

**LAPORAN PRAKTIKUM KLINIK SEMESTER IV
GIZI DALAM KESEHATAN REPRODUKSI DENGAN IBU TM I
Ny. R Usia 30 Tahun G2P1A0Ah1 DENGAN KEHAMILAN NORMAL
DI PUSKESMAS GODEAN 1 KAB. SLEMAN YOGYAKARTA**



DISUSUN OLEH :

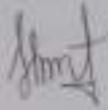
Irma Rahmawati

NIM. 2010101031

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
TAHUN 2022**

HALAMAN PENGESAHAN
LAPORAN PRAKTIKUM KLINIK SEMESTER IV

Mahasiswa



Irma Rahmawati

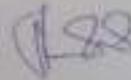
Menyetujui

Pembimbing Klinik



Nurmanah, S.ST

Pembimbing Akademik



Evi Wahyuniarti, S.ST., M.Keb

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatulaahi Wabarakaatuh

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas rahmad dan ridho-Nya saya dapat menyelesaikan buku “Laporan praktik klinik Gizi dalam kesehatan reproduksi dengan kasus ibu hamil TM I dengan keadaan normal ”.shalawat swerta salam semoga terlimpah curahkan kepada baginda tercinta kita yaitu Nabi Muhammad SAW yang kita nantikan-nantikan syafa'atnya di akhir nanti.penulis mengucapkan syukur kepada Allah SWT atas limpahan rahmad serta nikmat sehatnya,baik itu secara fisik maupun akal pikiran ‘sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan sebagai tugas mata kuliah “Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi” ini dengan tepat waktu .

Penulis mengakui bahwa ada banyak kesalahan serta kekurangan pada laporan ini saya sebagai penulis mohon maaf yang sebesar-besarnya. kritik dan saran dari pembaca senantiasa kami harapkan demi kesempurnaan Laporan Saya. Semoga laporan ini dapat dipahami dan dapat bermanfaat bagi pembaca serta penulis.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh

Yogyakarta, 12 Juli 2022

Penyusun

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	2
KATA PENGANTAR.....	3
DAFTAR ISI	4
BAB I	5
PENDAHULUAN	5
A. Latar belakang	5
B. Tujuan	6
C. Lokasi PKL	6
BAB II	7
BAB III.....	8
HASIL OBSERVASI.....	8
D. IDENTITAS PASIEN	8
E. SUBYEKTIF	9
F. OBYEKTIF	9
G. ANALISIS GIZI IBU HAMIL.....	12
H. PERHITUNGAN KEBUTUHAN KALORI DAN KEBUTUHAN KARBOHIDRAT, PROTEIN DAN LEMAK	12
I. PERHITUNGAN BAHAN MAKANAN PENUKAR.....	13
BAB IV.....	19
PEMBAHASAN	19
BAB V	20
KESIMPULAN DAN SARAN	20
J. Kesimpulan	20
K. Saran	20
DAFTAR PUSTAKA	21

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Dalam rangka mempersiapkan tenaga bidan yang terampil dan bermutu dalam melaksanakan tugas seperti yang diharapkan maka perlu kiranya memberi kesempatan serta pengalaman yang terarah dan terpadu kepada mahasiswa Kebidanan tidak hanya di Rumah Sakit tetapi juga di Puskesmas maupun dimasyarakat.

Praktik Kebidanan Komunitas merupakan praktik kerja lapangan yang dirancang sebagai salah satu aplikasi dari mata kuliah Praktik Kebidanan dengan tujuan memberikan pengalaman kepada mahasiswa untuk melaksanakan tugas dan fungsinya sebagai Bidan di komunitas. Praktek Kerja Lapangan ini memberi kesempatan kepada peserta didik untuk melaksanakan pelayanan kebidanan secara aktif, akurat dan aman dibawah bimbingan.

Praktik Kebidanan dalam bentuk praktek kerja lapangan ini merupakan kesempatan bagi peserta didik untuk menerapkan seluruh teori-teori yang telah didapat seperti : konsep Kebidanan Komunitas serta masalah dan alternatif pemecahannya dengan memperhatikan sosial budaya setempat yang berfokus pada upaya promotif, preventif, deteksi dini dan rujukan sepanjang daur kehidupan wanita serta berorientasi pada pemberdayaan masyarakat dalam memberikan pelayanan kebidanan dengan didasari oleh pengetahuan, sikap dan keterampilan.

