

LAMPIRAN

1. Leaflet Konseling Gizi a. Leaflet Diet Stroke

No : 187/PKR5_ED/2017

Makanan yang Diperbolehkan :

- ❖ Semua bahan makanan segar dari tumbuh-tumbuhan seperti :
 - Beras, kentang, maizena, terigu, hunkue, mie, gula pasir.
 - Kacang hijau, kacang merah, kacang tanah, kacang tolo, tempe, tahu.
 - Sayuran dan buah segar.
 - Bumbu seperti bawang, jahe, kemiri, kunyit, kencur.
- ❖ Bahan makanan yang berasal dari hewani dalam jumlah terbatas.
 - Daging/ayam/bebek 1 butir/hr
 - Susu segar 2 gelas/hr

Makanan yang Tidak Diperbolehkan :

Semua makanan yang diberi garam Na pada setiap pengolahan seperti :

- ❖ Roti, biscuit
- ❖ Dendeng, abon, cornet beef, sosis daging asap, ham, bacon, sarden, ikan asin, ebi, telur asin, udang, kepiting, kerang
- ❖ Keju, margarine
- ❖ Acar, asinan sayur, sayur dalam kaleng
- ❖ Asinan/manisan buah dan buah dalam kaleng

Contoh Menu Sehari

PAGI : Nasi
Telur dadar
Tumis Kacang Panjang

10.00 : Bubur Kacang hijau

SIANG : Nasi
Ikan Acar Kuning
Tahu Bacem
Sayur Lodeh
Pepaya

16.00 : Puding buah


MALAM : Nasi
Daging Pesmol
Tempe Keripik
Ca Sayuran
Pisang

KETERANGAN !!!

- ❖ Rasa makanan dapat dipertinggi dengan menggunakan bumbu – bumbu lain yang tidak mengandung natrium seperti gula, cuka, bawang merah, bawang putih, jahe, kunyit, laos, salam, dsb.
- ❖ Makanan yang dikukus, ditumis, digoreng, dipanggang lebih enak daripada makanan yang direbus

Pemerintah Provinsi Jawa Timur
Dinas Kesehatan
RUMAH SAKIT UMUM KARSAS HUSADA BATU
J.L.A. YAC 10 - 13 BATU
TELEP (0341) 99498 - 99376 - 99328 FAX 99491 - 99478

DIET PENYAKIT STROKE



Nama :

Umur : Th

Tinggi Badan : Cm

Berat Badan : Kg

Alamat :

Tanggal :

PROMOSI KESEHATAN
RUMAH SAKIT UMUM
KARSAS HUSADA BATU

LEAF 003

Stroke ??????

Stroke adalah kerusakan pada bagian otak yang terjadi bila pembuluh darah yang membawa oksigen dan zat – zat gizi ke bagian otak tersumbat atau pecah. Disfagia terjadi bila stroke mengenai daerah yang bersangkutan dengan proses menelan seperti penurunan gerakan pada rahang, bibir, lidah, reflek menelan.

Penyebab Stroke !!!!!

- ❖ Adanya kerusakan pada bagian otak akibat dari pecahnya pembuluh darah.
- ❖ Tekanan darah tinggi / hipertensi

Gejala Penyakit Stroke

- ❖ Gangguan pada bagian otak > 24 jam
- ❖ Disfagia (penurunan gerak pada rahang, bibir, lidah, reflek menelan)
- ❖ Badan terasa lemah dan tidak bisa digerakkan

Tujuan Diet

- ❖ Memberikan makanan yang sesuai dengan kebutuhan penderita dengan memperhatikan keadaan dan komplikasi penyakit.

- ❖ Memperbaiki keadaan stroke, disfagia, pneumonia, kenalinan ginjal dan dekubitus.
- ❖ Mempertahankan keseimbangan cairan dan elektrolit.

Syarat Diet

- ❖ Energy cukup yaitu 25 – 45 Kkal/kg BB.
- ❖ Protein cukup yaitu 0,8 – 1 gr/kg BB.
- ❖ Lemak cukup yaitu 20 – 30% dari kebutuhan ener gy total, diutamakan lemak tak jenuh ganda.
- ❖ Karbohidrat cukup yaitu 60 – 70% dari energy total.
- ❖ Kolesterol dibatasi kurang dari 300 mg.
- ❖ Vitamin cukup, terutama vitamin A, C, E sebagai anti oksidan.
- ❖ Mineral cukup, terutama kalsium, mangan dan kalium. Penggunaan natrium dibatasi dengan memberikan garam dapur maksimal ½ sdt/hr
- ❖ Serat cukup, kurang lebih 20 – 30 gr/hr untuk menurunkan kadar kolesterol darah dan mencegah konstipasi.
- ❖ Cairan cukup, yaitu 6 – 8 gis/hr.

PEMBAGIAN MAKANAN

KALORI :

PROTEIN :

LEMAK :

KARBOHIDRAT :

BERAT URT

PAGI

Nasi

Telur

Sayuran

Minyak

Gula

Jam 10.00

.....

Siang / Malam

Nasi

Daging

Sayuran

Minyak

Buah

Jam 16.00

.....

b. Leaflet Diet Rendah Garam

NO : 177/PKRS_ED/2016

Keju, keju kacang tanah (pincakaas), margarin, mentega

- Acar, asinan sayur, sayur dalam kaleng, asinan buah, buah dalam kaleng.
- Garam dapur, vetsin, soda kue, kecap, maggi, terasi, petis, taoco, tomat ketcup.

