110g	50kkal		

Puskesmas Pleret, 7 Juli 2022

Pembimbing Akademik



(Nidatul Khoiyah, S,Keb.,Bd.,MPH)

Pembimbing Lahan



(Sutarni Djufti, S,ST,Bdn,MMR)

Mahasiswa



(Tika Eliyanti)

18	Perhitungan kebutuhan energi ibu hamil normal	12 Juli 2022	KIR	Ag	Mandiri
19	Booklet menu ibu hamil	14 Juli 2022	KIR	Ag	Mandiri