Praktik Kerja Lapangan ini mempersiapkan peserta didik agar mampu memberikan asuhan kebidanan dengan melibatkan peran serta masyarakat dalam pelayanan kesehatan ibu dan anak, keluarga berencana serta kesehatan wanita sepanjang daur kehidupan pada setiap kegiatan. Selain itu,Praktik Kerja Lapangan ini mempersiapkan peserta didik mampu menganalisa secara kritis, mengusulkan bentuk dan menerapkan pelayanan kebidanan sesuai dengan kebutuhan, mampu mengidentifikasi role bidan dan menjelaskan hubungan kerja antar bidan dengan tenaga kesehatan lainnya serta dengan masyarakat.

B. Tujuan

Adapun tujuan umum dari kegiatan ini adalah memfasilitasi peserta didik agar mampu melaksanakan Asuhan Kebidanan komunitas dengan memperhatikan aspek budaya yang berfokus pada upaya promotif, preventif, deteksi dini dan rujukan serta berorientasi pada pemberdayaan masyarakat yang didasari oleh pengetahuan, sikap dan keterampilan. Sedangkan tujuan khusus kegiatan PKL adalah memfasilitasi mahasiswa untuk:

1. Melaksanakan pengkajian/pengumpulan data asuhan kebidanan komunitas pada tingkat individu, keluarga, kelompok dan masyarakat Mengidentifikasi masalah kesehatan masyarakat yang berhubungan dengan kesehatan wanita sepanjang daur kehidupan dalam konteks kebidanan komunitas.
2. Membuat rencana asuhan tindakan dan tindakan yang diprioritaskan pada kebidanan komunitas sesuai dengan masalah/kebutuhan keluarga, kelompok dan masyarakat.
3. Melaksanakan upaya promotif, preventif dan deteksi dini pada wanita sepanjang daur kehidupan.
4. Melaksanakan pendidikan/penyuluhan kesehatan pada individu, keluarga, kelompok dan masyarakat.
5. Melaksanakan monitoring dan evaluasi kegiatan pelayanan kebidanan komunitas atas tindakan dan tujuan yang dilakukan
6. Membuat pendokumentasian dengan pencatatan dan pelaporan kegiatan serta rencana tindak lanjut yang berhubungan dengan kesehatan wanita sepanjang siklus kehidupannya

C. Lokasi PKL

Nama Puskesmas : Puskesmas Godean 1

Alamat : Jalan Pandean 7, sidoluhur, Sendean, godean , Kec. sleman,
Kabupaten sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta

Telpon : (0274) 797534

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

Selama hamil, sebagian dari kebutuhan nutrien akan meningkat. Hal penting yang harus diperhatikan ibu hamil adalah makanan yang dikonsumsi terdiri dari susunan menu seimbang, yaitu menu yang lengkap yang terdiri dari Nasi, lauk, sayur, buah dan Susu sesuai dengan kebutuhan ibu hamil dan janinnya yaitu yang mengandung unsur-unsur sumber tenaga, pembangun, pengatur dan pelindung. Gizi seimbang ibu hamil adalah keadaan keseimbangan antara gizi yang diperlukan oleh ibu hamil untuk kesehatan ibu dan pertumbuhan dan perkembangan janinnya yang dapat dipenuhi oleh asupan gizi dari aneka ragam makanan. Selama hamil, calon ibu memerlukan lebih banyak zat-zat gizi dari pada wanita yang tidak hamil, karena makanan ibu hamil dibutuhkan untuk dirinya dan janin yang dikandungnya. Demikian pula, bila makanan ibu kurang tumbuh kembang janin akan terganggu, terlebih bila keadaan ibu pada masa sebelum hamil telah buruk pula.

