



**PENGARUH PEMBERIAN EDUKASI DIET DENGAN MEDIA  
BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN DIET  
PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI RSUD HANAU  
KABUPATEN SERUYAN**

**SKRIPSI**

**OLEH:  
WURI RAHMANINGTYAS  
NIM. PO.62.31.3.22.412**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PALANGKA RAYA  
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA  
2023**



**PENGARUH PEMBERIAN EDUKASI DIET DENGAN MEDIA  
BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN DIET  
PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI RSUD HANAU  
KABUPATEN SERUYAN**

**SKRIPSI**

**OLEH:  
WURI RAHMANINGTYAS  
NIM. PO.62.31.3.22.412**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PALANGKA RAYA  
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA  
2023**

**HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**PENGARUH PEMBERIAN EDUKASI DIET DENGAN MEDIA  
BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN DIET  
PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI RSUD HANAU  
KABUPATEN SERUYAN**

OLEH:

**WURI RAHMANINGTYAS  
NIM. PO.62.31.3.22.412**

Skripsi ini telah memenuhi persyaratan dan disetujui untuk diuji:

Hari/Tanggal : Kamis/ 25 Mei 2023

Waktu : 13.45 Wib

Tempat :

(Kampus B Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Palangka Raya)

Pembimbing I



**Fretika Utami Dewi, SGz. M.Pd**  
NIP. 19780218 200012 2 004

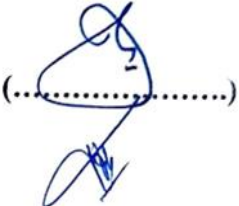

Pembimbing II



**Retno Ayu H, S.Gz. MNutr&Diet**  
NIP. 19861107 201012 2 002

## HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI

**Skripsi ini Telah diuji  
Tanggal : 25 Mei 2023**

	<b>Tim Penguji</b>	<b>Tanda Tangan</b>
<b>Ketua</b>	<b>: Noor Jannah , S. Tr. Gz</b> NIP. 19800806 200501 2 017	 (.....)
<b>Anggota</b>	<b>: Fretika Utami Dewi, SGz. M.Pd</b> NIP. 19780218 200012 2 004	(.....)
	<b>: Retno Ayu H, S.Gz. MNutr&amp;Diet</b> NIP. 19861107 201012 2 002	 (.....)



**HALAMAN PENGESAHAN**

**PENGARUH PEMBERIAN EDUKASI DIET DENGAN MEDIA  
BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN DIET  
PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI RSUD HANAU  
KABUPATEN SERUYAN**

**Telah disahkan tanggal : 31 Mei 2023**

**Mengesahkan**

**Pembimbing I**

  
**Fretika Utami Dewi, SGz. M.Pd**  
NIP. 19780218 200012 2 004

**Pembimbing II**

  
**Retno Ayu H, S.Gz..MNutr&Diet**  
NIP. 19861107 201012 2 002

  
**Direktur**  
**Mars Khendra Kusfriyadi, STP, MPH**  
NIP. 19750310 199703 1 004

## KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Puji dan syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika ini dengan judul **“PENGARUH PEMBERIAN EDUKASI DIET DENGAN MEDIA BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN DIET PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI RSUD HANAU KABUPATEN SERUYAN”**. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Gizi pada Program Studi Sarjana Terapan Gizi Poltekkes Kemenkes Palangka Raya.

Penulis sepenuhnya menyadari bahawa skripsi ini bisa terselesaikan tidak bisa terlepas dari bimbingan, pengarahan dan bantuan serta nasehat dari berbagai pihak selama penyusunan skripsi ini. Pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati penulis haturkan rasa terima kasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Bapak Mars Khendra Kusfriyadi, STP, MPH selaku Direktur Poltekkes  
Kemenkes Palangka Raya
2. Ibu Nila Susanti, SKM., MPH selaku Ketua Jurusan Gizi
3. Bapak Sugiyanto, S.Gz,M.Pd selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan  
Dietetika

4. Ibu Fretika Utami Dewi, SGz. M.Pd selaku pembimbing I dan ibu Retno Ayu H, S.Gz. MNutr&Diet selaku pembimbing II dengan penuh perhatian dan kesabaran telah meluangkan waktu untuk memberikan petunjuk, arahan dan nasehat dalam menyelesaikan penelitian dan penulisan skripsi ini.
5. Ibu Noor Jannah, S. Tr. Gz selaku penguji yang telah memberikan kritik dan saran dalam penyusunan skripsi ini.
6. Kepada Kedua Orang tua saya, kepada kakak dan ponakan tersayang terima kasih banyak yang tidak terhingga atas semua dukungan serta semangat untuk penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini, terima kasih atas segala bantuan baik moril maupun materiil yang telah semua berikan kepada penulis. Terima kasih banyak
7. Kepada suami tercinta (Nor Rahman) terimakasih atas bantuannya selama ini sudah sangat banyak membantu mamah terimakasih pah, dan anakku (M. Nafis Alimur rahman) tercinta, terima kasih atas segala dukungan dan pengertiannya selama mamah (penulis) kuliah hingga menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
8. Teman-teman Sarjana Terapan Gizi AJ Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Palangka Raya yang telah saling menyemangati dan berjuang bersama-sama. Semoga Allah SWT membalas dan melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada kita semua.

9. Terimakasih penulis juga haturkan untuk semua pihak yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa tidak ada yang sempurna, begitu juga dalam penulisan skripsi ini penulis masih melakukan banyak kesalahan dan kekurangan dalam penyusunan skripsi. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan juga saran yang sifatnya membangun untuk karya yang lebih baik lagi kedepannya. Harapannya, skripsi ini akan memberikan manfaat bagi para pembaca dan dapat dijadikan referensi demi pengembangan ke arah yang lebih baik. Kebenaran datangnya dari Allah dan kesalahan datangnya dari diri penulis. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan Rahmat dan Ridho-Nya kepada kita semua.

Akhir kata penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat kepada semua pihak yang membacanya. Amin

Palangka Raya , Mei 2023

Hormat Saya

Wuri Rahmaningtyas

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI.....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xvi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
1. Tujuan umum.....	5
2. Tujuan khusus .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	6
1. Manfaat Teoritis.....	6
2. Manfaat Praktis .....	7
<b>BAB II LANDASAN TEORI .....</b>	<b>8</b>
A. Diabetes Melitus .....	8
1. Pengertian Diabetes Melitus (DM).....	8
2. Klasifikasi DM.....	9
3. Patofisiologi (DM).....	11
4. Diagnosis DM.....	13
5. Tanda dan Gejala DM.....	14
6. Penatalaksanaan Diet Diabetes Melitus .....	15
B. Edukasi Kesehatan .....	23
1. Pengertian .....	23
2. Tujuan Pendidikan Kesehatan .....	24

3.	Faktor yang mempengaruhi pendidikan kesehatan.....	25
4.	Metode pendidikan kesehatan.....	26
5.	Media atau Alat Peraga Pendidikan Kesehatan .....	27
C.	Pengetahuan .....	29
1)	Pengertian .....	29
2)	Tingkat Pengetahuan.....	30
3)	Faktor yang mempengaruhi pengetahuan .....	31
4)	Kriteria Pengetahuan.....	32
D.	Kepatuhan Diet .....	33
1)	Pengertian .....	33
2)	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan.....	34
E.	Kerangka Konsep.....	39
F.	Hipotesis .....	39
G.	Variabel Penelitian.....	40
H.	Definisi Operasional .....	40
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>		<b>44</b>
A.	Ruang Lingkup.....	44
B.	Rancangan Penelitian.....	44
C.	Populasi dan Sampel .....	45
1.	Populasi.....	45
2.	Sampel .....	45
D.	Jenis dan Cara Pengumpulan data.....	47
1.	Jenis Data.....	47
2.	Cara Pengumpulan Data .....	47
E.	Pengolahan dan Analisis Data .....	49
1.	Pengolahan Data .....	49
2.	Analisis Data.....	50
F.	Prosedur Penelitian .....	52
G.	Etika Penelitian .....	56
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>		<b>57</b>
A.	Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	57

B. Analisis Univariat .....	58
C. Analisis Bivariat.....	66
D. Keterbatasan Penelitian.....	69
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>70</b>
A. Kesimpulan .....	70
B. Saran .....	71
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>72</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>78</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 2. 1</b> Penelitian Pendukung .....	37
<b>Tabel 2. 2</b> Definisi Operasional.....	40
<b>Tabel 3. 1</b> Hasil Uji Validitas Kuesioner Pengetahuan .....	53
<b>Tabel 3. 2</b> Hasil Uji Realibilitas Kuesioner Pengetahuan .....	54
<b>Tabel 4. 1</b> Karakteristik Pasien .....	59
<b>Tabel 4. 2</b> Distribusi Pasien Berdasarkan Pengetahuan Diet DM Skor Pre-Test dan Post Test Pasien Rawat Inap DM Tipe 2 RSUD Hanau Kabupaten Seruyan.....	63
<b>Tabel 4. 3</b> Distribusi Pasien Berdasarkan Kepatuhan Diet Sebelum Edukasi Diet Dengan Media Booklet Pasien Rawat Inap DM Tipe 2 RSUD Hanau Kabupaten Seruyan. ....	65
<b>Tabel 4. 4</b> Hasil Analisis Edukasi Diet Dengan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Menggunakan Uji T-Dependen Pada Pasien DM Tipe II di RSUD Hanau.....	66
<b>Tabel 4. 5</b> Hasil Uji Mc Nemar Kepatuhan Diet Sebelum dan Sesudah Pemberian Edukasi Diet dengan Media Booklet.....	67



## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 2. 1 Kerangka Konsep .....</b>	<b>39</b>
<b>Gambar 3. 1 Desain Penelitian.....</b>	<b>45</b>

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Lembar Persetujuan Pasien
- Lampiran 2. Formulir Identitas Pasien
- Lampiran 3. Kuesioner Pengetahuan Diet 3J
- Lampiran 4. Formulir Recall Makan Pasien
- Lampiran 5. Formulir Food Weighing
- Lampiran 6. Hasil Penelitian Pengetahuan Diet 3J
- Lampiran 7. Hasil Penelitian Kepatuhan Diet 3 J
- Lampiran 8. Hasil *Recall* 1x24 Jam
- Lampiran 9. Susunan Menu Sehari
- Lampiran 10. Hasil *Food Weighing*
- Lampiran 11. Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 12. Dokumentasi *Food Weighing*
- Lampiran 13. Booklet
- Lampiran 14. Uji Validitas
- Lampiran 15. Karakteristik Pasien
- Lampiran 16. Uji Normalitas
- Lampiran 17. Uji *T-dependen* Untuk pengetahuan
- Lampiran 18. Uji *Mc Nemar* Untuk Kepatuhan
- Lampiran 19. Surat Ijin Mengadakan Penelitian
- Lampiran 20. Persetujuan Etik Penelitian

Lampiran 21. Persetujuan Etik Dari RSUD Hanau

Lampiran 22. Surat Keterangan Penelitian

Lampiran 23. Riwayat Hidup

## ABSTRAK

**Latar Belakang:** Pemahaman dan ketidakpatuhan pasien dalam perencanaan makan merupakan salah satu kendala dalam pengobatan DM tipe II, sehingga di perlukan media dengan menggunakan edukasi dan pemberian *booklet*. Pemberian edukasi dapat meningkatkan perilaku patuh pada pasien DM tipe 2.

**Tujuannya:** Diketahui pengaruh pemberian edukasi diet dengan media *Booklet* terhadap pengetahuan dan kepatuhan diet pada pasien DM tipe 2 di RSUD Hanau Kabupaten Seruyan.

**Metode Penelitian:** Rancangan digunakan adalah *Quasy Experiment* menggunakan rancangan *one group pre dan post test design*. Teknik pengambilan sampel adalah *purposive sampling* dengan mempertimbangkan kriteria inklusi dan eksklusi. Data pengetahuan diperoleh melalui kuesioner pengetahuan diet, data kepatuhan diet diperoleh sebelum *Food Recall* 1x24 jam dan sesudah *Food weighing* 1x24 jam. Sampel yang digunakan terdapat 7 orang penderita DM .Uji statistik menggunakan uji *t-dependen* dan uji *Mc Nemar*.

**Hasil:** Penelitian pengetahuan menunjukkan 66,7% pasien tidak patuh sebelum diberikan edukasi dan meningkat 93,3% setelah diberikan edukasi menggunakan *Booklet*, hasil kepatuhan menunjukkan sebelum diberikan edukasi 100% tidak patuh setelah diberikan edukasi pasien patuh 71,5%. Hasil uji statistik pengetahuan diperoleh nilai *p-value* 0,002 yang berarti *p-value* 0,05 ada pengaruh terhadap pengetahuan pasien DM Tipe 2. Dan hasil uji *Mc Nemar* nilai *p-value* 0,063  $\alpha$  0, 05 bahwa tidak ada pengaruh pemberian edukasi diet dengan *booklet* terhadap kepatuhan pasien DM Tipe 2 di RSUD Hanau.

**Kesimpulan:** Ada pengaruh pemberian edukasi diet dengan media *booklet* terhadap pengetahuan pada pasien DM Tipe 2, dan Tidak ada pengaruh pemberian edukasi diet dengan media *booklet* terhadap kepatuhan diet pada pasien DM Tipe 2 di RSUD Hanau Kabupaten Seruyan.

90 hlm;2023: 9 tabel;2 gambar

Daftar Pustaka: 45 buah (2013-2022)

Kata Kunci: DM, edukasi, pengetahuan, kepatuhan, *booklet*

## ABSTRAC

Background: patients understanding and disobedience on food planning is one of the obstacles treatments of DM type II, so using of education and booklet administration is needed as a media. Educational administration can improve patients' obedient behavior in DM type 2.

The Aim: it has known the effect of diet education using media of dietary Booklet to knowledge and patients' compliance of DM type 2 at RSUD Hanau, Seruyan Regency.

Research Method: The research design was used Quasy Experiment using a one group pre design and post test design. The sampling technique is purposive sampling by considering a characteristic of the existing population. the sample was used 7 people patient of DM that consisting of 5 female patients and 2 male patients. Statistics test using the Wilcoxon signed Ranks test and the Mc Nemar test

Results: Research on knowledge showed that 66.7% of patients were disobedient before being given education and increased by 93.3% after being given education using booklets. The results of the knowledge statistical test obtained a p-value of 0.002, which means that a p-value of 0.05 has an effect on the knowledge of Type 2 DM patients. And the results of the Mc Nemar test have a p-value of 0.063  $\alpha$  0.05 that there is no effect of providing diet education with booklets on adherence of Type 2 DM patients at Hanau Hospital

Conclusion: There is an influence on diet education with booklet to the patients' knowledge of DM Type 2, and There is no effect of diet education with a booklet on the dietary compliace to the patients of DM Type 2 at RSUD Hanau Seruyan Regency.

90 pp;2023: 9 tables;2 pictures

Bibliography: 45 pieces (2013-2022)

Keywords:DM, education, knowledge, compliance, booklet

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Diabetes Melitus (DM) merupakan sekelompok gangguan metabolisme yang ditandai oleh hiperglikemia yang berhubungan dengan kelainan metabolisme karbohidrat, lemak, protein dan komplikasi kronis sebagai akibat insufisiensi fungsi insulin. Insufisiensi insulin dapat disebabkan oleh gangguan atau defisiensi produk insulin oleh sel  $\beta$  pankreas atau disebabkan oleh kurangnya responsifnya sel-sel tubuh terhadap insulin (WHO, 2016).

Menurut WHO tahun 2016 jumlah penderita DM di dunia telah meningkat secara pesat antara tahun 1980 dan 2014, meningkat dari 108 juta menjadi 422 juta atau sekitar empat kali lipat. Berdasarkan estimasi jumlah penderita DM di sepuluh besar negara dengan penderita diabetes terbanyak tahun 2000 dan tahun 2030 Indonesia berada pada peringkat ke empat dunia dengan jumlah penderita diabetes 8,4 juta penduduk kemudian pada tahun 2030 diperkirakan mencapai 21,3 juta penduduk (WHO, 2016). Sedangkan di Indonesia hasil dari Riskesdas 2018 trend penyakit tidak menular (PTM) salah satunya adalah DM. Penderita DM mengalami kenaikan dibandingkan hasil Riskesdas tahun 2013. Hal ini terbukti pada persentase prevalensi DM berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk dengan umur lebih dari 15 tahun menurut persentase rata-rata se-Indonesia tahun 2013 sebesar 1,5% kemudian

di tahun 2018 sebesar 2,0% (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan data dari Riskesdas tahun 2018 Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Tengah pada tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi penderita DM berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk umur  $\geq 15$  tahun mengalami peningkatan dari tahun 2013 – 2018 yang berada di peringkat ke 24 dari 34 provinsi. Di Kabupaten Seruyan terjadi peningkatan yaitu 1,58% di bandingkan dengan Riskesdas tahun 2013 yaitu 1,2% (Riskesdas, 2018)

Jumlah penderita DM di RSUD Hanau Kabupaten Seruyan berdasarkan data rekam medik pada tahun 2021 DM termasuk penyakit terbanyak ke 5 dari 10 penyakit pada jumlah pasien DM yang menjalani rawat inap sampai bulan Desember 2021 adalah sebanyak 91 orang yang terdiri dari 51 orang pasien perempuan dan 40 orang pasien laki-laki (Rekamedik Ranap RSUD Hanau, 2021). Angka-angka diatas menunjukkan adanya peningkatan jumlah pasien DM yang akan menambah masalah kesehatan sehingga sangat di perlukan untuk pengendalian.

Keberhasilan dalam melaksanakan pengendalian DM dapat dilihat dari kepatuhan penderita dalam melaksanakan empat pilar pengendalian. Kepatuhan penderita DM merupakan perilaku seseorang dalam merawat dirinya sendiri sehingga dapat mencapai kontrol metabolik dan menghindari komplikasi jangka panjang dengan cara melakukan pemantauan glukosa, melakukan diet, pengobatan, melakukan aktivitas fisik, dan pemeriksaan secara berkala dan kepatuhan diet merupakan salah satu kunci dari keberhasilan dalam

penatalaksanaan penyakit DM (Perkeni, 2021).

Menurut (PERKENI) tahun 2015 menegaskan salah satu penatalaksanaan DM yaitu memberikan edukasi kepada pasien dan keluarga sebagai bagian penting secara menyeluruh dalam pengelolaan penyakit DM (Perkeni, 2015). Menurut (Thomas et al, 2012) dalam Oktorina (2019) Salah satu tujuan dari edukasi adalah untuk meningkatkan pengetahuan yang akan menyebabkan terjadinya perubahan sikap dan gaya hidup sehingga meningkatkan kepatuhan yang mempengaruhi kualitas hidup.

Adapun masalah yang terjadi di RSUD Hanau antara lain kurangnya pemahaman dan ketidakpatuhan pasien dalam perencanaan makan merupakan salah satu kendala dalam pengobatan DM tipe II di RSUD Hanau, sehingga di perlukan satu media dengan metode *booklet* dapat dipelajari setiap saat karena berbentuk buku dan dapat menyebarkan informasi dalam bentuk tulisan dan gambar, sehingga terlihat lebih menarik dan sangat sesuai digunakan sebagai media edukasi bagi pasien DM tipe II.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Handayani (2016) menyatakan bahwa terdapat perbedaan kepatuhan diet sebelum dan sesudah edukasi. Sedangkan hasil penelitian Rahayu (2020) menyatakan bahwa edukasi gizi pada pasien DM dapat meningkatkan pengetahuan dari kurang menjadi cukup dan meningkatkan perubahan sikap dari negatif menjadi positif.

Proses penyampaian informasi dalam melakukan edukasi membutuhkan media. Secara harfiah media berarti perantara atau pengantar pesan dengan



penerima pesan (Kholid, 2014). Menurut Notoatmodjo (2014), media pendidikan kesehatan adalah media yang digunakan oleh petugas dalam menyampaikan bahan, materi atau pesan kesehatan karena alat-alat tersebut merupakan saluran (*channel*) yang digunakan untuk mempermudah penerimaan pesan-pesan kesehatan bagi masyarakat atau klien. Berdasarkan pendapat para ahli, Kholid (2014) menyimpulkan bahwa media pembelajaran adalah segala sesuatu yang dapat menyampaikan pesan, dapat merangsang pikiran, perasaan dan kemauan audience sehingga dapat mendorong untuk terciptanya proses belajar pada diri *audience*.

Pengelolaan perawatan mandiri (*self-care*) dan dukungan psikologis merupakan dasar untuk pencapaian tujuan pengobatan diabetes melalui perawatan kolaboratif untuk pemantauan yang efektif (ADA, 2020). Pemberian informasi melalui edukasi dan menggunakan *booklet* dapat meningkatkan perilaku patuh pasien DM tipe 2 (Presetiawati *et al.* 2017).

Pendekatan multimedia selama proses belajar dapat membantu pasien untuk menguasai informasi dengan lebih efektif, salah satu contohnya menggunakan *booklet*. *Booklet* dapat dipelajari setiap saat karena berbentuk buku dan dapat menyebarkan informasi dalam bentuk tulisan dan gambar, sehingga terlihat lebih menarik dan sangat sesuai digunakan sebagai media edukasi bagi pasien DM tipe 2 Sagala (2017). Edukasi gizi menggunakan media *booklet* sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan gizi pasien diabetes melitus dibandingkan dengan leaflet (Rahayu, 2020).

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh pemberian edukasi diet dengan media *booklet* terhadap pengetahuan dan kepatuhan diet pada pasien DM tipe 2 yang menjalani rawat inap di RSUD Hanau Kabupaten Seruyan.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh pemberian edukasi diet dengan media *booklet* terhadap pengetahuan dan kepatuhan diet pada pasien DM tipe 2 yang menjalani rawat inap di RSUD Hanau Kabupaten Seruyan?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan umum**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah mengetahui pengaruh pemberian edukasi diet dengan media *Booklet* terhadap pengetahuan dan kepatuhan diet pada pasien Diabetes Melitus tipe 2 yang menjalani rawat inap di RSUD Hanau Kabupaten Seruyan.

### **2. Tujuan khusus**

- a. Mengidentifikasi karakteristik pasien yang meliputi umur, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan, berat badan, tinggi badan, riwayat keluarga dan obat yang diresepkan untuk pasien DM untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi diet dengan media *booklet* terhadap

pengetahuan dan kepatuhan diet pada pasien DM tipe 2 yang menjalani rawat inap di RSUD Hanau Kabupaten Seruyan.

- b. Mengidentifikasi pengetahuan diet pre dan post dilakukan menggunakan media *booklet* pada pasien DM untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi diet dengan media *booklet* terhadap pengetahuan dan kepatuhan diet pada pasien DM tipe 2 yang menjalani rawat inap di RSUD Hanau Kabupaten Seruyan.
- c. Mengidentifikasi kepatuhan diet pre dan post dilakukan menggunakan media *booklet* pada pasien DM untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi diet dengan media *booklet* terhadap pengetahuan dan kepatuhan diet pada pasien DM tipe 2 yang menjalani rawat inap di RSUD Hanau Kabupaten Seruyan.
- d. Menganalisis pengaruh edukasi diet dengan media *booklet* terhadap pengetahuan dan kepatuhan diet pada pasien DM tipe 2 yang menjalani rawat inap di RSUD Hanau Kabupaten Seruyan.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk perkembangan ilmu pengetahuan mengenai media *booklet* yang digunakan untuk melakukan edukasi gizi pada pasien DM tipe 2.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Rumah Sakit

Bagi institusi khususnya RSUD Hanau Sebagai bahan referensi untuk mengembangkan media edukasi gizi dengan menggunakan *booklet* pada pasien DM.

### b. Bagi Masyarakat

Memberikan tambahan pengetahuan terkait upaya terapi diet untuk mengatasi DM dan mengupayakan kondisi kesehatan yang lebih baik.

### c. Bagi peneliti

Sebagai suatu pengalaman untuk melatih dan mengembangkan kemampuan dalam bidang penelitian, serta dapat menambah wawasan dan pengetahuan penulis tentang edukasi dengan pemberian media *booklet* untuk meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan diet pasien DM.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Diabetes Melitus**

##### **1. Pengertian Diabetes Melitus (DM)**

Penyakit diabetes mellitus atau dikenal juga dimasyarakat sebagai penyakit kencing manis atau penyakit gula darah adalah golongan penyakit kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar gula dalam darah sebagai akibat adanya gangguan system metabolisme dalam tubuh, dimana organ pankreas tidak mampu memproduksi hormon insulin sesuai kebutuhan tubuh (Haryono, 2013).

Mengutip dari Hasdianah (2012), secara terminologi ‘diabetes’ artinya mengalir terus, sedangkan ‘melitus’ berarti madu manis. Istilah ini menunjukkan keadaan tubuh penderita, yaitu adanya cairan manis yang mengalir terus. Penyakit DM atau yang sering dikenal dengan penyakit kencing manis merupakan suatu kelompok penyakit metabolik yang ditandai dengan terjadinya hiperglikemia akibat kelainan sekresi insulin dan kerja insulin. Dikutip dari Kemenkes RI (2014) DM merupakan salah satu penyakit berbahaya yang dikenal oleh masyarakat Indonesia dengan nama penyakit kencing manis. DM adalah penyakit gangguan metabolik yang terjadi secara kronis atau menahun karena tubuh tidak mempunyai hormon insulin yang cukup akibat gangguan pada

sekresi insulin, hormon insulin yang tidak bekerja sebagaimana mestinya atau keduanya. Dan seperti yang di utarakan oleh WHO (2016), DM adalah kondisi kronis yang terjadi ketika ada peningkatan kadar glukosa darah karena tubuh tidak dapat menghasilkan cukup hormon insulin atau menggunakan insulin secara efektif.

## 2. Klasifikasi DM

Sebagian besar pasien diabetes diklasifikasikan pada jenisnya, berikut menurut Tandra (2018), yaitu:

### a. DM tipe 1

DM tipe 1 atau disebut juga sebagai *Insulin Dependent Diabetes Mellitus* (IDDM) merupakan keadaan dimana penderita DM sangat bergantung pada insulin. Pada DM tipe 1 pankreas tidak dapat memproduksi insulin atau insulin yang diproduksi kurang, hal tersebut mengakibatkan penderita memerlukan suntikan insulin dari luar. DM tipe 1 merupakan penyakit autoimun, yaitu penyakit yang disebabkan oleh gangguan sistem imun atau kekebalan tubuh pasien sehingga mengakibatkan rusaknya sel-sel dalam pankreas yang merupakan tempat memproduksi insulin. Terapi untuk penderita DM tipe 1 adalah dengan menyuntikkan insulin ke dalam tubuh, dibantu dengan olah raga dan diet yang baik. Jika pasien dengan DM tipe 1 tidak mendapatkan suntikan insulin secara teratur maka pasien akan

drop karena tubuh dalam kondisi kadar gula yang terlalu tinggi (Wahyuningsih, 2013).

b. DM Tipe 2

DM tipe 2 adalah kondisi dimana pankreas masih bisa memproduksi insulin, tetapi kualitas insulinnya buruk, tidak dapat berfungsi dengan baik sebagai kunci untuk memasukkan gula ke dalam sel. Akibatnya, gula dalam darah meningkat. Kemungkinan lain timbulnya diabetes adalah sel-sel jaringan tubuh dan otot tidak peka atau resisten terhadap insulin (resistensi insulin). Resistensi ini menyebabkan kualitas insulin yang dihasilkan pankreas buruk sehingga pada akhirnya gula tertimbun dalam peredaran darah, sehingga gula tidak dapat masuk ke dalam sel dan akhirnya tertimbun dalam peredaran darah. Inilah yang umumnya terjadi pada mereka yang gemuk atau mengalami obesitas. Sekitar 90-95% penderita diabetes adalah diabetes tipe 2. Penyakit ini bisa dicegah dengan upaya preventif, yaitu mengendalikan faktor-faktor risiko penyebab DM (Tandra, 2018).

c. DM Gestasional atau DM Pada Kehamilan

DM pada kehamilan yang lebih dikenal dengan nama DM Gestasional diartikan sebagai DM yang muncul hanya pada saat hamil atau ibu hamil dengan kondisi kadar gula darah yang tinggi. Ibu hamil dengan kondisi ini berisiko untuk mengidap penyakit DM tipe 2 di

kemudian hari (Tandra, 2018).

d. Diabetes tertentu

DM tipe lain atau diabetes sekunder adalah diabetes sebagai akibat dari penyakit lain. Diabetes sekunder muncul setelah adanya suatu penyakit yang mengganggu produksi insulin atau memengaruhi kerja insulin. Faktor risiko timbulnya DM adalah hal-hal yang bisa menimbulkan risiko terjadinya DM, antara lain keturunan, ras, obesitas, dan sindrom metabolik (Tandra, 2018).

### 3. Patofisiologi (DM)

a. Patofisiologi diabetes tipe 1

Pada DM tipe 1, sistem imunitas menyerang dan menghancurkan sel yang memproduksi insulin beta pankreas. Kondisi tersebut merupakan penyakit autoimun yang ditandai dengan ditemukannya anti insulin atau antibodi sel anti islet dalam darah WHO (2016). *National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases* (NIDDK) tahun 2014 menyatakan bahwa autoimun menyebabkan infiltrasi limfositik dan kehancuran islet pankreas. Kehancuran memakan waktu tetapi timbulnya penyakit ini cepat dan dapat terjadi selama beberapa hari. Akhirnya, insulin yang dibutuhkan tubuh tidak dapat terpenuhi karena adanya kekurangan sel beta pankreas yang berfungsi memproduksi insulin. Oleh karena itu,



diabetes tipe 1 membutuhkan terapi insulin, dan tidak akan merespon insulin yang menggunakan obat oral

b. Patofisiologi diabetes tipe II

Kondisi ini disebabkan oleh kekurangan insulin namun tidak mutlak. Ini berarti bahwa tubuh tidak mampu memproduksi insulin yang cukup untuk memenuhi kebutuhan yang ditandai dengan kurangnya sel beta atau defisiensi insulin resistensi insulin perifer (ADA, 2017). Resistensi insulin perifer berarti terjadi kerusakan pada reseptor-reseptor insulin sehingga menyebabkan insulin menjadi kurang efektif mengantar pesan-pesan biokimia menuju sel-sel (CDA, 2013). Dalam kebanyakan kasus diabetes tipe 2 ini, ketika obat oral gagal untuk merangsang pelepasan insulin yang memadai, maka pemberian obat melalui suntikan dapat menjadi alternatif

c. Patofisiologi Diabetes Gestasional

Gestational diabetes terjadi ketika ada hormon antagonis insulin yang berlebihan saat kehamilan. Hal ini menyebabkan keadaan resistensi insulin dan glukosa tinggi pada ibu yang terkait dengan kemungkinan adanya reseptor insulin yang rusak *National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases* (NIDDK, 2014)

#### 4. Diagnosis DM

Diagnosis dini pada penyakit DM sangat menentukan bagi seorang penderita penyakit ini. Dengan melakukan diagnosis dini maka perkembangan penyakit DM bagi penyandang dapat dicegah sehingga tidak berisiko komplikasi. Menurut World Health Organization (WHO) Tahun 2016 seseorang yang menderita penyakit DM tetapi tidak terdiagnosis dengan cepat mempunyai risiko yang lebih besar menderita komplikasi dan kesehatan yang memburuk. Diagnosis DM dapat ditegakkan berdasarkan pemeriksaan glukosa darah yang dapat dilakukan dengan berbagai macam pemeriksaan laboratorium seperti pemeriksaan glukosa darah dan HbA1c. Pemeriksaan glukosa darah yang dianjurkan untuk mengetahui kadar glukosa darah adalah metode enzimatik dengan bahan plasma darah vena (Perkeni, 2021).

Berikut adalah kriteria diagnosis DM menurut Perkeni (2021) yaitu:

- a. Pemeriksaan glukosa plasma puasa  $\geq 126$  mg/dL.
- b. Pemeriksaan glukosa plasma  $\geq 200$  mg/dL 2-jam setelah Tes Toleransi Glukosa Oral (TTGO) dengan beban glukosa 75 gram.
- c. Pemeriksaan glukosa plasma sewaktu  $\geq 200$  mg/dL dengan keluhan klasik atau krisis hiperglikemia.
- d. Pemeriksaan HbA1c  $\geq 6,5\%$  dengan menggunakan metode yang terstandarisasi oleh National Glycohaemoglobin Standardization

Program (NGSP). Catatan untuk diagnosis berdasarkan HbA1c, tidak semua laboratorium di Indonesia memenuhi standar NGSP, sehingga harus hati-hati dalam membuat interpretasi.

Kadar glukosa darah yang tidak memenuhi kriteria normal dan tidak juga memenuhi kriteria diagnosis DM dikategorikan sebagai kategori pradiabetes. Kriteria prediabetes menurut Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (Perkeni) Tahun 2021 adalah Glukosa Darah Puasa Terganggu (GDPT), Toleransi Glukosa Terganggu (TGT) dan hasil pemeriksaan HbA1c yang menunjukkan angka 5,7-6,4 % berdasarkan standar NGSP.

Pemeriksaan penyaring perlu dilakukan pada seseorang yang mungkin menderita DM tetapi tidak menunjukkan gejala dan keluhan. Pemeriksaan penyaring dilakukan untuk mendiagnosis DM tipe 2 dan prediabetes. Pemeriksaan penyaring ini dilakukan pada kelompok dengan resiko menderita DM yang tinggi yaitu kelompok dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) yang besar, kelompok dengan faktor risiko DM tinggi dan kelompok usia >45 tahun (Perkeni, 2021).

## **5. Tanda dan Gejala DM**

Diabetes seringkali muncul tanpa gejala. Namun ada beberapa gejala yang harus diwaspadai sebagai isyarat kemungkinan diabetes. Menurut *International Diabetic Federation* (IDF), gejala klinis pada DM

tipe 2 identik dengan DM tipe 1, khususnya rasa haus yang meningkat, sering buang air kecil, kelelahan, penyembuhan luka lambat, infeksi berulang, dan kesemutan atau mati rasa di tangan dan kaki. Namun, timbulnya gejala pada DM tipe 2 lebih lambat dan tidak disertai dengan gangguan metabolisme akut yang terlihat pada DM tipe 1 (IDF, 2019)

Berbagai keluhan juga dapat ditemukan pada penyandang DM. Kecurigaan adanya DM perlu dipikirkan apabila terdapat keluhan seperti berikut ini (Perkeni, 2021) :

- a. Keluhan klasik DM: Poliuria, polidipsia, polifagia, dan penurunan berat badan yang tidak dapat dijelaskan sebabnya.
- b. Keluhan lain: lemah badan, kesemutan, gatal, mata kabur, dan disfungsi ereksi pada pria, serta pruritus vulva pada wanita

## **6. Penatalaksanaan Diet Diabetes Melitus**

Tujuan dari dilakukannya penatalaksanaan DM adalah untuk meningkatkan kualitas hidup penderita DM itu sendiri. Menurut Perkeni (2021), dalam melakukan penatalaksanaan dan pengelolaan DM difokuskan pada 4 (empat) pilar yaitu edukasi, terapi nutrisi medis, latihan jasmani dan terapi farmakologis. Keempat pilar pengelolaan tersebut dapat diterapkan pada semua jenis DM termasuk DM tipe 2.

a. Edukasi

Edukasi dengan tujuan promosi hidup sehat, perlu selalu dilakukan sebagai bagian dari upaya pencegahan dan merupakan bagian yang sangat penting dari pengelolaan DM secara holistik.

b. Terapi Nutrisi Medis

Terapi nutrisi medis (TNM) atau pengaturan makanan merupakan bagian penting dari pelaksanaan DM secara komprehensif. Prinsip pengaturan makan pada pasien DM hampir sama dengan anjuran makan untuk masyarakat umum, yaitu makanan yang seimbang dan sesuai dengan kebutuhan kalori dan zat gizi masing-masing individu. Pasien DM perlu diberikan penekanan mengenai pentingnya keteraturan jadwal, jenis dan jumlah kalori, terutama pada mereka yang menggunakan obat yang meningkatkan sekresi insulin atau terapi itu sendiri.

Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam pemberian diet 3J bagi penderita DM tipe 2 yaitu:

1) Jadwal

Makan makanan dengan porsi kecil dalam waktu tertentu membantu memperbaiki kadar glukosa darah. Makan makanan teratur misal setiap hari makan utama 3 kali dan makanan selingan atau snack 2-3 kali sehari, lebih memungkinkan kadar glukosa darah turun sebelum makan berikutnya. Porsi makanan yang

cukup besar akan mengakibatkan lebih banyak glukosa dalam tubuh sehingga tubuh mungkin akan tidak dapat memberikan cukup insulin yang efektif untuk menurunkan kadar glukosa darah. Untuk itu perlu adanya pengaturan jadwal makanan bagi penderita DM diatur dalam pemberian makan yang terdiri dari 3 kali makanan utama dan 3 kali selingan. Makanan utama dipagi hari yaitu pukul 08.00 WIB, makan siang pukul 13.00 WIB dan makan malam pukul 18.00 WIB. Makanan selingan pertama diberikan pukul 10.00 WIB, selingan kedua diberikan pukul 15.00 WIB, selingan ketiga jam 20.00 WIB. Ketepatan jadwal makan dibutuhkan sebagai pengendali untuk kestabilan kadar gula darah penderita DM (Supariasa, Nyoman, 2019).

