

LAPORAN PRAKTIKUM KLINIK SEMESTER IV
GIZI DALAM KESEHATAN REPRODUKSI PADA NY . V USIA 30 TAHUN
G2P1A0Ab1 UMUR KEHAMILAN 35 MINGGU + 2 HARI DENGAN KEHAMILAN
NORMAL TRIMESTER
DI PUSKESMAS SENTOLO 1



Disusun Oleh:

Mifta Arsyah Harsendi 2010101009

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA DAN PENDIDIKAN
PROFESI BIDAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS 'AISYIAH YOGYAKARTA

2022

LAPORAN PERHITUNGAN PEMENUHAN ENERGI PADA IBU HAMIL NORMAL
USIA KEHAMILAN 35+2 MINGGU

IDENTITAS PASIEN

	<u>Istri</u>		<u>Suami</u>
<u>Nama</u>	: Ny. V	<u>Nama</u>	: Tn. N
<u>Umur</u>	: 30 th	<u>Umur</u>	: 28 th
<u>Agama</u>	: Islam	<u>Agama</u>	: Islam
<u>Suku/Bangsa</u>	: Jawa/Indonesia	<u>Suku/Bangsa</u>	: Jawa/Indonesia
<u>Pendidikan</u>	: S1	<u>Pendidikan</u>	: D3
<u>Pekerjaan</u>	: <u>Karyaswasta</u>	<u>Pekerjaan</u>	: BUMN
<u>No.Telp</u>	: 082225521494	<u>No.Telp</u>	: 082225521494
<u>Alamat</u>	: <u>Malangan, sentolo</u>	<u>Alamat</u>	: <u>Malangan, sentolo</u>

1. Data subyektif

- Ny. V dengan umur kehamilan 35 minggu + 2 hari (TM 3)
- Ibu mengatakan selama hamil mengalami mual dan muntah saat makan hanya pada trimester I
- Ibu mengatakan tidak mempunyai pantangan makanan atau alergi terhadap suatu makanan
- Ibu mengatakan selama hamil suka makan sayur sop, dll. Serta suka makan buah-buahan pepaya, jeruk dll.

2. Data obyektif

a. Antropometri

TB : 159 cm
BB actual : 67 kg
BB Pra hamil : 58 kg
Peningkatan BB selama Hamil : 9 kg

b. Vital Sign

TD : 134/77 mmHg
Nadi : 94 x/menit
Suhu : 36,5 °C
RR : 20x/menit

c. Hasil Lab

Hemoglobin : 10,8 g/dl (Nilai Normal : wanita 12-16 g/dl)
Glukosa urine : 70
Urine protein : negatif

3. Analisis Gizi Ibu Hamil

- a. IMT Pra Hamil
 = $(BB) : [(TB) \times (TB)]$
 = $(58) : [(1,59) \times (1,59)]$
 = $58 : 2,52$
 = $25,8 \text{ kg/m}$ (berat badan berlebih)
Nilai normal
Berat badan kurang = $<18,5 \text{ kg/m}$
Berat badan normal = $18,5-24,9 \text{ kg/m}$
Berat badan berlebih = $25-29, \text{ kg/m}$
Obesitasi = $> 30 \text{ kg/m}$
- b. LiLA : 26 cm
- c. Kesimpulan :

Ibu memiliki status gizi berat badan berlebih karena di dapatkan hasil perhitungan IMT pra hamil 25,8 kg/m. Kenaikan BB selama hamil sesuai dengan batas peningkatan, tidak ada hipertensi, tidak ada diabetes, kadar HB kurang dari normal

1. Hitungan kebutuhan kalori dan kebutuhan (karbohidrat, protein, lemak)

Kebutuhan kalori

BMR (Harris benefict)

$$= 655,1 + (9,563 \times \text{BB}(\text{Bb pra hamil})(\text{kg})) + (1,850 \times \text{TB} (\text{cm})) - (4,676 \times \text{usia} (\text{th}))$$

$$= 655,1 + (9,563 \times 58 \text{ kg}) + (1,850 \times 159 \text{ cm}) - (4,676 \times 32 \text{ th})$$

$$= 655,1 + 554,654 + 294,1 - 149,632$$

$$= 1.503,854 - 149,632$$

$$= 1.354,222$$

TEE = BMR x FA

$$= 1.354,222 \times 1,375$$

$$= 1.862,0 \text{ kkal}$$

Energy = TEE + Energi trimester 3)

$$= 1.862,0 + 300$$

$$= 2.162 \text{ kkal/hari}$$

Karbohidrat

$$= 60\% \times 2.162$$

$$= 1.297,2 : 4 (1 \text{ gram karbohidrat} = 4 \text{ kalori})$$

$$= 324,3 + 40 = 364,3(40 \text{ adalah AKG tambahan untuk ibu hamil trimester 3 })$$

Protein

$$= 10 \% \times 2.162$$

$$= 216,2 : 4 \text{ (1 gram protein = 4 kalori)}$$

$$= 54,05 + 20 = 74,05 \text{ (20 adalah AKG tambahan untuk ibu hamil trimester 3)}$$