Kekurangan Gizi pada ibu hamil dapat mengakibatkan abortus, Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR), bayi lahir prematur atau bahkan bayi lahir mati. Pada saat bersalin dapat mengakibatkan persalinan lama, perdarahan, infeksi, dan kesulitan lain yang mungkin memerlukan pembedahan. Sebaliknya, makanan yang berlebih dapat mengakibatkan kenaikan berat badan yang berlebihan, bayi besar, dan dapat pula terjadi pre eklamsi (keracunan kehamilan). Nutrisi layak mendapatkan perhatian khusus selama kehamilan dan menyusui karena kebutuhan nutrisi yang tinggi dan peran penting gizi bagi janin dan bayi. Adaptasi fisiologis selama kehamilan sebagian melindungi janin dari kekurangan diet ibu, tetapi meskipun demikian kekurangan ini dapat memiliki konsekuensi bagi kesehatan dan perkembangan janin dan bayi jangka panjang. Pasokan nutrisi yang cukup menjadi faktor lingkungan paling penting yang mempengaruhi hasil kehamilan. Banyak Faktor eksternal dan internal yang menyebabkan hal tersebut terjadi mungkin kebiasaan, tingkat pendidikan, sosial, ekonomi yang bisa menimbulkan perbedaan pengetahuan, pendapat dan pola hidup. Salah satu upaya untuk mencegah kejadian Abortus, BBLR, Perdarahan saat persalinan maka perlu diberikan edukasi kesehatan kepada ibu hamil untuk meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya.

BAB III
HASIL OBSERVASI

**LAPORAN PENILAIAN STATUS GIZI ASUHAN KEBIDANAN KEHAMILAN
PADA NY.R BERUSIA 30 TAHUN G2P1A0AH1 DENGAN KEHAMILAN NORMAL
DI PUSKESMAS GODEAN 1 KAB. SLEMAN**

Pemeriksaan Pemeriksaan Energi pada Ibu Hamil
Ny. R Usia 30 Tahun G2P1A0AH1 Puskesmas Godean 1

No. 0101155
Pemeriksaan Data oleh Ima Rahmawati Tanggal, jam 25 / 7 / 2022
Subyekti 10.30

Biografi

1. Nama	Mrs. Ertine Suardi	Dati Setiawan
2. Umur	30 thn	31 thn
3. Agama	Islam	Islam
4. Suku	Jawa	Jawa
5. Pendidikan	SMP	SMA
6. Pekerjaan	Karyawan	Karyawan
7. No. Telp	02712-2012 XXX	-
8. Alamat	Pecah Bumi, Sleman	RT 04 RW 02

1. Alasan kunjungan saat ini pemeriksaan kehamilan (Mulus G2)

2. Riwayat menstruasi:
 Lamur Menarche : 20 tahun
 Lama hari : 7 hari
 Ganti pembalut : 2 x/hari
 Siklus : 28 hari
 sifat Darah : erosi
 keputihan : tidak ada keputihan

3. Riwayat Perkawinan
 Menikah umur 18 th : 21 tahun
 suami : 23 tahun
 Pembunda us : 1 kaw
 lama menikah : 6 tahun

4. Riwayat kehamilan saat ini
 a. Tanda-tanda kehamilan fisiologis: bertambah, awal-mulai
 b. Umur kehamilan : 6 minggu 2 hari
 HPT : 15 - 03 - 2022
 HPL : 23 - 02 - 2022

c. Urutan tiap kunjungan

1a 1 - awal - awal

1b 2 -

1c 3 -

d. Waktu obsteri Ex 2 P; A 0 AMI

e. Riwayat kelahiran persalinan awal yang baik:

Kategori	ca	lokasi	J. persalinan	Penyakit	Komplikasi	JA	EAL	PIED	lain	lain
1	ada	1/2 th	3-4	Dulu	Asam	2-4	200	Low	Low	—
2		kurang						✓		

f. Riwayat kesehatan: Tidak KB

g. Riwayat kelahiran

- Ibu mengatakan tidak pernah diteliti dan tidak pernah operasi
- Ibu mengatakan dari pihak ibu maupun suami tidak ada keluhan selama kehamilan, persalinan normal dan persalinan spontan
- Ibu mengatakan tidak ada keluhan bayi lahir.

h. Pola pemenuhan kebutuhan sehari-hari:

Pola nutrisi

-Makan: Ibu mengatakan makan 3 x/hari, porsi (Piring, Sendok, Mangkuk, Sayur, Santan, tidak ada alergi makanan, Ibu mengatakan semua makanan, makanan sayur hijau, susu, yogurt, buah, dan jajanan pasar banyak makan.

-Minum: Ibu mengatakan minum 6-7 x/hari (> liter) jenis air putih dan susu ibu hamil.

Pola eliminasi

BAK: 4-5 x/hari, warna kuning jernih, tidak ada keluhan

BAB: 1 x/hari, karakteristik: lunak, tidak ada keluhan

Pola perawatan: 2 x/seminggu

-Perawatan hygiene: mandi dan gosok gigi 2 x/hari, keramas 2 x/minggu ganti baju dan celana 2 x/hari

-Pola istirahat: Ibu mengatakan bekerja 7-8 jam sehari dan melakukan pekerjaan rumah (aktivitas sehari-hari)

-Pola istirahat: tidur 8 jam/hari, tidak ada keluhan.