## 2) Jenis

Pasien DM harus mengetahui dan memahami jenis makanan apa yang dianjurkan dan tidak dianjurkan. Makanan yang mengandung karbohidrat kompleks seperti nasi, roti, mie, kentang, singkong, ubi, sagu, dll termasuk bahan makanan yang dianjurkan. Sedangkan bahan makanan yang tidak dianjurkan yang mengandung karbohidrat sederhana seperti gula, madu, sirup, jeli, tarcis, dodol, kue-ke manis, buah yang diawetkan dengan gula, susu kental manis, es krim. Kemudian bahan makanan yang dianjurkan dari sumber protein yaitu daging rendah

lemak, ikan, ayam tanpa kulit, susu rendah lemak, keju rendah lemak, kacang-kacangan, tahu, tempe. Sedangkan bahan makanan yang tidak dianjurkan dari sumber protein yang tinggi kandungan kolesterol, seperti jeroan, otak. dan bahan makanan yang dianjurkan dari sumber lemak yaitu makanan diolah dengan cara dipanggang, dikukus, ditumis, disetup, direbus, dibakar. dan bahan makanan yang tidak dianjurkan dari sumber lemak yaitu yang mengandung lemak jenuh, dan lemak trans antara lain daging berlemak dan susu *full cream*. Kemudian untuk sumber bahan makanan dari sayur dan buah dianjurkan mengkonsumsi cukup banyak sayuran dan buah (ASDI, 2019).

### 3) Jumlah

Jumlah makanan yang diberikan disesuaikan dengan status gizi penderita DM, bukan berdasarkan tinggi rendahnya kadar gula darah. Perkeni (2021) juga menetapkan standar jumlah gizi pada diet DM. Dimana sudah ditetapkan proporsi ideal untuk zat makanan seperti karbohidrat yang dianjurkan sebesar 45 – 65% total asupan energi, dan asupan protein dibutuhkan sebesar 10-15% total asupan energi dan pada pasien dengan nefropati perlu penurunan asupan protein menjadi 0,8g/kg BB per hari atau 10% dari kebutuhan energi. Pasien DM yang sudah menjalani hemodialisis asupan protein menjadi 1-1,2 g/kg BB per hari, serta

asupan lemak dianjurkan sekitar 20-25% kebutuhan kalori, dan tidak diperkenankan melebihi 30% total asupan energi. Pasien DM dianjurkan mengonsumsi serat dari kacang-kacangan, buah dan sayuran yang disarankan 20-35 gram per hari.

Cara untuk menentukan jumlah kalori yang dibutuhkan pasien DM, antara lain dengan memperhitungkan kebutuhan kalori basal yang besarnya 25 – 30 kal/kgBB ideal. Jumlah kebutuhan tersebut ditambah atau dikurangi bergantung pada beberapa faktor yaitu: jenis kelamin, umur, aktivitas, berat badan dan lain-lain. Perhitungan kebutuhan energi pada pasien diabetes melitus menggunakan rumus:

$$\text{Energi} = (\text{BMR} + \text{Faktor aktivitas}) - \text{Faktor usia}$$

Faktor-faktor yang menentukan kebutuhan kalori antara lain:

a) Jenis Kelamin

Kebutuhan kalori basal perhari untuk perempuan sebesar 25 kal/kgBB sedangkan untuk pria sebesar 30 kal/kgBB.

b) Umur

Pasien usia diatas 40 tahun, kebutuhan kalori dikurang 5% untuk setiap dekade anatar 40 dan 59 tahun, pasien usia diantara 60 dan 69 tahun, dikurangi 10% serta pasien usia



diatas 70 tahun, dikurangi 20%.

c) Aktivitas Fisik atau Pekerjaan

(1) Kebutuhan kalori dapat ditambah sesuai dengan intensitas aktivitas fisik. Penambahan sejumlah 10% dari kebutuhan basal diberikan pada keadaan istirahat.

(2) Penambahan sejumlah 20% pada pasien dengan aktivitas ringan: pegawai kantor, guru, ibu rumah tangga.

(3) Penambahan sejumlah 30% pada aktivitas sedang: pegawai industri ringan, mahasiswa, militer yang sedang tidak perang.

(4) Penambahan sejumlah 40% pada aktivitas berat: petani, buruh, atlet, militer.

(5) Penambahan sejumlah 50% pada aktivitas sangat berat: tukang becak, tukang gali.

d) Stres Metabolik

Penambahan 10-30% tergantung dari beratnya stres metabolik (sepsis, operasi, trauma).

e) Berat Badan

(1) Pasien DM yang gemuk, kebutuhan kalori dikurangi sekitar 20-30% tergantung kepada tingkat kegemukan.

(2) Pasien DM kurus, kebutuhan kalori ditambah sekitar 20-30% sesuai dengan kebutuhan untuk meningkatkan BB.

(3) Jumlah kalori yang diberikan paling sedikit 1000-1200 kal perhari untuk wanita dan 1200-1600 kal perhari untuk pria. (Perkeni, 2021).

c. Latihan Fisik

Latihan fisik merupakan salah satu pilar dalam pengelolaan DMT2. Program latihan fisik secara teratur dilakukan 3-5 hari seminggu selama seikitar 30-45 menit, dengan total 150 menit per minggu. Jeda antar latihan tidak lebih dari 2 hari berturut-turut. Dianjurkan untuk melakukan pemeriksaan glukosa darah sebelum latihan fisik. Apabila kadar glukosa darah  $<100$  mg/dL, pasien harus mengkonsumsi karbohidrat terlebih dahulu dan bila  $>250$  mg/dL, dianjurkan untuk menunda latihan fisik (Perkeni, 2021).

d. Terapi Farmakologis

Terapi farmakologis terdiri dari obat oral dan bentuk suntikan.

1) Obat Antihiperqlikemia Oral

Berdasarkan cara kerjanya, obat antihiperqlikemia oral dibagi menjadi 5 golongan:

a) Pemacu Sekresi Insulin (Insulin Secretagogue)

➤ Sulfonilurea

Obat golongan ini mempunyai efek utama meningkatkan sekresi insulin oleh sel beta pankreas.

➤ Glinid

Golongan ini terdiri dari 2 macam obat yaitu Repaglinid (derivate asam benzoate) dan Nateglinid (derivate fenilalanin).

b) Peningkatan Sensitivitas terhadap Insulin (Insulin Sensitizers)

➤ Metformin

Metformin merupakan pilihan pertama pada sebagian besar kasus DM2. Dosis metformin diturunkan pada pasien dengan gangguan fungsi ginjal.

➤ Tiazolidinedion (TZD)

Golongan ini mempunyai efek menurunkan resistensi insulin dengan meningkatkan jumlah protein pengangkut glukosa, sehingga meningkatkan ambilan glukosa di jaringan perifer.

c) Penghambat Absorpsi Glukosa di saluran pencernaan

Contoh obat golongan ini adalah Acarbose.

d) Penghambat DPP-IV (Dipeptidyl Peptidase-IV)

Contoh obat golongan ini adalah Vildagliptin, Linagliptin, Sitagliptin, Saxagliptin dan Linagliptin

e) Penghambat SGLT-2 (Sodium Glucose Co-transporter 2)

Obat yang termasuk golongan ini antara lain: Canagliflozin, Empagliflozin, Dapagliflozin, Ipragliflozin.

## 2) Obat Antihiperqlikemia suntik

Termasuk anti hiperqlikemia suntuk, yaitu insulin, agonis GLP-1 dan kombinasi insulin dan agonis GLP-1. (Perkeni, 2021).

## **B. Edukasi Kesehatan**

### **1. Pengertian**

Pendidikan secara umum adalah segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain, baik individu, kelompok atau masyarakat, sehingga mereka melakukan apa yang di harapkan oleh pelaku pendidikan. Yang tersirat dalam pendidikan kesehatan adalah: input adalah sasaran pendidikan (individu, kelompok, dan masyarakat), pendidik adalah (pelaku pendidikan), proses adalah (upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain), output adalah (melakukan apa yang diharapkan atau perilaku) (Notoatmodjo, 2012).

Pendidikan kesehatan adalah aplikasi atau penerapan pendidikan dalam bidang kesehatan. Secara operasional pendidikan kesehatan adalah semua kegiatan untuk memberikan dan meningkatkan pengetahuan, sikap, praktek baik individu, kelompok atau masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan mereka sendiri (Notoatmodjo, 2012).

## 2. Tujuan Pendidikan Kesehatan

Tujuan dari pendidikan kesehatan adalah untuk mengubah perilaku masyarakat yang tidak sehat menjadi sehat sehingga kesadaran setiap individu akan pentingnya menjaga kesehatan semakin meningkat. Menurut Widodo (2014) secara khusus tujuan pendidikan kesehatan dapat dijabarkan sebagai berikut:

- a. Meningkatkan kemampuan masyarakat untuk memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan,
- b. Menjadikan kesehatan sebagai kebutuhan utama di masyarakat,
- c. Meningkatkan pengembangan dan penggunaan sarana dan prasarana kesehatan secara tepat,
- d. Meningkatkan tanggung jawab dan kesadaran masyarakat terhadap kesehatan,
- e. Memiliki daya tangkal atau pemberantasan terhadap penularan penyakit,
- f. Memiliki kemauan dan kemampuan masyarakat terkait dengan promotif (peningkatan kesehatan), preventif (pencegahan), kuratif dan rehabilitative (penyembuhan dan pemulihan).

Hal tersebut sesuai dengan Undang-undang Kesehatan No. 23 Tahun 1992 dan WHO (2014), tujuan pendidikan kesehatan adalah meningkatkan kemampuan masyarakat untuk memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan; baik secara fisik, mental maupun sosial

sehingga produktif secara ekonomi maupun sosial, pendidikan kesehatan di semua program kesehatan; baik pemberantasan penyakit menular, sanitasi lingkungan, gizi masyarakat, pelayanan kesehatan, maupun program kesehatan lainnya

### **3. Faktor yang mempengaruhi pendidikan kesehatan**

Perilaku seseorang dipengaruhi atau ditentukan oleh faktor-faktor dari dalam maupun dari luar. Menurut Notoatmodjo (2012) ada beberapa faktor yang mempengaruhi keberhasilan promosi kesehatan dalam melakukan pendidikan kesehatan diantaranya yaitu :

#### a) Faktor Pemudah (*Predisposing Factor*)

Faktor ini mencakup pengetahuan dan sikap masyarakat terhadap kesehatan, tradisi dan kepercayaan masyarakat terhadap hal-hal yang berkaitan dengan kesehatan, sistem nilai yang dianut masyarakat, tingkat pendidikan, tingkat sosial ekonomi, dan sebagainya

#### b) Faktor Pemungkin (*Enabling Factor*)

Faktor ini mencakup keberhasilan sarana dan prasarana atau fasilitas kesehatan bagi masyarakat misalnya air bersih, tempat pembuangan sampah, tempat pembuangan tinja, ketersediaan makanan yang bergizi dan sebagainya. Untuk berperilaku sehat, masyarakat memerlukan sarana dan prasarana pendukung.

c) Faktor Penguat (*Reinforcing Factor*)

Faktor ini meliputi faktor sikap dan perilaku tokoh masyarakat (toma), tokoh agama (toga), sikap dan perilaku para petugas termasuk petugas kesehatan. Termasuk juga disini undang-undang, peraturan-peraturan, baik dari pusat maupun pemerintah daerah, yang terkait dengan kesehatan. Untuk berperilaku sehat, masyarakat kadang-kadang bukan hanya perlu pengetahuan dan sikap positif dan dukungan fasilitas saja, melainkan diperlukan perilaku contoh (acuan) dari para tokoh masyarakat, tokoh agama, dan para petugas, lebih-lebih para petugas kesehatan.

#### 4. Metode pendidikan kesehatan

Menurut Notoadmodjo (2018), metode dapat diklasifikasikan menjadi tiga bagian, yaitu :

- a. Metode pendidikan kesehatan individual
- b. Metode pendidikan kesehatan kelompok

Sasaran kelompok dibedakan menjadi 3 yaitu :

- 1) Metode pendidikan kesehatan untuk kelompok kecil.
- 2) Metode pendidikan kesehatan untuk kelompok besar.
- 3) Metode dan teknik pendidikan kesehatan massa.

## 5. Media atau Alat Peraga Pendidikan Kesehatan

Menurut Notoatmodjo (2012), media pendidikan kesehatan adalah media yang digunakan oleh petugas dalam menyampaikan bahan, materi atau pesan kesehatan karena alat-alat tersebut merupakan saluran (*channel*) yang digunakan untuk mempermudah penerimaan pesan-pesan kesehatan bagi masyarakat atau klien. Berdasarkan fungsinya sebagai penyalur pesan-pesan kesehatan, media pendidikan ini dibagi menjadi tiga, yakni media cetak, media elektronik dan media papan yaitu:

### a. Media Cetak

#### 1) *Booklet*

*Booklet* adalah buku berukuran kecil (setengah kuarto) dan tipis, tidak lebih dari 30 lembar bolak balik yang berisi tentang tulisan dan gambar-gambar. Istilah *booklet* berasal dari buku dan leaflet artinya media *booklet* merupakan perpaduan antara leaflet dan buku dengan format (ukuran) yang kecil seperti leaflet. Struktur isi *booklet* menyerupai buku, hanya saja cara penyajian isinya jauh lebih singkat dari pada buku. *Booklet* merupakan media yang berbentuk buku kecil yang berisi tulisan atau gambar atau keduanya. *Booklet* memiliki beberapa kelebihan yaitu: Dapat dipelajari setiap saat, karena disain berbentuk buku, memuat informasi relatif lebih banyak dibandingkan dengan poster, awet, daya tampung lebih luas (Jatmikka *et al*, 2019)



## 2) *Leaflet*

Penyampaian pesan melalui lembar yang dilipat biasanya berisi gambar atau tulisan atau biasanya kedua-duanya.

## 3) *Flayer* (Selebaran) : seperti leaflet tetapi tidak berbentuk lipatan.

## 4) *Flip chart* (lembar balik): informasi kesehatan yang berbentuk lembar balik dan berbentuk buku. Biasanya berisi gambar dibaliknya berisi pesan kalimat berisi informasi berkaitan dengan gambar tersebut.

## 5) Rubrik atau tulisan-tulisan pada surat kabar atau majalah, mengenai hal yang berkaitan dengan hal kesehatan.

## 6) Poster: berbentuk media cetak berisi pesan-pesan kesehatan biasanya ditempel di tembok-tembok tempat umum dan kendaraan umum.

## 7) Foto yang mengungkapkan informasi kesehatan.

### b. Media Elektronik

#### 1) Televisi

Peyampaian pesan kesehatan melalui media televisi dapat membentuk sandiwara, sinotron, forum diskusi, pidato (ceramah), *TV sport*, dan kuis atau cerdas cermat.

#### 2) Radio

Bentuk penyampaian informasi di radio dapat berupa obrolan (tanya jawab), konsultasi kesehatan, sandiwara radio,

dan radio *sport*.

### 3) Video

Media video merupakan salah satu jenis media audiovisual. Media audiovisual adalah media yang mengandalkan indera pendengaran dan indera penglihatan.

### 4) Media *slide* atau film bingkai

Media slide merupakan media visual yang diproyeksikan melalui alat yang disebut dengan proyektor.

### c. Media Papan

Media papan yang dipasang di tempat-tempat umum dapat diisi pesan-pesan atau informasi kesehatan, mencakup pesan-pesan yang ditulis pada lembaran seng dan ditempel di kendaraan umum (bus dan taksi).

## C. Pengetahuan

### 1) Pengertian

Pengetahuan merupakan hasil setelah individu melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan ini terjadi melalui alat indera yaitu indera penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa, dan peraba. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dibanding dengan perilaku yang tanpa didasari oleh pengetahuan. Pengetahuan diperlukan sebagai dorongan psikis dalam

menumbuhkan sikap dan perilaku (Bachtiar, 2016).

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terjadi melalui panca indra manusia yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam bentuk tindakan seseorang (*overt behavior*). Perilakunya didasari oleh pengetahuan (Notoatmodjo, 2018).

## 2) **Tingkat Pengetahuan**

Menurut Notoatmodjo (2018) tingkat pengetahuan dibagi 6 tingkatan yaitu:

### a. Tahu (*know*)

Pengetahuan yang didapatkan seseorang sebatas hanya mengingat kembali apa yang telah dipelajari sebelumnya, sehingga dapat diartikan pengetahuan pada tahap ini adalah tingkatan paling rendah.

### b. Memahami (*comprehension*)

Pengetahuan yang menjelaskan sebagai suatu kemampuan menjelaskan objek atau sesuatu dengan benar.

### c. Aplikasi (*application*)

Pengetahuan yang dimiliki pada tahap ini adalah dapat

mengaplikasikan atau menerapkan materi yang telah dipelajari

d. Analisis (*analysis*)

Kemampuan menjabarkan suatu materi atau suatu objek ke dalam sebuah komponen-komponen yang ada kaitan satu sama lain

e. Sintesis (*synthesis*)

Adalah sebuah pengetahuan yang dimiliki kemampuan seseorang dalam mengaitkan berbagai fungsi elemen atau unsur pengetahuan yang ada menjadi suatu pola baru yang lebih menyeluruh.

f. Evaluasi (*evaluation*)

Pengetahuan ini dimiliki pada tahap berupa kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian suatu materi atau objek.

**3) Faktor yang mempengaruhi pengetahuan**

Menurut Notoatmodjo (2018), ada faktor penyebab yang mempengaruhi pengetahuan yaitu:

a. Tingkat pendidikan

Pendidikan ialah salah satu usaha untuk meningkatkan karakter seseorang agar orang tersebut dapat memiliki kemampuan yang baik. Pendidikan ini mempengaruhi sikap dan tata laku seseorang untuk mendewasakan melalui pengajaran.

b. Usia

Usia dapat mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia maka akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuannya semakin membaik.

c. Informasi

Informasi ialah suatu pengetahuan yang didapatkan dari pembelajaran, pengalaman, atau instruksi. Informasi ini juga sebenarnya dapat ditemui didalam kehidupan sehari hari karena informasi ini bisa kita jumpai di sekitar lingkungan kita baik itu keluarga, kerabat, atau media lainnya.

d. Lingkungan.

Lingkungan ialah segala sesuatu yang ada disekitar individu, baik itu lingkungan fisik, biologis, maupun sosial.

4) **Kriteria Pengetahuan**

Penilaian-penilaian didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau yang telah ada. Menurut Arikunto (2013) pengetahuan seseorang dapat diketahui dan diinterpretasikan dengan skala yang bersifat kualitatif yaitu:

- a. Tingkat pengetahuan baik, apabila skor atau nilai : 76-100 %
- b. Tingkat pengetahuan cukup, apabila skor atau nilai : 56-75 %

- c. Tingkat pengetahuan kurang, apabila skor atau nilai : <56 %

## **D. Kepatuhan Diet**

### **1) Pengertian**

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) kepatuhan berasal dari kata “Patuh” yang memiliki arti suka menurut terhadap perintah, taat terhadap perintah, aturan dan disiplin. Kepatuhan merupakan bersifat patuh, taat, tunduk pada suatu ajaran maupun aturan. Menurut WHO (2003) dalam Yeni (2019), kepatuhan (*obedience*) secara umum didefinisikan sebagai tingkat perilaku seseorang yang mendapatkan pengobatan, mengikuti diet, dan atau melaksanakan gaya hidup sesuai dengan rekomendasi pemberi pelayanan kesehatan.

Menurut Tjokroprawiro (2002) dalam Yeni (2019) kepatuhan adalah suatu perilaku dalam menepati suatu anjuran terhadap kebiasaan sehari-harinya dan dapat di nilai dengan skor penelitian. Suatu kepatuhan dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, dimana pendidikan merupakan suatu dasar utama dalam keberhasilan pencegahan atau pengobatan.

Diet merupakan salah satu dari empat pilar dalam pengelolaan DM sehingga diet sangat perlu untuk dikelola dengan baik. Kendala utama pada penanganan diet DM adalah kejenuhan pasien dalam mengikuti Diet. Kunci utama diet pada DM adalah 3J yaitu jumlah kalori, jenis makanan, dan jadwal makanan. Zanti (2017) menjelaskan bahwa

sebagian besar (53,1%) pasien DM tidak patuh pada standar diet DM berdasarkan 3J (jumlah, jenis dan jadwal).

Penelitian Isnaeni (2018) dalam Dewi (2022) menjelaskan bahwa dari tiga komponen kepatuhan diet (tepat jumlah, jadwal dan jenis), sebagian besar subjek sudah mulai memilih jenis-jenis bahan makanan yang sesuai dengan diet DM dalam perilaku makan sehari-hari, tetapi untuk ketepatan jumlah maupun jadwal makan, masih banyak subjek penelitian yang belum menerapkannya dalam diet sehari-hari.

## 2) **Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan**

Perilaku kesehatan pada dasarnya adalah suatu respon individu terhadap stimulus yang berkaitan dengan sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makanan serta lingkungan. Berdasarkan teori oleh Lawrence Green (1991) dalam Notoadmodjo (2014) ada 3 faktor yang dapat mempengaruhi perilaku untuk menjadi taat/tidak taat terhadap program pengobatan, yang diantaranya dipengaruhi oleh faktor predisposisi, faktor pendukung serta faktor pendorong, yaitu:

### a. Faktor Predisposisi

Faktor predisposisi merupakan faktor utama yang ada di dalam diri individu yang terwujud dalam bentuk pengetahuan, persepsi, kepercayaan dan keyakinan, nilai-nilai serta sikap

## b. Faktor Pendukung

Faktor pendukung merupakan faktor yang diluar individu yaitu suatu motivasi yang terjadi dalam lingkungan fisik, tersedia atau tidak tersedianya fasilitas atau sarana antara lain:

### 1) Pendidikan

Tingkat pendidikan pasien dapat meningkatkan kepatuhan, sepanjang bahwa pendidikan tersebut merupakan pendidikan yang aktif dalam hal ini sekolah umum mulai dari tingkat dasar sampai perguruan tinggi yang menggunakan buku-buku dan penggunaan kaset secara mandiri

### 2) Akomodasi

Suatu usaha harus dilakukan untuk memahami ciri kepribadian pasien yang dapat memengaruhi kepatuhan, sebagai contoh pasien yang lebih mandiri harus dapat merasakan bahwa dia dilibatkan secara aktif dalam program pengobatan.

### 3) Modifikasi faktor lingkungan dan sosial.

Hal ini berarti membangun dukungan sosial dari keluarga dan teman-teman. Kelompok-kelompok pendukung dapat dibentuk untuk membantu kepatuhan terhadap program pengobatan seperti pengurangan berat badan, membatasi asupan cairan, dan menurunkan konsumsi protein.



#### 4) Perubahan model terapi

Program-program pengobatan dapat dibuat sesederhana mungkin, dan pasien terlibat aktif dalam pembuatan program tersebut. Dengan cara ini komponen sederhana dalam program pengobatan dapat diperkuat, untuk selanjutnya dapat mematuhi komponen-komponen yang lebih kompleks.

#### 5) Meningkatkan interaksi tenaga kesehatan dengan pasien

Sangat penting untuk memberikan umpan balik pada pasien setelah memperoleh informasi tentang kondisinya karena memiliki potensi yang besar dalam membantu pasien untuk mengatur emosi, meningkatkan pemahaman informasi medis, persepsi dan harapan, membangun rasa percaya sehingga pasien akan patuh terhadap semua saran dan nasehat.

#### c. Faktor Pendorong

Faktor pendorong merupakan faktor perilaku yang memberikan peran dominan bagi menetapnya suatu perilaku yaitu keluarga, petugas kesehatan dan petugas lain yang merupakan kelompok referansi dari perilaku masyarakat (Notoatmodjo, 2014).

Sementara itu menurut Brunner dan Suddarth (2015) dalam buku ajar keperawatan medikal bedah faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kepatuhan adalah:

- 1) Faktor demografi seperti usia, jenis kelamin, suku bangsa, status sosial, ekonomi dan pendidikan.
- 2) Faktor penyakit seperti keparahan penyakit dan hilangnya gejala akibat terapi
- 3) Faktor psikososial seperti intelegensia, sikap terhadap tenaga kesehatan, penerimaan atau penyangkalan terhadap penyakit, keyakinan agama atau budaya dan biaya financial dan lainnya yang termasuk dalam mengikuti regimen.

Penelitian yang mendukung tentang faktor-faktor yang mempengaruhi Kepatuhan diet :

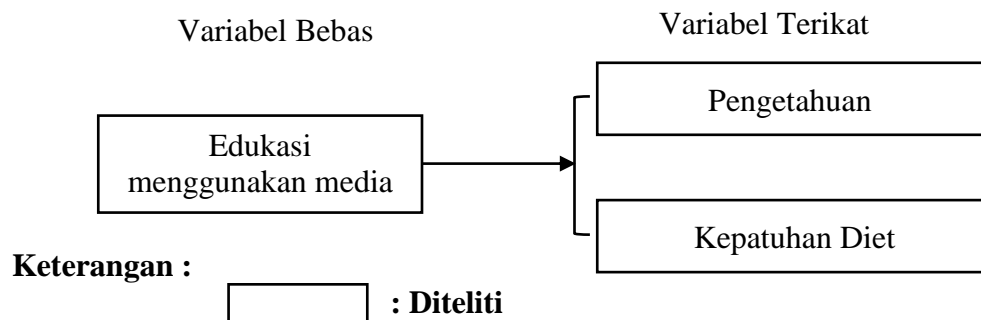
**Tabel 2. 1 Penelitian Pendukung**

No	Peneliti	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Hasil Penelitian
1	Dewi, 2022	Pengaruh Media Booklet Terhadap Tingkat Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus Tipe-2 di Puskesmas Gamping II	Penelitian ini merupakan penelitian <i>Quasy Experimental Designs</i> dengan <i>Pre-Post Test With Control Design</i> . Teknik pengambilan sampel menggunakan <i>Purposive Sampling</i> . Sampel yang digunakan merupakan Pasien Diabetes Melitus Tipe 2	Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat 77,4% responden yang tidak patuh terhadap diet diabetes melitus dari hasil nilai pre-test, Setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan Media Booklet responden mengalami peningkatan kepatuhan diet sebanyak 77,4%. Hasil uji statistik

No	Peneliti	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Hasil Penelitian
			di Puskesmas Gamping II berjumlah 62 responden. Uji statistik menggunakan <i>wilcoxon signed ranks test</i> dan <i>Mann-Whitney</i>	menunjukkan P.Value 0,000 ( $P < 0,05$ ). Sehingga ada pengaruh media booklet terhadap tingkat kepatuhan diet diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Gamping II.
2	Aminah (2022)	Pengaruh edukasi self management diabetes (DSME) dengan media <i>Booklet</i> terhadap kepatuhan diet pasien DM tipe 2 di puskesmas Cimahi selatan	Metode penelitian menggunakan <i>Praexperiment</i> dengan desain <i>One Grup Pretest Posttest</i> . Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan <i>purposive sampling</i> dengan jumlah 16 responden yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi.	Hasil penelitian ini didapatkan bahwa sebelum intervensi responden yang tidak patuh pada dietnya sebanyak 13 (81,3%), dan setelah diberikan intervensi responden yang patuh sebanyak 13 (81,3%). Terdapat pengaruh DSME dengan media <i>booklet</i> terhadap kepatuhan diet pasien DM tipe 2 di Puskesmas Cimahi Selatan dengan nilai $p=0,006 \leq \alpha=0,05$ .

No	Peneliti	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Hasil Penelitian
3	Yeni F. (2019)	Pengaruh Edukasi Dengan Leaflet Dan Reminder Terhadap Kepatuhan Dan Kadar Glukosa Darah Pasien Diabetes Mellitus Tipe II di Puskesmas Lapai Padang	Penelitian ini menggunakan metode eksperimental yang dilakukan secara prospektif. Pengambilan sample berdasarkan umur paling banyak berusia 50-60 tahun dengan persentase pada perlakuan 76,67% dan kontrol 70%. Uji statistik menggunakan <i>wilcoxon signed ranks test</i> dan <i>Mann-Whitney</i>	Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap kepatuhan dan kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Lapai.

### E. Kerangka Konsep



*Gambar 2. 1 Kerangka Konsep*

### F. Hipotesis

- 1) Ada pengaruh edukasi gizi dengan media *booklet* terhadap pengetahuan pasien DM di RSUD Hanau Kabupaten Seruyan.
- 2) Ada pengaruh edukasi gizi dengan media *booklet* terhadap kepatuhan diet 3J pasien DM di RSUD Hanau Kabupaten Seruyan.

## G. Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari :

### 1) Variabel Bebas (*Independent Variabel*)

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah edukasi gizi menggunakan media *booklet*.

### 2) Variabel Terikat (*Dependen Variabel*)

Variabel terikat atau variabel dependen dalam penelitian ini adalah pengetahuan dan kepatuhan diet pasien DM tipe 2

## H. Definisi Operasional

*Tabel 2. 2 Definisi Operasional*

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
1	Pasien DM	Pasien rawat inap yang didiagnosis DM tipe 2 oleh dokter.	Status Rekam Medis	Nominal	DM Tipe 2 Non DM Tipe 2
2	Usia	Lama hidup pasien DM tipe 2 dari lahir sampai saat penelitian yang dihitung dalam tahun penuh.	Wawancara dan kuesioner	Rasio	Tahun
3	Jenis kelamin	Gender yang dibawa sejak lahir pada pasien DM tipe 2	Observasi dan pencatatan	Nominal	Laki-laki Perempuan
4	Pekerjaan	Aktivitas yang dilakukan pasien DM tipe 2 dalam mendapatkan penghasilan serta	Kuesioner	Nominal	a. Bekerja b. Tidak bekerja

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
		dapat mempengaruhi kondisi kesehatan			
5	Pendidikan	Pendidikan formal terakhir yang ditempuh oleh pasien DM tipe 2 hingga mendapat ijazah	Kuesioner	Ordinal	1. Tidak sekolah 2. SD 3. SMP 4. SMA 5. Perguruan Tinggi
6	Berat badan	Massa tubuh pasien DM tipe 2 yang meliputi otot, tulang, lemak, cairan tubuh, organ dan lain-lain yang diukur saat awal masuk RS	Timbangan Digital dan pencatatan	Rasio	Kg (kilogram)
7	Tinggi badan	Hasil pengukuran maksimum panjang tulang-tulang secara paralel yang membentuk poros tubuh, yaitu diukur dari titik tertinggi dikepala ke titik terendah pada posisi tegak sempurna yang dilakukan saat awal pasien DM tipe 2 masuk RS.	a. <i>Microtoise</i> b. Pencatatan	Rasio	Cm (sentimeter)
8	Riwayat Keluarga	Terdapat keluarga (ayah, ibu, saudara perempuan, saudara laki-laki, saudara dari ibu, saudara dari ayah, kakek, dan nenek) yang memiliki penyakit DM	Kuesioner	Ordinal	Ada yaitu apabila ada keluarga yang mempunyai riwayat DM Tidak ada yaitu apabila tidak ada keluarga yang mempunyai riwayat DM

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
9	Obat yang diresepkan	Obat yang mempunyai efek menurunkan kadar glukosa darah yang diresepkan oleh dokter	Kuesioner	Nominal	1. Obat DM 2. Obat non DM
10	Edukasi mengenai diet DM	Edukasi diet yang diberikan setelah pretest sebanyak satu kali selama 30 menit tentang diet DM 3J dalam bentuk ceramah dan tanya jawab dengan media <i>booklet</i> .	<i>Booklet</i>	Nominal	1. Diberikan edukasi 2. Tidak diberikan edukasi
11	Media <i>Booklet</i>	Alat bantu digunakan untuk media edukasi dengan bentuk <i>booklet</i> mengenai diet DM 3J yang dilakukan 1 kali sebelum waktu makan siang dengan durasi 30 menit.	<i>Booklet</i>		
12	Pengetahuan	Pemahaman tentang diet yang diberikan yang diukur menggunakan kuesioner sebelum dan setelah diberikan edukasi diet DM 3J dengan menggunakan media <i>booklet</i> .	Kuesioner	Rasio	Skor jawaban yang benar
13	Kepatuhan Diet	Perilaku yang sesuai atau patuh terhadap diet DM 3 J (jumlah, jenis, jadwal makan)	<i>Form recall</i> 1x24 jam dan <i>food</i>	Ordinal	Patuh : apabila pasien dapat mengikuti standar diet 3J

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
		yang disesuaikan dengan kebutuhan yang diukur baik sebelum dan setelah diberikan edukasi diet dengan menggunakan media <i>booklet</i> .	<i>weighing</i> 1x24 jam		<p>Tidak Patuh : apabila pasien mengikuti kurang dari standar diet 3J</p> <p>Jumlah: ketepatan pasien dalam jumlah energi dan karbohidrat (<math>\pm 5\%</math>)</p> <p>Jenis: ketepatan mengkonsumsi bahan makanan yang dianjurkan pada pasien DM tipe II</p> <p>Jadwal : ketepatan waktu pasien mengkonsumsi makanan yang sesuai dengan jadwal RS</p>



## **BAB III METODE PENELITIAN**

### **A. Ruang Lingkup**

Ruang lingkup penelitian ini adalah asuhan gizi klinik yaitu pengaruh pemberian edukasi diet dengan media *Booklet* terhadap pengetahuan dan kepatuhan diet pada pasien DM tipe 2 yang menjalani rawat inap di RSUD Hanau Kabupaten Seruyan.

#### 1. Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan Januari 2023 – Maret 2023.

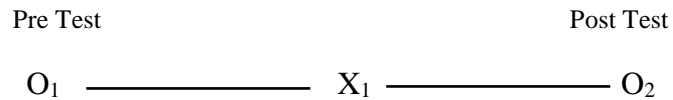
#### 2. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di RSUD Hanau Kabupaten Seruyan, Provinsi Kalimantan Tengah, pada ruang Bougenville, Kenanga, Mawar, Melati dan Anggrek.

### **B. Rancangan Penelitian**

Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Quasy Experiment* dengan menggunakan rancangan *one group pre dan post test design* (Notoadmojo, 2018). Dimana pengetahuan dan kepatuhan diukur sebelum dan setelah perlakuan dengan pemberian edukasi diet dengan media *Booklet*.

Desain penelitian sebagai berikut :



**Gambar 3. 1 Desain Penelitian**

Keterangan :

O<sub>1</sub>: *Pre test* untuk mengetahui pengetahuan dan kepatuhan pasien dan diet DM

O<sub>2</sub>: *Post test* untuk mengetahui pengetahuan dan kepatuhan pasien dan diet DM

## C. Populasi dan Sampel

### 1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien DM tipe 2 yang menjalani rawat inap di RSUD Hanau. Berdasarkan data pada tahun 2021 terdapat 91 penderita DM yang terdiri dari 51 orang pasien perempuan dan 40 orang pasien laki-laki.

### 2. Sampel

#### a. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* dengan mempertimbangkan suatu karakteristik dari populasi yang ada.

#### b. Kriteria Sampel

Yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah pasien baru DM tipe 2. Pengambilan sampel pada penelitian ini adalah dengan kriteria sebagai berikut:

1) Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi adalah kriteria yang perlu dipenuhi oleh setiap populasi yang akan diambil sebagai sampel (Notoatmodjo, 2018).

Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah :

- a. Pasien baru yang menderita DM tipe 2 dan menjalani rawat inap 1x24 jam.
- b. Pasien bersedia menjadi sampel dan mengikuti penelitian hingga selesai.
- c. Tidak dibedakan jenis kelamin laki-laki dan perempuan.
- d. Pasien berusia  $\geq 18$  tahun.
- e. Pasien dalam keadaan sadar dan dapat berdiri tegak.
- f. Pasien DM tipe 2 dengan atau komplikasi: hipertensi, dislipidemia, gastroenteritis, dispepsia.
- g. Pasien dapat berkomunikasi dengan baik.

2) Kriteria Eksklusi

- a. Pasien DM tipe 2 dengan komplikasi ginjal dan stroke.
- b. Pasien yang tidak mengikuti dari awal sampai akhir penelitian.

3) Besar Sampel

Seluruh populasi yang memenuhi kriteria inklusi dijadikan sampel.

## **D. Jenis dan Cara Pengumpulan data**

### **1. Jenis Data**

Penelitian ini menggunakan data primer dan sekunder. Data primer yaitu data yang diperoleh langsung dari pasien melalui lembar kuesioner dan hasil observasi oleh peneliti pada subjek penelitian. Kemudian untuk data sekunder yaitu data yang diperoleh dari data rekam medis pasien yang menjalani rawat inap di RSUD Hanau Kabupaten Seruyan.