Lemak

$$= 25 \% \times 2.162$$

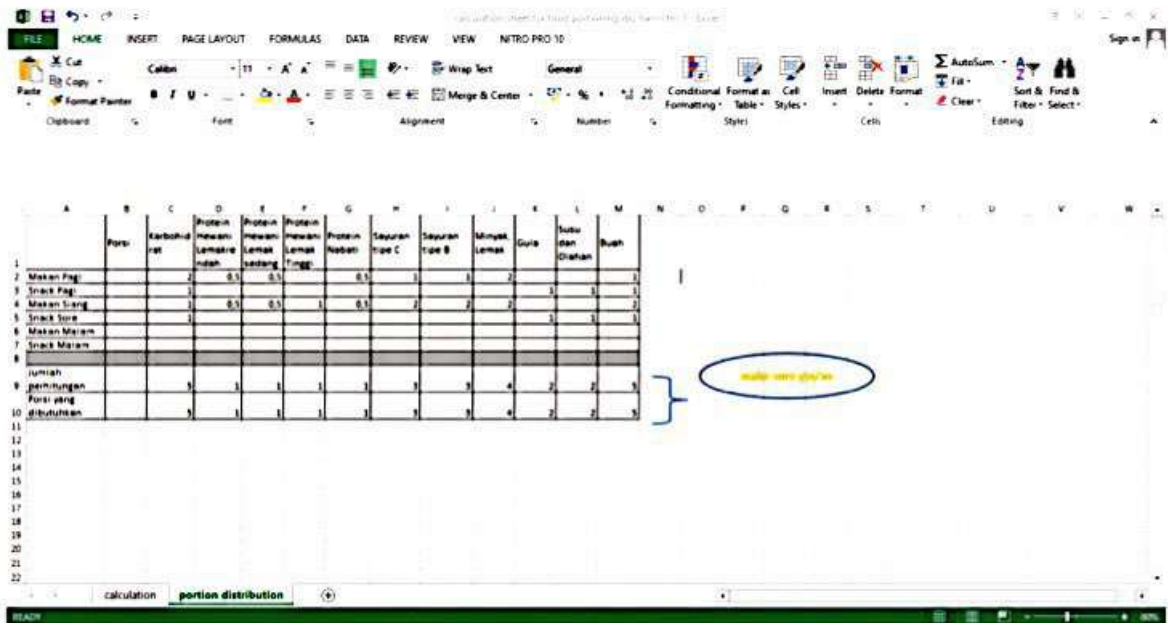
$$= 540,5 : 9 \text{ (1 gram lemak = 9 kalori)}$$

$$= 60,05 + 10 = 70,05 \text{ (10 adalah AKG tambahan untuk ibu hamil trimester 3)}$$

a. Perhitungan bahan makanan

	protein	lemak	karbohidrat	energi	total
1. Nasi putih	1	100	200	400	100
2. Protein hewani	1	100	100	400	100
3. Lemak	1	100	100	400	100
4. Sayuran	1	100	100	400	100
5. Buah	1	100	100	400	100
6. Total	5	500	500	2000	500

b. Porsi distribusi makanan



<u>Waktu makan</u>	<u>Menu</u>	<u>Bahan makan</u>	<u>porshi</u>	<u>Berat (g)</u>	<u>Kalori (kkal)</u>
<u>Makan pagi</u>	<u>Nasi putih</u>	<u>Nasi</u>	2	200 <u>gr</u>	350
	<u>Sayur bening</u>	<u>Udang</u>	0,5	17,5 <u>gr</u>	25
	<u>daun katuk +</u>	<u>Daun katuk</u>	1	100 <u>gr</u>	50
	<u>udang</u>	<u>Wortel</u>	1	100 <u>gr</u>	25
	<u>Ati ayam +</u>	<u>Ati ayam</u>	0,5	15 <u>gr</u>	37,5
	<u>tempe</u>	<u>Tempe</u>	0,5	25 <u>gr</u>	37,5
	<u>goreng</u>	<u>Minyak</u>	2	10 <u>gr</u>	100
		<u>kelapa sawit</u>			
	<u>Buah</u>	<u>Semangka</u>	1	180 <u>gr</u>	50
	<u>Semangka</u>				
<u>Snack Pagi</u>	<u>Kentang</u>	<u>kentang</u>	1	210 <u>gr</u>	175
	<u>rebus</u>				
	<u>Jus apel</u>	<u>Apel merah</u>	1	85 <u>gr</u>	50
	<u>merah</u>	<u>Gula</u>	1	13 <u>gr</u>	50
		<u>Susu kental</u>	1	100 <u>gr</u>	125
		<u>manis</u>			
<u>Makan siang</u>	<u>Nasi putih</u>	<u>nasi</u>	1	100 <u>gr</u>	350

	<u>Bening bayam + bakso</u>	<u>Kacang kapri</u> <u>Bakso</u> <u>Daun bayam</u>	2 0,5 2	<u>200gr</u> <u>85gr</u> <u>200gr</u>	100 37,5 50
	<u>Sambal ikan, ayam dan tahu</u>	<u>Ikan</u> <u>Ayam dan kulit</u> <u>Tahu</u> <u>Kelapa sawit</u>	0,5 1 0,5 2	<u>20gr</u> <u>55gr</u> <u>55gr</u> <u>10gr</u>	25 150 37,5 100
	Papaya	Papaya	2	<u>220gr</u>	100
Snack sore	Biscuit	<u>biskuit</u>	1	<u>40gr</u>	175
	<u>Smooties mangga</u>	<u>Gula</u> <u>Yogurt non fat</u> <u>Mangga</u>	1 1 1	<u>13gr</u> <u>120gr</u> <u>90gr</u>	50 75 50

Pembimbing Pendidikan

ACC

(LULUK Khusnul Dwi Hesti, S.ST.,M.Kes)



(Basyroh Sri Rahaju, A.Md.,Keb)

Mahasiswa



(Mifta Arsyah Harsendi)