Observasi

1. Keadaan umum : Baik
2. Kesadaran : Comperimatis
3. Vital Sign
TD 110/80 mmHg
N 85 x/menit
R 20 x/menit
S 36.6 °C

4. Antropometri:

- TB 157 cm
BB Aktual 57 kg
BB Prehamil 54 kg
Peningkatan BB selama hamil : 3 kg

5. Hasil laboratorium

- Hb 12 kg/dl
Protein : (-) negatif
Gula darah : 80
Pria HIV : negatif Sifilis negatif Hiv B. negatif

* Anamnesis GIZI Ibu hamil

a. IMT pra hamil

$$\frac{54}{(1.57)^2} = \frac{30}{1.9} = 20.5 \text{ (normal)}$$

b. UCA : 25.5 cm

c. Kesimpulan

Ibu R umur 30 tahun G1P1A0R1 memiliki status gizi normal dengan IMT Prehamil 20.5. Kenaikan BB selama hamil 3 kg sesuai dengan kenaikan pertumbuhan BB normal : 12 kg/dt. Protein Darah urine negatif, tidak ada hepatitis, tidak ada diabetes.

- Pemeriksaan Fisik

- Kepala : Rambut warna hitam, tidak ada botakan, tidak lepek, tidak berketombe
- Wajah : Tidak ada edema, simetris
- Muka : Kejanggawa merah muda, sekera penuh, tidak cekung
- Hidung : Bersih, tidak ada kelapahan
- Tenggorok : Bersih, tidak ada serumen kelenar dan lain simetris
- Perut : Tidak buncit, tidak ada sarawan tidak ada karies gigi

- suhu kawat standar, tidak ada perubahan luas, susunan dan
- pegas standar standar, luas dan kawat yang abnormal.
- pegas tetap, kawat standar.

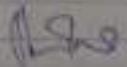
Penatalaksanaan:

1. Pengawasan hasil pada dan mingguan hasil sesuai normal dan tidak ada
 TD 10/20 mmHg N 72x/m $< 37.5^{\circ}\text{C}$ Hb 12 g/l Ht 32 ml/100 ml -
 Regenerasi dan hasil normal 21.2 (itu Anemia hasil pemeriksaan
 Jantung sedang dan normal)
2. KIS tindakan 221 tindakan penanganan masalah hanya saat seperti:
 sayur buah-buahan, dan kacang 2 an, meningkatkan asupan karbohidrat tinggi
 dan membatasi asupan tinggi protein masalah simtom karbohidrat dengan protein
 200 gram, pada month dan 200 ml
3. KIS minum 2 - 3 liter/hari untuk pencegahan hasil kadar platelet tinggi
4. KIS tindakan aktivitas fisik dan latihan pada platelet tinggi, aktivitas fisik di-
 lakukan 20 menit dengan intensitas rendah sampai sedang, untuk latihan
 bisa dilakukan dengan cara melakukan TAP (10-15 minggu) seperti:
 pemanasan, aerobic, yoga exercise
5. minum - tablet dan vitamin B12 yang cukup, dan asam normal 0.2 an,
 jika kurang 2 jam.
6. menganjurkan dan memonitor labtes 20 dan kadar hematur sebagai kadar
 kadar an pada jika minum 2-3 ml dengan buah dan sayur
7. mendokumentasikan hasil status dan dan status lab tes
8. melakukan kunjungan ulang 2 minggu lagi, jika hasil labtes dengan
 diagnosis labtes dan kadar untuk diulang sesuai 2 minggu

Dokter/ah Akademik

Pembimbing Klinis

Mahasiswa





Evi Widyandari, S. ST, N. Keperawatan

Martawati, S. ST

Irma Rahmawati

A. ANALISIS GIZI IBU HAMIL

1. IMT Pra Hamil

$$\frac{BB}{(TB2)} = \frac{54}{1,57 \times 1,57} = \frac{54}{2,4} = 22,5 \text{ (Normal)}$$

2. Lila : 25,5 cm

3. Kesimpulan : Ny. R umur 30 tahun G2P1A0Ah1 memiliki status gizi normal dengan IMT pra hamil 22,5 . kenaikan BB selama hamil 3 kg sesuai dengan batas peningkatan, HB normal, protein dalam urine negatife, tidak ada Hipertensi, tidak ada Diabetes.