### **2. Cara Pengumpulan Data**

#### **a. Data Primer**

- 1) Data identitas pasien meliputi nama, umur, jenis kelamin, alamat, pendidikan, pekerjaan, riwayat keluarga diperoleh dari hasil wawancara menggunakan form identitas pasien.
- 2) Data antropometri meliputi berat badan yaitu massa tubuh pasien DM tipe 2 yang meliputi otot, tulang, lemak, cairan tubuh, organ dan lain-lain yang diukur saat awal pasien DM tipe 2 masuk RS menggunakan timbangan digital. Untuk tinggi badan merupakan hasil pengukuran maksimum panjang tulang-tulang secara paralel yang membentuk poros tubuh, yaitu diukur dari titik tertinggi dikepala ke titik terendah pada posisi tegak sempurna yang

dialakukan saat awal pasien DM tipe 2 masuk RS menggunakan *microtoise*.

- 3) Data pengetahuan DM 3J diperoleh dari hasil pengisian kuesioner mengenai pengetahuan tentang 3J (Jumlah, Jenis, Jadwal) sejumlah 15 soal yang diperoleh baik sebelum dan setelah pemberian edukasi
- 4) Data kepatuhan diet DM 3J diperoleh dari hasil wawancara menggunakan *form recall* 1x24 jam yang berisi jumlah, jenis dan jadwal makan pada pasien DM tipe 2 sebelum diberikan edukasi kemudian setelah diberikan edukasi dilakukan *food weighing* 1x24 jam kemudian dilakukan penimbangan makanan sebelum dikonsumsi dikurangi dengan makanan sisa yang tidak dimakan. Penimbangan makanan menggunakan timbangan makanan dan dicatat dalam satuan gram dengan tujuan mengetahui bobot makanan yang dikonsumsi menggunakan timbangan digital.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh melalui data registrasi rekam medik rawat inap RSUD Hanau. Data yang diperoleh adalah diagnosis penyakit serta gambaran umum RSUD Hanau.

## E. Pengolahan dan Analisis Data

### 1. Pengolahan Data

#### a. Pengetahuan:

Skor pengetahuan pasien DM tipe 2 diolah dengan cara jawaban benar dari hasil kuesioner pengetahuan pasien DM tipe 2 kemudian dibagi dengan total kuesioner selanjutnya dikali 100 untuk mendapatkan nilai skor pengetahuan pasien DM tipe 2.

$$\text{Skor pengetahuan} = \text{skor pengetahuan} = \frac{\text{jumlah jawaban benar}}{\text{total kuesioner}} \times 100$$

#### b. Kepatuhan:

*Food recall* untuk menilai kepatuhan diet pasien 1x24 jam untuk mencatat dan mengetahui asupan makan dan waktu makan pasien sebelum diberikan edukasi mengenai diet DM 3J (jumlah, jenis, jadwal) sebelum makan siang jam 11.00 WIB – 11.30 WIB, kemudian dinilai kepatuhan diet pasien setelah diberikan edukasi dengan dilakukan *food weighing* 1x24 jam dari makanan yang telah disediakan Rumah Sakit yang sudah diberikan sesuai dengan diet DM 3J (jumlah, jenis, jadwal) dimana untuk kebutuhan jumlah makan pasien disesuaikan dengan kebutuhan pasien yang akan dihitung kebutuhannya oleh ahli gizi. Kemudian dilakukan pengumpulan data untuk melakukan penimbangan makanan yang akan dikonsumsi dan menimbang sisa makanan yang tidak dikonsumsi oleh pasien.

Kepatuhan Jumlah = % *Asupan Energi* =

$$\frac{\text{recall makan pasien}}{\text{kebutuhan energi pasien}} \times 100$$

## 2. Analisis Data

Metode analisis data ini dilakukan dengan tujuan agar data hasil penelitian yang masih berupa data kasar menjadi lebih mudah untuk dibaca dan diinterpretasikan. Metode analisis data digunakan dalam penelitian ini adalah :

### a. Analisis Univariat

Analisis univariat disajikan dalam tabel, grafik pada karakteristik, pengetahuan dan kepatuhan.

### b. Analisis Bivariat

#### 1) Pengetahuan

Analisis bivariat digunakan untuk menganalisa pengaruh pemberian edukasi diet dengan media booklet terhadap pengetahuan pada pasien DM Tipe 2 di RSUD Hanau.

Pada penelitian ini, sebelum dilakukan uji statistik, peneliti melakukan uji normalitas terlebih dahulu dengan menggunakan uji normalitas *Shapiro-Wilk* dikarenakan sampel yang didapat sebanyak 7 sampel ( $n \leq 50$ ) (Dahlan, 2013). Karena data terdistribusi normal (nilai sig.(2-tailed) > 0,05), maka dilakukan uji parametrik untuk 2 sampel berpasangan uji *t-dependent*. Uji *t-dependent* dipilih karena

kedua kelompok sampel tersebut saling terkait. Pada sampel tersebut dilakukan sebuah pengukuran (*pre-test* pengetahuan sebelum menggunakan media *booklet*), kemudian sampel diberikan perlakuan dan dilakukan pengukuran kembali (*post-test* pengetahuan setelah menggunakan media *booklet*). Dengan kata lain, pada sejumlah sampel yang sama dilakukan pengukuran berulang, yaitu sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan. Sehingga didapatkan 2 hasil pengukuran pada sampel yang sama, yang disebut sampel berpasangan.

## 2) Kepatuhan Diet

Analisis bivariat digunakan untuk menganalisa pengaruh pemberian edukasi diet dengan media *booklet* terhadap kepatuhan diet pada pasien DM Tipe 2 di RSUD Hanau dengan menggunakan uji *Mc Nemar*. Uji *Mc Nemar* dipilih karena berdasarkan hipotesis komparatif kategorik berpasangan (prinsip  $P \times K$ ) pada sampel dilakukan pengulangan sebanyak 2 kali (kepatuhan diet sebelum dan sesudah diberikan edukasi diet dengan menggunakan media *booklet*) dengan 2 kategori yaitu patuh dan tidak patuh. Tingkat kepercayaan yang digunakan adalah 95% dengan tingkat kesalahan ( $\alpha$ ) sebesar 0,05. Dasar pengambilan keputusan dengan melihat angka probabilitas, dengan ketentuan :



- a. Jika nilai  $p\text{-value} < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak, yang berarti ada pengaruh pemberian edukasi diet dengan media *booklet* terhadap kepatuhan diet pada pasien DM Tipe 2 di RSUD Hanau.
- b. Jika nilai  $p\text{-value} > 0,05$  maka  $H_0$  diterima, yang berarti tidak ada pengaruh pemberian edukasi diet dengan media *booklet* terhadap kepatuhan diet pada pasien DM Tipe 2 di RSUD Hanau.

#### **F. Prosedur Penelitian**

Prosedur penelitian adalah langkah-langkah penelitian yang dilakukan dan pada penelitian akan dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Dimana reliabilitas menunjukkan apakah sebuah pertanyaan dapat mengukur sesuatu yang diukur secara konsisten dari waktu ke waktu. Jadi syarat kualifikasi suatu instrumen pengukur adalah konsisten dan tidak berubah-ubah.

Penelitian ini menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpul data. Instrumen ini dipilih berdasarkan keefektifan pengumpulan data serta karakteristik pasien. Untuk instrumen pengetahuan berupa kuesioner sebelum diberikan kepada pasien diberikan uji validitas dan reliabilitas, sedangkan untuk instrumen kepatuhan tanpa menggunakan uji normalitas.

Peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas pada kuesioner pengetahuan. Berdasarkan hasil uji validitas pada kuesioner pengetahuan dengan melakukan observasi pada pasien rawat inap di RSUD Hanau sebanyak 30 responden dengan 30 soal pertanyaan didapatkan hasil uji validitas bahwa

nilai  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel berdasarkan uji signifikan 0,05 (5%) didapatkan sebanyak 15 soal pertanyaan yang valid dan 15 soal pertanyaan yang tidak valid dalam kuesioner. Berikut tabel hasil uji validitas kuesioner pengetahuan :

**Tabel 3.1 Hasil Uji Validitas Kuesioner Pengetahuan**

Item Pertanyaan	Validitas		
	$R_{Hitung}$	$R_{Tabel}$ (S 5%)	Kesimpulan
1	0,017	0,3610	Tidak Valid
2	0,001	0,3610	Tidak Valid
3	-0,013	0,3610	Tidak Valid
4	0,152	0,3610	Tidak Valid
5	0,273	0,3610	Tidak Valid
6	0,763	0,3610	Valid
7	0,261	0,3610	Tidak Valid
8	0,195	0,3610	Tidak Valid
9	0,354	0,3610	Tidak Valid
10	0,626	0,3610	Valid
11	0,680	0,3610	Valid
12	0,393	0,3610	Valid
13	-0,033	0,3610	Tidak Valid
14	0,060	0,3610	Tidak Valid
15	0,430	0,3610	Valid
16	0,523	0,3610	Valid
17	0,100	0,3610	Tidak Valid
18	0,547	0,3610	Valid
19	0,584	0,3610	Valid
20	0,362	0,3610	Valid
21	0,365	0,3610	Valid
22	0,374	0,3610	Valid
23	0,387	0,3610	Valid
24	0,038	0,3610	Tidak Valid
25	0,521	0,3610	Valid
26	0,401	0,3610	Valid
27	0,447	0,3610	Valid
28	0,096	0,3610	Tidak Valid
29	0,009	0,3610	Tidak Valid
30	0,040	0,3610	Tidak Valid

Sedangkan berdasarkan hasil uji realibilitas didapatkan nilai *Cronbach's Alpha* > nilai batas yaitu  $0,658 > 0,60$  yang menunjukkan bahwa soal pertanyaan dalam kuesioner dapat diandalkan (*reliable*). Berikut tabel hasil uji realibilitas kuesioner pengetahuan :

**Tabel 3. 2 Hasil Uji Realibilitas Kuesioner Pengetahuan**

Realibilitas	R Hitung	Nilai Batas	Kesimpulan
<i>Cronbach's Alpha</i>	0,658	0,60	Reliable

Penelitian ini terdiri dari 3 tahap penelitian yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap akhir. Berikut langkah-langkah penelitian:

- 1) Tahap Persiapan
  - a. Melakukan uji validitas dan realibilitas
  - b. Penyusunan proposal penelitian
  - c. Seminar Proposal Skripsi
  - d. Mendapatkan *Ethical Clearance* melalui Poltekkes kemenkes palangka Raya
  - e. Mengurus ijin penelitian di RSUD Hanau
  - f. Peneliti melakukan apersepsi kepada enumerator terkait bagaimana berjalannya penelitian, cara melakukan pengisian lembar kuesioner terkait diet 3J.

- g. Pengumpulan data dilakukan oleh peneliti dan dibantu enumerator sebanyak 5 orang dengan kualifikasi lulusan D3 sebanyak 2 orang, lulusan S1 sebanyak 3 orang.

## 2) Tahap Pelaksanaan

- a. Pelaksanaan penelitian dibantu enumerator dilakukan di RSUD Hanau pada bulan Januari 2023- Maret 2023.
- b. Menyeleksi pasien DM berdasarkan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi.
- c. Menyampaikan penjelasan mengenai tujuan, manfaat, prosedur pelaksanaan penelitian sebelum penandatanganan *informed consent*
- d. Melakukan pengisian formulir identitas pasien dengan kuesioner
- e. Melakukan pengukuran antropometri tinggi badan dan berat badan
- f. Melakukan *pretest* pengetahuan menggunakan kuesioner dan kepatuhan awal dengan *recall* 1x24 jam
- g. Melakukan edukasi diet menggunakan media *booklet* dengan durasi 30 menit
- h. Melakukan *posttest* pengetahuan menggunakan kuesioner dan kepatuhan akhir dengan *food weighing* selama 1x24 jam
- i. Menganalisis kepatuhan
- j. Menganalisis pengaruh edukasi diet dengan media *booklet* terhadap pengetahuan dan kepatuhan diet

## 3) Tahap Penyelesaian

- a. Membuat analisis data
- b. Melakukan penyusunan pembahasan tentang hasil penelitian
- c. Membuat kesimpulan dan saran
- d. Mengkonsultasikan dengan kedua pembimbing
- e. Mengerjakan revisi laporan akhir

### **G. Etika Penelitian**

Pelaksanaan penelitian ini dilengkapi dengan *ethical clearance* dari Poltekkes Kemenkes Palangka Raya. Penelitian ini berkaitan dengan cara peneliti dalam merencanakan penelitian, mengumpulkan data, menyimpulkan data dan melaporkan data. Hal tersebut diperlukan untuk menghindari terjadinya tindakan yang tidak etis dalam melakukan penelitian.

Dalam pelaksanaan penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada unsur paksaan atau tekanan secara langsung maupun tidak langsung dari peneliti kepada pasien yang akan diteliti. Semua data dan informasi yang diperoleh semata-mata hanya akan dipergunakan untuk keperluan semata dan kerahasiaan data dan informasi akan tetap di jaga.

## **BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di RSUD Hanau, rumah sakit dengan tipe C, yang beralamat di Jl. Jendral Sudirman KM 142, Desa Pembuang Hulu I, kecamatan Hanau, Kabupaten Seruyan, Kalimantan Tengah. Rumah sakit Hanau adalah rumah sakit umum milik pemerintah daerah dengan fasilitas ruang rawat inap, IGD, ruang ICU, ruang bedah central, ruang isolasi, serta poli rawat jalan dan dilengkapi dengan ruang pemeriksaan penunjang lainnya seperti laboratorium patologi klinik, laboratorium patologi anatomi, instalasi radiologi, fisiotheraphi, Instalasi Farmasi, Instalasi Gizi dan penunjang lainnya.

#### **1. VISI DAN MISI**

**VISI** : “Menjadi Rumah Sakit Daerah Dengan Pelayanan Kesehatan Yang Handal Dan Berkualitas”

**MISI** :

- a. Memberikan Pelayanan Kesehatan Dengan Tulus Hati, Profesional Dan Berkualitas yang berorientasi pada kepuasan pelanggan.
- b. Meningkatkan sarana dan prasarana untuk memberikan pelayanan yang optimal berbasis IT.
- c. Menjalinkan kerjasama yang saling menguntungkan dengan stakeholders.
- d. Menyelenggarakan tata kelola organisasi yang terintegrasi, efektif, efisien dan akuntabel.

## **2. Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di RSUD Hanau Kabupaten Seruyan, Provinsi Kalimantan Tengah dimana penelitian dilakukan di ruang Bougenville, Kenanga, Mawar, Melati dan Anggrek.

## **B. Analisis Univariat**

### **1. Gambaran Karakteristik Pasien**

Pasien yang menjadi subjek penelitian adalah pasien rawat inap RSUD Hanau Kabupaten Seruyan yang terdiagnosa medis DM Tipe 2 yaitu sebanyak 7 orang dari bulan Januari – Maret tahun 2023.

Karakteristik sebaran data pasien DM Tipe 2 di rawat inap RSUD Hanau dapat di lihat pada tabel 4.1 (Lampiran 15)

**Tabel 4. 1 Karakteristik Pasien**

No.	Karakteristik	Intervensi	
		n	%
1.	<b>Umur</b>		
	35-45	1	14,3
	46-55	3	42,9
	56-65	1	14,3
	66-75	2	28,6
	<b>Total</b>	<b>7</b>	<b>100</b>
2.	<b>Jenis Kelamin</b>		
	Laki-laki	2	28,6
	Perempuan	5	71,4
	<b>Total</b>	<b>7</b>	<b>100</b>
3.	<b>Pekerjaan</b>		
	PNS/TNI/POLRI	1	14,3
	Tidak Bekerja/IRT	5	71,4
	Petani	1	14,3
	<b>Total</b>	<b>7</b>	<b>100</b>
4.	<b>Pendidikan</b>		
	SD	2	28,6
	SMP	3	42,9
	SMA/ sederajat	1	14,3
	Perguruan Tinggi	1	14,3
	<b>Total</b>	<b>7</b>	<b>100</b>
5.	<b>Indeks Massa Tubuh (IMT)</b>		
	BB Normal	3	42,9
	Obese I	4	57,1
	<b>Total</b>	<b>7</b>	<b>100</b>
6.	<b>Riwayat Keluarga</b>		
	Ada	5	71,4
	Tidak Ada	2	28,6
	<b>Total</b>	<b>7</b>	<b>100</b>
7.	<b>Obat</b>		
	DM	7	100
	Non DM	-	
	<b>Total</b>	<b>7</b>	<b>100</b>

*Sumber : Data Primer Terolah, 2023*

Berdasarkan tabel 4.1 Diketahui bahwa pasien berusia 35-45 tahun sebanyak 1 orang (14,3%), 46-55 tahun sebanyak 3 (42,9%), 55-65 tahun sebanyak 1 (14,3%), dan 66-75 tahun sebanyak 2 (28,6%). Hal ini didukung oleh hasil Susilawati dan Rista (2019) mengatakan bahwa



orang yang berusia  $\geq 45$  tahun mempunyai risiko 9 kali untuk terjadinya DM Tipe 2 dibandingkan dengan orang yang berusia  $< 45$  tahun. Seseorang yang berusia  $\geq 45$  tahun memiliki peningkatan risiko terhadap terjadinya DM dan intoleransi glukosa oleh karena faktor degeneratif yaitu menurunnya fungsi tubuh untuk memetabolisme glukosa (Susilawati dan Rista 2019).

Berdasarkan tabel 4.1 Sebagian besar pasien berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 5 orang (71,4%). Hal ini sejalan dengan penelitian Alimah (2019), mayoritas pasien berjenis kelamin perempuan dikarenakan adanya penumpukan lemak yang disebabkan menstruasi maupun kondisi pasca menopause kondisi tersebut menjadi penyebab perempuan lebih mudah menderita DM serta tingginya kejadian DM pada perempuan dipengaruhi oleh beberapa faktor resiko seperti kurang aktivitas/latihan fisik.

Berdasarkan tabel 4.1 Diketahui bahwa pekerjaan pasien sebagian besar IRT/Tidak bekerja sebanyak 5 orang (71,4%), Hal ini sejalan dengan penelitian Tarigan (2022) menunjukkan bahwa mayoritas pekerjaan pasien yang menderita DM Tipe 2 yaitu tidak bekerja/IRT sebanyak 13 orang (56,5%). Seseorang yang tidak bekerja cenderung memiliki penumpukan lemak berlebih dalam tubuhnya. Hal tersebut dapat terjadi karena seseorang yang tidak bekerja cenderung memiliki aktivitas fisik yang kurang, kondisi tersebut dapat mengakibatkan seseorang mengalami obesitas. Perempuan

sebagai Ibu Rumah Tangga cenderung melakukan aktifitas fisik sedang dan kurang berolahraga, yang mengakibatkan terjadinya penumpukan lemak tubuh yang membuat perempuan memiliki peluang IMT yang lebih beresiko meningkatkan DM tipe II (Sutawardana *et al.* 2020).

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui bahwa pendidikan pasien dengan pendidikan SD yaitu sebanyak 2 orang (28,6%), SMP sebanyak 3 orang (42,9%), SMA sebanyak 1 orang (14,3%), S1 sebanyak 1 orang (14,3%). Pendidikan merupakan suatu proses belajar yang mampu mengubah tingkah laku seseorang untuk mencapai kualitas hidup. Secara teori seseorang dengan pendidikan yang tinggi akan mempunyai kesempatan untuk berperilaku baik (Ernawati *et al.*, 2020). Orang yang berpendidikan tinggi lebih mudah memahami dan mematuhi perilaku diet dibandingkan dengan orang yang berpendidikan rendah. Pendidikan yang tinggi akan memudahkan seseorang atau masyarakat untuk menyerap informasi dan mengimplementasikannya dalam perilaku dan gaya hidup sehari-hari, khususnya dalam mematuhi pengelolaan diet DM menurut Dewi (2022).

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui bahwa IMT sebanyak 3 orang (42,9%) memiliki indek massa tubuh (IMT) normal, 4 orang (28,6 %) memiliki indek massa tubuh (IMT) obese I. Obesitas dapat meningkatkan beban kerja pankreas dan tidak dapat menyeimbangkan produksi insulin Sutawardana *et al.*, (2020). Obesitas merupakan komponen utama dari

sindrom metabolik dan secara signifikan berhubungan dengan resistensi insulin. Peningkatan indeks massa tubuh adalah karena memperburuk resistensi insulin karena peningkatan masa lemak yang mempengaruhi sensitivitas insulin dan menyebabkan resistensi insulin ( Restyana, 2015).

Berdasarkan tabel 4.1 Riwayat keluarga merupakan faktor risiko utama seseorang akan mengidap DM, secara genetik pengidap DM akan mempengaruhi keturunannya. Tranmisi genetik yang paling kuat adalah terdapat pada DM, jika orang tua mengidap diabetes, maka 90% pasti membawa carier diabetes dari orang tuanya, yang ditandai dengan kelainan sekresi insulin (Alimah, 2019).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 5 orang pasien (71,4 %) yang memiliki riwayat keluarga DM. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Irwan *et al.* (2021), bahwa pasien yang memiliki riwayat keluarga diabetes adalah lebih didominasi oleh orang dengan DM.

Berdasarkan tabel 4.1 Hasil penelitian menunjukan mayoritas jenis obat anti-diabetes yang dikonsumsi pasien adalah metformin (100%). Sejalan dengan Perkeni (2015) yang menyatakan bahwa metformin merupakan obat lini pertama pada penderita DM tipe 2, dengan efek utama mengurangi produksi glukosa hati. Metformin adalah obat anti-diabetes yang sudah digunakan secara global sejak tahun 1957. Metformin terbukti aman dan efektif dalam pengobatan pasien DM tipe 2 dewasa, terutama pada pasien dengan kelebihan berat badan dan kadar glukosa yang

tidak dapat dikontrol melalui diet khusus dan aktivitas fisik saja

## 2. Pengetahuan

Hasil pengukuran pengetahuan pasien baik sebelum dan sesudah edukasi diet menggunakan *booklet* tersaji pada tabel 4.2

**Tabel 4. 2 Distribusi Pasien Berdasarkan Pengetahuan Diet DM Skor Pre-Test dan Post Test Pasien Rawat Inap DM Tipe 2 RSUD Hanau Kabupaten Seruyan**

Pasien	Pre-test	Post-test	Ket
01	66,7	93,3	Meningkat 26,6 poin
02	66,7	100	Meningkat 33,3 poin
03	86,7	100	Meningkat 13,3 poin
04	80,0	93,3	Meningkat 13, 3 poin
05	60,0	80,0	Meningkat 20 poin
06	66,7	100	Meningkat 33,3 poin
07	46,7	93,3	Meningkat 46,6 poin
Rata-rata	66,7	93,3	Meningkat 26,6 poin

*Sumber : Data Primer Terolah, 2023*

Berdasarkan tabel 4.2 hasil pengetahuan *pretest* dan *post test* hasilnya meningkat. Hasil *Pretest* diperoleh nilai tertinggi 86,7 dan terendah 46,7. Hasil *post test* diperoleh nilai tertinggi 100 dan terendah 93,3 (Lampiran 6). Peningkatan nilai tertinggi sebanyak 46,6 yaitu pada pasien no 07 disebabkan pada saat diberikan edukasi pasien begitu aktif bertanya serta pasien sangat antusias dengan membaca *booklet* yang diberikan. Penelitian serupa telah diungkapkan oleh Srikantika *et al* (2019) bahwa edukasi yang dilakukan melalui suatu media seperti *booklet* dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan pasien. Pengetahuan itu sendiri dipengaruhi oleh faktor pendidikan formal. dimana diharapkan bahwa dengan pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas

pula pengetahuannya. Akan tetapi perlu ditekankan, bukan berarti seseorang yang berpendidikan rendah mutlak berpengetahuan rendah pula.

Berdasarkan tabel 4.2 dapat diketahui seluruh pasien meningkat hasil *post test* setelah diberikan edukasi diet. Adapun pertanyaan yang pasien sulit untuk dijawab yaitu tentang jumlah porsi makanan penderita DM (pertanyaan no 7), kemudian untuk pertanyaan asupan serat untuk penderita DM (pertanyaan no 13).

Peningkatan ini membuktikan bahwa dengan media *booklet* mempunyai pengetahuan cukup sebelum diberikan edukasi baik pasien dengan pengetahuan yang kurang terjadi peningkatan menjadi baik setelah diberikan edukasi. Hal ini disebabkan karena pemberian pendidikan kesehatan menggunakan media *booklet* akan meningkatkan pengetahuan pasien DM tipe 2 serta pasien dapat memiliki pengetahuan yang baik tentang asupan makanannya, yang selanjutnya dapat merubah sikap dan perilaku sehingga diharapkan dapat mengendalikan kadar glukosa darahnya. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Dewi (2022) juga menunjukkan bahwa edukasi dengan media *booklet* dapat meningkatkan pengetahuan pasien sebelum dan sesudah diberikan edukasi diet DM.

### 3. Kepatuhan Diet

Hasil pengukuran kepatuhan diet DM 3J dengan menggunakan media *booklet* tersaji pada tabel 4.3

**Tabel 4. 3 Distribusi Pasien Berdasarkan Kepatuhan Diet Sebelum Edukasi Diet Dengan Media Booklet Pasien Rawat Inap DM Tipe 2 RSUD Hanau Kabupaten Seruyan.**

No	Kepatuhan Diet dengan Media <i>Booklet</i>						Keterangan
	Sebelum	n	%	Sesudah	n	%	
1	Patuh	0	0	Patuh	5	71,5	Meningkat
2	Tidak Patuh	7	100	Tidak Patuh	2	28,5	Menurun
	Jumlah	7	100		7	100	

*Sumber* : Data Primer Terolah, 2023

Berdasarkan tabel 4.3 ( Lampiran 7) Dapat diketahui bahwa ada 5 orang (71,5%) dari yang tidak patuh menjadi patuh, kemudian 2 orang (28,5%) terdapat ketidakpatuhan dalam menjalankan diet dikarenakan nafsu makan pasien menurun, pasien tidak selera makan serta pasien merasa khawatir jika mengkonsumsi makanan terlalu banyak mengakibatkan glukosa akan meningkat. Meskipun telah disampaikan bahwa setiap orang memiliki kebutuhan yang berbeda-beda yang harus tetap terpenuhi. Sejalan dengan penelitian Juwariah *et al* (2019), masih ditemukannya sisa makan pasien disebabkan karena pasien merasa mual dan belum ada nafsu makan karena kondisi sakit yang menyertainya selain itu kebiasaan makan mempengaruhi daya terima pasien terhadap makanan yang disajikan dan perlu waktu untuk menyesuaikan makanan yang disajikan oleh rumah sakit.

### C. Analisis Bivariat

#### 1. Analisis Pengaruh Pemberian Edukasi Diet dengan Media *Booklet* Terhadap Pengetahuan Pada Pasien DM tipe II di RSUD Hanau

Hasil uji normalitas yang dilakukan pada data pengetahuan untuk menguji apakah variabel pengetahuan berdistribusi normal atau tidak menggunakan uji *Shapiro-Wilk*. Untuk mengetahui normal tidaknya adalah jika  $p\text{-value} > 0,05$  maka normal dan jika  $p\text{-value} < 0,05$  dapat dikatakan tidak normal. Berdasarkan hasil uji normalitas pengetahuan *pre-test* memiliki nilai  $p\text{-value}$  0,687 dan skor pengetahuan *post-test* pasien memiliki nilai  $p\text{-value}$  0,297, hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai  $p\text{-value} > 0,05$  maka dapat disimpulkan skor pengetahuan memiliki distribusi yang normal (Lampiran 12).

**Tabel 4. 4 Hasil Analisis Edukasi Diet Dengan Media *Booklet* Terhadap Pengetahuan Menggunakan Uji T-Dependen Pada Pasien DM Tipe II di RSUD Hanau**

Variabel Pengetahuan	N	Mean	SD	<i>t</i>	<i>p-value</i>
Skor <i>Pre-Test</i>	7	67,64	13,00	5,461	0,002
Skor <i>Post-Tes</i>	7	92,37	7,12		

*Sumber : Data Primer Terolah, 2023*

Berdasarkan tabel 4.4 di atas, hasil uji statistik pengetahuan diperoleh nilai  $p\text{-value}$  yaitu 0,002 yang berarti  $p\text{-value} < 0,05$ , maka keputusan yang diambil adalah  $H_a$  di terima dan  $H_o$  di tolak, dapat

disimpulkan dari penelitian yang dilakukan adalah pemberian edukasi diet dengan media *booklet* berpengaruh terhadap pengetahuan pada pasien DM Tipe 2 di RSUD Hanau Kabupaten Seruyan (lampiran 17).

Adanya pengaruh edukasi diet dengan menggunakan media *booklet* pada pelaksanaan edukasi diet dapat mendukung pasien dalam menerima pengetahuan yang diberikan oleh peneliti karena *booklet* mempunyai kelebihan yaitu, dapat disimpan untuk dibaca berulang-ulang. Informasi yang disampaikan dalam *booklet* dapat lebih terperinci dan jelas sehingga lebih banyak hal yang bisa diulas tentang informasi yang disampaikan, desain cetak dan ilustrasi dapat dibuat semenarik mungkin. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi (2022) yaitu bahwa edukasi gizi berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan.

## 2. Analisis Pengaruh Pemberian Edukasi Diet Dengan Media *Booklet* Terhadap Kepatuhan Pada Pasien DM tipe II di RSUD Hanau

Hasil analisis pengaruh pemberian edukasi diet dengan media *booklet* terhadap kepatuhan diet tersaji pada tabel 4.5

**Tabel 4. 5 Hasil Uji Mc Nemar Kepatuhan Diet Sebelum dan Sesudah Pemberian Edukasi Diet dengan Media *Booklet***

No.	Pengukuran Kepatuhan Diet dengan Media <i>Booklet</i>	Patuh n	Tidak Patuh n	Jumlah n	<i>p</i> -value
1	Sebelum	0	0	0	0,063
2	Sesudah	5	2	7	



Berdasarkan tabel 4.5 diketahui bahwa dari hasil uji *Mc Nemar* didapatkan nilai *p-value*  $0,063 > \alpha 0,05$  maka disimpulkan bahwa  $H_a$  di tolak dan  $H_o$  di terima yang artinya tidak ada pengaruh pemberian edukasi diet dengan media *booklet* terhadap kepatuhan diet pada pasien DM Tipe 2 dikarenakan ketidaksiapan pasien dalam mengubah kebiasaan untuk mengikuti diet yang sudah dianjurkan ahli gizi (Lampiran 18).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada 1 pasien (14,3%) tidak patuh terhadap jumlah energi, dan 2 pasien (28,6%) tidak patuh terhadap jumlah KH yang sesuai dengan jumlah makanan diet pasien DM tipe 2 di RSUD Hanau Kabupaten Seruyan (Lampiran 7). Penelitian ini sejalan dengan Andyani (2017), dimana berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa tingkat ketidakpatuhan yang tinggi berada pada item jumlah makanan yang dikonsumsi pasien.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hidayah (2018) bahwa tidak ada perubahan kepatuhan diet pasien sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi. Penelitian lain yang dilakukan oleh Nanang (2021), mengatakan bahwa tidak ada perbedaan kepatuhan diet sebelum maupun sesudah diberikan edukasi gizi. Terkait tidak adanya pengaruh kepatuhan yang signifikan dapat terjadi dikarenakan rendahnya sikap kesadaran diri pasien dalam merubah kebiasaan untuk mengikuti diet yang telah di anjurkan oleh ahli gizi. Hal ini sesuai dengan pernyataan Saifunurmazah (2014), kesadaran diri, pemahaman, kepribadian menjadi

komponen terpenting dalam pembentukan kepatuhan diet yang diberikan. Selain itu Maulana (2019), mengatakan edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan, menimbulkan sikap, dan akhirnya akan merubah perilaku pasien.

#### **D. Keterbatasan Penelitian**

Berdasarkan pada pengalaman langsung peneliti dalam proses penelitian ini masih memiliki banyak kekurangan dan keterbatasan yaitu jumlah sampel hanya 7 orang, sehingga tidak dapat menggambarkan hasil penelitian secara signifikan.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan, dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Berdasarkan karakteristik pasien pada pasien DM Tipe 2 di RSUD Hanau Kabupaten Seruyan Pasien berusia 35-45 tahun sebanyak 1 orang (14,3%), 46-55 tahun sebanyak 3 (42,9%), 55-65 tahun sebanyak 1 (14,3%), dan 66-75 tahun sebanyak 2 (28,6%). Berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 5 orang (71,4%), diketahui bahwa pekerjaan pasien sebagian besar IRT/Tidak bekerja sebanyak 5 orang (71,4%), Pasien sebagian besar berpendidikan SD dan SMP. Pasien dengan pendidikan SD yaitu sebanyak 2 orang (28,6%) dan SMP sebanyak 3 orang (42,9%), Berdasarkan hasil perhitungan menurut perkeni 2021 sebanyak 4 orang (28,6 %) memiliki indek massa tubuh (IMT) obese I. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 5 orang pasien (71,4 %) yang memiliki riwayat keluarga DM, Hasil penelitian menunjukan mayoritas jenis obat anti-diabetes yang dikonsumsi pasien adalah metformin (100%).
2. Pengetahuan pasien sebelum dan sesudah diberikan edukasi diet dengan media *booklet* mengalami peningkatan yaitu skor rata-rata *pre-test* 66,70 sebanyak 42,9 % dan skor rata-rata *post-test* 93,30 yaitu sebanyak 42,9 %.
3. Kepatuhan diet sebelum dan sesudah edukasi diet dengan media *booklet* mengalami peningkatan yaitu sebelum edukasi diet pasien tidak patuh yaitu sebanyak 100 % dan sesudah edukasi diet pasien patuh sebanyak 71,5 %.
4. Ada pengaruh pemberian edukasi diet dengan media *booklet* terhadap pengetahuan pada pasien DM Tipe 2 di RSUD Hanau Kabupaten Seruyan.
5. Tidak ada pengaruh pemberian edukasi diet dengan media *booklet* terhadap kepatuhan diet pada pasien DM Tipe 2 di RSUD Hanau Kabupaten Seruyan.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang didapatkan, peneliti mengemukakan beberapa saran yaitu

### 1. Bagi Pasien

Diharapkan pasien membaca kembali *booklet* yang telah diberikan agar kepatuhan diet dapat lebih baik.

### 2. Bagi Rumah Sakit

- a. Dapat menjadikan media *booklet* sebagai pengganti media leaflet.
- b. Dalam pemberian edukasi diet waktunya bisa ditambahkan 10 menit dari yang sebelumnya sehingga pasien bisa benar-benar memahami tentang diet DM 3J yang diberikan.

### 3. Bagi Peneliti Lain

Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti variabel yang dapat menunjang pemanfaatan *booklet* seperti aktivitas fisik, keterampilan, sikap, dan hasil laboratorium.

## DAFTAR PUSTAKA

- ADA (*American Diabetes Association*). 2017. Standards Of Medical Care in Diabetes 2017. *Diabetes Care*, 40;1.
- ADA (*American Diabetes Association*). 2020. Introduction: Standards of Medical Care in Diabetes 2020. *Diabetes Care*, 43;1: S1-S2. (Di akses pada 15 Agustus 2022) <https://doi.org/10.2337/dc20-Sint>
- Alimah H. 2019. Hubungan Pengetahuan Gizi dan Motivasi Diet dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus di Rawat Jalan Poli Penyakit Dalam RSUD Pambalah Batung Amuntai [skripsi]. Banjarmasin: Poltekkes Kemenkes Banjarmasin.
- Aminah S, Amelia KR, Rianto B, Safitri VD. 2022. Pengaruh Edukasi Self Management Diabetes (DSME) Dengan Media Booklet Terhadap Kepatuhan Diet Pasien DM Tipe 2 Di Puskesmas Cimahi Selatan. *Jurnal Keperawatan Malahayati* , 4 (2), 432-442. (Diakses pada 5 September 2022) di <http://dx.doi.org/10.33024/mnj.v4i2.5912>
- Andyani 2017. Hubungan health locus of control dengan kepatuhan penatalaksanaan diet DM tipe 2 di paguyuban DM puskesmas III denpasar utara. (Diakses pada 15 Mei 2023) di Google scholar 13943- 35941-1-PB
- Apriliani NP, Pritasari. 2017. Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi, Sikap, Dan Pola Makan Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Kecamatan Ciracas. *Jurnal ARGIPA* Vol. 2, No.2 : 54-64.
- Arikunto S. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan*. Praktik. Jakarta: Rineka Cipta.
- ASDI (Asosiasi Dietisien Indonesia). 2019. *Penuntun Diet dan Terapi Gizi Edisi ke-4*. Jakarta: EGC
- Bachtiar MY. 2016. Perbedaan Pengetahuan Pada Pendidikan Kesehatan Metode Ceramah Dan Media Leaflet Dengan Metode Ceramah Dan Media Video Tentang Bahaya Merokok Di SMK Kasatrian Solo [skripsi]. Surakarta: UMS.
- Brunner, Suddrath. 2015. *Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta : EGC.

