



REPUBLIK INDONESIA  
KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA

# SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC00201937965, 13 April 2019

## Pencipta

Nama : **Erry Yudhya Mulyani, S.Gz, M.Sc**

Alamat : Villa Dago Tol Blok H15 No 29 Rt002/Rw021, Serua, Ciputat, Tangerang Selatan 15414, Tangerang Selatan, Banten, 15414

Kewarganegaraan : Indonesia

## Pemegang Hak Cipta

Nama : **Erry Yudhya Mulyani, S.Gz, M.Sc**

Alamat : Villa Dago Tol Blok H15 No29 Rt002/Rw021 Serua, Ciputat, Tangsel 15414, Tangerang Selatan, Banten, 15414

Kewarganegaraan : Indonesia

Jenis Ciptaan : **Buku Panduan/Petunjuk**

Judul Ciptaan : **Petunjuk Penggunaan Instrumen Asupan Zat Gizi Dan Air Pada Survey Hidrasi Kehamilan**

Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia : 1 September 2018, di Makasar

Jangka waktu perlindungan : Berlaku selama hidup Pencipta dan terus berlangsung selama 70 (tujuh puluh) tahun setelah Pencipta meninggal dunia, terhitung mulai tanggal 1 Januari tahun berikutnya.

Nomor pencatatan : 000140262

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.

Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.

a.n. MENTERI HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA  
DIREKTUR JENDERAL KEKAYAAN INTELEKTUAL



Dr. Freddy Harris, S.H., LL.M., ACCS.  
NIP. 196611181994031001

# **PETUNJUK PENGGUNAAN INSTRUMEN**

## **ASUPAN ZAT GIZI DAN AIR PADA SURVEY HIDRASI KEHAMILAN**

**Oleh        :**  
**Erry Yudhya Mulyani, S.Gz, M.Sc**

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI  
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS ESA UNGGUL  
2018**

# DAFTAR ISI

	Hal
Pendahuluan	3
Petunjuk instrument Asupan Zat Gizi (non-air)	4
Petunjuk instrument Asupan Air	9
Penutup	13

## PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan periode fisiologis-spesifik yang dimana dalam setiap periode memiliki kebutuhan akan asupan zat gizi yang berbeda-beda. Kebutuhan zat gizi di peruntukan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan janin selama masa kehamilan. Masa kehamilan terdiri dari 3 periode yaitu, Trimester 1 selama 12 minggu, trimester 2 selama 15 minggu (minggu ke- 13 sampai minggu ke-27), dan trimester 3 selama 13 minggu (minggu ke- 28 sampai minggu ke-40).

Perubahan fisiologis terjadi pada kehamilan untuk pemeliharaan dan pengembangan janin dalam mempersiapkan ibu untuk proses persalinan dan kelahiran. Beberapa dari perubahan ini mempengaruhi nilai biokimia normal, sementara yang lain dapat merupakan gejala penyakit medis. Oleh karenanya, penting untuk mempelajari fisiologis kehamilan normal agar dapat mengetahui keadaan yang tidak normal saat menjalani kehamilan.

Dalam penelitian hidrasi kehamilan untuk melihat asupan zat gizi yang dapat dibanding dengan kebutuhannya, perlu melakukan anamnesa asupan salah satunya dengan metode recall 1x 24 jam. Dengan demikian, perlu diperhatikan beberapa langkah yang harus dijalani dalam kegiatan anamnesa asupan zat gizi. Di dalam pedoman ini disampaikan tata cara ataupun prosedur yang dapat dilakukan untuk mempermudah proses anamnesa sehingga didapat data asupan pada ibu hamil. Asupan disini terdiri atas dua yaitu asupan zat gizi dan asupan air.

Petunjuk instrument ini terdiri dari 2 (dua) buah protokol yaitu sebagai berikut:

- a. Protokol Analisis asupan zat gizi (non-air)
- b. Protokol Analisis asupan air

## **ANALISIS ASUPAN ZAT GIZI (non-air)**

### **1. Tujuan**

Untuk mengetahui jumlah asupan zat gizi: energi, protein, lemak, karbohidrat, zinc, kalsium , natrium, zat besi, yodium dan asam folat melalui makanan yang dikonsumsi selama tiga hari.