B. PERHITUNGAN KEBUTUHAN KALORI DAN KEBUTUIHAN KARBOHIDRAT, PROTEIN DAN LEMAK

$$\begin{aligned} - \text{ BMR} &= 655,1 + (9,65 \times 57) + (1,850 \times 157) - (4,676 \times 23) \\ &= 655,1 + (545,091) + (290,45) - (107,548) \\ &= 655,1 + 727,10 \\ &= 1.382,2 \text{ kkal} \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} - \text{ TEE} &= \text{BMR} \times \text{AF} \\ &= 1.382,2 \text{ kkal} \times 1,55 \text{ (sedang)} \\ &= 2.142,41 \text{ kkal} \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} - \text{ Energi Total} &= \text{TEE} + \text{Energi hamil TM I} \\ &= 2.142,41 \text{ kkal} + 180 \text{ kkal} \\ &= \mathbf{2.322,41 \text{ kkal}} \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} - \text{ Karbohidrat} &= 60\% \times 2.322,41 \text{ kkal} \\ &= 1.393,4 \text{ kkal} \\ &= 348,3 \text{ g} + 55 \text{ g} \\ &= \mathbf{403,3 \text{ g}} \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} - \text{ Protein} &= 15\% \times 2.322,41 \\ &= 348,37 \text{ kkal} : 4 \\ &= 87 \text{ g} + 15 \text{ g} \\ &= \mathbf{102 \text{ g}} \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} - \text{ Lemak} &= 25\% \times 2.322,41 \\ &= 580,6 \text{ kkal} : 9 \\ &= 64,5 \text{ g} + 14 \text{ g} = 78,5 \end{aligned}$$

C. PERHITUNGAN BAHAN MAKANAN PENUKAR

1. Perhitungan Bahan Makanan

		portion	calory (kcal)	carbohydrate (g)	protein(g)	fat (g)
6	Karbohidrat	5,5	962,5	220	22	
7	Protein Hewani					
8	1. Lemak rendah	2,5	125		17,5	5
9	2. Lemak sedang	2,5	187,5		17,5	12,5
10	3. Tinggi Lemak	0,5	75		3,5	6,5
11	Protein Nabati	1,5	120	12	9	4,5
12	Sayuran tipe C	2	100	20	6	
13	Sayuran tipe B	4	100	20	4	
14	Minyak, Lemak	3,5	175			17,5
15	Gula	3	90	22,5		
16	Susu dan Olahan	3,5	385	35	24,5	28
17	Buah	4	200	40		
18	Total		2520	369,5	104	74
20	Kebutuhan Gizi		2322,41	403,3	102	78,5
21	Persentase Pemenuhan		108,507972	91,61914208	101,960784	94,2675159

2. Porsi Distribusi Makanan

	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	
2	Makan Pagi		1	1	1		1	1	1		1	1	
3	Snack Pagi		1				1				1	1	
4	Makan Siang		1,5	1	1				2	1,5		1	
5	Snack Sore		1,5								1	1,5	
6	Makan Malam		1,5	0,5	0,5	0,5	1,5	1	1	1	1		
7	Snack Malam												
8				1									
9	Jumlah perhitungan		5,5	2,5	2,5	0,5	1,5	2	4	3,5	3	3,5	
10	Porsi yang dibutuhkan		5,5	2,5	2,5	0,5	1,5	2	4	3,5	3	3,5	

3. Tabel Rekomendasi Menu Sehari

Waktu Makan	Menu	Bahan Makanan	Por si	Berat (g)	Kalori (kkal)	Foto Bahan Makanan	Foto Menu Makanan
Makan Pagi	Nasi Putih	Nasi putih	1	100 g	175		
	Sayur Daun Bayam dan katuk	Daun Bayam	1	100 g	25		
		Daun katuk	1	100 g	50		
	Ikan goreng	Ikan Mujair	1	30 g	50		
		Minyak goreng	1	5 g	50		
	Telur Ayam Rebus	Telur Ayam	1	55 g	75		
Susu dan olahan	Susu sapi	1	200 g	125			