- Canadian in Canada Diabetes Association (CDA). 2013. Clinical Practice Guidelines for The Prevention and Management of Diabetes. *Canadian jurnal of diabetes* (Diakses pada 30 Agustus 2022) di <https://doi.org/10.1016/j.jcjd.2013.01.009>
- Dahlan MS. 2013. *Statistik untuk kedokteran dan kesehatan: deskriptif, bivariat dan multivariat, dilengkapi dengan menggunakan SPSS*. Jakarta: Salemba Medika .
- Dewi SP. 2022. Pengaruh Media Booklet Terhadap Tingkat Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus Tipe-2 di Puskesmas Gamping II [skripsi]. Yogyakarta: Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Ernawati D, Harini I, Signa N, Gumilas A. 2020. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Kecamatan Sumbang Banyumas. *Jurnal of Bionursing* 2(1), 63-67. (diakses pada 14 April 2023) di <https://bionursing.fikes.unsoed.ac.id/bion/index.php/bionursing/article/view/40/55>
- Handayani S, Ambarwati R, Tursilowati S. 2016. Pengaruh Konseling Gizi terhadap Pengetahuan dan Kepatuhan Diet DM pada Pasien DM Tipe-2 di Puskesmas Kapuan Kecamatan Cepu Kabupaten Blora. *Jurnal Riset Gizi*, 4(2), 26-30. (Diakses pada 10 September 2022) di <https://doi.org/10.31983/jrg.v4i2.3264>
- Haryono R. 2013. *Awas Musuh-musuh Anda Setelah Usia 40 Tahun*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Hasdianah HR. 2012 *Mengenal Diabetes Melitus pada Anak -anak Dengan Solusi Herbal*. Yogyakarta: CV Medika Nuha Medika.
- Hidayah M, Sopiyanidi S. 2018. Efektifitas penggunaan media edukasi buku saku dan leaflet terhadap pengetahuan dan kepatuhan diet pasien rawat jalan diabetes melitus tipe 2 di puskesmas. *Pontianak Nutrition Journal* (PNJ), 1(2), 66-69. <https://doi.org/10.7454/psr.v4i2.3742>
- IDF (International Diabetes Federation). 2019. *IDF Diabetes Atlas*, 9th edn. (Diakses pada 26 Agustus 2022) di <https://www.diabetesatlas.org/en/resources/>

- Irwan, Ahmad F, Bialangi S. 2021. Hubungan Riwayat Keluarga dan Perilaku Sedentari Terhadap Kejadian Diabetes Melitus. *Jambura Journal of Health Sciences And Research*. Vol 3, No.1 (Diakses pada 14 April 2023) di <https://repository.unsri.ac.id>
- Jatmika SED, Maulana S, Maulana M. 2019. *Pengembangan Media Promosi Kesehatan*. Yogyakarta: K-Media
- Juwariyah S, Spriatiningrum DN, Prayitno SA. 2019. Faktor Kepuasan Pasien Terhadap Waste Makanan Lunak Pada Pasien Diabetes Melitus Di Rs. Muhammadiyah Gresik. *Ghidza Media Jurnal*, 1(1), 10-18.(Diakses pada 8 Mei 2023) di <http://dx.doi.org/10.30587/ghidzamediajurnal.v1i1.1070>
- Kemenkes RI. 2014. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2014*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kholid A. 2014. *Promosi Kesehatan*. Jakarta: Raja Grafindo.
- Maulana M. 2019. Mengenal Diabetes : *Panduan Praktis Menangani Penyakit Kencing Manis*. Jogjakarta: katahati.
- Nanang P 2021. Gambaran Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Poto Tano Kabupaten Sumbawa Barat Tahun [skripsi]. Universitas Andalas. (Diakses 16 Mei 2023) di <http://scholar.unand.ac.id/68282/5/skripsi%20full%20taxt.pdf>
- NIDDK (National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Disease). 2014. *What is diabetes*. (Diakses pada 2 September 2022) <https://www.niddk.nih.gov/health-information/diabetes/overview/what-is-diabetes>
- Notoatmodjo S. 2018. *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Oktorina R, Sitorus R, Sukmarini L. 2019. Pengaruh Edukasi Kesehatan dengan Self Instructional Module Terhadap Pengetahuan Tentang Diabetes Melitus. *Jurnal Endurance*. 4. 171. 10.22216/jen.v4i1.2995. (Di akses pada 2 November 2022) <http://dx.doi.org/10.22216/jen.v4i1.2995>

- Perkeni (Persatuan Endokrinologi Indonesia). 2015. *Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2*. PB PERKENI.
- Perkeni (Persatuan Endokrinologi Indonesia). 2021. *Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia*. PB PERKENI.
- Presetiawati I, Retnosari A, Sauriasari R. 2017. Efektivitas booklet pengobatan dan konseling kepatuhan pengobatan pada pasien diabetes melitus tipe 2. *Jurnal Internasional Farmasi Terapan* (2017): 28-31.
- Rahayu, Riani S. 2020. Efektivitas Edukasi Gizi Menggunakan Booklet Terhadap Pengetahuan Gizi Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Melong Asih [skripsi]. Bandung: Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung. (Diakses pada 2 September 2022)  
<http://repo.poltekkesbandung.ac.id/id/eprint/1439>
- Restyana NR (2015). Diabetes melitus tipe 2. *Jurnal Majority*, 4(5). Lampung: Medical Faculty, Lampung University. (Diakses pada 4 April 2023)  
<https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/615/0>
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). 2018. *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018*. (Di akses pada 10 September 2022) <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-riset-kesehatan-dasar-riskesdas/>
- Sagala R, Arozal W, Sauriasari R, Keban, S. 2018. Evaluasi penerapan booklet dan edukasi apoteker pada pasien diabetes melitus tipe 2 di rumah sakit Mayapada Tangerang. *jurnal Pharmaceutical Sciences and Research*, 4(2), 5. (Diakses pada tanggal 27 Agustus 2022)
- Saifunurmazah D. 2014. Kepatuhan Penderita Diabetes Melitus Dalam Menjalani Terapi Olahraga Dan Diet [Skripsi] Universitas Negeri Semarang, Semarang. (Diakses pada tanggal 13 Mei 2023)  
<http://lib.unnes.ac.id/17487/1/1550408022.pdf>
- Srikantika VM, Akbar, MR, Lingga HN 2019. Evaluasi Intervensi Media Booklet Tingkat Terhadap Pengetahuan Dan Kepatuhan Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Banjarbaru Selatan. *Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia* , 6 (1). (Diakses 14 Mei 2023).
- Supariasa D, Nyoman D. 2019. *Asuhan Gizi Klinik*. Jakarta: EGC.



- Suryani I, Isdiany, Nitta, Kusumayanti G. 2018. *Dietetik Penyakit Tidak Menular*. Pusat Pendidikan Sumber Daya. Manusia Kesehatan BPPSDM
- Susilawati, Rista R. 2019. Hubungan Usia, Jenis Kelamin dan Hipertensi dengan Kejadian Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Tugu Kecamatan Cimanggis Kota Depok [skripsi]. Depok: STIKes Raflesia Depok.
- Sutawardana JH, Putri WN, Widayati N. 2020. Hubungan Self Compassion dengan Kepatuhan Terapi Insulin Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Rsd Dr. Soebandi Jember. *Jurnal of Nursing Care & Biomolecular*.
- Tandra H. 2018. *Segala Sesuatu yang Harus Anda Ketahui tentang Diabetes*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Tarigan R. 2022. Hubungan Gaya Hidup dengan Terjadinya Penyakit Diabetes Melitus di RSUD Daerah Dr R.M Djoelham. *Jurnal Keperawatan Priority*, Vol 5, No.1. (Diakses pada 2 April 2023) di <https://media.neliti.com/media/publications/469016-none-bc7b5b01.pdf>
- Wahyuningsih R. 2013. *Penatalaksanaan diet pada pasien*. 1st ed. Yogyakarta: Graha Ilmu
- WHO. 2016. (World Health Organization). *Epidemiological Situation*. (Di akses pada 12 Agustus 2022) di <https://www.who.int/leishmaniasis/burden/en/>
- WHO. 2019. (World Health Organization). *Epidemiological Situation*. (Di akses pada 5 September 2022) di <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>
- Widodo B. 2014. *Pendidikan Kesehatan dan Aplikasinya di SD/MI*. Madrasah: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Dasar, 7(1), 12.
- Yeni F. 2019. Pengaruh Edukasi Dengan Leaflet Dan Reminder Terhadap Kepatuhan Dan Kadar Glukosa Darah Pasien Diabetes Mellitus Tipe II di Puskesmas Lapai Padang [skripsi]. Padang: Universitas Perintis Indonesia. (Diakses pada 5 September 2022) di <http://repo.upertis.ac.id/id/eprint/1868>

Zanti. 2017. Gambaran Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus di RSUD Pasaman Barat. [skripsi]. Padang: Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Andalas. (Diakses pada tanggal 17 September 2022) <http://scholar.unand.ac.id/21784/>

## **LAMPIRAN**

**Lampiran 1****LEMBAR PERSETUJUAN PASIEN  
(INFORMED CONSENT)**

Nama :

Umur :

Rekam Medik :

Alamat :

Menyatakan bersedia untuk menjadi responden pada penelitian yang akan dilakukan oleh Wuri Rahmaningtyas, mahasiswi Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Kemenkkes Palangka Raya yang berjudul “ **PENGARUH PEMBERIAN EDUKASI DIET DENGAN MEDIA BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN DIET PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI RSUD HANAU**”.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sejujur-jujurnya tanpa paksaan dari pihak manapun

Pembuang Hulu, 2023

(.....)

## Lampiran 2

### FORMULIR IDENTITAS PASIEN

No Pasien ( Diisi oleh Petugas)

#### Petunjuk Pengisian:

- a. Bacalah dengan cermat setiap pertanyaan
- b. Pilih salah satu jawaban yang menurut bapak/Ibu paling sesuai dengan kondisi anda saat ini
- c. Memberikan tanda ceklis (√) pada kotak yang tersedia

#### A. Identitas

1. Nama : .....
2. Umur : ..... Tahun
3. Jenis Kelamin : Laki Laki  Perempuan
4. Alamat : .....

#### B. Sosial Ekonomi

1. Pendidikan Terakhir
 

Tidak Sekolah	<input type="checkbox"/>
SD	<input type="checkbox"/>
SMP	<input type="checkbox"/>
SMA / Sederajat	<input type="checkbox"/>
Perguruan Tinggi	<input type="checkbox"/>
  
2. Pekerjaan
 

PNS / TNI / POLRI	<input type="checkbox"/>
Wiraswasta	<input type="checkbox"/>
Swasta	<input type="checkbox"/>

Tidak Bekerja / IRT

Petani

Pensiun

Lainnya, Sebutkan

.....

### C. Status Gizi Pasien

1. Berat Badan : .....
2. Tinggi Badan : .....
3. IMT : .....

### D. Status Diabetes Melitus (DM)

1. Riwayat keluarga Diabetes Melitus (DM)
2. Komplikasi Diabetes Melitus (DM)
3. Obat DM yang di gunakan : Insulin   
Oral, Sebutkan .....

**Lampiran 3****KUESIONER PENGETAHUAN DIET 3J**

Petunjuk Pengisian:

- Bacalah dengan teliti setiap pertanyaan
- Pilih salah satu jawaban yang paling sesuai dengan kondisi saat ini
- Beri tanda ceklis (✓) pada kotak yang tersedia

No	Pertanyaan	Benar	Salah
1	Penderita DM dianjurkan mengkonsumsi makanan siap saji seperti sarden, mie instan		
2	Penderita DM boleh mengkonsumsi buah yang diawetkan dengan gula		
3	Sumber protein yang tinggi kandungan kolesterol seperti jeroan sangat baik untuk penderita DM		
4	Penderita DM diperbolehkan makan cake		
5	Penderita DM dianjurkan mengkonsumsi yang tidak mengandung tinggi lemak seperti daging rendah lemak, ikan ayam tanpa kulit		
6	Penderita DM diperbolehkan mengkonsumsi lemak dalam jumlah terbatas, dan makanan yang dianjurkan diolah dengan cara dipanggang, di kukus, direbus, ditumis		
7	Jumlah porsi untuk makanan penderita DM bebas sesuai keinginan pasien		
8	Pola makan bagi penderita DM adalah dengan cara makan karbohidrat yang banyak		
9	Penentuan jumlah kebutuhan kalori penderita DM salah satunya dengan berat badan		
10	Mengkonsumsi lemak > 30% dari total asupan energi sangat dianjurkan untuk penderita DM		
11	Jumlah karbohidrat yang dianjurkan sebesar 45 -65 % dari total energi		
12	Tidak dianjurkan makan tiga kali sehari dan tidak dianjurkan diberikan selingan seperti buah		
13	Jumlah konsumsi serat yang disarankan adalah 20-35 gram perhari		
14	Jarak makan siang dengan makan sore untuk penderita DM yaitu 3 jam		
15	Penderita DM tidak dianjurkan mengkonsumsi makanan selingan sebanyak 2-3 kali		

**Lampiran 4**

Formulir Recall makan pasien  
**IDENTITAS RESPONDEN**

Nama :

Umur :

Rekam medik :

Alamat :

Hari ke :

Waktu makan	Menu Makanan	Bahan Makanan		
		Jenis Bahan	Banyaknya	
			URT/Porsi	Berat (gram)



**Lampiran 5****FORMULIR *FOOD WEIGHING***

Tanggal :

Kode sampel :

No	Jam Makan	Menu Makan	Bahan Makanan	Berat Awal (gr)	Berat Akhir (gr)	Sisa (%)
1	Makan Pagi					
2	Snack Pagi					
3	Makan Siang					
4	Snack Sore					
5	Makan Sore					
Total						

## Lampiran 6

### HASIL PENELITIAN PENGETAHUAN DIET 3 J

No.	Nama	Umur	JK	Pendidikan	Pekerjaan	Status Gizi	Skor <i>Pre Test</i>	Skor <i>Post Test</i>
1	Ny. S	62	P	SD	IRT	Obese I	10	14
2	Tn. S	51	L	SMP	Petani	Normal	10	15
3	Tn. R	48	L	S1	PNS	Dengan Resiko	13	15
4	Ny. I	39	P	SMA	IRT	Obese I	12	14
5	Ny. K	47	P	SMP	IRT	Normal	9	12
6	Ny. K	66	P	SMP	IRT	Obese I	10	15
7	Ny. M	72	P	SD	IRT	Normal	7	14

Lampiran 7

## HASIL PENELITIAN KEPATUHAN DIET 3 J

No	Nama	Umur	JK	Pendidikan	Pekerjaan	IMT	Asupan Energi						Asupan KH						Jadwal	Jenis	Kepatuhan Diet Edukasi Gizi
							Sebelum			Sesudah			Sebelum			Sesudah					
							Total	%	Kategori	Total	%	Kategori	Total	%	Kategori	Total	%	Kategori			
1	Ny. S	62	P	SD	IRT	28,7/Obese I	453	34,7	Tidak Patuh	1234,3	97,6	Patuh	65	30,7	Tidak Patuh	170,8	96,7	Patuh	Patuh	Patuh	Patuh
2	Tn. S	51	L	SMP	Petani	22,1/Normal	869,5	43,1	Tidak Patuh	2037,2	100	Patuh	115,1	38,1	Tidak Patuh	293,4	100	Patuh	Patuh	Patuh	Patuh
3	Tn. R	48	L	S1	PNS	25/Obese I	2127	145,0	Tidak Patuh	1426,8	100	Patuh	381,7	189,1	Tidak Patuh	196,1	100,0	Patuh	Patuh	Patuh	Patuh
4	Ny. K	47	P	SMP	IRT	27/ Obese I	1866	152,3	Tidak Patuh	1163,7	96,7	Patuh	323,6	176,1	Tidak Patuh	150,9	90,6	Tidak patuh	Patuh	Patuh	Tidak Patuh
5	Ny. K	47	P	SMP	IRT	22,8 Normal	110,7	8,0	Tidak Patuh	1302	100	Patuh	25,1	11,2	Tidak Patuh	209,3	100,0	Patuh	Patuh	Patuh	Patuh
6	Ny. M	66	P	SMP	IRT	27/ Obese I	253,5	23,0	Tidak Patuh	1139,2	95,2	Tidak Patuh	40,7	24,7	Tidak Patuh	149,7	93,1	Tidak patuh	Patuh	Patuh	Tidak Patuh
7	Ny. M	72	P	SD	IRT	20/ Normal	532,6	48,9	Tidak Patuh	1119,4	100	Patuh	81,0	45,8	Tidak Patuh	166,9	100,0	Patuh	Patuh	Patuh	Patuh



Lampiran 8																			
Recall 1x24 Jam Pasien 2																			
Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat	Energi (Kcal)	Protein (g)		Lemak (g)	H A (g)	Ca (mg)	Fosfor (mg)	Fe (mg)	Vit. A (SI)	Vit. B1 (mg)	Vit. C (mg)	Natrium (mg)	Kalium (mg)	Coles (mg)	Serat (mg)	AIR (ml)
					Hewani	Nabati													
Makan Pagi	Nasi	Beras giling masak nasi	75	133,5	0,0	1,6	0,1	30,5	3,8	16,5	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,8	42,8
	Telur ceplok	Telur ayam	50	81,0	6,4	0,0	5,8	0,4	27,0	90,0	1,4	450,0	0,1	0,0	79,0	89,0	275,0	0,0	37,0
	Kerupuk	kerupuk udang	30	164,7	2,0	0,0	8,5	20,0	3,9	15,0	0,4	5,7	17,1	0,0	0,3	22,2	17,1	17,7	0,2
	Teh manis	Teh	5	6,6	0,0	1,0	0,0	3,4	35,9	13,3	0,6	0,1	0,0	0,0	0,5	90,0	0,0	0,0	0,4
		Gula pasir	30	109,2	0,0	0,0	0,0	28,2	1,5	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,2	0,0	0,0	1,6
Sub Total				495,0	8,4	2,6	14,4	82,4	72,0	135,1	2,7	455,8	17,2	0,0	79,9	201,4	292,1	18,5	82,0
Snack Pagi																			
Sub Total				0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Makan Siang	Nasi	Beras giling masak nasi	75	133,5	0,0	1,6	0,1	30,5	3,8	16,5	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,8	42,8
	Ayam goreng	Ayam	50	151,0	9,1	0,0	12,5	0,0	7,0	100,0	0,8	405,0	0,0	0,0	50,0	175,0	30,0	0,0	28,0
			Minyak kelapa sawit	3	27,1	0,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	1800,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Tahu goreng	Tahu	40	27,2	0,0	3,1	1,8	0,6	49,6	25,2	0,3	0,0	0,0	0,0	4,8	60,4	0,0	0,2	33,9
			Minyak kelapa sawit	3	27,1	0,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	1800,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Tumis kangkung	Kangkung	30	8,7	0,0	0,9	0,1	1,6	21,9	15,0	0,8	1890,0	0,0	0,9	19,5	23,4	0,0	0,4	26,9
Sub Total				374,5	9,1	5,6	20,5	32,7	82,3	156,7	2,2	5895,0	0,1	0,9	74,3	258,8	30,0	1,3	131,5
Sanck Sore																			
Sub Total				0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Makan Malam																			
tidak makan malam																			
Sub Total				0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Snack Malam																			
Sub Total				0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Total Asupan				869,5	25,6	34,9	115,1	154,3	291,8	4,9	6350,8	17,3	0,9	154,2	460,2	322,1	19,8	213,5	

Lampiran 9																				
Recall 1x24 Jam Pasien 3																				
Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat	Energi (Kcal)	Protein (g)		Lemak (g)	H A (g)	Ca (mg)	Fosfor (mg)	Fe (mg)	Vit. A (SI)	Vit. B1 (mg)	Vit. C (mg)	Natrium (mg)	Kalium (mg)	Coles (mg)	Serat (mg)	AIR (ml)	
					Hewani	Nabati														
Makan Pagi	kue bolu kukus	kue bolu kukus	100	207,0	0,0	4,4	2,0	42,9	12,0	54,0	0,5	32,0	96,0	0,0	0,0	22,0	45,0	72,0	0,6	
	teh manis	Gula pasir	30	109,2	0,0	0,0	0,0	28,2	1,5	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,2	0,0	0,0	1,6	
		Teh		3	4,0	0,0	0,6	0,0	2,0	21,5	8,0	0,4	0,1	0,0	0,0	0,3	54,0	0,0	0,0	0,2
Sub Total				320,2	0,0	5,0	2,0	73,1	35,0	62,3	0,9	32,1	96,0	0,0	0,4	76,2	45,0	72,0	2,4	
Snack Pagi																				
Sub Total				0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Makan Siang	Nasi	Beras giling masak nasi	150	267,0	0,0	3,2	0,2	60,9	7,5	33,0	0,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,5	85,5	
	ikan tongkol goreng	Ikan Tongkol	75	83,2	18,0	0,0	0,8	0,0	12,8	147,0	0,5	12,0	36,0	0,3	0,0	28,5	142,5	34,5	0,0	
		Minyak kelapa sawit	3	27,1	0,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1800,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	sayur bayam bening	Bayam	30	10,8	0,0	1,1	0,2	2,0	80,1	20,1	1,2	1827,0	0,0	24,0	1,2	124,8	0,0	1,1	26,1	
	Labu waluh	50	14,5	0,0	0,6	0,2	3,3	22,5	32,0	0,7	90,0	0,0	26,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	45,6	
Sub Total				402,5	18,0	4,8	4,2	66,2	122,9	232,1	3,1	3729,0	36,1	50,3	1,2	153,3	142,5	37,1	157,2	
Sanck Sore																				
Sub Total				0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Makan Malam	teh manis	Teh	3	4,0	0,0	0,6	0,0	2,0	21,5	8,0	0,4	0,1	0,0	0,0	0,3	54,0	0,0	0,0	0,2	
		Gula pasir	30	109,2	0,0	0,0	0,0	28,2	1,5	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,2	0,0	0,0	1,6	
	terang bulan	Tepung terigu	200	730,0	0,0	17,8	2,6	154,6	32,0	212,0	2,4	0,0	0,2	0,0	4,0	800,0	0,0	3,0	24,0	
		Gula pasir	30	109,2	0,0	0,0	0,0	28,2	1,5	0,3	0,0	0,0	0,0	0,1	0,2	0,0	0,0	0,0	1,6	
		Coklat manis, batang	20	94,4	0,0	0,4	6,0	12,5	12,6	41,4	0,6	6,0	0,0	0,0	100,0	20,0	0,0	0,0	0,3	
		Susu kental manis	30	100,8	2,5	0,0	3,0	16,5	82,5	62,7	0,1	153,0	0,0	0,3	45,0	96,0	0,0	0,0	7,5	
		Telur ayam	25	40,5	3,2	0,0	2,9	0,2	13,5	45,0	0,7	225,0	0,0	0,0	39,5	44,5	137,5	0,0	18,5	
		Margarine	30	216,0	0,2	0,0	24,3	0,1	6,0	4,8	0,0	600,0	0,0	0,0	296,1	6,9	0,0	0,0	4,7	
Sub Total				1404,1	5,8	18,8	38,8	242,4	171,1	374,5	4,1	984,1	0,3	0,3	485,1	1021,7	137,5	3,0	58,4	
Snack Malam																				
Sub Total				0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Total Asupan				2126,8		52,4	45,0	381,7	329,0	668,8	8,1	4745,1	132,4	50,6	486,7	1251,2	325,0	112,1	218,0	

Recall 1x24 Jam Pasien 4

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat	Energi (Kcal)	Protein (g)		Lemak (g)	H A (g)	Ca (mg)	Fosfor (mg)	Fe (mg)	Vit. A (SI)	Vit. B1 (mg)	Vit. C (mg)	Natrium (mg)	Kalium (mg)	Coles (mg)	Serat (mg)	AIR (ml)	
					Hewani	Nabati														
Makan Pagi	Nasi	Beras giling masak nasi	150	267,0	0,0	3,2	0,2	60,9	7,5	33,0	0,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,5	85,5
		ayam goreng kecap	75	226,5	13,7	0,0	18,8	0,0	10,5	150,0	1,1	607,5	0,1	0,0	0,0	75,0	262,5	45,0	0,0	41,9
			Minyak kelapa sawit	3	27,1	0,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	1800,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			Kecap	5	2,3	0,0	0,3	0,1	0,5	6,2	4,8	0,3	0,0	0,0	0,0	200,0	25,0	0,0	0,0	3,2
			Prei ( daun bawang )	5	2,3	0,0	0,1	0,0	0,5	2,6	2,5	0,1	2,0	0,0	0,9	0,3	15,8	0,0	0,3	4,3
		Teh manis	Gula pasir	30	109,2	0,0	0,0	0,0	28,2	1,5	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,2	0,0	0,0	1,6
<b>Sub Total</b>				<b>634,3</b>	<b>13,7</b>	<b>3,5</b>	<b>22,0</b>	<b>90,1</b>	<b>28,3</b>	<b>190,6</b>	<b>2,2</b>	<b>2409,5</b>	<b>0,1</b>	<b>0,9</b>	<b>275,3</b>	<b>303,5</b>	<b>45,0</b>	<b>1,8</b>	<b>136,5</b>	
Snack Pagi	Roti manis + selai	Roti putih	100	248,0	0,0	8,0	1,2	50,0	10,0	95,0	1,5	0,0	0,1	0,0	530,0	91,0	0,0	1,0	40,0	
		selai	30	71,7	0,0	0,2	0,2	19,4	6,0	6,0	0,3	0,0	0,0	0,0	4,5	22,5	0,0	0,0	10,2	
<b>Sub Total</b>				<b>319,7</b>	<b>0,0</b>	<b>8,2</b>	<b>1,4</b>	<b>69,4</b>	<b>16,0</b>	<b>101,0</b>	<b>1,8</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>534,5</b>	<b>113,5</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	<b>50,2</b>	
Makan Siang	Nasi	Beras giling masak nasi	150	267,0	0,0	3,2	0,2	60,9	7,5	33,0	0,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,5	85,5	
		Ikan mas goreng	75	64,5	12,0	0,0	1,5	0,0	15,0	112,5	1,5	112,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	60,0
			Minyak kelapa sawit	3	27,1	0,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	1800,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
			Kecap	5	2,3	0,0	0,3	0,1	0,5	6,2	4,8	0,3	0,0	0,0	0,0	200,0	25,0	0,0	0,0	3,2
		Kopi manis	Kopi, bagian yang dapat larut	15	52,8	0,0	2,6	0,2	10,4	44,4	55,2	0,6	0,0	0,0	0,0	0,0	2,4	0,0	0,0	0,0
			Gula pasir	30	109,2	0,0	0,0	0,0	28,2	1,5	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,2	0,0	0,0	1,6
<b>Sub Total</b>				<b>522,9</b>	<b>12,0</b>	<b>6,0</b>	<b>4,9</b>	<b>99,9</b>	<b>74,6</b>	<b>205,8</b>	<b>3,2</b>	<b>1912,5</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>200,1</b>	<b>27,6</b>	<b>0,0</b>	<b>1,5</b>	<b>150,3</b>	
Snack Sore	Pisang goreng	pisang kepok	50	58,0	0,4	0,0	0,1	15,6	1,0	14,0	0,3	45,5	0,1	5,5	2,5	232,5	0,0	1,2	0,0	
		Tepung terigu	10	36,5	0,0	0,9	0,1	7,7	1,6	10,6	0,1	0,0	0,0	0,0	0,2	40,0	0,0	0,2	1,2	
<b>Sub Total</b>				<b>94,5</b>	<b>0,4</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>23,3</b>	<b>2,6</b>	<b>24,6</b>	<b>0,4</b>	<b>45,5</b>	<b>0,1</b>	<b>5,5</b>	<b>2,7</b>	<b>272,5</b>	<b>0,0</b>	<b>1,3</b>	<b>1,2</b>	
Makan Malam	Nasi	Beras giling masak nasi	100	178,0	0,0	2,1	0,1	40,6	5,0	22,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0	57,0	
		Telur orak arik	50	81,0	6,4	0,0	5,8	0,4	27,0	90,0	1,4	450,0	0,1	0,0	79,0	89,0	275,0	0,0	37,0	
			Margarine	5	36,0	0,0	0,0	4,1	0,0	1,0	0,8	0,0	100,0	0,0	0,0	49,4	1,2	0,0	0,0	0,8
<b>Sub Total</b>				<b>295,0</b>	<b>6,4</b>	<b>2,1</b>	<b>9,9</b>	<b>41,0</b>	<b>33,0</b>	<b>112,8</b>	<b>1,9</b>	<b>550,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>128,4</b>	<b>90,2</b>	<b>275,0</b>	<b>1,0</b>	<b>94,8</b>	
Snack Malam																				
<b>Sub Total</b>				<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>
<b>Total Asupan</b>				<b>1866,3</b>	<b>53,2</b>	<b>38,4</b>	<b>323,6</b>	<b>154,4</b>	<b>634,8</b>	<b>9,5</b>	<b>4917,5</b>	<b>0,4</b>	<b>6,4</b>	<b>1141,0</b>	<b>807,2</b>	<b>320,0</b>	<b>6,6</b>	<b>433,0</b>		

**Recall 1x24 Jam Pasien 5**

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat	Energi (Kcal)	Protein (g)		Lemak (g)	H A (g)	Ca (mg)	Fosfor (mg)	Fe (mg)	Vit. A (SI)	Vit. B1 (mg)	Vit. C (mg)	Natrium (mg)	Kalium (mg)	Coles (mg)	Serat (mg)	AIR (ml)
					Hewani	Nabati													
Makan Siang	Ubi rebus	Ubi jalar merah	90	110,7	0,0	1,6	0,6	25,1	27,0	44,1	0,6	6930,0	0,1	19,8	0,0	0,0	0,0	3,2	61,7
<b>Total Asupan</b>				<b>110,7</b>	<b>1,6</b>		<b>0,6</b>	<b>25,1</b>	<b>27,0</b>	<b>44,1</b>	<b>0,6</b>	<b>6930,0</b>	<b>0,1</b>	<b>19,8</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>3,2</b>	<b>61,7</b>
tidak makan pagi dan malam																			



## Recall 1x24 Jam Pasien 6

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat	Energi (Kcal)	Protein (g)		Lemak (g)	H A (g)	Ca (mg)	Fosfor (mg)	Fe (mg)	Vit. A (SI)	Vit. B1 (mg)	Vit. C (mg)	Natrium (mg)	Kalium (mg)	Coles (mg)	Serat (mg)	AIR (ml)	
					Hewani	Nabati														
<b>Makan Pagi</b>																				
<b>Sub Total</b>				0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>Snack Pagi</b>																				
<b>Sub Total</b>				0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Makan Siang</b>																				
	Nasi	Beras giling masak nasi	30	53,4	0,0	0,6	0,0	12,2	1,5	6,6	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,3	17,1	
	telur ceplok	Telur ayam	45	72,9	5,8	0,0	5,2	0,3	24,3	81,0	1,2	405,0	0,0	0,0	71,1	80,1	247,5	0,0	33,3	
		Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	teh hangat	Gula pasir	30	109,2	0,0	0,0	0,0	28,2	1,5	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,2	0,0	0,0	1,6	
<b>Sub Total</b>				253,5	5,8	0,6	7,2	40,7	27,3	87,9	1,4	1605,0	0,1	0,0	71,2	80,3	247,5	0,3	52,0	
<b>Sanck Sore</b>																				
<b>Sub Total</b>				0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Makan Malam</b>																				
tidak makan																				
<b>Sub Total</b>				0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Snack Malam</b>																				
<b>Sub Total</b>				0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Total Asupan</b>				253,5	6,4		7,2	40,7	27,3	87,9	1,4	1605,0	0,1	0,0	71,2	80,3	247,5	0,3	52,0	

Recall 1x24 Jam Pasien 7																				
Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat	Energi (Kcal)	Protein (g)		Lemak (g)	H A (g)	Ca (mg)	Fosfor (mg)	Fe (mg)	Vit. A (SI)	Vit. B1 (mg)	Vit. C (mg)	Natrium (mg)	Kalium (mg)	Coles (mg)	Serat (mg)	AIR (ml)	
					Hewani	Nabati														
<b>Makan Pagi</b>																				
	<b>Sub Total</b>			<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>
<b>Snack Pagi</b>	Roti manis Aorka	Roti putih	90	223,2	0,0	7,2	1,1	45,0	9,0	85,5	1,4	0,0	0,1	0,0	477,0	81,9	0,0	0,9	36,0	
		Jam Sale	5	12,0	0,0	0,0	0,0	3,2	1,0	1,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,8	3,8	0,0	0,0	1,7	
	The tawar	Gula pasir	15	54,6	0,0	0,0	0,0	14,1	0,8	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	0,0	0,8	
	<b>Sub Total</b>			<b>289,8</b>	<b>0,0</b>	<b>7,2</b>	<b>1,1</b>	<b>62,3</b>	<b>10,8</b>	<b>86,7</b>	<b>1,4</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>477,8</b>	<b>85,7</b>	<b>0,0</b>	<b>0,9</b>	<b>38,5</b>	
<b>Makan Siang</b>																				
<b>Tidak makan</b>																				
	<b>Sub Total</b>			<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>
<b>Snack Sore</b>																				
	<b>Sub Total</b>			<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>
<b>Makan Malam</b>	Nasi	Beras giling masak nasi	45	80,1	0,0	0,9	0,0	18,3	2,3	9,9	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,5	25,7	
	semur daging ayam	Daging Ayam Paha	75	160,4	1,7	0,0	10,7	0,0	7,5	101,3	0,8	21,8	65,3	0,1	0,0	41,3	102,8	44,3	0,0	
		Kecap	5	2,3	0,0	0,3	0,1	0,5	6,2	4,8	0,3	0,0	0,0	0,0	200,0	25,0	0,0	0,0	3,2	
	Air putih																			
	<b>Sub Total</b>			<b>242,8</b>	<b>1,7</b>	<b>1,2</b>	<b>10,8</b>	<b>18,7</b>	<b>15,9</b>	<b>116,0</b>	<b>1,3</b>	<b>21,8</b>	<b>65,3</b>	<b>0,1</b>	<b>200,0</b>	<b>66,3</b>	<b>102,8</b>	<b>44,7</b>	<b>28,8</b>	
<b>Snack Malam</b>																				
	<b>Sub Total</b>			<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>
	<b>Total Asupan</b>			<b>532,6</b>	<b>10,1</b>		<b>11,9</b>	<b>81,0</b>	<b>26,7</b>	<b>202,6</b>	<b>2,8</b>	<b>21,8</b>	<b>65,3</b>	<b>0,1</b>	<b>677,8</b>	<b>152,0</b>	<b>102,8</b>	<b>45,6</b>	<b>67,3</b>	