### **2. Metode**

Menggunakan program *nutrisurvey*

### **3. Bahan dan Alat (Instrumen)**

- a) Kuesioner *recall 1x24 jam* selama 3 hari
- b) Komputer

### **4. Ahli dan Petugas**

- a) Koordinator lapangan
- b) Enumerator

## 5. Waktu dan Tempat

- a) Dilakukan pada usia kehamilan 16 minggu selama 3 hari (proses skrining dan data baseline) dan pada minggu 34 dan 36 minggu selama 3 hari (proses observasi dan termasuk data endline)
- b) Bertempat di kantor penelitian

## 6. Prosedur:

- a) Siapkan kuesioner recall yang sudah di cek kelengkapannya (nama makanan, bahan pangan, berat bahan pangan) oleh enumerator dan koordinator lapangan.
- b) Analisis data asupan zat gizi dilakukan oleh enumerator yang sudah terlatih dengan menggunakan program *nutrisurvey*.
- c) Untuk meminimalis kesalahan analisis asupan zat gizi sebaiknya dilakukan oleh enumerator yang berbeda dengan enumerator yang bertugas sebagai pengumpul data konsumsi makanan.
- d) Terdapat 3 hari data konsumsi subyek analisis zat gizi perhari.
- e) Simpan hasil analisis dalam file excel per hari
- f) Asupan zat gizi yang dilihat adalah energi, karbohidrat, protein, lemak, zinc, calcium, natrium, asam folat, yodium, dan zat besi.
- g) Ada pertanyaan spesifik khusus dalam kuesioner yang harus ditanyakan yaitu tentang penggunaan suplemen sehingga dapat diketahui ingredients dari suplemen yang digunak berdasarkan merek atau kegunaannya.
- h) Rata-rata asupan zat gizi subyek didapat dari total asupan per zat gizi selama tiga hari lalu di bagi tiga.
- i) Simpan rata-rata asupan zat gizi subyek

- j) Semua data asupan air akan di convert atau di merge kedalam data SPSS, baik itu per proses kegiatan (skrining) dan observasi maupun perhari nya.

Contoh Lampiran File data di Excel

No	Nama Ibu	Asupan Zat Gizi Hari Ke 1/2/3								
		E	P	L	Kh	Zinc	Ca	Fe	Na	Folat

Keterangan:

- a. E : Energi
- b. P : Protein
- c. L : Lemak
- d. Kh : Karbohidrat
- e. Zinc : Zinc
- f. Ca : Kalsium
- g. Fe : Zat Besi
- h. Na : Natrium
- i. Folat : Asam folat

Lampiran kuesioner asupan zat gizi Lihat **FORM Asupan zat gizi (non-air)**

Contoh:



## UNIVERSITAS ESA UNGGUL

### SURVEY HIDRASI KEHAMILAN

#### Kuesioner Ibu Hamil

Kode Sampel

--	--	--	--	--

#### Recall konsumsi makan (1x24jam)

RECALL 1 X 24 JAM KONSUMSI MAKAN		
1.	a. Nama sampel : _____ b. Umur sampel : _____ tahun	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
2.	Hari yang di-recall 1 x 24 jam 1. <u>Senin s/d Jumat</u> 2. <u>Sabtu - Minggu</u>	<input type="checkbox"/>
3.	Kondisi pada saat wawancara recall 1. <u>Biasa</u> 2. <u>Puasa</u> 1. <u>Diet</u> 4. <u>Hari raya</u> 2. <u>Hajatan</u> 3. <u>Sakit</u> 5. <u>Hari Pasar</u>	<input type="checkbox"/>
4.	Nafsu makan ibu dalam 1 x 24 jam (pada hari yang di-recall) 1. <u>Tidak baik</u> 2. <u>Cukup Baik</u> 3. <u>Baik</u>	<input type="checkbox"/>
5.	Apakah dalam 1 x 24 jam (pada hari yang di-recall) ibu (NAMA) minum obat/suplemen 1. <u>Ya, Sebut jenis obat/suplemen yang diminum.</u> 2. <u>Tidak</u>	<input type="checkbox"/>
6.	Apakah Ibu mengonsumsi garam beriodium dirumah? 1. <u>Ya</u> 2. <u>Tidak</u>	<input type="checkbox"/>

TABEL RECALL 1 X 24 JAM IBU						
Waktu & Jam	Nama makanan	Bahan makanan	Jumlah dimakan		Proses makanan	Asal
			URT	gram		
Pagi						
Selingan						
Siang						
Selingan						

## ANALISIS ASUPAN AIR

### 1. Tujuan:

Untuk mengetahui jumlah asupan air yang dikonsumsi selama tiga hari dari makanan maupun minuman

### 2. Metode

Menggunakan Program *Nutrisurvey*

### 3. Bahan dan Alat (Instrumen)

- a) Kuesioner *recall* 1x24 jam selama 3 hari
- b) Komputer

### 4. Ahli dan Petugas

- a) Koordinator Lapangan
- b) Enumerator

### 5. Waktu dan Tempat

- a) Dilakukan pada usia kehamilan 20 minggu selama 3 hari (proses skrining untuk tahap baseline) dan minggu 34 dan 36 selama 3 hari (proses observasi dan endline).
- b) Bertempat di kantor penelitian

### 6. Prosedur

- a) Siapkan kuesioner recall yang sudah di cek kelengkapannya (nama makanan, bahan pangan, berat bahan pangan) oleh enumerator dan koordinator lapangan.