Makanan yang dibatasi :

Bahan makanan hewani dalam jumlah terbatas :

- > Daging / ayam / ikan maksimal 100 gram sehari
- > Telur ayam / telur bebek maksimal 1 butir sehari.
- > Susu segar maksimal 2 gelas sehari.
- > Otak, ginjal, paru, jantung dan udang mengandung lebih banyak Natrium, sebaiknya dihindari.

Berapainama cara memasak yang baik

- ❖ Rasa tawar pada makanan dapat diperbaiki dengan menggunakan bumbu yang tidak mengandung Natrium, seperti : bawang, brambang, jahe, kunir, salam, gula, cuka dsb.
- ❖ Menggoreng, menumis, atau memanggang dapat meningkatkan rasa makanan.
- ❖ Suatu cara untuk mengeluarkan garam Natrium dari margarin adalah :
 - Campurkan margarin dengan air dan masak hingga mendidih. Margarin akan mencair dan garam Natrium akan larut.
 - Dinginkan cairan kembali dengan mencampurkan es batu ke dalamnya atau masukkan pancinya ke lemari es.

Margarin akan menjadi kerak kembali air yang mengandung garam Natrium itu, lakukanlah sampai 2 kali.

PERHATIAN !!!

- Untuk mendapatkan keterangan lebih lanjut hubungi Ahli Gizi
- Jika memeriksakan diri, daftar ini harus dibawa
- Jika daftar ini rusak atau hilang mintalah ganti kepada Petugas.

GANTONG MENGENAL

Pagi Nasi
Telur dadar
Tumis kacang panjang

Jam 10.00 Bubur kacang hijau

Siang Nasi
Ikan acar kuning
Sambal goreng tempe
Sayur lodeh
Pepaya

Jam 16.00 Selada buah

Malam Nasi
Ayam panggang kecap
Tahu bacem
Cah sawi + wortel
Pisang



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TIMUR
DINAS KESEHATAN
RUMAH SAKIT UMUM KARSASUSADA BATU
Jl. A. Yani 11-13/PTD
Telp. (041) 53601 - 5360111 - 5360112 - 5360113



Diet Rendah Garam

Modul Diet Rendah Garam dan Diet (PKRS) Dalam Pemasangan Diet



NAMA : _____
UMUR : _____
TINGGI BADAN : _____
BERAT BADAN : _____
TANGGAL : _____

 **PROMOSI KESEHATAN RUMAH SAKIT UMUM KARSASUSADA BATU**

LEAF 012

Menu Diet

Energi _____ Kcal Lemak _____ gr
Protein _____ gr Karbohidrat _____ gr

PEMBAGIAN MAKANAN SEHARI

	Berat (gram)	U	R	T	*
<i>Pagi</i>					
-Nasi	_____				
-Telur	_____				
-Sayuran	_____				
-Minyak	_____				
-Gula	_____				
<i>Jam 10.00</i>					
-Nasi	_____				
-Ikan	_____				
-Tahu	_____				
-Sayuran	_____				
-Minyak	_____				
-Buah	_____				
<i>Jam 16.00</i>					
-Nasi	_____				
-Ikan	_____				
-Sayuran	_____				
-Minyak	_____				
-Buah	_____				

Malam

-Nasi _____
-Ikan _____
-Sayuran _____
-Minyak _____
-Buah _____

**) URT = Ukuran Rumah Tangga*

Tujuan Diet Rendah Garam

- Mengendalikan kadar Natrium
- Membantu menghilangkan penimbunan garam/ air dalam jaringan tubuh
- Mengendalikan tekanan darah mencapai normal
- Mencegah keparahan penyakit dan komplikasi
- Mengendalikan berat badan mencapai normal.

Apakah yang menyebabkan penimbunan garam Natrium dalam tubuh ?

- ❖ Garam natrium terdapat dalam hampir semua bahan makanan berasal dari hewan dan tumbuhan. Semua orang membutuhkan garam natrium, tetapi seringkali tubuh mengkonservasi lebih banyak dari yang dibutuhkan. Kelebihan Natrium biasanya dikeluarkan melalui ginjal.
- ❖ Pada kelainan tubuh tertentu tubuh tidak dapat mengeluarkan kelebihan garam Natrium. Garam ini tinggal dalam jaringan tubuh dan mengikat air sehingga terjadi bengkak atau oedema. Untuk menghilangkan bengkak ini, perlu menjalani diet rendah garam.

Bahan makanan yang mengandung banyak garam Natrium

Garam natrium terdapat secara alamiah dalam bahan makanan atau ditambahkan waktu memasak atau mengolah. Makanan dari hewan biasanya lebih banyak mengandung garam Natrium daripada tumbuh-tumbuhan.

Garam Natrium yang ditambahkan ke dalam makanan biasanya berupa ikatan :

1. Natrium Chlorida atau garam dapur
2. Mono Natrium Glutamat atau vetsin
3. Natrium Bikarbonat atau soda kue
4. Natrium Benzoat, yang digunakan untuk pengawet buah-buahan.
5. Natrium Bisulfat atau sendawa, yang digunakan untuk pengawet daging seperti pada cornet beef

Bahan Makanan yang Diperbolehkan

- Semua bahan makanan segar atau diolah tanpa garam Natrium dan berasal dari tumbuhan seperti : beras, terigu, kentang, kacang-kacangan, sayuran, buah, bawang, brambang, minyak goreng dan lain-lainnya.