Lampiran 9																					
SUSUNAN MENU SEHARI PASIEN 1																					
Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat	Energi (Kcal)	Protein (g)		Lemak (g)	H A (g)	Ca (mg)	Fosfor (mg)	Fe (mg)	Vit. A (SI)	Vit. B1 (mg)	Vit. C (mg)	Natrium (mg)	Kalium (mg)	Coles (mg)	Serat (mg)	AIR (ml)		
					Hewani	Nabati															
Makan Siang	Nasi Lunak	Beras giling masak nasi	75	133,5	0,0	1,6	0,1	30,5	3,8	16,5	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,8	42,8	
	Ayam kalasan	Ayam	25	75,5	4,6	0,0	5,3	0,0	3,5	50,0	0,4	202,5	0,0	25,0	87,5	15,0	0,0	14,0			
			Minyak kelapa sawit	3	27,1	0,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	1800,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	Sate tahu	Tahu	50	34,0	0,0	5,9	2,3	0,8	62,0	31,5	0,4	0,0	0,0	6,0	75,5	0,0	0,3	42,4			
			Minyak kelapa sawit	3	27,1	0,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	1800,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	Cah sayur	Sawi	50	11,0	0,0	2,2	0,2	2,0	110,0	19,0	1,5	3230,0	0,0	51,0	5,9	183,7	0,0	2,0	46,1		
			Wortel	50	21,0	0,0	0,6	0,2	4,7	19,5	18,5	0,4	6000,0	0,0	3,0	35,0	122,5	0,0	2,5	44,1	
			Jagung muda dengan tongkol	50	16,5	0,0	1,1	0,1	3,7	3,5	50,0	0,3	100,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	2,0	44,8	
<b>Sub Total</b>				<b>345,6</b>	<b>4,6</b>	<b>11,3</b>	<b>14,0</b>	<b>41,6</b>	<b>202,3</b>	<b>185,5</b>	<b>3,3</b>	<b>13132,5</b>	<b>0,2</b>	<b>58,0</b>	<b>71,9</b>	<b>469,2</b>	<b>15,0</b>	<b>7,5</b>	<b>234,1</b>		
Snack Sore	Pisang Kepo Rebus	pisang kepok	75	86,9	0,6	0,0	0,2	23,4	1,5	21,0	0,5	68,3	0,1	8,3	3,8	348,8	0,0	1,7	0,0		
<b>Sub Total</b>				<b>86,9</b>	<b>0,6</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>23,4</b>	<b>1,5</b>	<b>21,0</b>	<b>0,5</b>	<b>68,3</b>	<b>0,1</b>	<b>8,3</b>	<b>3,8</b>	<b>348,8</b>	<b>0,0</b>	<b>1,7</b>	<b>0,0</b>		
Makan Malam	Nasi Lunak	Beras giling masak nasi	75	133,5	0,0	1,6	0,1	30,5	3,8	16,5	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,8	42,8		
	Ikan tongkol bumbu kuning	Ikan Tongkol	55	61,0	17,2	0,0	0,6	0,0	9,4	107,8	0,4	8,8	26,4	0,2	0,0	20,9	104,5	25,3	0,0		
			Tomat masak	5	1,0	0,0	0,1	0,0	0,2	0,3	1,4	0,0	75,0	0,0	2,0	0,2	11,8	0,0	0,4	4,7	
			Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	Tahu asam manis	Tahu	30	20,4	0,0	2,3	1,4	0,5	37,2	18,9	0,2	0,0	0,0	0,0	3,6	45,3	0,0	0,2	25,4		
			Saos tomat	5	4,9	0,0	0,1	0,0	1,2	0,6	0,9	0,0	94,0	0,0	0,6	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	
	Oseng sayuran	Buncis	50	17,5	0,0	3,2	0,1	3,9	32,5	22,0	0,6	315,0	0,0	9,5	17,6	38,9	0,0	4,8	44,5		
			Jagung muda dengan tongkol	50	16,5	0,0	1,1	0,1	3,7	3,5	50,0	0,3	100,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	2,0	44,8	
		Wortel	50	21,0	0,0	0,6	0,2	4,7	19,5	18,5	0,4	6000,0	0,0	3,0	35,0	122,5	0,0	2,5	44,1		
		Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0		
<b>Sub Total</b>				<b>293,8</b>	<b>17,2</b>	<b>9,0</b>	<b>4,3</b>	<b>44,6</b>	<b>106,7</b>	<b>236,0</b>	<b>2,3</b>	<b>7792,8</b>	<b>26,6</b>	<b>19,3</b>	<b>56,4</b>	<b>239,3</b>	<b>104,5</b>	<b>35,8</b>	<b>209,7</b>		
Snack Malam	Pepaya	Pepaya	75	34,5	0,0	0,8	0,0	9,2	17,3	9,0	1,3	273,8	0,0	58,5	3,0	165,8	0,0	1,9	65,0		
	Susu Diabetasol	Susu diabetasol	25	104,2	4,1	0,0	2,5	1,3	30,8	24,3	0,0	0,0	0,0	0,3	9,5	37,3	0,0	0,0	22,6		
<b>Sub Total</b>				<b>138,7</b>	<b>4,1</b>	<b>0,8</b>	<b>2,5</b>	<b>10,4</b>	<b>48,0</b>	<b>33,3</b>	<b>1,3</b>	<b>273,8</b>	<b>0,0</b>	<b>58,8</b>	<b>12,5</b>	<b>203,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,9</b>	<b>87,7</b>		
Makan Pagi	Nasi Lunak	Beras giling masak nasi	50	89,0	0,0	1,1	0,1	20,3	3,8	16,5	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,8	42,8		
	Telur bumbu merah	Telur ayam	50	81,0	7,4	0,0	4,8	0,4	27,0	90,0	1,4	450,0	0,1	0,0	79,0	89,0	275,0	0,0	37,0		
	Oseng sayur + tempe	Tempe	35	52,2	0,0	7,4	1,4	4,4	45,2	53,9	3,5	17,5	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	2,5	22,4		
			Kacang panjang	50	33,0	0,0	4,0	0,2	5,9	36,8	260,3	0,5	251,3	0,1	15,8	3,9	41,6	0,0	5,1	66,4	
			Jagung muda dengan tongkol	50	24,8	0,0	3,7	0,1	5,6	5,3	75,0	0,4	150,0	0,1	6,0	0,0	0,0	0,0	3,0	67,1	
			Minyak kelapa sawit	3	27,1	0,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	1800,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
			Wortel	50	21,0	0,0	0,6	0,2	4,7	19,5	18,5	0,4	6000,0	0,0	3,0	35,0	122,5	0,0	2,5	44,1	
<b>Sub Total</b>				<b>328,0</b>	<b>7,4</b>	<b>16,7</b>	<b>9,7</b>	<b>41,1</b>	<b>137,4</b>	<b>514,2</b>	<b>6,5</b>	<b>8668,8</b>	<b>0,3</b>	<b>24,8</b>	<b>117,9</b>	<b>253,1</b>	<b>275,0</b>	<b>13,8</b>	<b>279,8</b>		
Snack Pagi	Kentang rebus	Kentang	75	62,3	0,0	1,5	0,1	14,3	8,3	42,0	0,5	0,0	0,1	12,8	5,3	297,0	0,0	1,9	58,4		
<b>Sub Total</b>				<b>62,3</b>	<b>0,0</b>	<b>1,5</b>	<b>0,1</b>	<b>14,3</b>	<b>8,3</b>	<b>42,0</b>	<b>0,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>12,8</b>	<b>5,3</b>	<b>297,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,9</b>	<b>58,4</b>		
<b>Total Asupan</b>				<b>1234,3</b>	<b>33,9</b>	<b>30,7</b>	<b>175,5</b>	<b>504,1</b>	<b>1031,9</b>	<b>14,3</b>	<b>29936,1</b>	<b>27,2</b>	<b>181,8</b>	<b>267,7</b>	<b>1810,3</b>	<b>394,5</b>	<b>62,6</b>	<b>869,5</b>			

SUSUNAN MENU SEHARI PASIEN 2																				
Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat	Energi (Kcal)	Protein (g)		Lemak (g)	H A (g)	Ca (mg)	Fosfor (mg)	Fe (mg)	Vit. A (SD)	Vit. B1 (mg)	Vit. C (mg)	Natrium (mg)	Kalium (mg)	Coles (mg)	Serat (mg)	AIR (ml)	
					Hewani	Nabati														
Makan Siang	Nasi	Beras giling masak nasi	150	267,0	0,0	3,2	0,2	60,9	7,5	33,0	0,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,5	85,5
		Sop kimlo	75	226,5	13,7	0,0	15,8	0,0	10,5	150,0	1,1	607,5	0,1	0,0	75,0	262,5	45,0	0,0	0,0	41,9
			Jamur kuping kering	30	38,4	0,0	4,8	0,3	19,4	15,3	66,9	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	4,5
			Wortel	50	21,0	0,0	0,6	0,2	4,7	19,5	18,5	0,4	6000,0	0,0	3,0	35,0	122,5	0,0	2,5	44,1
			Seledri	5	1,0	0,0	0,1	0,0	0,2	2,5	2,0	0,1	6,5	0,0	0,6	4,8	16,3	0,0	0,2	4,7
		Perkedel tahu	Tahu	50	34,0	0,0	3,9	1,3	0,8	62,0	31,5	0,4	0,0	0,0	0,0	6,0	75,5	0,0	0,3	42,4
			Wortel	10	4,2	0,0	0,1	0,0	0,9	3,9	3,7	0,1	1200,0	0,0	0,6	7,0	24,5	0,0	0,5	8,8
			Prei ( daun bawang )	5	2,3	0,0	0,1	0,0	0,5	2,6	2,5	0,1	2,0	0,0	0,9	0,3	15,8	0,0	0,3	4,3
			Minyak kelapa sawit	5	45,1	0,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3000,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
			<b>Sub Total</b>		<b>639,5</b>	<b>13,7</b>	<b>12,7</b>	<b>22,7</b>	<b>87,4</b>	<b>123,8</b>	<b>308,1</b>	<b>4,9</b>	<b>10816,0</b>	<b>0,2</b>	<b>5,0</b>	<b>128,1</b>	<b>517,1</b>	<b>45,0</b>	<b>5,2</b>	<b>236,2</b>
Snack Sore	Pisang kepok rebus	pisang kepok	125	144,9	1,0	0,0	0,3	39,0	2,5	35,0	0,8	113,8	0,1	13,8	6,3	581,3	0,0	2,9	0,0	
		<b>Sub Total</b>		<b>144,9</b>	<b>1,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>39,0</b>	<b>2,5</b>	<b>35,0</b>	<b>0,8</b>	<b>113,8</b>	<b>0,1</b>	<b>13,8</b>	<b>6,3</b>	<b>581,3</b>	<b>0,0</b>	<b>2,9</b>	<b>0,0</b>	
Makan Malam	Nasi	Beras giling masak nasi	100	178,0	0,0	2,1	0,1	40,6	5,0	22,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0	57,0	
		Tongkol sarden	75	93,2	10,0	0,0	0,8	0,0	12,8	147,0	0,5	12,0	36,0	0,3	0,0	28,5	142,5	34,5	0,0	
			Saos tomat	5	4,9	0,0	0,1	0,0	1,2	0,6	0,9	0,0	94,0	0,0	0,6	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5
		Bola-bola tempe	Tempe	50	74,5	0,0	9,2	1,0	6,4	64,5	77,0	5,0	25,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	32,0
			Seledri	5	1,0	0,0	0,1	0,0	0,2	2,5	2,0	0,1	6,5	0,0	0,6	4,8	16,3	0,0	0,2	4,7
			Minyak kelapa sawit	3	27,1	0,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1800,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		Sayur tumis manis	Jagung kuning pipil baru	50	183,5	0,0	3,0	1,7	31,8	4,5	74,0	1,1	220,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	12,0
			Buncis	50	27,5	0,0	1,2	0,1	3,9	32,5	22,0	0,6	315,0	0,0	9,5	17,6	38,9	0,0	4,8	44,5
			Wortel	50	21,0	0,0	0,6	0,2	4,7	19,5	18,5	0,4	6000,0	0,0	3,0	35,0	122,5	0,0	2,5	44,1
			<b>Sub Total</b>		<b>610,6</b>	<b>10,0</b>	<b>16,2</b>	<b>6,8</b>	<b>88,7</b>	<b>141,9</b>	<b>363,4</b>	<b>8,1</b>	<b>8472,5</b>	<b>36,3</b>	<b>13,9</b>	<b>57,4</b>	<b>206,2</b>	<b>142,5</b>	<b>46,4</b>	<b>197,7</b>
Snack Malam	Semangka	Semangka	100	38,0	0,0	0,5	0,2	6,9	7,0	12,0	0,2	590,0	0,1	6,0	4,0	60,7	0,0	1,0	92,1	
	Susu diabetasol	susu diabetasol	25	104,2	4,1	0,0	2,5	1,3	30,8	24,3	0,0	0,0	0,0	0,3	9,5	37,3	0,0	0,0	22,6	
		<b>Sub Total</b>		<b>142,2</b>	<b>4,1</b>	<b>0,5</b>	<b>2,7</b>	<b>8,2</b>	<b>37,8</b>	<b>36,3</b>	<b>0,2</b>	<b>590,0</b>	<b>0,1</b>	<b>6,3</b>	<b>13,5</b>	<b>98,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	<b>114,7</b>	
Makan Pagi	Nasi	Beras giling masak nasi	100	178,0	0,0	2,1	0,1	40,6	5,0	22,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0	57,0	
		Tumis ayam sayuran	50	151,0	9,1	0,0	10,5	0,0	7,0	100,0	0,8	405,0	0,0	0,0	50,0	175,0	30,0	0,0	28,0	
			daun bawang	5	2,3	0,0	0,3	0,1	0,5	6,2	4,8	0,3	0,0	0,0	200,0	25,0	0,0	0,0	3,2	
			Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
			Wortel	50	21,0	0,0	0,6	0,2	4,7	9,5	16,5	0,5	190,0	0,0	4,0	22,2	70,7	0,0	1,5	47,3
			Jagung muda	50	12,0	0,0	0,9	0,0	16,4	0,3	7,0	0,4	0,0	0,0	0,0	2,6	39,4	0,0	0,0	2,6
			Tempe	30	37,3	0,0	9,2	0,4	0,5	37,2	18,9	0,2	0,0	0,0	0,0	3,6	45,3	0,0	0,2	25,4
			Kacang panjang	50	18,3	0,0	1,1	0,0	0,5	2,6	2,5	0,1	2,0	0,0	0,9	0,3	15,8	0,0	0,3	4,3
			<b>Sub Total</b>		<b>437,8</b>	<b>9,1</b>	<b>14,2</b>	<b>13,3</b>	<b>63,2</b>	<b>67,8</b>	<b>171,7</b>	<b>2,6</b>	<b>1797,0</b>	<b>0,1</b>	<b>4,9</b>	<b>278,6</b>	<b>371,2</b>	<b>30,0</b>	<b>2,9</b>	<b>167,7</b>
	Snack Pagi	Kentang rebus	Kentang	75	62,3	0,0	1,5	0,1	14,3	8,3	42,0	0,5	0,0	0,1	12,8	5,3	297,0	0,0	1,9	58,4
		<b>Sub Total</b>		<b>62,3</b>	<b>0,0</b>	<b>1,5</b>	<b>0,1</b>	<b>14,3</b>	<b>8,3</b>	<b>42,0</b>	<b>0,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>12,8</b>	<b>5,3</b>	<b>297,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,9</b>	<b>58,4</b>	
		<b>Total Asupan</b>		<b>2037,2</b>	<b>83,0</b>	<b>45,8</b>	<b>293,4</b>	<b>381,9</b>	<b>956,5</b>	<b>17,1</b>	<b>21789,3</b>	<b>36,9</b>	<b>56,5</b>	<b>489,1</b>	<b>2070,7</b>	<b>217,5</b>	<b>60,3</b>	<b>774,6</b>		

## SUSUNAN MENU SEHARI PASIEN 3

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat	Energi (Kcal)	Protein (g)		Lemak (g)	H A (g)	Ca (mg)	Fosfor (mg)	Fe (mg)	Vit. A (SD)	Vit. B1 (mg)	Vit. C (mg)	Natrium (mg)	Kalium (mg)	Coles (mg)	Serat (mg)	AIR (ml)	
					Hewani	Nabati														
Makan Pagi	Nasi	Beras giling masak nasi	75	133,5	0,0	1,6	0,1	30,5	3,8	16,5	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,8	42,8
		Telur ayam	50	81,0	6,4	0,0	4,8	0,4	27,0	90,0	1,4	450,0	0,1	0,0	79,0	89,0	275,0	0,0	37,0	
	Telur Bumbu bali	Tomat masak	5	1,0	0,0	0,1	0,0	0,2	0,3	1,4	0,0	75,0	0,0	2,0	0,2	11,8	0,0	0,4	4,7	
		Minyak kelapa sawit	2,5	22,6	0,0	0,0	2,5	0,0	0,0	0,0	0,0	1500,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	Oseng tahu + wortel kentang	Tahu	40	27,2	0,0	3,1	0,8	0,6	49,6	25,2	0,3	0,0	0,0	0,0	4,8	60,4	0,0	0,2	33,9	
		Wortel	40	16,8	0,0	0,5	0,1	3,7	15,6	14,8	0,3	4800,0	0,0	2,4	28,0	98,0	0,0	2,0	35,3	
		Kentang	40	33,2	0,0	0,8	0,0	7,6	4,4	22,4	0,3	0,0	0,0	6,8	2,8	158,4	0,0	1,0	31,1	
	<b>Sub Total</b>				<b>315,3</b>	<b>6,4</b>	<b>6,0</b>	<b>10,3</b>	<b>43,0</b>	<b>100,6</b>	<b>170,3</b>	<b>2,7</b>	<b>6825,0</b>	<b>0,2</b>	<b>11,2</b>	<b>114,8</b>	<b>417,6</b>	<b>275,0</b>	<b>4,3</b>	<b>184,8</b>
Snack Pagi	Kentang rebus	Kentang	75	62,3	0,0	1,5	0,1	14,3	8,3	42,0	0,5	0,0	0,1	12,8	5,3	297,0	0,0	1,9	58,4	
<b>Sub Total</b>				<b>62,3</b>	<b>0,0</b>	<b>1,5</b>	<b>0,1</b>	<b>14,3</b>	<b>8,3</b>	<b>42,0</b>	<b>0,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>12,8</b>	<b>5,3</b>	<b>297,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,9</b>	<b>58,4</b>	
Makan Siang	Nasi	Beras giling masak nasi	100	178,0	0,0	2,1	0,1	40,6	5,0	22,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0	57,0	
		Dada ayam	50	151,0	9,1	0,0	3,5	0,0	7,0	100,0	0,8	405,0	0,0	0,0	50,0	175,0	30,0	0,0	28,0	
	Sate tempe tepung	Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		Tempe	40	59,6	0,0	7,3	1,6	5,1	51,6	61,6	4,0	20,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,8	25,6
	Capcay sayur	Tepung terigu	5	18,3	0,0	0,4	0,1	3,9	0,8	5,3	0,1	0,0	0,0	0,0	0,1	20,0	0,0	0,1	0,6	
		Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	Wortel	Wortel	25	10,5	0,0	0,3	0,1	2,3	9,8	9,3	0,2	3000,0	0,0	1,5	17,5	61,3	0,0	1,3	22,1	
		Sawi	20	4,4	0,0	0,5	0,1	0,8	44,0	7,6	0,6	1292,0	0,0	20,4	2,3	73,5	0,0	0,8	18,4	
		Kentang	30	24,9	0,0	0,6	0,0	5,7	3,3	16,8	0,2	0,0	0,0	5,1	2,1	118,8	0,0	0,8	23,3	
		Seledri	5	1,0	0,0	0,1	0,0	0,2	2,5	2,0	0,1	6,5	0,0	0,6	4,8	16,3	0,0	0,2	4,7	
		Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>Sub Total</b>				<b>492,8</b>	<b>9,1</b>	<b>11,3</b>	<b>10,4</b>	<b>58,6</b>	<b>124,0</b>	<b>224,6</b>	<b>6,4</b>	<b>7723,5</b>	<b>0,2</b>	<b>27,6</b>	<b>76,8</b>	<b>464,8</b>	<b>30,0</b>	<b>6,8</b>	<b>179,6</b>	
Snack Sore	Pisang kepok rebus	pisang kepok	75	86,9	0,6	0,0	0,2	23,4	1,5	21,0	0,5	68,3	0,1	8,3	3,8	348,8	0,0	1,7	0,0	
<b>Sub Total</b>				<b>86,9</b>	<b>0,6</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>23,4</b>	<b>1,5</b>	<b>21,0</b>	<b>0,5</b>	<b>68,3</b>	<b>0,1</b>	<b>8,3</b>	<b>3,8</b>	<b>348,8</b>	<b>0,0</b>	<b>1,7</b>	<b>0,0</b>	
Makan Malam	Nasi	Beras giling masak nasi	100	178,0	0,0	2,1	0,1	40,6	5,0	22,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0	57,0	
		Dada ayam	50	151,0	9,1	0,0	3,5	0,0	7,0	100,0	0,8	405,0	0,0	0,0	50,0	175,0	30,0	0,0	28,0	
	Tumis tahu kecap	Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		Tahu	50	34,0	0,0	3,9	0,3	0,8	62,0	31,5	0,4	0,0	0,0	0,0	6,0	75,5	0,0	0,3	42,4	
	Cah sawi putih wortel jagung	Kecap	5	2,3	0,0	0,3	0,1	0,5	6,2	4,8	0,3	0,0	0,0	0,0	200,0	25,0	0,0	0,0	3,2	
		Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	Jagung muda dengan tongkol	Jagung muda dengan tongkol	30	9,9	0,0	0,7	0,0	2,2	2,1	30,0	0,2	60,0	0,0	2,4	0,0	0,0	0,0	1,2	26,9	
		Sawi	30	6,6	0,0	0,7	0,1	1,2	66,0	11,4	0,9	1938,0	0,0	30,6	3,5	110,2	0,0	1,2	27,7	
		Wortel	35	14,7	0,0	0,4	0,1	3,3	13,7	13,0	0,3	4200,0	0,0	2,1	24,5	85,8	0,0	1,8	30,9	
		Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	<b>Sub Total</b>				<b>441,6</b>	<b>9,1</b>	<b>8,1</b>	<b>8,2</b>	<b>48,5</b>	<b>161,9</b>	<b>212,7</b>	<b>3,2</b>	<b>9603,0</b>	<b>0,2</b>	<b>35,1</b>	<b>284,0</b>	<b>471,5</b>	<b>30,0</b>	<b>5,4</b>	<b>215,9</b>
Snack Malam	Semangka	Semangka	100	28,0	0,0	0,5	0,2	6,9	7,0	12,0	0,2	590,0	0,1	6,0	4,0	60,7	0,0	1,0	92,1	
	Susu diabetasol	susu diabetasol	25	104,2	4,1	0,0	2,5	1,3	30,8	24,3	0,0	0,0	0,0	0,3	9,5	37,3	0,0	0,0	22,6	
<b>Sub Total</b>				<b>28,0</b>	<b>4,1</b>	<b>0,5</b>	<b>2,7</b>	<b>8,2</b>	<b>37,8</b>	<b>36,3</b>	<b>0,2</b>	<b>590,0</b>	<b>0,1</b>	<b>6,3</b>	<b>13,5</b>	<b>98,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	<b>114,7</b>	
<b>Total Asupan</b>				<b>1426,8</b>	<b>56,7</b>	<b>31,9</b>	<b>196,1</b>	<b>434,0</b>	<b>706,7</b>	<b>13,5</b>	<b>24809,8</b>	<b>0,7</b>	<b>101,1</b>	<b>498,2</b>	<b>2097,6</b>	<b>335,0</b>	<b>21,1</b>	<b>753,4</b>		

## SUSUNAN MENU SEHARI PASIEN 4

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat	Energi (Kcal)	Protein (g)		Lemak (g)	H A (g)	Ca (mg)	Fosfor (mg)	Fe (mg)	Vit. A (SI)	Vit. B1 (mg)	Vit. C (mg)	Natrium (mg)	Kalium (mg)	Coles (mg)	Serat (mg)	AIR (ml)	
					Hewani	Nabati														
Makan Pagi	Nasi	Beras giling masak nasi	50	89,0	0,0	1,1	0,1	20,3	2,5	11,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,5	28,5
		Ayam	30	90,6	5,5	0,0	7,5	0,0	4,2	60,0	0,5	243,0	0,0	0,0	30,0	105,0	18,0	0,0	16,8	
	Sop ayam	Wortel	20	8,4	0,0	0,2	0,1	1,9	7,8	7,4	0,2	2400,0	0,0	1,2	14,0	49,0	0,0	1,0	17,6	
		Kol merah/putih	15	3,6	0,0	0,2	0,0	0,8	6,9	4,7	0,1	12,0	0,0	7,5	1,5	35,7	0,0	0,7	13,9	
	Rolade tahu	Kentang	12	10,0	0,0	0,2	0,0	2,3	1,3	6,7	0,1	0,0	0,0	2,0	0,8	47,5	0,0	0,3	9,3	
		Tahu	40	27,2	0,0	3,1	1,8	0,6	49,6	25,2	0,3	0,0	0,0	4,8	60,4	0,0	0,2	33,9		
		Seledri	5	1,0	0,0	0,1	0,0	0,2	2,5	2,0	0,1	6,5	0,0	0,6	4,8	16,3	0,0	0,2	4,7	
		Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	<b>Sub Total</b>				<b>238,8</b>	<b>5,5</b>	<b>4,9</b>	<b>10,5</b>	<b>26,1</b>	<b>74,8</b>	<b>117,0</b>	<b>1,4</b>	<b>3261,5</b>	<b>0,1</b>	<b>11,3</b>	<b>55,9</b>	<b>313,9</b>	<b>18,0</b>	<b>2,9</b>	<b>124,7</b>
Snack Pagi	Kentang rebus	Kentang	50	41,5	0,0	1,0	0,1	9,6	5,5	28,0	0,4	0,0	0,1	8,5	3,5	198,0	0,0	1,3	38,9	
		<b>Sub Total</b>				<b>41,5</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	<b>0,1</b>	<b>9,6</b>	<b>5,5</b>	<b>28,0</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>8,5</b>	<b>3,5</b>	<b>198,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,3</b>
Makan Siang	Nasi	Beras giling masak nasi	75	133,5	0,0	1,6	0,1	30,5	3,8	16,5	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,8	42,8	
		Dada ayam tanpa kulit	50	107,0	1,1	0,0	3,1	0,0	5,0	67,5	0,6	14,5	43,5	0,1	0,0	27,5	68,5	29,5	0,0	
	Ayam goreng mentega	Mentega	2	14,5	0,0	0,0	1,6	0,0	0,3	0,3	0,0	66,0	0,0	0,0	19,7	0,3	5,0	0,0	0,3	
		Prei ( daun bawang )	5	2,3	0,0	0,1	0,0	0,5	2,6	2,5	0,1	2,0	0,0	0,9	0,3	15,8	0,0	0,3	4,3	
	Tempe goreng ketumbar	Tempe	40	59,6	0,0	7,3	1,6	5,1	51,6	61,6	4,0	20,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	2,8	25,6	
		Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	Cah sayuran	Wortel	20	8,4	0,0	0,2	0,1	1,9	7,8	7,4	0,2	2400,0	0,0	1,2	14,0	49,0	0,0	1,0	17,6	
		Buncis	20	16,6	0,0	0,4	0,0	3,8	2,2	11,2	0,1	0,0	0,0	3,4	1,4	79,2	0,0	0,5	15,6	
		Jagung muda dengan tongkol	20	6,6	0,0	0,4	0,0	1,5	1,4	20,0	0,1	40,0	0,0	1,6	0,0	0,0	0,0	0,8	17,9	
<b>Sub Total</b>				<b>402,9</b>	<b>1,1</b>	<b>11,0</b>	<b>8,5</b>	<b>51,0</b>	<b>76,3</b>	<b>197,6</b>	<b>5,5</b>	<b>3742,5</b>	<b>43,7</b>	<b>7,1</b>	<b>35,6</b>	<b>211,8</b>	<b>73,5</b>	<b>35,8</b>	<b>125,3</b>	
Snack Sore	Pisang Kepo Rebus	pisang kepok	50	58,0	0,4	0,0	0,1	15,6	1,0	14,0	0,3	45,5	0,1	5,5	2,5	232,5	0,0	1,2	0,0	
<b>Sub Total</b>				<b>58,0</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>15,6</b>	<b>1,0</b>	<b>14,0</b>	<b>0,3</b>	<b>45,5</b>	<b>0,1</b>	<b>5,5</b>	<b>2,5</b>	<b>232,5</b>	<b>0,0</b>	<b>1,2</b>	<b>0,0</b>	
Makan Malam	Nasi	Beras giling masak nasi	75	133,5	0,0	1,6	0,1	30,5	3,8	16,5	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,8	42,8	
		Telur ayam	50	81,0	6,4	0,0	2,9	0,4	13,5	45,0	0,7	225,0	0,0	0,0	39,5	44,5	137,5	0,0	18,5	
	Tumis sayuran	Prei ( daun bawang )	5	2,3	0,0	0,1	0,0	0,5	2,6	2,5	0,1	2,0	0,0	0,9	0,3	15,8	0,0	0,3	4,3	
		Kol merah/putih	30	4,9	0,0	0,1	0,0	1,2	0,6	0,9	0,0	94,0	0,0	0,6	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	
	Tempe bacem	Wortel	27	4,2	0,0	0,1	0,0	0,9	3,9	3,7	0,1	1200,0	0,0	0,6	7,0	24,5	0,0	0,5	8,8	
		Kembang kol	15	1,8	0,0	0,1	0,0	0,4	3,3	2,2	0,1	31,5	0,0	1,0	1,8	3,9	0,0	0,5	4,4	
		Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		Tahu	50	59,6	0,0	7,3	1,6	5,1	51,6	61,6	4,0	20,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	2,8	25,6	
	Gula aren	Gula aren	5	18,4	0,0	0,0	0,0	14,8	3,8	1,8	0,2	0,0	0,0	0,0	1,2	11,5	0,0	0,0	0,5	
Minyak kelapa sawit		1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0		
<b>Sub Total</b>				<b>323,6</b>	<b>6,4</b>	<b>9,3</b>	<b>6,6</b>	<b>53,7</b>	<b>83,8</b>	<b>139,5</b>	<b>5,5</b>	<b>2772,5</b>	<b>0,1</b>	<b>3,0</b>	<b>49,8</b>	<b>120,2</b>	<b>137,5</b>	<b>4,9</b>	<b>109,0</b>	
Snack Malam	Pepaya Susu Diabetasol	Pepaya	75	34,5	0,0	0,4	0,0	9,2	17,3	9,0	1,3	273,8	0,0	58,5	3,0	165,8	0,0	1,9	65,0	
		Susu diabetasol	25	104,2	4,1	0,0	2,5	1,3	30,8	24,3	0,0	0,0	0,0	0,3	9,5	37,3	0,0	0,0	22,6	
<b>Sub Total</b>				<b>138,7</b>	<b>4,1</b>	<b>0,4</b>	<b>2,5</b>	<b>10,4</b>	<b>48,0</b>	<b>33,3</b>	<b>1,3</b>	<b>273,8</b>	<b>0,0</b>	<b>58,8</b>	<b>12,5</b>	<b>203,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,9</b>	<b>87,7</b>	
<b>Total Asupan</b>				<b>1203,5</b>	<b>44,4</b>	<b>28,3</b>	<b>166,4</b>	<b>289,3</b>	<b>529,3</b>	<b>14,4</b>	<b>10095,8</b>	<b>44,0</b>	<b>94,1</b>	<b>159,8</b>	<b>1279,4</b>	<b>229,0</b>	<b>47,7</b>	<b>485,5</b>		

## SUSUNAN MENU SEHARI PASIEN 5

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat	Energi (Kcal)	Protein (g)		Lemak (g)	H A (g)	Ca (mg)	Fosfor (mg)	Fe (mg)	Vit. A (SI)	Vit. B1 (mg)	Vit. C (mg)	Natrium (mg)	Kalium (mg)	Coles (mg)	Serat (mg)	AIR (ml)	
					Hewani	Nabati														
Makan Pagi	Nasi Lunak	Beras giling masak nasi	40	62,3	0,0	0,7	0,0	18,2	1,8	7,7	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,4	20,0
		Sop sayur asam	50	107,0	1,1	0,0	7,1	0,0	5,0	67,5	0,6	14,5	43,5	0,1	0,0	27,5	68,5	0,0	29,5	0,0
	Bola-bola tahu	Jagung kuning pipil baru	10	30,7	0,0	0,8	0,3	6,4	0,9	14,8	0,2	44,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,4
		Wortel	15	6,3	0,0	0,2	0,0	1,4	5,9	5,6	0,1	1800,0	0,0	0,9	10,5	36,8	0,0	0,8	13,2	
		Buncis	15	5,3	0,0	0,4	0,0	1,2	9,8	6,6	0,2	94,5	0,0	2,9	5,3	11,7	0,0	1,4	13,3	
		Prei ( daun bawang )	5	2,3	0,0	0,1	0,0	0,5	2,6	2,5	0,1	2,0	0,0	0,9	0,3	15,8	0,0	0,3	4,3	
		Seledri	3	0,6	0,0	0,0	0,0	0,1	1,5	1,2	0,0	3,9	0,0	0,3	2,9	9,8	0,0	0,1	2,8	
		Tahu	35	23,8	0,0	2,7	1,6	0,6	43,4	22,1	0,3	0,0	0,0	0,0	4,2	52,9	0,0	0,2	29,7	
		Seledri	3	0,6	0,0	0,0	0,0	0,1	1,5	1,2	0,0	3,9	0,0	0,3	2,9	9,8	0,0	0,1	2,8	
		Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Sub Total</b>				<b>256,8</b>	<b>1,1</b>	<b>5,0</b>	<b>11,2</b>	<b>28,5</b>	<b>72,3</b>	<b>129,1</b>	<b>1,6</b>	<b>3162,8</b>	<b>43,6</b>	<b>5,3</b>	<b>26,0</b>	<b>164,1</b>	<b>68,5</b>	<b>32,7</b>	<b>88,5</b>	
Snack Pagi	Kentang rebus	Kentang	50	41,5	0,0	1,0	0,1	9,6	5,5	28,0	0,4	0,0	0,1	8,5	3,5	198,0	0,0	1,3	38,9	
<b>Sub Total</b>				<b>41,5</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	<b>0,1</b>	<b>9,6</b>	<b>5,5</b>	<b>28,0</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>8,5</b>	<b>3,5</b>	<b>198,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,3</b>	<b>38,9</b>	
Makan Siang	Nasi Lunak	Beras giling masak nasi	50	89,0	0,0	1,1	0,1	20,3	2,5	11,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,5	28,5	
		Ayam asam manis	75	226,5	13,7	0,0	5,8	0,0	10,5	150,0	1,1	607,5	0,1	0,0	75,0	262,5	45,0	0,0	41,9	
	Capcay	Saos tomat	5	4,9	0,0	0,1	0,0	1,2	0,6	0,9	0,0	94,0	0,0	0,6	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	
		Prei ( daun bawang )	3	1,4	0,0	0,1	0,0	0,3	1,6	1,5	0,0	1,2	0,0	0,5	0,2	9,5	0,0	0,2	2,6	
		Wortel	20	8,4	0,0	0,2	0,1	1,9	7,8	7,4	0,2	2400,0	0,0	1,2	14,0	49,0	0,0	1,0	17,6	
		Sawi	20	4,4	0,0	0,5	0,1	0,8	44,0	7,6	0,6	1292,0	0,0	20,4	2,3	73,5	0,0	0,8	18,4	
		Jagung muda dengan tongkol	20	6,6	0,0	0,4	0,0	1,5	1,4	20,0	0,1	40,0	0,0	1,6	0,0	0,0	0,0	0,8	17,9	
		Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		Tahu kecap	Tahu	45	30,6	0,0	3,5	1,0	0,7	55,8	28,4	0,4	0,0	0,0	0,0	5,4	68,0	0,0	0,2	38,2
		Kecap	5	2,3	0,0	0,3	0,1	0,5	6,2	4,8	0,3	0,0	0,0	0,0	200,0	25,0	0,0	0,0	3,2	
<b>Sub Total</b>				<b>392,1</b>	<b>13,7</b>	<b>6,2</b>	<b>9,1</b>	<b>27,1</b>	<b>130,3</b>	<b>231,6</b>	<b>2,9</b>	<b>5634,7</b>	<b>0,2</b>	<b>24,3</b>	<b>296,9</b>	<b>487,4</b>	<b>45,0</b>	<b>3,5</b>	<b>171,8</b>	
Sanck Sore	Pisang kepok rebus	pisang kepok	100	115,9	0,8	0,0	0,2	61,2	2,0	28,0	0,6	91,0	0,1	11,0	5,0	465,0	0,0	2,3	0,0	
<b>Sub Total</b>				<b>115,9</b>	<b>0,8</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>61,2</b>	<b>2,0</b>	<b>28,0</b>	<b>0,6</b>	<b>91,0</b>	<b>0,1</b>	<b>11,0</b>	<b>5,0</b>	<b>465,0</b>	<b>0,0</b>	<b>2,3</b>	<b>0,0</b>	
Makan Malam	Nasi Lunak	Beras giling masak nasi	75	133,5	0,0	1,6	0,1	40,5	3,8	16,5	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,8	42,8	
		Bandeng presto	70	90,3	14,0	0,0	1,4	0,0	14,0	105,0	1,4	105,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	51,8	
	Tumis labu siam	Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		Labu siam	20	5,2	0,0	0,1	0,0	1,3	2,8	5,0	0,1	4,0	0,0	3,6	0,0	0,0	0,0	0,6	18,5	
		Wortel	20	8,4	0,0	0,2	0,1	1,9	7,8	7,4	0,2	2400,0	0,0	1,2	14,0	49,0	0,0	1,0	17,6	
		Jagung muda dengan tongkol	20	6,6	0,0	0,4	0,0	1,5	1,4	20,0	0,1	40,0	0,0	1,6	0,0	0,0	0,0	0,8	17,9	
	Tempe bacem	Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		Tempe	40	59,6	0,0	7,3	1,6	10,1	51,6	61,6	4,0	20,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	2,8	25,6	
		Gula aren	3	11,0	0,0	0,0	0,0	10,9	2,3	1,1	0,1	0,0	0,0	0,0	0,7	6,9	0,0	0,0	0,3	
		Kecap	3	1,4	0,0	0,2	0,0	0,3	3,7	2,9	0,2	0,0	0,0	0,0	120,0	15,0	0,0	0,0	1,9	
<b>Sub Total</b>				<b>334,1</b>	<b>14,0</b>	<b>9,9</b>	<b>5,2</b>	<b>66,5</b>	<b>87,3</b>	<b>219,4</b>	<b>6,4</b>	<b>3769,0</b>	<b>0,2</b>	<b>6,4</b>	<b>134,7</b>	<b>70,9</b>	<b>0,0</b>	<b>6,0</b>	<b>176,3</b>	
Snack Malam	Pepaya	Pepaya	125	57,5	0,0	0,6	0,0	15,3	28,8	15,0	2,1	456,3	0,1	97,5	5,0	276,3	0,0	3,1	108,4	
	Susu diabetasol	Susu Diabetasol	25	104,2	4,1	0,0	2,5	1,3	30,8	24,3	0,0	0,0	0,0	0,3	9,5	37,3	0,0	0,0	22,6	
<b>Sub Total</b>				<b>161,7</b>	<b>4,1</b>	<b>0,6</b>	<b>2,5</b>	<b>16,5</b>	<b>59,5</b>	<b>39,3</b>	<b>2,2</b>	<b>456,3</b>	<b>0,1</b>	<b>97,8</b>	<b>14,5</b>	<b>313,5</b>	<b>0,0</b>	<b>3,1</b>	<b>131,0</b>	
<b>Total Asupan</b>				<b>1302,0</b>	<b>56,3</b>	<b>28,2</b>	<b>209,3</b>	<b>356,9</b>	<b>675,3</b>	<b>14,0</b>	<b>13113,8</b>	<b>44,1</b>	<b>153,2</b>	<b>480,6</b>	<b>1698,9</b>	<b>113,5</b>	<b>48,7</b>	<b>606,5</b>		