- b) Analisis data asupan air dilakukan oleh enumerator yang sudah terlatih menggunakan program *nutrisurvey*.
- c) Untuk meminimalis kesalahan analisis asupan air harus dilakukan oleh enumerator yang berbeda dengan enumerator yang bertugas mengambil data di lapangan agar tidak terjadi bias pada data yang dikumpulkan.
- d) Terdapat 3 hari data konsumsi subyek untuk menganalisis asupan air perhari
- e) Simpan hasil analisis dalam file excel per hari
- f) Rata-rata asupan air subyek didapat dari total asupan air selama tiga hari lalu di bagi tiga.
- g) Simpan rata-rata asupan air subyek dalam file excel.
- h) Semua data asupan air akan di convert atau di merge kedalam data SPSS, baik itu per proses kegiatan (skrining) dan observasi maupun perhari nya.

Lampiran file asupan air Lihat **FORM Analisis Asupan Air**

Contoh:



## UNIVERSITAS ESA UNGGUL

### SURVEY HIDRASI KEHAMILAN

Kode Sampel

--	--	--	--	--

Recall konsumsi minum (1x24jam)

Nama :  
Tanggal :  
Wilayah :

<u>Waktu Minum</u>	<u>Jenis</u>	<u>Komposisi</u>	<u>URT</u>	<u>Jml (ml)</u>
<u>Pagi</u>				
<u>Snack pagi</u>				
<u>Siang</u>				

**CATATAN HASIL WAWANCARA, PENGUKURAN, PEMERIKSAAN**

**CATATAN PENGUMPULAN DATA**

Nama Pewawancara (enumerator) : \_\_\_\_\_

Tanda tangan : \_\_\_\_\_

## **PENUTUP**

Pentingnya kebutuhan zat gizi saat periode kehamilan menjadi perhatian kaum ibu dalam memilih dan mengonsumsi makanan dan minuman. Buku ini merupakan salah satu bentuk alat ukur dalam mengetahui pola kebiasaan makan dan minum, asupan zat gizi serta air yang dikhususkan pada kasus hidrasi kehamilan. Semoga bermanfaat dalam proses anamnesa asupan zat gizi pada ibu hamil.



# UNIVERSITAS ESA UNGGUL

## SURVEY HIDRASI KEHAMILAN

### Kode Sampel

--	--	--	--	--

### Recall konsumsi makan (1x24jam)

RECALL 1 X 24 JAM KONSUMSI MAKAN		
1.	a. Nama sampel : _____ b. Umur sampel : _____ tahun	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
2.	Hari yang di-recall 1 x 24 jam 1. Senin s/d Jumat      2. Sabtu - Minggu	<input type="checkbox"/>
3.	Kondisi pada saat wawancara recall 1. Biasa      2. Puasa      1. Diet 2. Hajatan      3. Sakit      4. Hari raya 5. Hari Pasar	<input type="checkbox"/>
4.	Nafsu makan ibu dalam 1 x 24 jam (pada hari yang di-recall) 1. Tidak baik      2. Cukup Baik      3. Baik	<input type="checkbox"/>
5.	Apakah dalam 1 x 24 jam (pada hari yang di-recall) ibu (NAMA) minum obat/suplemen 1. Ya, Sebut jenis obat/suplemen yang diminum, _____      2. Tidak	<input type="checkbox"/>
6.	Apakah Ibu mengonsumsi garam beriodium dirumah? 1. Ya      2. Tidak	<input type="checkbox"/>
7.	Apakah ada jenis bahan makanan lain yang mengandung iodium yang ibu konsumsi? 1. Ya, Sebutkan _____ 2. Tidak	<input type="checkbox"/>
8.	Apakah ada jenis bahan makanan yang ibu hindari saat ini? 1. Ya, Sebutkan _____ 2. Tidak	<input type="checkbox"/>
9.	Apakah ibu alergi terhadap suatu bahan makanan tertentu? 1. Ya, Sebutkan _____ 2. Tidak	<input type="checkbox"/>

TABEL RECALL 1 X 24 JAM IBU						
Waktu & Jam	Nama makanan	Bahan makanan	Jumlah dimakan		Proses makanan	Asal
			URT	gram		
Pagi						
Selingan						
Siang						
Selingan						
Malam						
Selingan						

**CATATAN HASIL WAWANCARA, PENGUKURAN, PEMERIKSAAN**

**CATATAN PENGUMPULAN DATA**

Nama Pewawancara (enumerator) : \_\_\_\_\_

Tanda tangan : \_\_\_\_\_





**CATATAN HASIL WAWANCARA, PENGUKURAN, PEMERIKSAAN**

**CATATAN PENGUMPULAN DATA**

Nama Pewawancara (enumerator) : \_\_\_\_\_

Tanda tangan : \_\_\_\_\_