Bahan Makanan yang Dilarang :

Semua makanan yang diberi garam Natrium pada pengolahan, seperti :

- Roti, biskuit, kraker, cake dan kue lain yang dimasak dengan garam dapur atau soda.
- Dendeng, abon, corned beef, daging asap, ham, ikan asin, ikan pindang, sarden, ebi, udang kering, telur asin, telur pindang.

c. Leaflet Daftar Bahan Makan Penukar

NO : 171/PKRS_ED/2016

Pepaya	100	1	pltg
Pisang	50	1	bh
Salak	75	1	bh bsr
Semangka	150	1	pltg bsr

Golongan VI : SUSU
 Satu satuan penukar mengandung : 130 kkalori, 7 gr protein, 7 gr lemak, 9 gr karbohidrat

Bahan makanan	Berat (gr/cc)	U	RT
Joghurt	200	1	gls
Susu kambing	150	3/4	gls
Susu kental tak manis	100	1/2	gls
Susu kerbau	100	1/2	gls
Susu sapi	100	1	gls
Tepung santal	25	4	sdm
Tepung susu fullcream	25	5	sdm
Tepung susu skim (*)	20	4	sdm

Keterangan : (*) perlu ditambah 1 1/2 satuan penukar minyak untuk melengkapi lemaknya.

Golongan VII : MINYAK
 Satu satuan penukar mengandung : 45 kkalori, 5 gr lemak

Bahan makanan	Berat (gr/cc)	U	RT
Minyak goreng	5	1/2	sdm
Minyak ikan	5	1/2	sdm
Margarin	5	1/2	sdm
Kelapa	30	1	pltg kcl
Kelapa parut	30	5	sdm
Santan	50	1/2	gls
Lemak sapi	5	1	pltg kcl
Lemak babi	5	1	pltg kcl

Arti Singkatan
 gr = gram sdg = sedang
 bh = buah bsr = besar
 bj = biji pltg = polong
 btg = batang sdm = sendok makan
 btr = bulir sdt = sendok teh

bks = bungkus gls = gelas minum
 pk = pak = 240 ml
 kcl = keci ckr = cangkir

- PERHATIAN !!!**
- Bahan penukar ini dapat dipakai sebagai pedoman untuk menyusun menu yang bervariasi
 - Jumlah dan macam bahan makanan dalam tiap-tiap golongan dalam daftar mempunyai nilai gizi yang kira-kira sama, sehingga satu sama lain dapat menggantikan
 Contoh : 50 gr beras dapat diganti 200 gr kentang
 - Gurisan daftar bahan makanan penukar ini.



DAFTAR BAHAN MAKANAN PENUKAR



NAMA : _____
 UMUR : _____
 TINGGI BADAN : _____
 BERAT BADAN : _____
 TANGGAL : _____

PROMOSI KESEHATAN
 RUMAH SAKIT UNUM
 KURSA HUSADA BATU

Golongan I : SUMBER KARBOHIDRAT
 Satu satuan penukar mengandung : 175 kkalori, 4 gr protein, 40 gr karbohidrat

Bahan makanan	Berat (gr)	U	RT
Nasi	100	3/4	gls
Nasi tim	200	1	gls
Bubur beras	400	2	gls
Nasi jagung	100	3/4	gls
Bihun	50	1 1/2	gls
Basud meja	50	4	bh
Crocker	50	5	bh bsr
Havermout	50	6	sdm
Kentang	200	4	bj sdg
Macaroni	50	1 1/2	gls
Mie basah	100	1	gls
Mie kering	50	1	gls
Rohiputh	80	4	pltg sdg
Singkong	100	1	pltg sdg
Talas	200	1	bj sdg
Tepung beras	50	8	sdm
Tepung bungkil	40	8	sdm
Tepung maizena	40	8	sdm
Tepung sagu	40	7	sdm
Tepung singkong	40	8	sdm
Tepung terigu	50	8	sdm
Ubi	150	1	bj sdg

Golongan II : SUMBER PROTEIN HEWANI
 Satu satuan penukar mengandung : 95 kkalori, 6 gr lemak

Bahan makanan	Berat (gr)	U	RT
Daging sapi	50	1	pltg sdg
Daging bebek	25	1	pltg kcl
Daging ayam	50	1	pltg sdg
Hati sapi	50	1	pltg sdg
Babat sapi	60	2	pltg sdg
Usus sapi	75	3	bulatan
Telur ayam biasa	75	2	btr
Telur ayam negeri	60	1	btr bsr
Telur bebek	60	1	btr

Ikan segar	50	1	pltg sdg
Ikan asin	25	1	pltg sdg
Ikan teri	25	2	sdm
Udang basah	50	1 1/4	gls
Kelci	30	1	pltg sdg
Bakso daging	100	10	bj bsr

Golongan III : SUMBER PROTEIN NABATI
 Satu satuan penukar mengandung : 80 kkalori, 6 gr protein, 3 gr lemak, 8 gr karbohidrat

Bahan makanan	Berat (gr)	U	RT
Tempe	50	2	pltg sdg
Tahu	100	1	bj bsr
Oncom	50	2	pltg sdg
Kacang hijau	25	2 1/2	sdm
Kacang kedelai	25	2 1/2	sdm
Kacang lolo	25	2 1/2	sdm
Kacang merah	25	2 1/2	sdm
Kacang tanah	20	2	sdm
Keju kacang tanah	20	2	sdm

Golongan IV : SAYURAN
Sayuran kelompok A
 Mengandung sedikit sekali energi, protein, dan karbohidrat. Sayuran ini boleh digunakan sekehendak tanpa dipertimbangkan banyaknya.

