

LAPORAN ASUHAN KEPERAWATAN GIZI PADA IBU HAMIL
NORMAL DI PUSKESMAS PLINDONG

Tanggal / Jam = 27 - Juni - 2022 / 11.00 WIB
No. Register = 02015613

1. PENGHAJIAN DATA
SUBYEKTIF

BIODATA	Istri	Suami
Nama	= NY. A	TU. A
umur	= 22 tahun	25 tahun
Agama	= Islam	Islam
Suku / bangsa	= Jawa / Indonesia	Jawa / Indonesia
Pendidikan	= SMA	SMA
Pekerjaan	= Mahasiswa	Wiraswasta
No. Telp	= 0822 xxx	0821 xxx
Alamat	= Candi, Srihardono, Plindong, Bantul.	

1. Alasan kunjungan = Ibu ingin Periksa kehamilan dan konsultasi gizi

2. Riwayat obstetri = G1 P0 A0

3. Pola kebutuhan sehari-hari

a. Pola nutrisi

- makan = 3 kali sehari. porsi sedang, jenis makanan
varian.

- minum = 8 gelas sehari. jenis air putih dan susu
hamil.

b. Pola aktifitas fisik.

- Okar roga = Ibu mengatakan sering melabukan olah raga
ringan di rumah.

- Aktifitas = Aktifitas yang biasa Ibu lakukan, membersihkan
rumah dan aktifitas fisik lainnya.

4. Riwayat gizi

1. Alergi makanan = Tidak ada

2. Pantangan makan = Tidak ada

3. Diet yang di jalani = Tidak ada

OBJEKTIF

a. Antropometri

$$BB = 55 \text{ kg}$$

$$BB \text{ pra hamil} = 52 \text{ kg}$$

$$TB = 155 \text{ cm}$$

$$Lila = 30 \text{ cm}$$

$$\text{Peningkatan } BB \text{ selama hamil} = 3 \text{ kg}$$

b. Vital sign

$$\text{Suhu} = 36^\circ\text{C}$$

$$\text{Nadi} = 80 \times / \text{menit}$$

$$\text{TD} = 110/80 \text{ mmHg}$$

$$\text{Respirasi} = 24 \times / \text{menit}$$

c. Hasil laboratorium.

$$\text{Kadar Hb} = 12 \text{ gr\% (normal)}$$

ANALISA GIZI IBU HAMIL

a. IMT pra hamil

$$LILA = 27 \text{ cm (normal)}$$

$$\rightarrow \frac{BB}{TB^2} = \frac{52}{1,55^2} = \frac{52}{2,40} = 21,66$$

b. IMT hamil saat ini

$$\rightarrow \frac{BB}{TB^2} = \frac{55}{1,55^2} = \frac{55}{2,40} = 22,91 \quad LILA = 30 \text{ cm (normal)}$$

c. Kesimpulan

Ibu hamil memiliki IMT yang tidak normal, karena kurang dari 22. Namun setelah hamil, ibu mengalami peningkatan angka berat badan dan lila normal. Tidak anemia dan tidak hipertensi.

PERHITUNGAN KEBUTUHAN KALORI, KARBOHIDRAT, PROTEIN DAN LEMAK.

$$\begin{aligned} BMR &= 655 + (9,6 \times BB(\text{kg})) + (1,8 \times TB(\text{cm})) - (4,7 \times \text{usia}) \\ &= 655 + (9,6 \times 55) + (1,8 \times 155) - (4,7 \times 22) \\ &= 655 + (528) + (279) - 103,4 \\ &= 1,358,6 \end{aligned}$$

BMR x Aktifitas Fisik \rightarrow cukup aktif (3-4 hari dalam 1 minggu olah raga).

$$= BMR \times 1,55$$

Date _____

$$= 1.350,6 \times 1,55$$

$$= 2.105,83$$

$$UK = 11 \text{ minggu (TM I)} \rightarrow + 150 \text{ kkal}$$

$$BMR \times \text{Aktivitas fisik} + 150 \text{ kkal}$$

$$= 2250,83 \text{ kkal}$$

PERHITUNGAN MAKAN PERUKAR

1. Perhitungan bahan makan = terlampir (lampir I)
2. Porsi distribusi makanan = Terlampir (lampir II)
3. Tabel rekomendasi menu sehari = Terlampir (lampir III)

BOOKLET

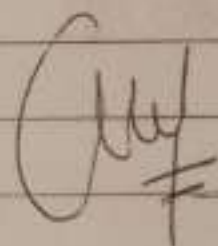
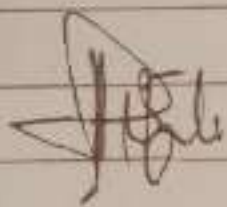
Terlampir (booklet)

Pundong, 15 - Juli - 2022

Pembimbing Pendidik

Pembimbing lapangan

Mahasiswa



(Nidarul Khoirul, S.Kes, Ika, M.PH)

(Kusmihingmah, S.SN, Ika, M.Kes)

(Peny Alionita)

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 Olahan	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 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
Makan Pagi		0.5				0.5	0.25	0.25	1			
Snack Pagi		0.25										1
Makan Siang		0.75		0.5				0.25	0.25	0.25	0.5	0.5
Snack Siang		0.25		0.25		0.25		0.25	0.25	0.25		
Makan Malam		0.25		0.25		0.25		0.25	0.25		0.5	
Snack Malam								0.25				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	1.5	0.25	1	2