## SUSUNAN MENU SEHARI PASIEN 6

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat	Energi (Kcal)	Protein (g)		Lemak (g)	H A (g)	Ca (mg)	Fosfor (mg)	Fe (mg)	Vit. A (SI)	Vit. B1 (mg)	Vit. C (mg)	Natrium (mg)	Kalium (mg)	Coles (mg)	Serat (mg)	AIR (ml)	
					Hewani	Nabati														
Makan Pagi	Nasi Lunak	Beras giling masak nasi	50	89,0	0,0	1,1	0,1	20,3	2,5	11,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,5	28,5	
		telur bumbu bal	30	48,6	3,8	0,0	3,5	0,2	16,2	54,0	0,8	27,0	0,0	0,0	47,4	53,4	165,0	0,0	22,2	
	oseng tahu + kentang buncis	Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		Tomat masak	2	0,4	0,0	0,0	0,0	0,1	0,1	0,5	0,0	30,0	0,0	0,8	0,1	4,7	0,0	0,2	1,9	
		Tahu	30	20,4	0,0	2,3	1,4	0,5	37,2	18,9	0,2	0,0	0,0	0,0	3,6	45,3	0,0	0,2	25,4	
		Kentang	10	8,3	0,0	0,2	0,0	1,9	1,1	5,6	0,1	0,0	0,0	1,7	0,7	39,6	0,0	0,3	7,8	
		buncis	10	3,5	0,0	0,2	0,0	0,8	6,5	4,4	0,1	63,0	0,0	1,9	3,5	7,8	0,0	1,0	8,9	
		Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	Sub Total				197,3	3,8	3,9	7,9	23,8	63,6	94,4	1,5	2163,0	0,1	4,4	55,3	150,8	165,0	2,0	94,7
	Snack Pagi	Kentang rebus	Kentang	50	41,5	0,0	1,0	0,1	9,6	5,5	28,0	0,4	0,0	0,1	8,5	3,5	198,0	0,0	1,3	38,9
Sub Total				41,5	0,0	1,0	0,1	9,6	5,5	28,0	0,4	0,0	0,1	8,5	3,5	198,0	0,0	1,3	38,9	
Makan Siang	Nasi Lunak	Beras giling masak nasi	50	89,0	0,0	1,1	0,1	20,3	2,5	11,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,5	28,5	
		Tongkol sarden	50	55,5	12,0	0,0	0,5	0,0	8,5	98,0	0,4	8,0	24,0	0,2	0,0	19,0	95,0	23,0	0,0	
		Tomat masak	2	0,4	0,0	0,0	0,0	0,1	0,1	0,5	0,0	30,0	0,0	0,8	0,1	4,7	0,0	0,2	1,9	
		Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	Perkedel tempe	tempe	30	44,7	0,0	2,5	1,2	3,8	38,7	46,2	3,0	15,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	2,1	19,2	
		Tepung terigu	5	18,3	0,0	0,4	0,1	3,9	0,8	5,3	0,1	0,0	0,0	0,0	0,1	20,0	0,0	0,1	0,6	
		Prei ( daun bawang )	5	2,3	0,0	0,1	0,0	0,5	2,6	2,5	0,1	2,0	0,0	0,9	0,3	15,8	0,0	0,3	4,3	
		Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	sayur tumis manis	Jagung kuning pipil baru	20	61,4	0,0	1,6	0,7	12,7	1,8	29,6	0,4	88,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	4,8	
		Wortel	30	12,6	0,0	0,4	0,1	2,8	11,7	11,1	0,2	3600,0	0,0	1,8	21,0	73,5	0,0	1,5	26,5	
	buncis	20	7,0	0,0	0,5	0,0	1,5	13,0	8,8	0,2	126,0	0,0	3,8	7,0	15,5	0,0	1,9	17,8		
	Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0		
Sub Total				318,1	12,0	9,5	5,6	45,6	79,7	213,0	4,6	5669,0	24,2	7,5	28,5	148,5	95,0	29,5	103,5	
Sanck Sore	Pisang kepok rebus	pisang kepok	50	58,0	0,4	0,0	0,1	15,6	1,0	14,0	0,3	45,5	0,1	5,5	2,5	232,5	0,0	1,2	0,0	
Sub Total				58,0	0,4	0,0	0,1	15,6	1,0	14,0	0,3	45,5	0,1	5,5	2,5	232,5	0,0	1,2	0,0	
Makan Malam	Nasi lunak	Beras giling masak nasi	50	89,0	0,0	1,1	0,1	20,3	2,5	11,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,5	28,5	
		ayam kalasan	40	120,8	3,3	0,0	10,0	0,0	5,6	80,0	0,6	324,0	0,0	0,0	40,0	140,0	24,0	0,0	22,4	
	sate tempe goreng tepung	Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		tempe	31	44,7	0,0	2,5	1,2	3,8	38,7	46,2	3,0	15,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	2,1	19,2	
		Tepung terigu	5	18,3	0,0	0,4	0,1	3,9	0,8	5,3	0,1	0,0	0,0	0,0	0,1	20,0	0,0	0,1	0,6	
		Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	capcay sayur	Kentang	15	12,5	0,0	0,3	0,0	2,9	1,7	8,4	0,1	0,0	0,0	2,6	1,1	59,4	0,0	0,4	11,7	
		Wortel	15	6,3	0,0	0,2	0,0	1,4	5,9	5,6	0,1	1800,0	0,0	0,9	10,5	36,8	0,0	0,8	13,2	
		Sawi	15	3,3	0,0	0,3	0,0	0,9	33,0	5,7	0,4	969,0	0,0	15,3	1,8	55,1	0,0	0,6	13,8	
		Prei ( daun bawang )	5	2,3	0,0	0,1	0,0	0,5	2,6	2,5	0,1	2,0	0,0	0,9	0,3	15,8	0,0	0,3	4,3	
	Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0		
	Sub Total				342,2	3,3	4,9	16,4	33,7	90,7	164,7	4,6	6110,0	0,1	19,6	53,7	327,1	24,0	4,6	113,7
Snack Malam	Pepaya	Pepaya	150	69,0	0,0	0,8	0,0	18,3	34,5	18,0	2,6	547,5	0,1	117,0	6,0	331,5	0,0	3,8	130,1	
	susu diabetasol	susu diabetasol	25	104,2	4,1	0,0	2,5	1,3	30,8	24,3	0,0	0,0	0,0	0,3	9,5	37,3	0,0	0,0	22,6	
Sub Total				173,2	4,1	0,8	2,5	19,6	65,3	42,3	2,6	547,5	0,1	117,3	15,5	368,8	0,0	3,8	152,7	
Total Asupan				1139,2		43,7	32,5	149,7	305,8	556,4	13,9	14535,0	24,6	162,7	158,9	1425,6	284,0	42,3	503,5	



## SUSUNAN MENU SEHARI PASIEN 7

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat	Energi (Kcal)	Protein (g)		Lemak (g)	H A (g)	Ca (mg)	Fosfor (mg)	Fe (mg)	Vit. A (SI)	Vit. B1 (mg)	Vit. C (mg)	Natrium (mg)	Kalium (mg)	Coles (mg)	Serat (mg)	AIR (ml)	
					Hewani	Nabati														
Makan Pagi	Nasi Lunak	Beras giling masak nasi	50	89,0	0,0	1,1	0,1	20,3	2,5	11,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,5	28,5
		telur bumbu bali	25	40,5	3,2	0,0	2,9	0,2	13,5	45,0	0,7	225,0	0,0	0,0	0,0	39,5	44,5	137,5	0,0	18,5
	oseng tahu + kentang buncis	Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Tomat masak	2	0,4	0,0	0,0	0,0	0,1	0,1	0,5	0,0	30,0	0,0	0,8	0,1	4,7	0,0	0,2	1,9	
		tahu	25	17,0	0,0	2,0	1,2	0,4	31,0	15,8	0,2	0,0	0,0	0,0	3,0	37,8	0,0	0,1	21,2	
		Kentang	10	8,3	0,0	0,2	0,0	1,9	1,1	5,6	0,1	0,0	0,0	1,7	0,7	39,6	0,0	0,3	7,8	
		buncis	10	3,5	0,0	0,2	0,0	0,8	6,5	4,4	0,1	63,0	0,0	1,9	3,5	7,8	0,0	1,0	8,9	
		Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		<b>Sub Total</b>			<b>185,8</b>	<b>3,2</b>	<b>3,5</b>	<b>7,1</b>	<b>23,6</b>	<b>54,7</b>	<b>82,3</b>	<b>1,3</b>	<b>2118,0</b>	<b>0,1</b>	<b>4,4</b>	<b>46,8</b>	<b>134,3</b>	<b>137,5</b>	<b>2,0</b>	<b>86,8</b>
Snack Pagi	Kentang rebus	Kentang	50	41,5	0,0	1,0	0,1	9,6	5,5	28,0	0,4	0,0	0,1	8,5	3,5	198,0	0,0	1,3	38,9	
<b>Sub Total</b>			<b>41,5</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	<b>0,1</b>	<b>9,6</b>	<b>5,5</b>	<b>28,0</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>8,5</b>	<b>3,5</b>	<b>198,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,3</b>	<b>38,9</b>		
Makan Siang	Nasi Lunak	Beras giling masak nasi	75	133,5	0,0	1,6	0,1	40,5	3,8	16,5	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,8	42,8	
		Tongkol sarden	50	55,5	12,0	0,0	0,5	0,0	8,5	98,0	0,4	8,0	24,0	0,2	0,0	19,0	95,0	23,0	0,0	
	Perkedel tempe	Tomat masak	2	0,4	0,0	0,0	0,0	0,1	0,1	0,5	0,0	30,0	0,0	0,8	0,1	4,7	0,0	0,2	1,9	
		Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		tempe	30	44,7	0,0	2,5	1,2	3,8	38,7	46,2	3,0	15,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	2,1	19,2	
	sayur tumis manis	Tepung terigu	5	18,3	0,0	0,4	0,1	3,9	0,8	5,3	0,1	0,0	0,0	0,0	0,1	20,0	0,0	0,1	0,6	
		Prei ( daun bawang )	5	2,3	0,0	0,1	0,0	0,5	2,6	2,5	0,1	2,0	0,0	0,9	0,3	15,8	0,0	0,3	4,3	
		Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		Jagung kuning pipil baru	20	61,4	0,0	1,6	0,2	12,7	1,8	29,6	0,4	88,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	4,8	
		Wortel	30	12,6	0,0	0,4	0,1	2,8	11,7	11,1	0,2	3600,0	0,0	1,8	21,0	73,5	0,0	1,5	26,5	
		buncis	20	7,0	0,0	0,5	0,0	1,5	13,0	8,8	0,2	126,0	0,0	3,8	7,0	15,5	0,0	1,9	17,8	
		Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	<b>Sub Total</b>			<b>371,6</b>	<b>12,0</b>	<b>7,1</b>	<b>6,2</b>	<b>65,8</b>	<b>79,7</b>	<b>213,0</b>	<b>4,6</b>	<b>5669,0</b>	<b>24,2</b>	<b>7,5</b>	<b>28,5</b>	<b>148,5</b>	<b>95,0</b>	<b>29,5</b>	<b>103,5</b>	
Sanck Sore	Pisang kepok rebus	pisang kepok	50	58,0	0,4	0,0	0,1	15,6	1,0	14,0	0,3	45,5	0,1	5,5	2,5	232,5	0,0	1,2	0,0	
<b>Sub Total</b>			<b>58,0</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>15,6</b>	<b>1,0</b>	<b>14,0</b>	<b>0,3</b>	<b>45,5</b>	<b>0,1</b>	<b>5,5</b>	<b>2,5</b>	<b>232,5</b>	<b>0,0</b>	<b>1,2</b>	<b>0,0</b>		
Makan Malam	Nasi lunak	Beras giling masak nasi	50	89,0	0,0	1,1	0,1	20,3	2,5	11,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,5	28,5	
		ayam kalasan	25	75,5	4,6	0,0	4,3	0,0	3,5	50,0	0,4	202,5	0,0	0,0	25,0	87,5	15,0	0,0	14,0	
	sate tempe goreng tepung	Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		tempe	25	37,3	0,0	2,1	1,0	3,2	32,3	38,5	2,5	12,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,8	16,0	
		Tepung terigu	5	18,3	0,0	0,4	0,1	3,9	0,8	5,3	0,1	0,0	0,0	0,1	20,0	0,0	0,1	0,6		
	capcay sayur	Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		Kentang	15	12,5	0,0	0,3	0,0	2,9	1,7	8,4	0,1	0,0	0,0	2,6	1,1	59,4	0,0	0,4	11,7	
		Wortel	15	6,3	0,0	0,2	0,0	1,4	5,9	5,6	0,1	1800,0	0,0	0,9	10,5	36,8	0,0	0,8	13,2	
		Sawi	15	3,3	0,0	0,3	0,0	0,6	33,0	5,7	0,4	969,0	0,0	15,3	1,8	55,1	0,0	0,6	13,8	
		Prei ( daun bawang )	5	2,3	0,0	0,1	0,0	0,5	2,6	2,5	0,1	2,0	0,0	0,9	0,3	15,8	0,0	0,3	4,3	
Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0			
<b>Sub Total</b>			<b>289,4</b>	<b>4,6</b>	<b>4,5</b>	<b>10,5</b>	<b>32,7</b>	<b>82,2</b>	<b>127,0</b>	<b>3,9</b>	<b>5986,0</b>	<b>0,1</b>	<b>19,6</b>	<b>38,7</b>	<b>274,6</b>	<b>15,0</b>	<b>4,3</b>	<b>102,1</b>		
Snack Malam	Pepaya	Pepaya	150	69,0	0,0	0,8	0,0	18,3	34,5	18,0	2,6	547,5	0,1	117,0	6,0	331,5	0,0	3,8	130,1	
	susu diabetasol	susu diabetasol	25	104,2	4,1	0,0	2,5	1,3	30,8	24,3	0,0	0,0	0,0	0,5	9,5	37,3	0,0	0,0	22,6	
<b>Sub Total</b>			<b>173,2</b>	<b>4,1</b>	<b>0,8</b>	<b>2,5</b>	<b>19,6</b>	<b>65,3</b>	<b>42,3</b>	<b>2,6</b>	<b>547,5</b>	<b>0,1</b>	<b>117,3</b>	<b>15,5</b>	<b>368,8</b>	<b>0,0</b>	<b>3,8</b>	<b>152,7</b>		
<b>Total Asupan</b>			<b>1119,4</b>	<b>41,2</b>	<b>26,4</b>	<b>166,9</b>	<b>288,3</b>	<b>506,5</b>	<b>13,0</b>	<b>14366,0</b>	<b>24,5</b>	<b>162,7</b>	<b>135,4</b>	<b>1356,7</b>	<b>247,5</b>	<b>41,9</b>	<b>484,0</b>			

Lampiran 10																				
FOOD WEIGHING 1 x 24 JAM PASIEN 1																				
Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat	Energi (Kcal)	Protein (g)		Lemak (g)	H A (g)	Ca (mg)	Fosfor (mg)	Fe (mg)	Vit. A (SI)	Vit. B1 (mg)	Vit. C (mg)	Natrium (mg)	Kalium (mg)	Coles (mg)	Serat (mg)	AIR (ml)	
					Hewani	Nabati														
<b>Makan Siang</b>	Nasi Lunak	Beras giling masak nasi	75	133,5	0,0	1,6	0,1	30,5	3,8	16,5	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,8	42,8	
	Ayam kalasan	Ayam	25	75,5	4,6	0,0	5,3	0,0	3,5	50,0	0,4	202,5	0,0	0,0	25,0	87,5	15,0	0,0	14,0	
			Minyak kelapa sawit	3	27,1	0,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	1800,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		Sate tahu	Tahu	18	12,2	0,0	1,4	0,8	0,3	22,3	11,3	0,1	0,0	0,0	0,0	2,2	27,2	0,0	0,1	15,3
			Minyak kelapa sawit	3	27,1	0,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	1800,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		Cah sayur	Sawi	50	11,0	0,0	1,2	0,2	2,0	110,0	19,0	1,5	3230,0	0,0	51,0	5,9	183,7	0,0	2,0	46,1
			Wortel	40	16,8	0,0	0,5	0,1	3,7	15,6	14,8	0,3	4800,0	0,0	2,4	28,0	98,0	0,0	2,0	35,3
		Jagung muda dengan tongkol	32	10,6	0,0	0,7	0,0	2,4	2,2	32,0	0,2	64,0	0,0	2,6	0,0	0,0	0,0	1,3	28,6	
<b>Sub Total</b>				<b>313,7</b>	<b>4,6</b>	<b>5,3</b>	<b>12,5</b>	<b>38,8</b>	<b>157,4</b>	<b>143,6</b>	<b>2,8</b>	<b>11896,5</b>	<b>0,1</b>	<b>56,0</b>	<b>61,0</b>	<b>396,4</b>	<b>15,0</b>	<b>6,1</b>	<b>182,0</b>	
<b>Snack Sore</b>	Pisang Kepo Rebus	Pisang kepok	75	86,9	0,6	0,0	0,2	23,4	1,5	21,0	0,5	68,3	0,1	8,3	3,8	348,8	0,0	1,7	0,0	
<b>Sub Total</b>				<b>86,9</b>	<b>0,6</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>23,4</b>	<b>1,5</b>	<b>21,0</b>	<b>0,5</b>	<b>68,3</b>	<b>0,1</b>	<b>8,3</b>	<b>3,8</b>	<b>348,8</b>	<b>0,0</b>	<b>1,7</b>	<b>0,0</b>	
<b>Makan Malam</b>	Nasi Lunak	Beras giling masak nasi	75	133,5	0,0	1,6	0,1	30,5	3,8	16,5	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,8	42,8	
	Ikan tongkol bumbu kuning	Ikan Tongkol	55	61,0	17,2	0,0	0,6	0,0	9,4	107,8	0,4	8,8	26,4	0,2	0,0	20,9	104,5	25,3	0,0	
			Tomat masak	5	1,0	0,0	0,1	0,0	0,2	0,3	1,4	0,0	75,0	0,0	2,0	0,2	11,8	0,0	0,4	4,7
			Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Tahu asam manis	Tahu	30	20,4	0,0	2,3	1,4	0,5	37,2	18,9	0,2	0,0	0,0	0,0	3,6	45,3	0,0	0,2	25,4
			Saos tomat	5	4,9	0,0	0,1	0,0	1,2	0,6	0,9	0,0	94,0	0,0	0,6	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5
		Oseng sayuran	Buncis	50	17,5	0,0	3,2	0,1	3,9	32,5	22,0	0,6	315,0	0,0	9,5	17,6	38,9	0,0	4,8	44,5
		Jagung muda dengan tongkol	50	16,5	0,0	1,1	0,1	3,7	3,5	50,0	0,3	100,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	2,0	44,8	
		Wortel	50	21,0	0,0	0,6	0,2	4,7	19,5	18,5	0,4	6000,0	0,0	3,0	35,0	122,5	0,0	2,5	44,1	
		Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>Sub Total</b>				<b>293,8</b>	<b>17,2</b>	<b>9,0</b>	<b>4,3</b>	<b>44,6</b>	<b>106,7</b>	<b>236,0</b>	<b>2,3</b>	<b>7792,8</b>	<b>26,6</b>	<b>19,3</b>	<b>56,4</b>	<b>239,3</b>	<b>104,5</b>	<b>35,8</b>	<b>209,7</b>	
<b>Snack Malam</b>	Pepaya	Pepaya	75	34,5	0,0	0,8	0,0	9,2	17,3	9,0	1,3	273,8	0,0	58,5	3,0	165,8	0,0	1,9	65,0	
	Susu Diabetasol	Susu diabetasol	25	104,2	4,1	0,0	2,5	1,3	30,8	24,3	0,0	0,0	0,0	0,3	9,5	37,3	0,0	0,0	22,6	
<b>Sub Total</b>				<b>138,7</b>	<b>4,1</b>	<b>0,8</b>	<b>2,5</b>	<b>10,4</b>	<b>48,0</b>	<b>33,3</b>	<b>1,3</b>	<b>273,8</b>	<b>0,0</b>	<b>58,8</b>	<b>12,5</b>	<b>203,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,9</b>	<b>87,7</b>	
<b>Makan Pagi</b>	Nasi Lunak	Beras giling masak nasi	50	89,0	0,0	1,1	0,1	20,3	3,8	16,5	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,8	42,8	
		Telur bumbu merah	Telur ayam	50	81,0	7,4	0,0	5,8	0,4	27,0	9,0	1,4	450,0	0,1	0,0	79,0	89,0	275,0	0,0	37,0
		Oseng sayur + tempe	Tempe	35	52,2	0,0	7,4	1,4	4,4	45,2	53,9	3,5	17,5	0,1	0,0	0,0	0,0	2,5	22,4	
			Kacang panjang	32	14,1	0,0	0,9	0,1	2,5	15,7	111,0	0,2	107,2	0,0	6,7	1,7	17,7	0,0	2,2	28,3
			Jagung muda dengan tongkol	44	14,5	0,0	1,0	0,0	3,3	3,1	44,0	0,2	88,0	0,0	3,5	0,0	0,0	0,0	1,8	39,4
			Minyak kelapa sawit	3	27,1	0,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1800,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
			Wortel	24	10,1	0,0	0,3	0,1	2,2	9,4	8,9	0,2	2880,0	0,0	1,4	16,8	58,8	0,0	1,2	21,2
<b>Sub Total</b>				<b>287,9</b>	<b>7,4</b>	<b>10,6</b>	<b>10,4</b>	<b>33,1</b>	<b>104,0</b>	<b>324,3</b>	<b>5,9</b>	<b>5342,7</b>	<b>0,2</b>	<b>11,7</b>	<b>97,5</b>	<b>165,5</b>	<b>275,0</b>	<b>8,3</b>	<b>191,0</b>	
<b>Snack Pagi</b>	Kentang rebus	Kentang	59	49,0	0,0	1,2	0,1	11,3	6,5	33,0	0,4	0,0	0,1	10,0	4,1	233,6	0,0	1,5	45,9	
<b>Sub Total</b>				<b>49,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,2</b>	<b>0,1</b>	<b>11,3</b>	<b>6,5</b>	<b>33,0</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>10,0</b>	<b>4,1</b>	<b>233,6</b>	<b>0,0</b>	<b>1,5</b>	<b>45,9</b>	
<b>Total Asupan</b>				<b>1234,3</b>	<b>33,9</b>	<b>29,9</b>	<b>170,8</b>	<b>424,1</b>	<b>791,2</b>	<b>13,1</b>	<b>25374,0</b>	<b>27,1</b>	<b>163,9</b>	<b>235,3</b>	<b>1586,6</b>	<b>394,5</b>	<b>55,3</b>	<b>716,2</b>		

## FOOD WEIGHING 1 x 24 JAM PASIEN 2

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat	Energi (Kcal)	Protein (g)		Lemak (g)	H A (g)	Ca (mg)	Fosfor (mg)	Fe (mg)	Vit. A (SI)	Vit. B1 (mg)	Vit. C (mg)	Natrium (mg)	Kalium (mg)	Coles (mg)	Serat (mg)	AIR (ml)	
					Hewani	Nabati														
Makan Siang	Nasi	Beras giling masak nasi	150	267,0	0,0	3,2	0,2	60,9	7,5	33,0	0,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,5	85,5
		Sop kimlo	75	226,5	13,7	0,0	15,8	0,0	10,5	150,0	1,1	607,5	0,1	0,0	75,0	262,5	45,0	0,0	0,0	41,9
		Jamur kuping kering	30	38,4	0,0	4,8	0,3	19,4	15,3	66,9	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	4,5
		Wortel	50	21,0	0,0	0,6	0,2	4,7	19,5	18,5	0,4	6000,0	0,0	3,0	35,0	122,5	0,0	2,5	44,1	
	Perkedel tahu	Seledri	5	1,0	0,0	0,1	0,0	0,2	2,5	2,0	0,1	6,5	0,0	0,6	4,8	16,3	0,0	0,2	4,7	
		Tahu	50	34,0	0,0	3,9	1,3	0,8	62,0	31,5	0,4	0,0	0,0	0,0	6,0	75,5	0,0	0,3	42,4	
		Wortel	10	4,2	0,0	0,1	0,0	0,9	3,9	3,7	0,1	1200,0	0,0	0,6	7,0	24,5	0,0	0,5	8,8	
		Prei ( daun bawang )	5	2,3	0,0	0,1	0,0	0,5	2,6	2,5	0,1	2,0	0,0	0,9	0,3	15,8	0,0	0,3	4,3	
		Minyak kelapa sawit	5	45,1	0,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3000,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	<b>Sub Total</b>				<b>639,5</b>	<b>13,7</b>	<b>12,7</b>	<b>22,7</b>	<b>87,4</b>	<b>123,8</b>	<b>308,1</b>	<b>4,9</b>	<b>10816,0</b>	<b>0,2</b>	<b>5,0</b>	<b>128,1</b>	<b>517,1</b>	<b>45,0</b>	<b>5,2</b>	<b>236,2</b>
Sanck Sore	Pisang kepok rebus	pisang kepok	125	144,9	1,0	0,0	0,3	39,0	2,5	35,0	0,8	113,8	0,1	13,8	6,3	581,3	0,0	2,9	0,0	
<b>Sub Total</b>				<b>144,9</b>	<b>1,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>39,0</b>	<b>2,5</b>	<b>35,0</b>	<b>0,8</b>	<b>113,8</b>	<b>0,1</b>	<b>13,8</b>	<b>6,3</b>	<b>581,3</b>	<b>0,0</b>	<b>2,9</b>	<b>0,0</b>	
Makan Malam	Nasi	Beras giling masak nasi	100	178,0	0,0	2,1	0,1	40,6	5,0	22,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0	57,0	
		Tongkol sarden	75	93,2	10,0	0,0	0,8	0,0	12,8	147,0	0,5	12,0	36,0	0,3	0,0	28,5	142,5	34,5	0,0	
		Saos tomat	5	4,9	0,0	0,1	0,0	1,2	0,6	0,9	0,0	94,0	0,0	0,6	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	
		Bola-bola tempe	50	74,5	0,0	9,2	1,0	6,4	64,5	77,0	5,0	25,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	32,0	
		Seledri	5	1,0	0,0	0,1	0,0	0,2	2,5	2,0	0,1	6,5	0,0	0,6	4,8	16,3	0,0	0,2	4,7	
		Minyak kelapa sawit	3	27,1	0,0	0,0	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1800,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	Sayur tumis manis	Jagung kuning pipil baru	50	183,5	0,0	4,0	1,7	31,8	4,5	74,0	1,1	220,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	12,0	
		Buncis	50	27,5	0,0	1,2	0,1	3,9	32,5	22,0	0,6	315,0	0,0	9,5	17,6	38,9	0,0	4,8	44,5	
		Wortel	50	21,0	0,0	0,6	0,2	4,7	19,5	18,5	0,4	6000,0	0,0	3,0	35,0	122,5	0,0	2,5	44,1	
	<b>Sub Total</b>				<b>610,6</b>	<b>10,0</b>	<b>17,2</b>	<b>6,8</b>	<b>88,7</b>	<b>141,9</b>	<b>363,4</b>	<b>8,1</b>	<b>8472,5</b>	<b>36,3</b>	<b>13,9</b>	<b>57,4</b>	<b>206,2</b>	<b>142,5</b>	<b>46,4</b>	<b>197,7</b>
Snack Malam	Semangka	Semangka	100	38,0	0,0	0,5	0,2	6,9	7,0	12,0	0,2	590,0	0,1	6,0	4,0	60,7	0,0	1,0	92,1	
	Susu diabetasol	susu diabetasol	25	104,2	4,1	0,0	2,5	1,3	30,8	24,3	0,0	0,0	0,0	0,3	9,5	37,3	0,0	0,0	22,6	
<b>Sub Total</b>				<b>142,2</b>	<b>4,1</b>	<b>0,5</b>	<b>2,7</b>	<b>8,2</b>	<b>37,8</b>	<b>36,3</b>	<b>0,2</b>	<b>590,0</b>	<b>0,1</b>	<b>6,3</b>	<b>13,5</b>	<b>98,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	<b>114,7</b>	
Makan Pagi	Nasi	Beras giling masak nasi	100	178,0	0,0	2,1	0,1	40,6	5,0	22,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0	57,0	
		Tumis ayam sayuran	50	151,0	9,1	0,0	12,5	0,0	7,0	100,0	0,8	405,0	0,0	0,0	50,0	175,0	30,0	0,0	28,0	
		daun bawang	5	2,3	0,0	0,3	0,1	0,5	6,2	4,8	0,3	0,0	0,0	0,0	200,0	25,0	0,0	0,0	3,2	
		Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		Wortel	50	21,0	0,0	0,6	0,2	4,7	9,5	16,5	0,5	190,0	0,0	4,0	22,2	70,7	0,0	1,5	47,3	
		Jagung muda	50	12,0	0,0	0,9	0,0	16,4	0,3	7,0	0,4	0,0	0,0	0,0	2,6	39,4	0,0	0,0	2,6	
		Tempe	30	37,3	0,0	9,2	0,4	0,5	37,2	18,9	0,2	0,0	0,0	0,0	3,6	45,3	0,0	0,2	25,4	
		Kacang panjang	50	18,3	0,0	1,1	0,0	0,5	2,6	2,5	0,1	2,0	0,0	0,9	0,3	15,8	0,0	0,3	4,3	
<b>Sub Total</b>				<b>437,8</b>	<b>9,1</b>	<b>14,2</b>	<b>15,3</b>	<b>63,2</b>	<b>67,8</b>	<b>171,7</b>	<b>2,6</b>	<b>1797,0</b>	<b>0,1</b>	<b>4,9</b>	<b>278,6</b>	<b>371,2</b>	<b>30,0</b>	<b>2,9</b>	<b>167,7</b>	
Snack Pagi	Kentang rebus	Kentang	75	62,3	0,0	1,5	0,1	14,3	8,3	42,0	0,5	0,0	0,1	12,8	5,3	297,0	0,0	1,9	58,4	
<b>Sub Total</b>				<b>62,3</b>	<b>0,0</b>	<b>1,5</b>	<b>0,1</b>	<b>14,3</b>	<b>8,3</b>	<b>42,0</b>	<b>0,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>12,8</b>	<b>5,3</b>	<b>297,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,9</b>	<b>58,4</b>	
<b>Total Asupan</b>				<b>2037,2</b>	<b>83,0</b>	<b>47,8</b>	<b>293,4</b>	<b>381,9</b>	<b>956,5</b>	<b>17,1</b>	<b>21789,3</b>	<b>36,9</b>	<b>56,5</b>	<b>489,1</b>	<b>2070,7</b>	<b>217,5</b>	<b>60,3</b>	<b>774,6</b>		

## FOOD WEIGHING 1 x 24 JAM PASIEN 3

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat	Energi (Kcal)	Protein (g)		Lemak (g)	H A (g)	Ca (mg)	Fosfor (mg)	Fe (mg)	Vit. A (SI)	Vit. B1 (mg)	Vit. C (mg)	Natrium (mg)	Kalium (mg)	Coles (mg)	Serat (mg)	AIR (ml)	
					Hewani	Nabati														
Makan Pagi	Nasi	Beras giling masak nasi	75	133,5	0,0	1,6	0,1	30,5	3,8	16,5	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,8	42,8
		Telur Bumbu bali	50	81,0	6,4	0,0	4,8	0,4	27,0	90,0	1,4	450,0	0,1	0,0	79,0	89,0	275,0	0,0	0,0	37,0
	Oseng tahu + wortel kentang	Tomat masak	5	1,0	0,0	0,1	0,0	0,2	0,3	1,4	0,0	75,0	0,0	2,0	0,2	11,8	0,0	0,4	4,7	
		Minyak kelapa sawit	2,5	22,6	0,0	0,0	2,5	0,0	0,0	0,0	0,0	1500,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		Tahu	40	27,2	0,0	3,1	0,8	0,6	49,6	25,2	0,3	0,0	0,0	0,0	4,8	60,4	0,0	0,2	33,9	
		Wortel	40	16,8	0,0	0,5	0,1	3,7	15,6	14,8	0,3	4800,0	0,0	2,4	28,0	98,0	0,0	2,0	35,3	
		Kentang	40	33,2	0,0	0,8	0,0	7,6	4,4	22,4	0,3	0,0	0,0	6,8	2,8	158,4	0,0	1,0	31,1	
Sub Total				315,3	6,4	6,0	10,3	43,0	100,6	170,3	2,7	6825,0	0,2	11,2	114,8	417,6	275,0	4,3	184,8	
Snack Pagi	Kentang rebus	Kentang	75	62,3	0,0	1,5	0,1	14,3	8,3	42,0	0,5	0,0	0,1	12,8	5,3	297,0	0,0	1,9	58,4	
Sub Total				62,3	0,0	1,5	0,1	14,3	8,3	42,0	0,5	0,0	0,1	12,8	5,3	297,0	0,0	1,9	58,4	
Makan Siang	Nasi	Beras giling masak nasi	100	178,0	0,0	2,1	0,1	40,6	5,0	22,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0	57,0	
		Dada ayam	50	151,0	9,1	0,0	3,5	0,0	7,0	100,0	0,8	405,0	0,0	0,0	50,0	175,0	30,0	0,0	28,0	
	Sate tempe tepung	Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		Tempe	40	59,6	0,0	7,3	1,6	5,1	51,6	61,6	4,0	20,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	2,8	25,6	
		Tepung terigu	5	18,3	0,0	0,4	0,1	3,9	0,8	5,3	0,1	0,0	0,0	0,0	0,1	20,0	0,0	0,1	0,6	
	Capcay sayur	Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		Wortel	25	10,5	0,0	0,3	0,1	2,3	9,8	9,3	0,2	3000,0	0,0	1,5	17,5	61,3	0,0	1,3	22,1	
		Sawi	20	4,4	0,0	0,5	0,1	0,8	44,0	7,6	0,6	1292,0	0,0	20,4	2,3	73,5	0,0	0,8	18,4	
		Kentang	30	24,9	0,0	0,6	0,0	5,7	3,3	16,8	0,2	0,0	0,0	5,1	2,1	118,8	0,0	0,8	23,3	
		Seledri	5	1,0	0,0	0,1	0,0	0,2	2,5	2,0	0,1	6,5	0,0	0,6	4,8	16,3	0,0	0,2	4,7	
	Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0		
Sub Total				492,8	9,1	11,3	10,4	58,6	124,0	224,6	6,4	7723,5	0,2	27,6	76,8	464,8	30,0	6,8	179,6	
Snack Sore	Pisang kepok rebus	pisang kepok	75	86,9	0,6	0,0	0,2	23,4	1,5	21,0	0,5	68,3	0,1	8,3	3,8	348,8	0,0	1,7	0,0	
Sub Total				86,9	0,6	0,0	0,2	23,4	1,5	21,0	0,5	68,3	0,1	8,3	3,8	348,8	0,0	1,7	0,0	
Makan Malam	Nasi	Beras giling masak nasi	100	178,0	0,0	2,1	0,1	40,6	5,0	22,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0	57,0	
		Dada ayam	50	151,0	9,1	0,0	3,5	0,0	7,0	100,0	0,8	405,0	0,0	0,0	50,0	175,0	30,0	0,0	28,0	
	Tumis tahu kecap	Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		Tahu	50	34,0	0,0	3,9	0,3	0,8	62,0	31,5	0,4	0,0	0,0	6,0	75,5	0,0	0,3	42,4		
		Kecap	5	2,3	0,0	0,3	0,1	0,5	6,2	4,8	0,3	0,0	0,0	0,0	200,0	25,0	0,0	0,0	3,2	
	Cah sawi putih wortel jagung	Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		Jagung muda dengan tongkol	30	9,9	0,0	0,7	0,0	2,2	2,1	30,0	0,2	60,0	0,0	2,4	0,0	0,0	0,0	1,2	26,9	
		Sawi	30	6,6	0,0	0,7	0,1	1,2	66,0	11,4	0,9	1938,0	0,0	30,6	3,5	110,2	0,0	1,2	27,7	
Wortel	35	14,7	0,0	0,4	0,1	3,3	13,7	13,0	0,3	4200,0	0,0	2,1	24,5	85,8	0,0	1,8	30,9			
Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0			
Sub Total				441,6	9,1	8,1	8,2	48,5	161,9	212,7	3,2	9603,0	0,2	35,1	284,0	471,5	30,0	5,4	215,9	
Snack Malam	Semangka	Semangka	100	28,0	0,0	0,5	0,2	6,9	7,0	12,0	0,2	590,0	0,1	6,0	4,0	60,7	0,0	1,0	92,1	
	Susu diabetasol	susu diabetasol	25	104,2	4,1	0,0	2,5	1,3	30,8	24,3	0,0	0,0	0,3	9,5	37,3	0,0	0,0	22,6		
Sub Total				28,0	4,1	0,5	2,7	8,2	37,8	36,3	0,2	590,0	0,1	6,3	13,5	98,0	0,0	1,0	114,7	
Total Asupan				1426,8	56,7	31,9	196,1	434,0	706,7	13,5	24809,8	0,7	101,1	498,2	2097,6	335,0	21,1	753,4		