Baligo	kangkung	potস্য
Daun bawang	ketimun	rebung
Daun koy panjang	tomat	sewaj
Daun koro	kecipir	selada
Daun labu siam	kol (kubis)	selada
Daun lobak	labu air	labu tembok
Daun waluh	kembang kol	isoja
Jamur segar	lobak	terong
Oyong (gambas)	papaya muda	cabe hijau

Sayuran kelompok B
 Satu satuan penukar mengandung : 50 kkalori, 3 gr protein, 10 gr karbohidrat ; Satu satuan penukar = 100 gram sayuran mentah dalam keadaan bersih = 1 gelas setelah dimasak dan ditiriskan.

Bayam	daun melinjo	kaluk
Bit	daun pakis	kucal
Buncis	daun singkong	labu siam
Daun buritis	daun papaya	labu waluh
Daun ketela rambat	jagung muda	genjer
Daun kecipir	jenting pisang	pare
Daun lencas	nanas	sekokak
Daun lompong	kacang panjang	wortel
Daun mangkokan	kacang kapri	

Golongan V : BUAH-BUAHAN
 Satu satuan penukar mengandung : 40 kkalori, 10 gr karbohidrat

Bahan makanan	Berat (gr)	U	RT
Buah kelompok A			
Anggur	75	10	bh sdg
Duku	75	15	bh bsr
Durian	50	3	bj (beton)
Jerak manis	100	2	bh sdg
Mangga	50	1 1/2	bh sdg
Nanas	75	1 1/2	bh
Nangka masak	50	3	bj (beton)
Rambutan	75	8	bh
Sawo	50	1	bh sdg
Sirsak	50	1 1/2	gls
Buah kelompok B			
Apel	75	1/2	bh sdg
Aprikot	50	1/2	bh sdg
Blimbing	125	1	bh bsr
Jambu air	100	2	bh sdg
Jambu bol	75	1/2	bh sdg
Kedondong	100	1	bh bsr

2. Form NCP

Nama : Ny. A
 Diagnosis Medis : CVA SAH + HT
 Umur : 54 Tahun
 Tanggal Data : 07 Maret 2023

Ruangan : Edelweiss B
 No RM : 178229
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Tanggal Lahir : 07 Agustus 1968

Assesment			Diagnosis Gizi	Rencana Intervensi	Rencana Monitoring										
Data Dasar		Identifikasi Masalah													
<p>ANTROPOMETRI LILA = 29 cm TL = 41,5 cm Status Gizi LILA = 96,9% (gizi Baik) BB estimasi= 56,8 kg TB estimasi= 147,5 cm</p> <p>BIOKIMIA</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Biokimia</th> <th>Hasil</th> <th>Nilai Normal</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>HB</td> <td>14,1 g/dL</td> <td>12,0-16,0</td> </tr> <tr> <td>Cholesterol</td> <td>157 mg/dL</td> <td>< 200</td> </tr> </tbody> </table>			Biokimia	Hasil	Nilai Normal	HB	14,1 g/dL	12,0-16,0	Cholesterol	157 mg/dL	< 200	<p>Leukosit (↑) Trombosit (↑)</p>	<p>NI-1.5.4 Penurunan kebutuhan zat gizi spesifik (natrium) berkaitan dengan Hipertensi ditandai dengan tekanan darah 176/86 mmHg termasuk Hipertensi tahap 2</p> <p>NI-5.5 Penurunan</p>	<p>ND-1 Memberi Diet Stroke, Rendah Garam dan Rendah Lemak</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tujuan Diet : • Mencukupi kebutuhan energi dan zat gizi pasien stroke • Menurunkan asupan lemak untuk mengatasi masalah aliran darah dan peningkatan resiko penyumbatan darah • Memberi makanan sesuai dengan kondisi pasien • Membantu menormalkan tekanan darah dan menurunkan 	<p>AD-1.1 Pemantauan Antropometri</p> <p>BD-1.1 Pemantauan Hasil Data Lab</p>
Biokimia	Hasil	Nilai Normal													
HB	14,1 g/dL	12,0-16,0													
Cholesterol	157 mg/dL	< 200													