Snack Pagi	Bubur Kacang Hijau	Kacang hijau	1	25 g	80		
		Gula	1	13 g	50		c 
	Buah	Mangga	1	90 g	50		
Makan Siang	Nasi Putih	Nasi Putih	1,5	150 g	194		
	Tumis kembang kol, bakso dan wortel	Kembang kol	1	100 g	25		
		Wortel	1	100 g	25		
		Bakso	1	170 g	75		

		Minyak kelapa sawit	0,5	2,5 g	25		
	Udang Goreng	Udang	1	35g	50		
		Minyak kelapa sawit	1	50g	50		
	Youghart non fat	Youghart	1	120g	75		
Snack Siang	Roti bakar keju	Roti	1	70g	175		
		Keju	1	35g	125		
		Gula	1	13g	50		

	Youghart susu penuh	Youghart susu	0,5	100 g	59		
	Apel	Apel merah	1	85g	50		
	Kurma	Kurma	1	15g	50		
Makan Malam	Nasi putih	Nasi putih	1,5	150 g	194		
	Sayur Nangka muda dan kacang panjang	Nangka muda	1	100g	50		
		Kacang panjang	1	100g	25		
	Ayam goreng & lele goreng	Ayam dengan kulit	0,5	20g	75		

		Ikan lele	0,5	20g	25		
		Minyak goreng	1	5g	50		
Telur Rebus		Telur puyuh	0,5	25g	35		

BAB IV

PEMBAHASAN

Gizi dan Nutrisi ibu hamil merupakan hal penting yang harus dipenuhi selama kehamilan berlangsung. Nutrisi dan gizi yang baik ketika kehamilan sangat membantu ibu hamil dan janin tetap sehat. Status gizi merupakan status kesehatan yang dihasilkan oleh keseimbangan antara hubungan dan masukan nutrisi. Gizi ibu hamil adalah makanan sehat dan seimbang yang harus dikonsumsi selama kehamilan yaitu dengan porsi dua kali makan orang yang tidak hamil.

Kebutuhan gizi pada masa kehamilan akan meningkat sebesar 15% dibandingkan dengan kebutuhan wanita normal. Peningkatan gizi ini dibutuhkan untuk pertumbuhan rahim (uterus), payudara (mammary), volume darah, plasenta, air ketuban dan pertumbuhan janin. Makanan yang dikonsumsi oleh ibu hamil akan digunakan untuk pertumbuhan janin sebesar 40% dan sisanya 60% digunakan untuk pertumbuhan ibunya. Untuk memperoleh anak yang sehat, ibu hamil perlu memperhatikan makanan yang dikonsumsi selama kehamilannya. Makanan yang dikonsumsi disesuaikan dengan kebutuhan tubuh dan janin yang dikandungnya. Dalam keadaan hamil, makanan yang dikonsumsi bukan untuk dirinya sendiri tetapi ada individu lain yang ikut mengonsumsi makanan yang dimakan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil dari pemeriksaan Ny.s berusia 30 tahun G2P1A0AH1 dengan kehamilan 10 minggu 2 hari, yang terdiri dari data subyektif (anamnesa), data obyektif yakni pemeriksaan umum (antropometri, vital sign) pemeriksaan fisik, pemeriksaan penunjang (pemeriksaan laboratorium) dan hasil observasi. Di dapatkan ibu hamil dalam keadaan normal dan status gizi yang baik.

B. Saran

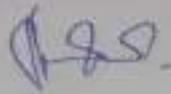
Ibu hamil diharuskan untuk memenuhi kebutuhan gizi yang baik, dan disarankan untuk mengikuti menu yang tertera di atas. Penulis juga menyarankan bahwa jangan hanya berpatokan dengan hasil observasi dari laporan ini saja, melainkan harus konsultasi dengan ahli gizi agar dapat informasi yang lebih spesifik.

Sebagai penulis saya menyadari bahwa laporan ini jauh dari kata sempurna, maka dari itu kritik dan saran dari pembaca sangat saya harapkan.

DAFTAR PUSTAKA

Modul Gizi Kesehatan Reproduksi S1 Bidan Tahun 2021/2022

Pembimbing Akademik



Evi wahyuntari, S.ST., M.Keb

Pembimbing Klinik



Godean, 12 Juli 2022

Mahasiswa



Irma Rahmawati

18	Perhitungan kebutuhan energi ibu hamil normal	11/07/2022	KIA		Sendiri
19	Booklet menu ibu hamil	11/07/2022	KIA		Sendiri