## FOOD WEIGHING 1 x 24 JAM PASIEN 4

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat	Energi (Kcal)	Protein (g)		Lenak (g)	H A (g)	Ca (mg)	Fosfor (mg)	Fe (mg)	Vit. A (SI)	Vit. B1 (mg)	Vit. C (mg)	Natrium (mg)	Kalium (mg)	Coles (mg)	Serat (mg)	AIR (ml)
					Hevani	Nabati													
Makan Pagi	Nasi	Beras giling masak nasi	50	89,0	0,0	1,1	0,1	20,3	2,5	11,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,5	28,5
		Ayam	30	90,6	5,5	0,0	7,5	0,0	4,2	60,0	0,5	243,0	0,0	0,0	30,0	105,0	18,0	0,0	16,8
	Sop ayam	Wortel	20	8,4	0,0	0,2	0,1	1,9	7,8	7,4	0,2	2400,0	0,0	1,2	14,0	49,0	0,0	1,0	17,6
		Kol merah/putih	15	3,6	0,0	0,2	0,0	0,8	6,9	4,7	0,1	12,0	0,0	7,5	1,5	35,7	0,0	0,7	13,9
	Rolade tahu	Kentang	12	10,0	0,0	0,2	0,0	2,3	1,3	6,7	0,1	0,0	0,0	2,0	0,8	47,5	0,0	0,3	9,3
		Tahu	40	27,2	0,0	3,1	1,8	0,6	49,6	25,2	0,3	0,0	0,0	4,8	60,4	0,0	0,2	33,9	
		Seledri	5	1,0	0,0	0,1	0,0	0,2	2,5	2,0	0,1	6,5	0,0	0,6	4,8	16,3	0,0	0,2	4,7
		Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Sub Total</b>				<b>238,8</b>	<b>5,5</b>	<b>4,9</b>	<b>10,5</b>	<b>26,1</b>	<b>74,8</b>	<b>117,0</b>	<b>1,4</b>	<b>3261,5</b>	<b>0,1</b>	<b>11,3</b>	<b>55,9</b>	<b>313,9</b>	<b>18,0</b>	<b>2,9</b>	<b>124,7</b>
Snack Pagi	Kentang rebus	Kentang	50	41,5	0,0	1,0	0,1	9,6	5,5	28,0	0,4	0,0	0,1	8,5	3,5	198,0	0,0	1,3	38,9
<b>Sub Total</b>				<b>41,5</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	<b>0,1</b>	<b>9,6</b>	<b>5,5</b>	<b>28,0</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>8,5</b>	<b>3,5</b>	<b>198,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,3</b>	<b>38,9</b>
Makan Siang	Nasi	Beras giling masak nasi	75	133,5	0,0	1,6	0,1	30,5	3,8	16,5	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,8	42,8
		Dada ayam tanpa kulit	50	107,0	1,1	0,0	3,1	0,0	5,0	67,5	0,6	14,5	43,5	0,1	0,0	27,5	68,5	29,5	0,0
	Ayam goreng mentega	Mentega	2	14,5	0,0	0,0	1,6	0,0	0,3	0,3	0,0	66,0	0,0	0,0	19,7	0,3	5,0	0,0	0,3
		Prei ( daun bawang )	5	2,3	0,0	0,1	0,0	0,5	2,6	2,5	0,1	2,0	0,0	0,9	0,3	15,8	0,0	0,3	4,3
	Tempe goreng ketumbar	Tempe	40	59,6	0,0	7,3	1,6	5,1	51,6	61,6	4,0	20,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	2,8	25,6
		Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Cah sayuran	Wortel	20	8,4	0,0	0,2	0,1	1,9	7,8	7,4	0,2	2400,0	0,0	1,2	14,0	49,0	0,0	1,0	17,6
		Buncis	20	16,6	0,0	0,4	0,0	3,8	2,2	11,2	0,1	0,0	0,0	3,4	1,4	79,2	0,0	0,5	15,6
		Jagung muda dengan tongkol	10	3,3	0,0	0,2	0,0	0,7	0,7	10,0	0,1	20,0	0,0	0,8	0,0	0,0	0,0	0,4	9,0
<b>Sub Total</b>				<b>363,1</b>	<b>1,1</b>	<b>9,9</b>	<b>8,5</b>	<b>42,5</b>	<b>74,0</b>	<b>177,0</b>	<b>5,4</b>	<b>3722,5</b>	<b>43,6</b>	<b>6,3</b>	<b>35,4</b>	<b>171,8</b>	<b>73,5</b>	<b>35,2</b>	<b>115,1</b>
Snack Sore	Pisang Kepo Rebus	pisang kepok	50	58,0	0,4	0,0	0,1	15,6	1,0	14,0	0,3	45,5	0,1	5,5	2,5	232,5	0,0	1,2	0,0
<b>Sub Total</b>				<b>58,0</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>15,6</b>	<b>1,0</b>	<b>14,0</b>	<b>0,3</b>	<b>45,5</b>	<b>0,1</b>	<b>5,5</b>	<b>2,5</b>	<b>232,5</b>	<b>0,0</b>	<b>1,2</b>	<b>0,0</b>
Makan Malam	Nasi	Beras giling masak nasi	75	133,5	0,0	1,6	0,1	30,5	3,8	16,5	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,8	42,8
		Bistik telur	50	81,0	6,4	0,0	2,9	0,4	13,5	45,0	0,7	225,0	0,0	0,0	39,5	44,5	137,5	0,0	18,5
	Ayam goreng mentega	Prei ( daun bawang )	5	2,3	0,0	0,1	0,0	0,5	2,6	2,5	0,1	2,0	0,0	0,9	0,3	15,8	0,0	0,3	4,3
		Kol merah/putih	30	4,9	0,0	0,1	0,0	1,2	0,6	0,9	0,0	94,0	0,0	0,6	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5
	Tumis sayuran	Wortel	27	4,2	0,0	0,1	0,0	0,9	3,9	3,7	0,1	1200,0	0,0	0,6	7,0	24,5	0,0	0,5	8,8
		Kembang kol	15	1,8	0,0	0,1	0,0	0,4	3,3	2,2	0,1	31,5	0,0	1,0	1,8	3,9	0,0	0,5	4,4
	Tempe bacem	Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Tahu	50	59,6	0,0	7,3	1,6	5,1	51,6	61,6	4,0	20,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	2,8	25,6
		Gula aren	5	18,4	0,0	0,0	0,0	14,8	3,8	1,8	0,2	0,0	0,0	1,2	11,5	0,0	0,0	0,5	
		Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>Sub Total</b>				<b>323,6</b>	<b>6,4</b>	<b>9,3</b>	<b>6,6</b>	<b>53,7</b>	<b>83,8</b>	<b>139,5</b>	<b>5,5</b>	<b>2772,5</b>	<b>0,1</b>	<b>3,0</b>	<b>49,8</b>	<b>120,2</b>	<b>137,5</b>	<b>4,9</b>	<b>109,0</b>
Snack Malam	Pepaya	Pepaya	75	34,5	0,0	0,4	0,0	2,2	17,3	9,0	1,3	273,8	0,0	58,5	3,0	165,8	0,0	1,9	65,0
	Susu Diabetasol	Susu diabetasol	25	104,2	4,1	0,0	2,5	1,3	30,8	24,3	0,0	0,0	0,0	0,3	9,5	37,3	0,0	0,0	22,6
<b>Sub Total</b>				<b>138,7</b>	<b>4,1</b>	<b>0,4</b>	<b>2,5</b>	<b>3,5</b>	<b>48,0</b>	<b>33,3</b>	<b>1,3</b>	<b>273,8</b>	<b>0,0</b>	<b>58,8</b>	<b>12,5</b>	<b>203,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,9</b>	<b>87,7</b>
<b>Total Asupan</b>				<b>1163,7</b>	<b>43,0</b>	<b>28,3</b>	<b>150,9</b>	<b>287,0</b>	<b>508,7</b>	<b>14,2</b>	<b>10075,8</b>	<b>44,0</b>	<b>93,3</b>	<b>159,6</b>	<b>1239,4</b>	<b>229,0</b>	<b>47,2</b>	<b>475,3</b>	

## FOOD WEIGHING 1 x 24 JAM PASIEN 5

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat	Energi (Kcal)	Protein (g)		Lemak (g)	H A (g)	Ca (mg)	Fosfor (mg)	Fe (mg)	Vit. A (SI)	Vit. B1 (mg)	Vit. C (mg)	Natrium (mg)	Kalium (mg)	Coles (mg)	Serat (mg)	AIR (ml)	
					Hewani	Nabati														
Makan Pagi	Nasi Lunak	Beras giling masak nasi	40	62,3	0,0	0,7	0,0	18,2	1,8	7,7	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,4	20,0
		Sop sayur asam	50	107,0	1,1	0,0	7,1	0,0	5,0	67,5	0,6	14,5	43,5	0,1	0,0	27,5	68,5	29,5	0,0	
		Jagung kuning pipil baru	10	30,7	0,0	0,8	0,3	6,4	0,9	14,8	0,2	44,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,4
		Wortel	15	6,3	0,0	0,2	0,0	1,4	5,9	5,6	0,1	1800,0	0,0	0,9	10,5	36,8	0,0	0,8	13,2	
		Buncis	15	5,3	0,0	0,4	0,0	1,2	9,8	6,6	0,2	94,5	0,0	2,9	5,3	11,7	0,0	1,4	13,3	
		Prei ( daun bawang )	5	2,3	0,0	0,1	0,0	0,5	2,6	2,5	0,1	2,0	0,0	0,9	0,3	15,8	0,0	0,3	4,3	
		Seledri	3	0,6	0,0	0,0	0,0	0,1	1,5	1,2	0,0	3,9	0,0	0,3	2,9	9,8	0,0	0,1	2,8	
		Bola-bola tahu	35	23,8	0,0	2,7	1,6	0,6	43,4	22,1	0,3	0,0	0,0	0,0	4,2	52,9	0,0	0,2	29,7	
		Seledri	3	0,6	0,0	0,0	0,0	0,1	1,5	1,2	0,0	3,9	0,0	0,3	2,9	9,8	0,0	0,1	2,8	
		Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>Sub Total</b>				<b>256,8</b>	<b>1,1</b>	<b>5,0</b>	<b>11,2</b>	<b>28,5</b>	<b>72,3</b>	<b>129,1</b>	<b>1,6</b>	<b>3162,8</b>	<b>43,6</b>	<b>5,3</b>	<b>26,0</b>	<b>164,1</b>	<b>68,5</b>	<b>32,7</b>	<b>88,5</b>
Snack Pagi	Kentang rebus	Kentang	50	41,5	0,0	1,0	0,1	9,6	5,5	28,0	0,4	0,0	0,1	8,5	3,5	198,0	0,0	1,3	38,9	
<b>Sub Total</b>				<b>41,5</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	<b>0,1</b>	<b>9,6</b>	<b>5,5</b>	<b>28,0</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>8,5</b>	<b>3,5</b>	<b>198,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,3</b>	<b>38,9</b>	
Makan Siang	Nasi Lunak	Beras giling masak nasi	50	89,0	0,0	1,1	0,1	20,3	2,5	11,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,5	28,5	
		Ayam asam manis	75	226,5	13,7	0,0	5,8	0,0	10,5	150,0	1,1	607,5	0,1	0,0	75,0	262,5	45,0	0,0	41,9	
		Saos tomat	5	4,9	0,0	0,1	0,0	1,2	0,6	0,9	0,0	94,0	0,0	0,6	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	
		Prei ( daun bawang )	3	1,4	0,0	0,1	0,0	0,3	1,6	1,5	0,0	1,2	0,0	0,5	0,2	9,5	0,0	0,2	2,6	
	Capcay	Wortel	20	8,4	0,0	0,2	0,1	1,9	7,8	7,4	0,2	2400,0	0,0	1,2	14,0	49,0	0,0	1,0	17,6	
		Sawi	20	4,4	0,0	0,5	0,1	0,8	44,0	7,6	0,6	1292,0	0,0	20,4	2,3	73,5	0,0	0,8	18,4	
		Jagung muda dengan tongkol	20	6,6	0,0	0,4	0,0	1,5	1,4	20,0	0,1	40,0	0,0	1,6	0,0	0,0	0,0	0,8	17,9	
		Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		Tahu kecap	45	30,6	0,0	3,5	1,0	0,7	55,8	28,4	0,4	0,0	0,0	0,0	5,4	68,0	0,0	0,2	38,2	
		Kecap	5	2,3	0,0	0,3	0,1	0,5	6,2	4,8	0,3	0,0	0,0	0,0	200,0	25,0	0,0	0,0	3,2	
	<b>Sub Total</b>				<b>392,1</b>	<b>13,7</b>	<b>6,2</b>	<b>9,1</b>	<b>27,1</b>	<b>130,3</b>	<b>231,6</b>	<b>2,9</b>	<b>5634,7</b>	<b>0,2</b>	<b>24,3</b>	<b>296,9</b>	<b>487,4</b>	<b>45,0</b>	<b>3,5</b>	<b>171,8</b>
Snack Sore	Pisang kepok rebus	pisang kepok	100	115,9	0,8	0,0	0,2	61,2	2,0	28,0	0,6	91,0	0,1	11,0	5,0	465,0	0,0	2,3	0,0	
<b>Sub Total</b>				<b>115,9</b>	<b>0,8</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>61,2</b>	<b>2,0</b>	<b>28,0</b>	<b>0,6</b>	<b>91,0</b>	<b>0,1</b>	<b>11,0</b>	<b>5,0</b>	<b>465,0</b>	<b>0,0</b>	<b>2,3</b>	<b>0,0</b>	
Makan Malam	Nasi Lunak	Beras giling masak nasi	75	133,5	0,0	1,6	0,1	40,5	3,8	16,5	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,8	42,8	
		Bandeng presto	70	90,3	14,0	0,0	1,4	0,0	14,0	105,0	1,4	105,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	Tumis labu siam	Labu siam	20	5,2	0,0	0,1	0,0	1,3	2,8	5,0	0,1	4,0	0,0	3,6	0,0	0,0	0,0	0,6	18,5	
		Wortel	20	8,4	0,0	0,2	0,1	1,9	7,8	7,4	0,2	2400,0	0,0	1,2	14,0	49,0	0,0	1,0	17,6	
		Jagung muda dengan tongkol	20	6,6	0,0	0,4	0,0	1,5	1,4	20,0	0,1	40,0	0,0	1,6	0,0	0,0	0,0	0,8	17,9	
		Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	Tempe bacem	Tempe	40	59,6	0,0	7,3	1,6	10,1	51,6	61,6	4,0	20,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	2,8	25,6	
		Gula aren	3	11,0	0,0	0,0	0,0	10,9	2,3	1,1	0,1	0,0	0,0	0,0	0,7	6,9	0,0	0,0	0,3	
		Kecap	3	1,4	0,0	0,2	0,0	0,3	3,7	2,9	0,2	0,0	0,0	0,0	120,0	15,0	0,0	0,0	1,9	
	<b>Sub Total</b>				<b>334,1</b>	<b>14,0</b>	<b>9,9</b>	<b>5,2</b>	<b>66,5</b>	<b>87,3</b>	<b>219,4</b>	<b>6,4</b>	<b>3769,0</b>	<b>0,2</b>	<b>6,4</b>	<b>134,7</b>	<b>70,9</b>	<b>0,0</b>	<b>6,0</b>	<b>176,3</b>
Snack Malam	Pepaya	Pepaya	125	57,5	0,0	0,6	0,0	15,3	28,8	15,0	2,1	456,3	0,1	97,5	5,0	276,3	0,0	3,1	108,4	
	Susu diabetasol	Susu Diabetasol	25	104,2	4,1	0,0	2,5	1,3	30,8	24,3	0,0	0,0	0,0	0,3	9,5	37,3	0,0	0,0	22,6	
<b>Sub Total</b>				<b>161,7</b>	<b>4,1</b>	<b>0,6</b>	<b>2,5</b>	<b>16,5</b>	<b>59,5</b>	<b>39,3</b>	<b>2,2</b>	<b>456,3</b>	<b>0,1</b>	<b>97,8</b>	<b>14,5</b>	<b>313,5</b>	<b>0,0</b>	<b>3,1</b>	<b>131,0</b>	
<b>Total Asupan</b>				<b>1302,0</b>	<b>56,3</b>	<b>28,2</b>	<b>209,3</b>	<b>356,9</b>	<b>675,3</b>	<b>14,0</b>	<b>13113,8</b>	<b>44,1</b>	<b>153,2</b>	<b>480,6</b>	<b>1698,9</b>	<b>113,5</b>	<b>48,7</b>	<b>606,5</b>		

## FOOD WEIGHING 1 x 24 JAM PASIEN 6

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat	Energi (Kcal)	Protein (g)		Lemak (g)	H A (g)	Ca (mg)	Fosfor (mg)	Fe (mg)	Vit. A (SD)	Vit. B1 (mg)	Vit. C (mg)	Natrium (mg)	Kalium (mg)	Coles (mg)	Serat (mg)	AIR (ml)
					Hewani	Nabati													
Makan Pagi	Nasi Lunak	Beras giling masak nasi	50	890	0,0	1,1	0,1	20,3	2,5	11,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,5	28,5
		telur bumbu bali	30	48,6	3,8	0,0	3,5	0,2	16,2	54,0	0,8	270,0	0,0	0,0	47,4	53,4	165,0	0,0	22,2
	oseng tahu + kentang buncis	Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Tomat masak	2	0,4	0,0	0,0	0,0	0,1	0,1	0,5	0,0	30,0	0,0	0,8	0,1	4,7	0,0	0,2	1,9
	Tahu	30	20,4	0,0	2,3	1,4	0,5	37,2	18,9	0,2	0,0	0,0	0,0	3,6	45,3	0,0	0,2	25,4	
	Kentang	10	8,3	0,0	0,2	0,0	1,9	1,1	5,6	0,1	0,0	0,0	1,7	0,7	39,6	0,0	0,3	7,8	
	buncis	10	3,5	0,0	0,2	0,0	0,8	6,5	4,4	0,1	63,0	0,0	1,9	3,5	7,8	0,0	1,0	8,9	
	Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>Sub Total</b>				<b>197,3</b>	<b>3,8</b>	<b>3,9</b>	<b>7,9</b>	<b>23,8</b>	<b>63,6</b>	<b>94,4</b>	<b>1,5</b>	<b>2163,0</b>	<b>0,1</b>	<b>4,4</b>	<b>55,3</b>	<b>150,8</b>	<b>165,0</b>	<b>2,0</b>	<b>94,7</b>
Snack Pagi	Kentang rebus	Kentang	50	41,5	0,0	1,0	0,1	9,6	5,5	28,0	0,4	0,0	0,1	8,5	3,5	198,0	0,0	1,3	38,9
<b>Sub Total</b>				<b>41,5</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	<b>0,1</b>	<b>9,6</b>	<b>5,5</b>	<b>28,0</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>8,5</b>	<b>3,5</b>	<b>198,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,3</b>	<b>38,9</b>
Makan Siang	Nasi Lunak	Beras giling masak nasi	50	890	0,0	1,1	0,1	20,3	2,5	11,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,5	28,5
		Tongkol sarden	50	55,5	12,0	0,0	0,5	0,0	8,5	98,0	0,4	8,0	24,0	0,2	0,0	19,0	95,0	23,0	0,0
	Perkedel tempe	Tomat masak	2	0,4	0,0	0,0	0,0	0,1	0,1	0,5	0,0	30,0	0,0	0,8	0,1	4,7	0,0	0,2	1,9
		Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	tempe	30	44,7	0,0	2,5	1,2	3,8	38,7	46,2	3,0	15,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	2,1	19,2	
	Tepung terigu	5	18,3	0,0	0,4	0,1	3,9	0,8	5,3	0,1	0,0	0,0	0,0	0,1	20,0	0,0	0,1	0,6	
	Prei ( daun bawang )	5	2,3	0,0	0,1	0,0	0,5	2,6	2,5	0,1	2,0	0,0	0,9	0,3	15,8	0,0	0,3	4,3	
	sayur tumis manis	Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Jagung kuning pipil baru	20	61,4	0,0	1,6	0,7	12,7	1,8	29,6	0,4	88,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	4,8
	Wortel	30	12,6	0,0	0,4	0,1	2,8	11,7	11,1	0,2	3600,0	0,0	1,8	21,0	73,5	0,0	1,5	26,5	
	buncis	20	7,0	0,0	0,5	0,0	1,5	13,0	8,8	0,2	126,0	0,0	3,8	7,0	15,5	0,0	1,9	17,8	
	Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>Sub Total</b>				<b>318,1</b>	<b>12,0</b>	<b>9,5</b>	<b>5,6</b>	<b>45,6</b>	<b>79,7</b>	<b>213,0</b>	<b>4,6</b>	<b>5669,0</b>	<b>24,2</b>	<b>7,5</b>	<b>28,5</b>	<b>148,5</b>	<b>95,0</b>	<b>29,5</b>	<b>103,5</b>
Sanck Sore	Pisang kepok rebus	pisang kepok	50	58,0	0,4	0,0	0,1	15,6	1,0	14,0	0,3	45,5	0,1	5,5	2,5	232,5	0,0	1,2	0,0
<b>Sub Total</b>				<b>58,0</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>15,6</b>	<b>1,0</b>	<b>14,0</b>	<b>0,3</b>	<b>45,5</b>	<b>0,1</b>	<b>5,5</b>	<b>2,5</b>	<b>232,5</b>	<b>0,0</b>	<b>1,2</b>	<b>0,0</b>
Makan Malam	Nasi lunak	Beras giling masak nasi	25	44,5	0,0	0,6	0,1	10,2	2,5	11,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,5	28,5
		ayam kalasan	40	120,8	3,3	0,0	10,0	0,0	5,6	80,0	0,6	324,0	0,0	0,0	40,0	140,0	24,0	0,0	22,4
	sate tempe goreng tepung	Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		tempe	31	44,7	0,0	2,5	1,2	3,8	38,7	46,2	3,0	15,0	0,1	0,0	0,0	0,0	2,1	19,2	
	Tepung terigu	5	18,3	0,0	0,4	0,1	3,9	0,8	5,3	0,1	0,0	0,0	0,0	0,1	20,0	0,0	0,1	0,6	
	Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	capcay sayur	Kentang	15	12,5	0,0	0,3	0,0	2,9	1,7	8,4	0,1	0,0	0,0	2,6	1,1	59,4	0,0	0,4	11,7
		Wortel	15	6,3	0,0	0,2	0,0	1,4	5,9	5,6	0,1	1800,0	0,0	0,9	10,5	36,8	0,0	0,8	13,2
	Sawi	15	3,3	0,0	0,3	0,0	0,9	33,0	5,7	0,4	969,0	0,0	15,3	1,8	55,1	0,0	0,6	13,8	
	Prei ( daun bawang )	5	2,3	0,0	0,1	0,0	0,5	2,6	2,5	0,1	2,0	0,0	0,9	0,3	15,8	0,0	0,3	4,3	
Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0		
<b>Sub Total</b>				<b>297,7</b>	<b>3,3</b>	<b>4,4</b>	<b>16,4</b>	<b>23,5</b>	<b>90,7</b>	<b>164,7</b>	<b>4,6</b>	<b>6110,0</b>	<b>0,1</b>	<b>19,6</b>	<b>53,7</b>	<b>327,1</b>	<b>24,0</b>	<b>4,6</b>	<b>113,7</b>
Snack Malam	Pepaya	Pepaya	150	69,0	0,0	0,8	0,0	18,3	34,5	18,0	2,6	547,5	0,1	117,0	6,0	331,5	0,0	3,8	130,1
	susu diabetasol	susu diabetasol	25	104,2	4,1	0,0	2,5	1,3	30,8	24,3	0,0	0,0	0,0	0,3	9,5	37,3	0,0	0,0	22,6
<b>Sub Total</b>				<b>173,2</b>	<b>4,1</b>	<b>0,8</b>	<b>2,5</b>	<b>19,6</b>	<b>65,3</b>	<b>42,3</b>	<b>2,6</b>	<b>547,5</b>	<b>0,1</b>	<b>117,3</b>	<b>15,5</b>	<b>368,8</b>	<b>0,0</b>	<b>3,8</b>	<b>152,7</b>
<b>Total Asupan</b>				<b>1085,6</b>	<b>43,2</b>	<b>32,5</b>	<b>139,5</b>	<b>305,8</b>	<b>556,4</b>	<b>13,9</b>	<b>14535,0</b>	<b>24,6</b>	<b>162,7</b>	<b>158,9</b>	<b>1425,6</b>	<b>284,0</b>	<b>42,3</b>	<b>503,5</b>	

## FOOD WEIGHING 1 x 24 JAM PASIEN 7

Waktu	Menu	Bahan Makanan	Berat	Energi (Kcal)	Protein (g)		Lemak (g)	H A (g)	Ca (mg)	Fosfor (mg)	Fe (mg)	Vit. A (SI)	Vit. B1 (mg)	Vit. C (mg)	Natrium (mg)	Kalium (mg)	Coles (mg)	Serat (mg)	AIR (ml)	
					Hewani	Nabati														
Makan Pagi	Nasi Lunak	Beras giling masak nasi	50	89,0	0,0	1,1	0,1	20,3	2,5	11,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,5	28,5	
		telur bumbu bali	25	40,5	3,2	0,0	2,9	0,2	13,5	45,0	0,7	225,0	0,0	0,0	0,0	39,5	44,5	137,5	0,0	18,5
	oseng tahu + kentang buncis	Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		Tomat masak	2	0,4	0,0	0,0	0,0	0,1	0,1	0,5	0,0	30,0	0,0	0,8	0,1	4,7	0,0	0,2	1,9	
		tahu	25	17,0	0,0	2,0	1,2	0,4	31,0	15,8	0,2	0,0	0,0	0,0	3,0	37,8	0,0	0,1	21,2	
		Kentang	10	8,3	0,0	0,2	0,0	1,9	1,1	5,6	0,1	0,0	0,0	1,7	0,7	39,6	0,0	0,3	7,8	
		buncis	10	3,5	0,0	0,2	0,0	0,8	6,5	4,4	0,1	63,0	0,0	1,9	3,5	7,8	0,0	1,0	8,9	
		Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>Sub Total</b>				<b>185,8</b>	<b>3,2</b>	<b>3,5</b>	<b>7,1</b>	<b>23,6</b>	<b>54,7</b>	<b>82,3</b>	<b>1,3</b>	<b>2118,0</b>	<b>0,1</b>	<b>4,4</b>	<b>46,8</b>	<b>134,3</b>	<b>137,5</b>	<b>2,0</b>	<b>86,8</b>	
Snack Pagi	Kentang rebus	Kentang	50	41,5	0,0	1,0	0,1	9,6	5,5	28,0	0,4	0,0	0,1	8,5	3,5	198,0	0,0	1,3	38,9	
<b>Sub Total</b>				<b>41,5</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	<b>0,1</b>	<b>9,6</b>	<b>5,5</b>	<b>28,0</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>8,5</b>	<b>3,5</b>	<b>198,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,3</b>	<b>38,9</b>	
Makan Siang	Nasi Lunak	Beras giling masak nasi	75	133,5	0,0	1,6	0,1	40,5	3,8	16,5	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,8	42,8	
		ikan Tongkol	50	55,5	12,0	0,0	0,5	0,0	8,5	98,0	0,4	8,0	24,0	0,2	0,0	19,0	95,0	23,0	0,0	
	Perkedel tempe	Tomat masak	2	0,4	0,0	0,0	0,0	0,1	0,1	0,5	0,0	30,0	0,0	0,8	0,1	4,7	0,0	0,2	1,9	
		Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		tempe	30	44,7	0,0	2,5	1,2	3,8	38,7	46,2	3,0	15,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	2,1	19,2	
		Tepung terigu	5	18,3	0,0	0,4	0,1	3,9	0,8	5,3	0,1	0,0	0,0	0,0	0,1	20,0	0,0	0,1	0,6	
		Prei ( daun bawang )	5	2,3	0,0	0,1	0,0	0,5	2,6	2,5	0,1	2,0	0,0	0,9	0,3	15,8	0,0	0,3	4,3	
		Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	sayur tumis manis	Jagung kuning pipil baru	20	61,4	0,0	1,6	0,2	12,7	1,8	29,6	0,4	88,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	4,8	
		Wortel	30	12,6	0,0	0,4	0,1	2,8	11,7	11,1	0,2	360,0	0,0	1,8	21,0	73,5	0,0	1,5	26,5	
		buncis	20	7,0	0,0	0,5	0,0	1,5	13,0	8,8	0,2	126,0	0,0	3,8	7,0	15,5	0,0	1,9	17,8	
		Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>Sub Total</b>				<b>371,6</b>	<b>12,0</b>	<b>7,1</b>	<b>6,2</b>	<b>65,8</b>	<b>79,7</b>	<b>213,0</b>	<b>4,6</b>	<b>5669,0</b>	<b>24,2</b>	<b>7,5</b>	<b>28,5</b>	<b>148,5</b>	<b>95,0</b>	<b>29,5</b>	<b>103,5</b>	
Sanck Sore	Pisang kepok rebus	pisang kepok	50	58,0	0,4	0,0	0,1	15,6	1,0	14,0	0,3	45,5	0,1	5,5	2,5	232,5	0,0	1,2	0,0	
<b>Sub Total</b>				<b>58,0</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>15,6</b>	<b>1,0</b>	<b>14,0</b>	<b>0,3</b>	<b>45,5</b>	<b>0,1</b>	<b>5,5</b>	<b>2,5</b>	<b>232,5</b>	<b>0,0</b>	<b>1,2</b>	<b>0,0</b>	
Makan Malam	Nasi lunak	Beras giling masak nasi	50	89,0	0,0	1,1	0,1	20,3	2,5	11,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,5	28,5	
		ayam kalasan	25	75,5	4,6	0,0	4,3	0,0	3,5	50,0	0,4	202,5	0,0	0,0	25,0	87,5	15,0	0,0	14,0	
	sate tempe goreng tepung	Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		tempe	25	37,3	0,0	2,1	1,0	3,2	32,3	38,5	2,5	12,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,8	16,0	
		Tepung terigu	5	18,3	0,0	0,4	0,1	3,9	0,8	5,3	0,1	0,0	0,0	0,0	0,1	20,0	0,0	0,1	0,6	
		Minyak kelapa sawit	2	18,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	capcay sayur	Kentang	15	12,5	0,0	0,3	0,0	2,9	1,7	8,4	0,1	0,0	0,0	2,6	1,1	59,4	0,0	0,4	11,7	
		Wortel	15	6,3	0,0	0,2	0,0	1,4	5,9	5,6	0,1	1800,0	0,0	0,9	10,5	36,8	0,0	0,8	13,2	
		Sawi	15	3,3	0,0	0,3	0,0	0,6	33,0	5,7	0,4	969,0	0,0	15,3	1,8	55,1	0,0	0,6	13,8	
		Prei ( daun bawang )	5	2,3	0,0	0,1	0,0	0,5	2,6	2,5	0,1	2,0	0,0	0,9	0,3	15,8	0,0	0,3	4,3	
		Minyak kelapa sawit	1	9,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	600,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		<b>Sub Total</b>				<b>289,4</b>	<b>4,6</b>	<b>4,5</b>	<b>10,5</b>	<b>32,7</b>	<b>82,2</b>	<b>127,0</b>	<b>3,9</b>	<b>5986,0</b>	<b>0,1</b>	<b>19,6</b>	<b>38,7</b>	<b>274,6</b>	<b>15,0</b>	<b>4,3</b>
Snack Malam	Pepaya	Pepaya	150	69,0	0,0	0,8	0,0	18,3	34,5	18,0	2,6	547,5	0,1	117,0	6,0	331,5	0,0	3,8	130,1	
	susu diabetasol	susu diabetasol	25	104,2	4,1	0,0	2,5	1,3	30,8	24,3	0,0	0,0	0,0	0,3	9,5	37,3	0,0	0,0	22,6	
<b>Sub Total</b>				<b>173,2</b>	<b>4,1</b>	<b>0,8</b>	<b>2,5</b>	<b>19,6</b>	<b>65,3</b>	<b>42,3</b>	<b>2,6</b>	<b>547,5</b>	<b>0,1</b>	<b>117,3</b>	<b>15,5</b>	<b>368,8</b>	<b>0,0</b>	<b>3,8</b>	<b>152,7</b>	
<b>Total Asupan</b>				<b>1119,4</b>	<b>41,2</b>	<b>26,4</b>	<b>166,9</b>	<b>288,3</b>	<b>506,5</b>	<b>13,0</b>	<b>14366,0</b>	<b>24,5</b>	<b>162,7</b>	<b>135,4</b>	<b>1356,7</b>	<b>247,5</b>	<b>41,9</b>	<b>484,0</b>		









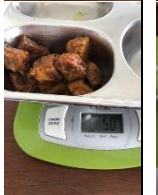
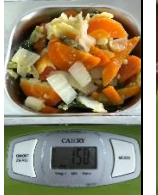






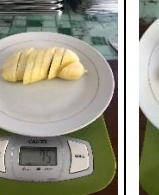








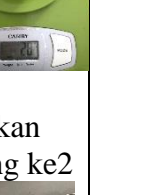




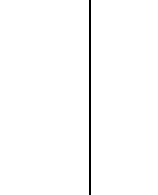





## Lampiran 11
































## DOKUMENTASI PENELITIAN








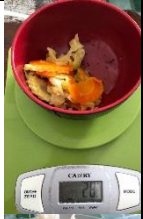












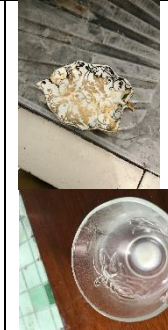
Lampiran 12

DOKUMENTASI FOOD WEIGHING















Pasi en	Food Weighing Sebelum						Food Weighing Sesudah (Sisa Makan)					
	Pagi	Siang	Sore	Snack pagi	Snack Siang	Snack Malam	Pagi	Siang	Sore	Snack pagi	Snack Siang	Snack Malam
1	   	   	   	 <p>Snack pagi ke 2</p> 		 	   	   	   	 <p>Snack pagi ke2</p> 		 

Pasi en	Food Weighing Sebelum						Food Weighing Sesudah (Sisa Makan)					
	Pagi	Siang	Sore	Snack pagi	Snack Siang	Snack Malam	Pagi	Siang	Sore	Snack pagi	Snack Siang	Snack Malam
												
2	  	   	  	 	 	 	  	 	  	 	 	








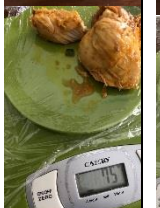









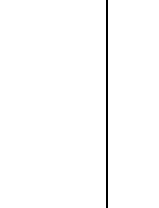





Pasi en	Food Weighing Sebelum						Food Weighing Sesudah (Sisa Makan)					
	Pagi	Siang	Sore	Snack pagi	Snack Siang	Snack Malam	Pagi	Siang	Sore	Snack pagi	Snack Siang	Snack Malam
			 									
3	 	 	 		 							


















Pasi en	Food Weighing Sebelum						Food Weighing Sesudah (Sisa Makan)					
	Pagi	Siang	Sore	Snack pagi	Snack Siang	Snack Malam	Pagi	Siang	Sore	Snack pagi	Snack Siang	Snack Malam
												
4												

















Pasi en	Food Weighing Sebelum						Food Weighing Sesudah (Sisa Makan)					
	Pagi	Siang	Sore	Snack pagi	Snack Siang	Snack Malam	Pagi	Siang	Sore	Snack pagi	Snack Siang	Snack Malam
												
5	  	  	  			 	 					 



Pasi en	Food Weighing Sebelum						Food Weighing Sesudah (Sisa Makan)					
	Pagi	Siang	Sore	Snack pagi	Snack Siang	Snack Malam	Pagi	Siang	Sore	Snack pagi	Snack Siang	Snack Malam
												
6												



Pasi en	Food Weighing Sebelum						Food Weighing Sesudah (Sisa Makan)					
	Pagi	Siang	Sore	Snack pagi	Snack Siang	Snack Malam	Pagi	Siang	Sore	Snack pagi	Snack Siang	Snack Malam
7				 <p>Snack pagi ke2</p>								

**POLTEKKES  
KEMENKES  
PALANGKA RAYA**

**PRINSIP MAKAN SEHAT 3J**

**BOOKLET  
DIABETES  
MELITUS TIPE 2  
MENGENAI DIET 3 J**



NAMA :.....

ALAMAT:.....