<p>- Mual</p> <p>Klinis</p> <ul style="list-style-type: none"> - TD = 176/86 mmHg - N = 71 - SpO2 = 97 - Suhu = 36 C <p>RIWAYAT GIZI</p> <p>Dahulu</p> <ul style="list-style-type: none"> - Makanan pokok berupa nasi 2x/hari @ 1 ctg 150 gr - Lauk hewani biasanya mengkonsumsi ikan 3x/minggu, ayam, telur, daging 2x/minggu selang-seling @ 1 ptg - Suka makan jeroan,sate dan gorengan - Lauk nabati yang biasanya dikonsumsi adalah tempe dan tahu 2x/hari @ 1-2 ptg - Mengkonsumsi sayuran setiap hari yang biasa dikonsumsi adalah bayam, kangkung,sop,sawi - Pasien tidak suka sayur singkong - Sangat suka buah-buahan seperti apel, pisang, melon 	<p>PD-1.1.16.12 Pusing PD-1.1.11.5 Sakit Kepala PD-1.1.5.24 Mual</p> <p>PD-1.1.21 Tensi (↑)</p> <p>FH-1.4.1.2 Frekuensi Makan tidak teratur</p> <p>FH-1.2.2.3 Pola Makan</p>	<p>kategori defisit tingkat berat</p> <p>NB-1.5 Gangguan Pola makan dirumah berkaitan dengan pemilihan umum makanan yang salah ditandai dengan frekuensi makan yang tidak teratur dan pasien suka mengkonsumsi jeroan dan gorengan yang menyebabkan Hipertensi</p>	<p>(sumber dari buah yang berwarna,hati sapi,dll)</p> <ol style="list-style-type: none"> 8. Mineral cukup, terutama kalsium, mangan dan kalium. Penggunaan natrium dibatasi dengan memberikan garam dapur maksimal ½ sdt/hr) setara dengn kurang lebih 5 gr garam dapur) 9. Cairan cukup yaitu 6-8 gls/hr <p>RC-1 Kolaborasi dengan tenaga kesehatan untuk membantu menormalkan leukosit,trombosit,SGOT,SGPT</p> <p>E-1 Edukasi Gizi berkaitan dengan Diet Stroke</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tujuan - Memberikan pengetahuan tentang kebutuhan gizi pasien 	
---	--	--	--	--

<p>dan buah naga setiap hari mengkonsumsi buah</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biasanya minum susu (Anlene) 1 gls/hr <p>Sekarang Dari Hasil Recall 1x24 jam didapatkan :</p> <p>Energi = 1.255,3 kkal Protein = 61,8 g Lemak = 40,7 g Karbohidrat = 160,3 g</p> <p>TOTAL ASUPAN Energi= 73,6% Protein= 72,5 % Lemak= 107,6% KH= 62,6 %</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasien nafsu makan menurun <p>RIWAYAT PERSONAL</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasien berusia 54 tahun - Bekerja sebagai guru TK - Mempunyai anak 1 - Orang tua pasien (ibu) mempunyai riwayat Hipertensi <p>Pasien memiliki riwayat penyakit hipertensi sudah sekitar 2 tahun lebih</p>	<p>FH-1.1.1.1 Total Asupan Energi (73,6%) Termasuk defisit tingkat sedang</p> <p>FH-1.5.5.1 Total Asupan Karbohidrat (58,8%) termasuk defisit tingkat berat</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Merubah pola dan kebiasaan makan pasien yang salah - Dapat menjalankan diet dengan baik dan benar - Sasaran Pasien dan keluarga pasien - Waktu 15 menit - Tempat Di depan ruang Edelweiss B - Metode Konsultasi dan tanya jawab - Media leaflet - Materi - Diet Pasien Stroke dan Hipertensi - Pola makan yang baik dan teratur - Makanan yang dianjurkan dan tidak dianjurkan - Makanan yang diperbolehkan adalah semua bahan makan segar dari tumbuh-tumbuhan bahan 	
--	---	--	--	--

			<p>makan yang berasal dari hewani seperti daging, ayam, ikan 100gr/hr, telur 1 btr/hr, susu degar 2gls, hr</p> <ul style="list-style-type: none">- Makanan yang tidak diperbolehkan seperti roti, biskuit, sarden, ikan asin, telur asin, udan kepiting, kerang, dendeng, keju, margarin, acar, asinan sayur, buah dalam kaleng, dan manisah- Memberitahu pada pasien 5 kunci Keamanan Pangan yang harus diterapkan	
--	--	--	--	--

3. Perencanaan Menu Sehari

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat (g)	URT	Energi (kkal)	Protein (g)	Lemak (g)	KH (g)	Natrium (mg)	Serat
Pagi (06:30-07:30)	Nasi Putih	Beras putih giling	50	1 gls	180,4	3,3	0,3	39,8	0	0,4
	Telur orak-arik	Telur ayam	60	1 btr	93,1	7,6	6,4	0,7	74,4	0
	Tempe bumbu tomt cincang	Tempe kedele murni	40	2 ptg	79,6	7,6	3,1	6,8	2,4	0,6
	Sayur bening bayam	Bayam	75	3 sdk syr	24,7	0,9	0,2	5,6	8,3	0,5
	Garam dapur		2		0	0	0	0	774,5	0
Selingan Pagi 09:00	Kue dadar gulung		100	1 ptg	289	5,7	8,4	48,3	21	2,7
Siang (12:30-13:30)	Nasi putih	Beras putih giling	50	1 gls	180,4	3,3	0,3	39,8	0	0,4
	Pepes tahu	Tahu	50	2 ptg	38	4,1	2,4	0,9	3,5	0,6
	Ayam bb pesmol Cincang	Daging ayam	50	1 ptg	142,4	13,4	9,4	0	36,5	0
	Sayur asem	Kangkung	75	3 sdk syr	36,7	1,3	2,0	4,3	12	1,5
		Garam		2		0	0	0	0	774,5

	Pisang kepok bawen		100	1 bh	115,9	0,8	0,2	31,2	5	2,3
Selingan Siang 15:00	Pepaya		100	1 ptg	39	0,6	0,1	9,8	5	2,3
Malam (18:30-19:00)	Nasi	Beras putih giling	50	1 gls	180,4	3,3	0,3	39,8	0	0,4
	Ikan tuna bb tomat	Ikan tuna segar	65	2 ptg	63,7	11,8	1,6	0	24	0
	Orem-orem tempe	Tempe kedelei murni	50	2 ptg	99,5	9,5	3,8	8,5	0,7	1
	Bening manisah	Bayam	70	3 sdk syr	9	1,1	0,2	1,4	0,7	1
	Garam dapur		3		0	0	0	0	1161,7	0
	Pisang kepok		100	1 bh	115,9	0,8	0,2	31,2	5	2,3
TOTAL ASUPAN					1655,9	60,3	36,6	266,7	2909,4	15,1
KEBUTUHAN					1704	68,2	37,8	255,9		
PRESENTASE					100,2%	90,4%	105%	105,3%		

4. Hasil Recall 24 jam
a. Tanggal 08 Maret 2023

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat (g)	URT	Energi (kkal)	Protein (g)	Lemak (g)	KH (g)	Natrium (mg)	Serat
Pagi (06:30-07:30)	Nasi Putih	Beras putih giling	25	½ ctg	90,2	1,7	0,2	19,9	0	0,2
	Tahu Sutra tumis	Tahu	45	1 ptg	61,6	6,2	2,0	4,8	11,7	0,2
	Daging cincang	Daging sapi	25	2 ptg	82,3	6,7	4,7	0	18,3	0
	Bening menisah	Menisah	70	3 sdk syr	14,1	0,6	0,2	3	0,7	1
	Garam dapur		2		0	0	0	0	774,5	0
Selingan Pagi 09:00	Kue dadar gulung		100	1 ptg	289	5,7	8,4	48,3	21	2,7
Siang (12:30-13:30)	Nasi putih	Beras putih giling	30	1/2 ctg	108,3	2,0	0,2	23,9	0	0,2
	Ayam cincang	Daging ayam	45	2 ptg	128,2	12,1	8,5	0	32,8	0
	Loaf tahu	Tahu	45	1 ptg	34,2	3,6	2,2	0,9	3,2	0,5
	Sayur asem	Menisah	15	3 sdk syr	7,3	0,3	0,4	0,9	0,8	0,2
Selingan Siang 15:00	Pepaya		100	1 ptg	39	0,6	0,1	9,8	5	2,3
Malam (18:30-19:00)	Nasi	Beras putih giling	40	1 ctg	115,9	7,7	0,5	20,8	4	6,5
	Sopo tahu	Tahu	50	2 ptg	38	4,1	2,4	0,9	3,5	0,6
	Sop Wortel	Wortel	20	2 ctg syr	5,2	0,2	0	1	12	0,7
	Telur orak arik	Telur ayam	60	1 btr	93,1	7,6	6,4	0,7	74,4	0
	Pisang kepok		100	1 bh	115,9	0,8	0,2	31,2	5	2,3
TOTAL ASUPAN					1211,1	59,8	36,4	165,9	964,8 mg	17
KEBUTUHAN					1704	68,2	37,8	272,6	1200 mg	
PRESENTASE					73,6 %	90,6%	107,6%	58,8%		

b. Tanggal 09 Maret 2023

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat (g)	URT	Energi (kkal)	Protein (g)	Lemak (g)	KH (g)	Natrium (mg)	Serat
Pagi (06:30-07:30)	Nasi Putih	Beras putih giling	15	1 ctg	54,1	1	0,1	11,9	0	0,1
	Telur rebus	Telur	30	½ btr	46,5	3,8	3,2	0,3	32,8	0
	Daging ayam	Daging ayam	45	2 ptg	128,2	12,1	8,5	0	32,8	0
	Cah kangkung, toge kg panjang		10	1 sdm	3,5	0,2	0	0,8	0,3	0,3
Selingan Pagi 09:00	Roti coklat		50	1 ptg	142	4,3	2,2	26,3	289,5	1,4
Siang (12:30-13:30)	Nasi putih	Beras putih giling	45	1 ctg	162,4	3	0,3	35,8	0	0,4
	Daging cincang	Daging sapi	30	2 ptg	80,7	7,5	5,4	0	15,9	0
	Tempe	Tempe	25	1 ptg	49,8	4,8	1,9	4,3	1,5	0,3
	Bening manis	manisa	40	3 sdk syr	8	0,4	0,1	1,7	0,4	0,6
Selingan Siang 15:00	Pisang		100	1 ptg	115,9	0,8	0,2	31,2	5	2,3
Malam (18:30-19:00)	Nasi	Beras putih giling	50	1 gls	180,4	3,3	0,3	39,8	0	0,4
	Daging ayam Cincang	Daging ayam	40	2 ptg	114	10,8	7,6	0	29,2	0
	Sop wortel	Wortel	15	2 sdm	3,9	0,1	0	0,7	9	0,5
	Tahu	Tahu	30	1 ptg	22,8	2,4	1,4	0,6	2,1	0,4
	Pisang ambon		100	1 bh	115,9	0,8	0,2	31,2	5	2,3
	Garam Dapur		2		0	0	0	0	774,5	0
TOTAL ASUPAN					1268	54,4	30,8	197,8	1202,4 mg	9
KEBUTUHAN					1704	68,2	37,8	272,6	1200 mg	
PRESENTASE					74,4%	79,7%	81,4%	72,5%		