# **BOOKLET DIABETES MELITUS TIPE 2 MENGENAI DIET 3 J**

**Disusun Oleh:**

**WURI RAHMANINGTYAS  
PO.62.31.3.22.412**

*Diabetes*

**PRODI SARJANA TERAPAN GIZI  
POLTEKKES KEMENKES PALANGKA  
RAYA  
2022**



## KATA PENGANTAR

**Assalamualaikum Wr.. Wb..**

Dengan mengucapkan puji dan syukur penulis panjatkan kepada kehadirat Allah SWT atas segala Rahmat dan karunia-Nya sehingga Booklet Diet 3 J (Jumlah, jenis dan Jadwal) ini dapat terselesaikan dengan baik.

Booklet ini disusun dengan tujuan untuk menambah wawasan dan pengetahuan mengenai Diet DM sehingga pasien dapat memahami dan mematuhi diet yang di jalani. Oleh sebab itu, diharapkan *booklet* ini dapat membantu dan di gunakan oleh pasien sebagai acuan atau pedoman penatalaksanaan diet DM tipe 2.

Dalam peyusunan *Booklet* ini penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada: ibu Fretika Utami Dewi,S.Gz,M.Pd selaku pembimbing pertama dan ibu Retno Ayu H,S.Gz,Mnutr&Diet selaku pembimbing kedua.

Penulis menyadari bahwa dalam pembuatan Booklet ini, penulis merasakan masih banyak kekurangan, maka dari itu penulis mengharapkan kritik dan sarannya.

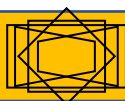
Semoga *booklet* ini memberikan manfaat bagi kita semua

Palangka Raya, Oktober 2022

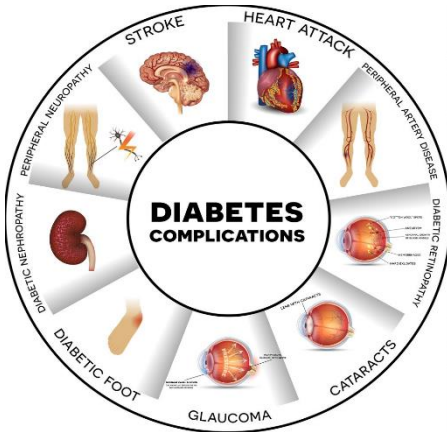


## DAFTAR ISI

Halaman Sampul	
Halaman Judul	
Kata Pengantar .....	i
Daftar Isi .....	ii
Pendahuluan .....	1
A. Pengertian DM .....	2
B. Klasifikasi DM .....	3
C. Diagnosis DM .....	4
D. Tanda & gejala DM .....	10
E. Diagnosis DM .....	11
F. Penatalaksanaan DM .....	12
G. 4 Pilar Penatalaksanaan DM .....	12
Daftar Pustaka .....	13



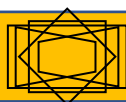
# PENDAHULUAN



Diabetes sudah menjadi penyakit yang umum ditengah-tengah masyarakat dan biasa kita temukan penderita penyakit ini di mana-mana. Setiap tahun Angka kejadiannya terus melonjak tajam, bahkan cenderung menakutkan. Dampak terburuk dari penyakit

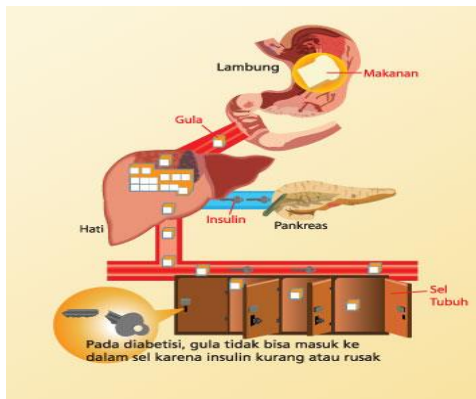
ini adalah bisa menyebabkan amputasi pada pasien yang terluka berat bahkan bisa menyebabkan kematian jika terjadi komplikasi seperti penyakit paru-paru, jantung ,ginjal ,saraf dll.

Kepatuhan diet merupakan salah satu kunci dari keberhasilan dalam pelaksanaan penyakit diabetes melitus. Hal tersebut di karenakan perencanaan makan merupakan salah satu dari 4 pilar utama dalam pengelolaan diabetes melitus. Pemberian informasi melalui edukasi dengan menggunakan booklet dapat meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus. Edukasi diabetes adalah Pendidikan dan pelatihan mengenai pengetahuan dan keterampilan bagi pasien diabetes melitus yang bertujuan menunjang perubahan perilaku yang di perlukan agar mencapai keadaan sehat optimal, penyesuaian keadaan psikologi dan kualitas hidup yang lebih baik.





## A. Pengertian Diabetes Melitus (DM)



Dikutip dari Kemenkes RI (2014) Diabetes melitus adalah penyakit gangguan metabolik yang terjadi secara kronis atau menahun karena tubuh tidak mempunyai hormon insulin yang cukup akibat gangguan pada sekresi insulin,

hormon insulin yang tidak bekerja sebagaimana mestinya atau keduanya

DM adalah penyakit metabolisme yang termasuk dalam golongan hyperglikemi atau gula dalam darah lebih dari normal (gula darah normal = 80–130mg/dl) oleh karena nya disebut juga penyakit gula atau kencing manis

## B. Klasifikasi DM



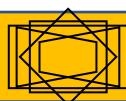
Ada 4 jenis penyakit diabetes menurut Tandra (2018) yaitu:

1. Diabetes Melitus Tipe 1

Penyakit ini merupakan bawaan yang tidak bisa dicegah ataupun di sembuhkan tetapi masih

dapat di kendalikan

Diabetes tipe ini terjadi karena tubuh berhenti memproduksi insulin karena kerusakan sel pankreas oleh sistem kekebalan



tubuh. Organ pankreasnya tidak memproduksi insulin lagi sehingga harus menerima supply insulin dari luar secara rutin.

Disebut juga Diabetes Juvenile karena biasanya di diagnosis pada orang remaja atau anak-anak.

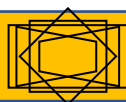
## 2. Diabetes Melitus Tipe 2

Penyakit gangguan metabolik dimana pankreas tidak menghasilkan insulin dalam jumlah yang memadai atau tubuh tidak mampu menggunakan insulin yang tersedia dengan benar. Diabetes tipe ini biasanya didiagnosis pada orang dewasa dan lebih sering terjadi pada orang dengan berat badan berlebihan atau obesitas.

Lebih dari 80% dari diabetes tipe ini dapat di cegah atau ditunda dengan mengurangi faktor resiko yang dapat menyebabkan terjadinya Diabetes dan mengadopsi gaya hidup sehat.

## 3. Diabetes Melitus Gestasional

Diabetes Mellitus tipe ini terjadi pada masa kehamilan biasanya pada trimester kedua dan ketiga. Seorang perempuan yang memiliki Diabetes Gestasional dalam satu kehamilan memiliki resiko lebih tinggi terkena Diabetes pada kehamilan berikutnya. Meskipun diabetes tipe ini beralih ke normal setelah melahirkan.. namun, tetap meningkatkan resiko Diabetes tipe 2 pada 5-10 tahun yang akan datang, karena itu pemeriksaan gula darah secara teratur dan tepat waktu penting dilakukan bagi perempuan yang pernah menyandang Diabetes Gestasional



#### 4. Diabetes tertentu

Diabetes pada golongan ini adalah diabetes yang terjadi akibat dari penyakit lain atau akibat dari konsumsi obat-obatan sehingga mengganggu produksi atau kerja insulin (Tandra, 2018).

### C. Pencegahan DM



Untuk mengurangi risiko penyakit diabetes, baik itu tipe 1 atau 2, ada beberapa cara yang dapat dilakukan, yaitu:

1. Menerapkan Pola makan Sehat

Menjalani pola makan sehat adalah salah satu kunci utama untuk

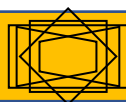
terhindar dari diabetes. Anda disarankan untuk membatasi konsumsi makanan dan minuman tinggi gula, kalori, dan lemak, misalnya makanan olahan, kue, es krim, dan makanan cepat saji.

2. Olah raga secara rutin

Sempatkan waktu Anda berolahraga minimal 30 menit sehari. Olahraga jenis apa pun, asalkan dilakukan dengan rutin, bisa menjadi cara yang efektif untuk mencegah diabetes.

3. Menjaga badan tetap ideal

Memiliki berat badan ideal adalah salah satu cara mencegah diabetes. Pasalnya, obesitas (kelebihan berat badan) menjadi salah satu faktor



penyebab utama dari diabetes. Obesitas mengganggu kerja metabolisme yang akhirnya membuat sel-sel dalam tubuh tidak dapat merespons insulin dengan baik. Tubuh Anda jadi kurang atau sama sekali tidak sensitif terhadap insulin. Akibatnya, resistensi insulin yang berujung pada diabetes.

#### 4. Mengelola stress dengan baik

Stres yang tidak dikelola dengan baik dapat meningkatkan risiko diabetes. Hal ini karena saat mengalami stres, tubuh akan melepaskan hormon stres (kortisol) yang dapat meningkatkan kadar gula dalam darah.

#### 5. Pengecekan gula darah secara rutin

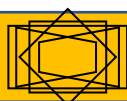
Untuk menilai kadar gula darah, Anda perlu melakukan pemeriksaan gula darah secara berkala ke dokter. Tes gula darah penting dilakukan untuk memonitor kadar gula darah dan mendeteksi dini penyakit diabetes.

#### 6. Hindari merokok dan konsumsi minuman keras

Merokok bisa menyebabkan kita terkena diabetes meningkat 30% - 40% jika dibandingkan dengan seseorang yang tidak merokok.

Pun Jika Anda sudah menderita diabetes, merokok dapat mempersulit pengendalian gula darah sehingga dapat memperburuk masalah kesehatan lainnya.

Jadi, salah satu hal terbaik yang dapat kita lakukan untuk kesehatan kita adalah berhenti merokok atau tidak merokok sama sekali.



## Manajemen Diet Penyakit DM



Terapi Nutrisi Medis (TNM) sebagai bentuk manajemen diet DM. Manajemen Diet DM dapat berhasil tidak lepas dari peran serta tenaga kesehatan (dokter, ahli gizi, dan petugas kesehatan lainnya) serta peran keluarga dalam memberikan dukungan pada pasien.

Prinsip diet DM yaitu 3 J (Jadwal makan, Jenis dan Jumlah makanan)

Prinsip Diet 3 J

Diet DM yaitu pengaturan pola makan untuk pasien DM yang meliputi tepat Jenis, tepat Jumlah, dan tepat Jadwal

### Jadwal Makan

Membiasakan makan tepat waktu sangat dianjurkan untuk pasien DM. pengaturan makan dapat berselang 3 – 4 jam untuk mengkonsumsi makanan utama maupun makanan selingan, sebagai contoh berikut tabel jadwal makan pasien DM

Jadwal Makan	Waktu Makan
<b>Pagi</b>	06.30
<b>Selingan Pagi</b>	09.30
<b>Siang</b>	12.00



<b>Selingan Siang</b>	15.30
<b>Malam</b>	18.00

### **Jenis Makanan**

Pasien DM harus menghindari bahan makanan sumber karbohidrat sederhana karena dapat meningkatkan kadar gula darah. Bahan makanan yang dihindari seperti gula pasir, gula jawa, sirup, permen, kue manis

Selain dibatasi terdapat beberapa jenis makanan yang dibatasi konsumsinya seperti dari sumber karbohidrat sumber protein hewan, sayuran, buah, dan makanan siap saji

Untuk lebih jelas perhatikan tabel di bawah:

Tabel. Jenis Makanan Yang Dianjurkan dan Yang Tidak Dianjurkan

<b>Sumber</b>	<b>Bahan Makanan yang Dianjurkan</b>	<b>Bahan Makanan yang tidak Dianjurkan</b>
Karbohidrat Kompleks	Nasi, roti, mie, kentang, singkong, ubi, sagu, dll. Diutamakan yang berserat tinggi	
Karbohidrat Sederhana		Gula, madu, sirup, jam, jeli, tarcis, dodol, kue-kue manis, buah yang diawetkan dengan gula, susu kental manis, minuman botol ringan, es krim
Protein	Dianjurkan yang tidak mengandung tinggi lemak, seperti daging rendah lemak, ikan,	Sumber protein yang tinggi kandungan kolesterol, seperti jeroan, otak



	ayam tanpa kulit, susu rendah lemak, keju rendah lemak, kacang-kacangan, tahu, tempe.	
Lemak	Dalam jumlah terbatas. Makanan dianjurkan diolah dengan cara dipanggang, dikukud, ditumis, disetup, direbus, dinakar	Sumber protein yang banyak mengandung lemak jenuh, dan lemak trans antara lain daging berlemak dan susu <i>full cream</i> . Makanan siap saji, cake, goreng-gorengan.
Sayur dan buah	Dianjurkan mengkonsumsi cukup banyak sayuran dan buah	
Mineral		Sumber natrium antara lain adalah garam dapur, vetsin, soda, dan bahan pengawet, seperti natrium benzoat dan natrium nitrit. Hindari bahan makanan yang mengandung bahan tersebut antara lain, ikan asin, telur asin, makanan yang diawetkan

### 3. Jumlah Makanan

Pengaturan jumlah makan pasien DM disesuaikan dengan kebutuhan tiap pasien tergantung berat badan, tinggi badan, umur, dan aktivitas pasien

#### a. Karbohidrat

1. Asupan karbohidrat sebesar 45% - 65% dari total asupan energi
2. Pembatasan karbohidrat total < 130 g/hari tidak dianjurkan

b. Lemak

Anjuran konsumsi lemak sekitar 20 -25 dari kebutuhan kaloritidak di bolehkan mengkonsumsi > 30% dari totoal asupan energi

c. Protein

Anjuran konsumsi protein sebesar 10 % total asupan energi

d. Serat

Anjuran konsumsi serat dari kacang-kacangan, buah, dan sayur sebesar 20-30 gram / hari dari berbagai sumber makanan

Perhitungan Kebutuhan Energi Pada Pasien DM

$$\text{Energi} = (\text{BMR} + \text{Faktor Aktivitas}) - \text{Faktor Usia}$$

Kebutuhan basal menurut jenis kelamin

Jenis Kelamin	Kebutuhan Kalori Basal
<b>Laki – Laki</b>	30 Kkal / kg BB
<b>Perempuan</b>	25 Kkal / kg BB

Faktor Aktifitas (konsesus Perkeni)	
<b>Bedrest</b>	10 % dari BMR
<b>Ringan</b>	20 % dari BMR
<b>Sedang</b>	30 % dari BMR
<b>Berat</b>	40 % dari BMR
<b>Sangat Berat</b>	50 % dari BMR

Faktor Usia (Konsesus Perkeni)	
<b>40 – 59 Tahun</b>	5 % dari BMR



<b>60 – 69 Tahun</b>	10 % dari BMR
<b>Diatas 70 Tahun</b>	20 % dari BMR

## D. Tanda dan Gejala DM

Penyakit DM biasanya tidak menunjukkan gejala pada awalnya. Banyak orang yang tidak sadar sudah memiliki diabetes melitus karena tidak ada gejala yang mengganggu. Meski begitu, gejala diabetes tipe 1 biasanya muncul lebih cepat dibandingkan dengan tipe 2 yang cenderung memburuk perlahan-lahan.

Berikut ini beberapa gejala yang biasa dialami oleh penderita diabetes mellitus :

1. Rasa haus yang sangat berlebihan



2. Kehilangan Berat badan



3. Mudah merasa letih dan selalu merasa kelelahan



4. Sering merasa pusing, mual dan muntah



5. Mudah lapar

6. Penglihatan kabur



7. Sering buang air kecil atau kencing

8. Sering kesemutan



9. Kesulitan dalam penyembuhan luka



10. Impotensi / sering terjadi infeksi di daerah area vagina



Oleh karena itu, segeralah memeriksakan kesehatan ke dokter jika merasa mengalami salah satu atau sejumlah tanda tersebut. Hal ini bertujuan agar segera dilakukan perawatan, sehingga risiko komplikasi dari diabetes dapat dihindarkan.

## E. Diagnosis DM

Diagnosis dini pada penyakit DM sangat menentukan bagi seorang penderita penyakit ini. Dengan melakukan diagnosis dini maka perkembangan penyakit DM bagi penyandang dapat di cegah sehingga tidak berisiko komplikasi

	HbA1c (%)	Glukosa darah puasa (mg/dL)	Glukosa plasma 2 jam setelah TTGO (mg/dL)
Diabetes	$\geq 6,5$	$\geq 126$	$\geq 200$
Pradiabetes	5,7-6,4	100-125	140-199
Normal	$< 5,7$	$< 100$	$< 140$

Berikut adalah kriteria diagnosis DM menurut Perkeni, 2021 yaitu:

- Pemeriksaan glukosa plasma puasa  $\geq 126$  mg/dL.
- Pemeriksaan glukosa plasma  $\geq 200$  mg/dL 2-jam setelah Tes Toleransi Glukosa Oral (TTGO) dengan beban glukosa 75 gram.
- Pemeriksaan glukosa plasma sewaktu  $\geq 200$  mg/dL dengan keluhan klasik atau krisis hiperglikemia.
- Pemeriksaan HbA1c  $\geq 6,5\%$  dengan menggunakan metode yang terstandarisasi oleh National Glycohaemoglobin Standardization Program (NGSP).

Pemeriksaan perlu dilakukan pada seseorang yang mungkin



menderita DM tetapi tidak menunjukkan gejala dan keluhan. Pemeriksaan dilakukan untuk mendiagnosis DM tipe 2 dan prediabetes. Pemeriksaan penyaring ini dilakukan pada kelompok dengan resiko menderita DM yang tinggi yaitu kelompok dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) yang besar, kelompok dengan faktor risiko DM tinggi dan kelompok usia >45 tahun (Perkeni, 2021).



## F. Penatalaksanaan DM menurut Perkeni (2021)

Tujuan dari dilakukannya penatalaksanaan Diabetes Mellitus adalah untuk meningkatkan kualitas hidup penderita Diabetes Mellitus itu sendiri.

Menurut Perkeni (2021), dalam melakukan penatalaksanaan dan pengelolaan Diabetes Mellitus difokuskan pada 4 (empat) pilar yaitu edukasi, terapi nutrisi medis, latihan jasmani dan terapi farmakologis

Berikut gambaran 4 pilar manajemen Pengobatan diabetes

## G. 4 Pilar Penatalaksanaan DM



## DAFTAR PUSTAKA

- Asosiasi Dietisien Indonesia. 2019. *Penuntun Diet dan Terapi Gizi* Edisi ke-4. Jakarta: EGC
- Kemenkes RI. 2014. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2014*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Perkeni. 2021. *Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia*. PB PERKENI.
- Perkeni. 2015. *Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2*. PB PERKENI.
- Suryani I, Isdiany, Nitta, Kusumayanti G. 2018. *Dietetik Penyakit Tidak Menular*. Pusat Pendidikan Sumber Daya. Manusia Kesehatan BPPSDM
- Supariasa D, Nyoman D. 2019. *Asuhan Gizi Klinik*. Jakarta: EGC.
- Tandra H. 2018. *Segala Sesuatu yang Harus Anda Ketahui tentang Diabetes*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

## KETERCAPAIAN EDUKASI PASIEN

No	Tanggal	Nama Ahli Gizi	Reward Bintang	Catatan

**Catatan :**

Pasien diberikan stempel bintang untuk mengukur tingkat pengetahuan dan kepatuhan pasien terhadap DM





## Lampiran 15 Karakteristik Pasien

### Frequencies

#### Statistics

		jenis kelamin	pendidikan	pekerjaan	status gizi
N	Valid	7	7	7	7
	Missing	0	0	0	0

### Frequency Table

#### jenis kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	laki-laki	2	28.6	28.6	28.6
	perempuan	5	71.4	71.4	100.0
	Total	7	100.0	100.0	

#### pendidikan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SD	2	28.6	28.6	28.6
	SMP	3	42.9	42.9	71.4
	SMA/ sederajat	1	14.3	14.3	85.7
	Perguruan tinggi	1	14.3	14.3	100.0
	Total	7	100.0	100.0	



**pekerjaan**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	PNS/TNI/POLRI	1	14.3	14.3	14.3
	Tidak bekerja/IRT	5	71.4	71.4	85.7
	Petani	1	14.3	14.3	100.0
	Total	7	100.0	100.0	

**status gizi**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	BB Normal	3	42.9	42.9	42.9
	Dengan resiko	1	14.3	14.3	57.1
	Obese I	3	42.9	42.9	100.0
	Total	7	100.0	100.0	

**Frequencies****Statistics**

umur

N	Valid	7
	Missing	0

**umur**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	39	1	14.3	14.3	14.3
	47	1	14.3	14.3	28.6
	48	1	14.3	14.3	42.9
	51	1	14.3	14.3	57.1
	62	1	14.3	14.3	71.4
	66	1	14.3	14.3	85.7
	72	1	14.3	14.3	100.0
Total		7	100.0	100.0	

### Frequencies

**Statistics**

		berat badan	tinggi badan	riwayat DM	obat
N	Valid	7	7	7	7
	Missing	0	0	0	0

### Frequency Table

**berat badan**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	45	1	14.3	14.3	14.3
	50	1	14.3	14.3	28.6
	60	1	14.3	14.3	42.9
	65	2	28.6	28.6	71.4
	68	1	14.3	14.3	85.7
	80	1	14.3	14.3	100.0
	Total	7	100.0	100.0	

**tinggi badan**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	148.00	1	14.3	14.3	14.3
	150.00	1	14.3	14.3	28.6
	155.00	2	28.6	28.6	57.1
	165.00	2	28.6	28.6	85.7
	166.75	1	14.3	14.3	100.0
	Total	7	100.0	100.0	

**riwayat DM**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ada	5	71.4	71.4	71.4
	tidak ada	2	28.6	28.6	100.0
	Total	7	100.0	100.0	

**obat**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	insulin	7	100.0	100.0	100.0

## Frequencies

### Statistics

IMT

N	Valid	7
	Missing	0

### IMT

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	BB Normal	3	42.9	42.9	42.9
	Obese I	4	57.1	57.1	100.0
Total		7	100.0	100.0	

## Lampiran 14 Uji Validitas

### Frequencies

		Statistics	
		skor pengetahuan sebelum	skor pengetahuan sesudah
N	Valid	7	7
	Missing	0	0

### Frequency Table

skor pengetahuan sebelum					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	46.70	1	14.3	14.3	14.3
	60.00	1	14.3	14.3	28.6
	66.70	3	42.9	42.9	71.4
	80.00	1	14.3	14.3	85.7
	86.70	1	14.3	14.3	100.0
	Total	7	100.0	100.0	

skor pengetahuan sesudah					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	80.00	1	14.3	14.3	14.3
	86.70	1	14.3	14.3	28.6
	93.30	3	42.9	42.9	71.4
	100.00	2	28.6	28.6	100.0
	Total	7	100.0	100.0	

**Lampiran 16 UJI NORMALITAS****Case Processing Summary**

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
skor pengetahuan sebelum	7	100.0%	0	.0%	7	100.0%
skor pengetahuan sesudah	7	100.0%	0	.0%	7	100.0%

## Descriptives

		Statistic	Std. Error
skor pengetahuan sebelum	Mean	67.6429	4.91731
	95% Confidence Interval for Mean		
	Lower Bound	55.6106	
	Upper Bound	79.6751	
	5% Trimmed Mean	67.7476	
	Median	66.7000	
	Variance	169.260	
	Std. Deviation	13.00998	
	Minimum	46.70	
	Maximum	86.70	
	Range	40.00	
	Interquartile Range	20.00	
	Skewness	-.088	.794
	Kurtosis	.318	1.587
skor pengetahuan sesudah	Mean	92.3714	2.69123
	95% Confidence Interval for Mean		
	Lower Bound	85.7862	
	Upper Bound	98.9566	
	5% Trimmed Mean	92.6349	
	Median	93.3000	
	Variance	50.699	
	Std. Deviation	7.12033	
	Minimum	80.00	
	Maximum	100.00	
	Range	20.00	
	Interquartile Range	13.30	
	Skewness	-.766	.794
	Kurtosis	.271	1.587

**Tests of Normality**

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
skor pengetahuan sebelum	.243	7	.200*	.945	7	.687
skor pengetahuan sesudah	.266	7	.144	.894	7	.297

a. Lilliefors Significance Correction

\*. This is a lower bound of the true significance.



## Lampiran 17 Uji T-Test Untuk Pengetahuan

### T-Test

**Paired Samples Statistics**

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 skor pengetahuan sebelum	67.6429	7	13.00998	4.91731
skor pengetahuan sesudah	92.3714	7	7.12033	2.69123

**Paired Samples Correlations**

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 skor pengetahuan sebelum & skor pengetahuan sesudah	7	.412	.358

**Paired Samples Test**

	Paired Differences		
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 skor pengetahuan sebelum - skor pengetahuan sesudah	-24.72857	11.98106	4.52841

**Paired Samples Test**

		Paired Differences		t	df
		95% Confidence Interval of the Difference			
		Lower	Upper		
Pair 1	skor pengetahuan sebelum - skor pengetahuan sesudah	-35.80920	-13.64794	-5.461	6

**Paired Samples Test**

		Sig. (2-tailed)
Pair 1	skor pengetahuan sebelum - skor pengetahuan sesudah	.002

**Lampiran 18 Uji McNemar Test Untuk Kepatuhan****Frequency****Statistics**

		sebelum edukasi	sesudah edukasi
N	Valid	7	7
	Missing	0	0

**Frequency Table****sebelum edukasi**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tidak patuh	7	100.0	100.0	100.0

**sesudah edukasi**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	patuh	5	71.5	71.5	71.5
	tidak patuh	2	28.5	28.5	100.0
	Total	7	100.0	100.0	

**McNemar Test****Sebelum edukasi & Sesudah edukasi**

Sebelum edukasi	Sesudah edukasi	
	patuh	tidak patuh
patuh	0	0
tidak patuh	5	2

**Test Statistics<sup>b</sup>**

	Sebelum edukasi & Sesudah edukasi
N	7
Exact Sig. (2-tailed)	.063 <sup>a</sup>

a. Binomial distribution used.

b. McNemar Test

## Lampiran 22 Surat Keterangan Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN SERUYAN  
**DINAS PENANAMAN MODAL DAN  
 PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**  
 Jl. M.T. Haryono Telepon (0538) 21828 Faximili (0538) 21828  
 Website : www.dpmpmsp.seruyankab.go.id Email : dpmpmsp.kabseruyan@gmail.com  
**KUALA PEMBUANG 74211**

### SURAT KETERANGAN PENELITIAN NOMOR : 503-D13/04.004/DPMPMSP/1/2023

- I. MEMBACA
1. Surat Saudari WURI RAHMANINGTYAS, tanggal 16 Januari 2023 Perihal Permohonan Surat Keterangan Penelitian;
  2. Surat Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Palangka Raya Nomor LB.02.03/1/4074/2023 tanggal 06 Januari 2023 Perihal Mohon Izin Mengadakan Penelitian/Obervasi.
- II. DASAR HUKUM
1. Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2006 tentang Perizinan Melakukan Kegiatan Penelitian dan Pengembangan bagi Perguruan Tinggi Asing, Lembaga Penelitian dan Pengembangan Asing, Badan Usaha Asing dan Orang Asing;
  2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2018 tentang Penerbitan Surat Keterangan Penelitian;
  3. Peraturan Bupati Seruyan Nomor 41 Tahun 2022 tentang Pendelegasian Kewenangan Penyelenggaraan Pelayanan Perizinan dan Nonperizinan kepada Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Seruyan.
- MEMBERIKAN SURAT KETERANGAN PENELITIAN KEPADA:
- III. IDENTITAS PEMEGANG SURAT KETERANGAN
- |                                 |   |
|---------------------------------|---|
| a. Nama                         | : WURI RAHMANINGTYAS  |
| b. Alamat                       | : Jl. Sampit - Pangkalan Bun Simpang Tiga Desa Pembuang Hulu II<br>Kecamatan Hanau Kabupaten Seruyan  |
| c. Judul Penelitian             | : Pengaruh Pemberian Edukasi Diet Dengan Media Booklet Terhadap Pengetahuan dan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di RSUD Hanau |
| d. Tujuan Penelitian            | : Menyelesaikan Studi Akhir (Penulisan Skripsi)   |
| e. Tempat / Lokasi Penelitian   | : RSUD Hanau  |
| f. Waktu Pelaksanaan Penelitian | : 01 Desember 2022 s.d 01 Februari 2023   |
| g. Bidang Penelitian            | : Gizi Klinik   |
| h. Status Penelitian            | : Baru  |
| i. Penanggung Jawab             | : Fretika Utami Dewi, S.Gz., M.Pd   |
| j. Anggota Peneliti             | : 1 (satu) orang  |
| k. Badan Usaha / Organisasi     | : Politeknik Kesehatan Kemenkes Palangka Raya   |
- IV. DENGAN KETENTUAN SEBAGAI BERIKUT :
1. Dalam melaksanakan kegiatan harus melaporkan serta menyampaikan maksud dan tujuan kepada pimpinan instansi Pemerintah yang menangani urusan sesuai objek penelitian;
  2. Mematuhi peraturan perundang-undangan yang berlaku, etika dan norma di lokasi kegiatan;
  3. Surat Keterangan ini hanya digunakan untuk kegiatan sesuai Keterangan yang diberikan;
  4. Pemegang Surat Keterangan wajib melaporkan pelaksanaan kegiatan bentuk softcopy dan hardcopy kepada Bupati Seruyan setelah selesai melaksanakan kegiatan melalui :
    - a. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Seruyan;
    - b. Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah Kabupaten Seruyan;
  5. Surat Keterangan dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak memenuhi ketentuan tersebut diatas.
- Demikian Surat Keterangan ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.




Dikeluarkan di Kuala Pembuang  
 Pada tanggal 17 Januari 2023  
 Ditandatangani secara elektronik oleh :  
 Kepala Dinas Penanaman Modal dan  
 Pelayanan Terpadu Satu Pintu  
 Agung Setiawan  
 NIP. 19790920 199810 1 001

Biaya : Rp. 0,-


- Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2008 pasal 5 ayat 1 menyatakan bahwa "Informasi elektronik dan/atau dokumen elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah";
- Asli dokumen ini berbentuk elektronik yang ditandatangani secara digital menggunakan sertifikat elektronik (Certifikat) yang diterbitkan oleh Badan Penyelenggara dan Penerapan Teknologi (BPPT) sehingga tidak diperlukan tanda tangan dan stempel basah;
- Dilarang melakukan tirorami, penyebaran atau penggantian kepada pihak lain yang tidak terkait dengan dokumen ini;
- Kode QR akan menampilkan dokumen digital yang hanya berupa salinan;
- Keabsahan dan keaslian alat bukti yang disampaikan menjadi tanggungjawab pemohon sepenuhnya dan apabila ada data dan/atau informasi dokumen pendukung perizinan lain ini yang ternyata dikemudian hari terbukti tidak benar maka lain ini tidak berlaku dengan sendirinya dan pajak/retribusi yang telah dibayarkan tidak dapat ditarik kembali.



## Lampiran 19 Permohonan Ijin Mengadakan Penelitian



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN**  
**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PALANGKA RAYA**  
Jalan George Obos No. 30 Palangka Raya [Kampus A], Jalan George Obos No. 32 Palangka Raya [Kampus B],  
 Jalan Dokter Soetomo No. 10 Palangka Raya [Kampus C], Kalimantan Tengah - Indonesia  
 Telepon / Faksimile: (0536) 3221768 Laman (Website) : <http://www.polkesraya.ac.id>  
 Surel (E-mail) : [direktorat@polkesraya.ac.id](mailto:direktorat@polkesraya.ac.id)



Palangka Raya, 06 Januari 2023

Nomor : LB.02.03/1/4074/2023  
 Lampiran : 1 (Berkas)  
 Perihal : **Mohon Izin mengadakan Penelitian/Observasi**

Kepada Yang Terhormat :  
**Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah, Penelitian dan Pengembangan Kabupaten Seruyan**

Di –  
**SERUYAN**

Dengan Hormat,


Sehubungan dengan adanya Penelitian bagi mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Palangka Raya dalam menyelesaikan studinya diwajibkan menyusun Skripsi, maka dari ini kami mengajukan permohonan sebagaimana hal diatas. Adapun mahasiswa yang mengajukan sbb :

Nama : WURI RAHMANINGTYAS  
 NIM : PO.62.31.3.22.412  
 Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika  
 Jurusan : Gizi  
 Jenjang : D-IV  
 Instansi : Poltekkes Kemenkes Palangka Raya  
 Melaksanakan Penelitian di : RSUD HANAU KABUPATEN SERUYAN  
 Selama : 3 (Tiga) Bulan  
 Dosen Pembimbing 1 : FRETIKA UTAMI DEWI, S.Gz, M.Pd  
 NIP : 19780218 200012 2 004  
 Dosen Pembimbing 2 : RETNO AYU HAPSARI, S.Gz, Mnutr&Diet  
 NIP : 19861107 201012 2 002

Judul :  
**"PENGARUH PEMBERIAN EDUKASI DIET DENGAN MEDIA BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN DIET PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI RSUD HANAU"**

Demikian permohonan ini disampaikan, atas bantuan dan perhatiannya diucapkan terimakasih




Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Palangkaraya,




**Mars Khendra Kusfriadji, STP., MPH.**  
 NIP 197503101997031004

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik yang diterbitkan oleh Balai Sertifikasi Elektronik (BSrE), BSSN

## Lampiran 21 Persetujuan Etik Penelitian RSUD Hanau


 <p style="text-align: center;"><b>PEMERINTAH KABUPATEN SERUYAN</b>  <b>RUMAH SAKIT UMUM DAERAH HANAU</b>  <small>Jl. Sampit - Pangkalanbun KM. 142 Telp. (0532) 2033002 – Fax 2033125          Email : rsud.hanau@gmail.com</small></p>	 <p style="text-align: center;"><b>HANAU</b></p>
<p>Nomor : 0071/RSUD-HN/TU-I/2023          Lamp : -          Perihal : Persetujuan Etik Penelitian Kesehatan</p>	<p style="text-align: right;">Pembuang Hulu, 03 Januari 2023</p> <p style="text-align: right;">Kepada Yth.          Komite Etik Penelitian Kesehatan          (KEPK) Politeknik Kesehatan          Kemenkes Palangka Raya          di -          Palangka Raya</p>
<p>Dengan Hormat,</p> <p>Menindaklanjuti Surat dari Komite Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Politeknik Kesehatan Kemenkes Palangka Raya Nomor: 489/XII/KE.PE/2022 Tanggal 28 Desember 2022 Perihal: Persetujuan Etik Penelitian Kesehatan dengan Judul Protokol Penelitian : Pengaruh Pemberian Edukasi Diet dengan Media Booklet terhadap Pengetahuan dan Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 (dua) di RSUD Hanau. Maka dengan ini disampaikan bahwa :</p> <p>Nama : Wuri Rahmaningtyas, AMG          NIP : 19861202 200903 2 005</p> <p>Sebagai peneliti utama di RSUD Hanau dengan Judul Protokol Penelitian tersebut.</p> <p>Demikian surat ini disampaikan atas perhatian dan kerjasamanya, kami ucapkan terima kasih.</p>	
<p>Mengetahui,          Ptt. Direktur RSUD Hanau</p> <div style="text-align: center;">   <b>dr. ATET KURNIADI, Sp.KFR</b>          Pembina, IV/a          NIP. 19770626 200604 1 018         </div>	

## Lampiran 20 Persetujuan Etik Penelitian Kesehatan



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN**  
**KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN**  
**POLTEKES KEMENKES PALANGKA RAYA**

Sekretariat:  
 Jalan G. Obos No. 30 Palangka Raya 73111 – Kalimantan Tengah



---

**PERSETUJUAN ETIK PENELITIAN KESEHATAN**  
**Nomor: 489/XII/KE.PE/2022**

Judul Protokol Penelitian : Pengaruh Pemberian Edukasi Diet Dengan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Hanau

Dokumen yang Disetujui dan Versi Dokumen : 1. Protokol Penelitian versi 03 2022  
 2. *Information for Subjects* versi 03 2022  
 3. Formulir *Informed Consent* versi 03 2022

Peneliti Utama : Wuri Rahmaningtyas

Peneliti Pendamping : -


Tanggal Persetujuan : 28 Desember 2022  
 (Berlaku selama satu tahun mulai dari tanggal persetujuan)

Lembaga/Lokasi Penelitian : RSUD Hanau

Komite Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Politeknik Kesehatan Kemenkes Palangka Raya menyatakan bahwa dokumen di atas memenuhi prinsip etik yang telah diuraikan dalam Pedoman Internasional dan Nasional tentang standar dan prosedur etik penelitian dengan manusia.

Komite Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Politeknik Kesehatan Kemenkes Palangka Raya berhak untuk memantau kegiatan penelitian setiap saat.

Peneliti wajib menyerahkan :  
 Laporan dari setiap efek samping serius yang ditimbulkan



**Yeni Lucin S.Kep., MPH**  
 Ketua KEPK