c. Tanggal 10 Maret 2023

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat (g)	URT	Energi (kkal)	Protein (g)	Lemak (g)	KH (g)	Natrium (mg)	Serat
Pagi (06:30-07:30)	Nasi Putih	Beras putih giling	50	1 gls	180,4	3,3	0,3	39,8	0	0,4
	Loaf tahu	Tahu	35	1 ptg	26,6	2,8	1,7	0,7	2,5	0,4
	Daging cincang	Daging sapi	40	2 ptg	114	10,8	7,6	0	29,2	0
	Cah kangkung, toge kcg panjang		25	3 sdk syr	15,2	1,6	0,9	1,2	0,1	1,8
Selingan Pagi 09:00	Kue lumpur		100	1 ptg	403,0	5,7	22,9	44,3	32	0,7
Siang (12:30-13:30)	Nasi putih	Beras putih giling	50	1 gls	180,4	3,3	0,3	39,8	0	0,4
	Ayam cincang	Daging ayam	35	2 ptg	99,7	9,4	6,6	0	25,5	0
	Tempe	Tempe	30	1 ptg	59,7	5,7	2,3	5,1	1,8	0,4
	Sop wortel	Wortel	60	3 sdk syr	15,5	0,6	0,1	2,9	2,2	36
Selingan Siang 15:00	Semangka		100	1 ptg	32	0,6	0,4	7,2	2	0,5
Malam (18:30-19:00)	Nasi	Beras putih giling	50	1 ctg	180,4	3,3	0,3	39,8	0	0,4
	Telur orak arik	Telur ayam	60	1 btr	93,1	7,6	6,4	0,7	74,4	0
	Bening bayam	Bayam	40	4 sdm	4,8	0,6	0,1	0,8	14	0,5
	Tempe bb tomat	Tempe	25	1 ptg	19	2	1,2	0,5	0,3	1,8
	Pisang ambon		100	1 bh	115,9	0,8	0,2	31,2	5	2,3
TOTAL ASUPAN					1333,2	53,8	31,4	212,6	967,4	9,3
KEBUTUHAN					1704	85,2	37,8	255,9	1200 mg	
PRESENTAS E					78,2%	78,8%	83,8%	77,9%		

5. Standar diet Rumah Sakit

**STANDAR PORSI DIET KHUSUS
INSTALASI GIZI RSUD KARSU HUSADA BATU**

KELOMPOK	BAHAN MAKANAN	B. Saripis	Du/Fis	DM	AMER
PASIEN	BERAS	50 gr	10 gr	40 gr	40 gr
	TELUR AYAM	40 gr	10 gr	40 gr	40 gr
	TEMPERITAHU	50 gr	50 gr	50 gr	50 gr
	SAYURAN	75 gr	75 gr	75 gr	75 gr
	MEKAR	5 gr	2,5 gr	5 gr	5 gr
	BUAH MELUKA	5 gr	1 gr	5 gr	5 gr
MELUKA (KAW 20-80)	SNACK	200 gr	-	200 gr	-
	SUSU	-	-	200 gr	100 gr
	BLUKIT	-	10 gr	-	-
	BLUKIT	-	10 gr	-	-
PASIEN	BERAS	50 gr	10 gr	40 gr	40 gr
	TELUR AYAM	40 gr	10 gr	40 gr	40 gr
	TEMPERITAHU	50 gr	50 gr	50 gr	50 gr
	SAYURAN	75 gr	75 gr	75 gr	75 gr
	MEKAR	5 gr	2,5 gr	5 gr	5 gr
	BUAH MELUKA	5 gr	1 gr	5 gr	5 gr
MELUKA (KAW 20-80)	SNACK	200 gr	-	200 gr	-
	SUSU	-	-	200 gr	100 gr
	BLUKIT	-	10 gr	-	-
	BLUKIT	-	10 gr	-	-
PASIEN	BERAS	50 gr	10 gr	40 gr	40 gr
	TELUR AYAM	40 gr	10 gr	40 gr	40 gr
	TEMPERITAHU	50 gr	50 gr	50 gr	50 gr
	SAYURAN	75 gr	75 gr	75 gr	75 gr
	MEKAR	5 gr	2,5 gr	5 gr	5 gr
	BUAH MELUKA	5 gr	1 gr	5 gr	5 gr
MELUKA (KAW 20-80)	SNACK	200 gr	-	200 gr	-
	SUSU	-	-	200 gr	100 gr
	BLUKIT	-	10 gr	-	-
	BLUKIT	-	10 gr	-	-
MELUKA (KAW 20-80)	BERAS	50 gr	10 gr	40 gr	40 gr
	TELUR AYAM	40 gr	10 gr	40 gr	40 gr
	TEMPERITAHU	50 gr	50 gr	50 gr	50 gr
	SAYURAN	75 gr	75 gr	75 gr	75 gr
	MEKAR	5 gr	2,5 gr	5 gr	5 gr
	BUAH MELUKA	5 gr	1 gr	5 gr	5 gr
MELUKA (KAW 20-80)	SNACK	200 gr	-	200 gr	-
	SUSU	-	-	200 gr	100 gr
	BLUKIT	-	10 gr	-	-
	BLUKIT	-	10 gr	-	-
MELUKA (KAW 20-80)	ENERGI (KJ/100)	2266,7	2541,2	2225,9	2800
	PROTEIN (g/100)	82,8	79,1	79,2	97,3
	LIPID (g/100)	88,4	81,5	82,5	88,8
	GLUKOSA (g/100)	254,9	308,9	258,9	259,8

Disipidat dengan izin resmi

6. Foto Dokumentasi Wawancara Recall Makanan



7. Formulir terkait

111

24 HOURS FOOD RECALL

Nama : M4.A
 Usia/Tgl Lahir : 54 thn
 Diagnosis : CVA SAM + HT
 Tanggal Pengambilan Data : 08 Maret 2023
 Jam pertama kali datang :

NORM :
 Ruangan : Edelweiss B
 Tensi : 145/86 mmHg. Nadi : 71 x/mnt
 SpO2 :
 RR : 17 x/mnt
 Suhu : 36 °C

Waktu Makan	Nama Hidangan	Bahan Makanan	Porsi	
			URT	Gram
pagi (07:30 - 08:00)	<ul style="list-style-type: none"> Nasi putih Tahu sutra tumis Daging cincang bening manisah 	<ul style="list-style-type: none"> beras giling putih Tahu sutra daging sapi labu siam 	1/2 ctg	25 gr
			1 ptg	15 gr
			2 ptg	25 gr
			3 sdt syr	70 gr
semingan (09:00)	Kue Padar sulung		1 ptg	100 gr
siang (12:30 - 13:00)	<ul style="list-style-type: none"> nasi putih Ayam cincang loaz Tahu sayur asem 	<ul style="list-style-type: none"> Beras giling putih Daging Ayam Tahu Kacang pangang toge 	1/2 ctg	30 gr
			2 ptg	45 gr
			1 ptg	45 gr
			3 sdt syr	15 gr
semingan sore (16:00)	pepaya		2 ptg	100 gr
malam (18:30 - 19:00)	<ul style="list-style-type: none"> Nasi putih Sopo tahu sop wortel Telur orak arik Pisang kepok 	<ul style="list-style-type: none"> Beras giling putih Tahu Wortel Telur Ayam Pisang kepok 	1 ctg	40 gr
			2 ptg	50 gr
			2 ctg syr	20 gr
			1 btr	60 gr
			1 buah	100 gr

keluhan :

- sakit kepala
- pusing
- mual

H2

24 HOURS FOOD RECALL

Nama : Ny A
 Usia/Tgl Lahir : 54 thn
 Diagnosis : CVA SAH + HT
 Tanggal Pengambilan Data : 09 Maret 2023
 Jam pertama kali datang :

NO RM :
 Ruangan : xdelweis B
 Tensi : 164/88 Nadi : 68x/mnt
 SpO2 :
 RR : 17/ment.
 suhu : 36°C

Waktu Makan	Nama Hidangan	Bahan Makanan	Porsi	
			URT	Gram
Pagi (07:00 - 08:00)	Nasi putih	Beras giling putih	1 ctg	15 gr
	Telur rebus	Telur Ayam	1/2 btr	30 gr
	Baqing Ayam cincang	Baqing Ayam	2 ptg	45 gr
	Beningan	Bening kacang panjang, toge, kangkung.	1 sdt syr	10 gr
sempinan (09:00)	Kas coklat (dr luar)		1 ptg	50 gr
siang (12:30 - 13:00)	Nasi putih	Beras giling putih	1 ctg	45 gr
	Baqing cincang	Baqing sapi	2-3 ptg	30 gr
	Tempe panjang	Tempe kedelai	1 ptg	25 gr
	Bening manis	manisa (khususnya)	3 sdt syr	40 gr
sempinan (15:00)	Pisang.		1 buah	100 gr
sore (18:00 - 18:30)	Nasi	Beras giling	1 ctg	50 gr
	Baqing cincang	Baqing Ayam	2 ptg	40 gr
	Tahu	Tahu	1 ptg.	30 gr
	sop watel	watet	1 sdt syr	15 gr
	Pisang Ambon	Pisang.	1 bh.	100 gr

- keluhan :
- pusing
 - mual
 - tidak nafsu makan.

H3

24 HOURS FOOD RECALL

Nama : Ny A
 Usia/Tgl Lahir : 54 thn
 Diagnosis : DVA SAH + HT
 Tanggal Pengambilan Data : 10 Maret 2023
 Jam pertama kali datang :

NORM :
 Ruangan : Edelweis B.
 Temi : 163/gg/mt/madi : 62/mnt.
 spoz :
 Rt : 121/mt-
 suhu : 36,6°C

Waktu Makan	Nama Hidangan	Bahan Makanan	Porsi	
			URT	Gram
Pagi (07:00 - 07:30)	Nasi Putih 100% Tahu Bawang cincang cuh kangkung	Beras giling	1 ctg	50 gr
		Tahu	1 ptg	35 gr
		Bawang sapi	2 ptg	40 gr
		kangkung, kg psg.	3 sdt srg	25 gr
semingan pagi (09:00)	kue lumpur		1 ptg	100 gr
siang (12:00 - 13:00)	Nasi putih Ayam cincang Tempe sop wortel	Beras giling	1 ctg	50 gr
		Ayam rasmi	2 ptg	35 gr
		tempe kedelai	1 ptg	30 gr
		wortel	2 sdt srg	60 gr
semingan sore (15:00)	lemangsa		1 ptg	100 gr
malam (18:00 - 19:00)	Nasi Telur orak-arik Bawang bayam Tempe tomat Piang Ambon	Beras giling	1 ctg	50 gr
		Telur ayam	1 btr	60 gr
		bayam	4 sdm	40 gr
		Tempe	1 ptg	25 gr
			1 bh	100 gr

kelebihan :
 - mual
 - pusing
 - kelainan BAB 1 mg.