

Latihan Soal

KOMPETENSI TEKNIS/BIDANG



**Nutrisisionis Terampil
Nutrisisionis Ahli**



LATIHAN SOAL 1

1. Vitamin yang berperan sebagai koenzim dalam proses metabolisme asam piruvat menjadi asetil koA yaitu
 - a. B1
 - b. B2
 - c. B3
 - d. B7
 - e. B12
2. Seorang remaja putri datang ke Puskesmas dengan berat badan 50 kg dan tinggi badan 155 CM. Tekanan darah 120/80 mmhg. Ia datang dengan keluhan mata panas dan gatal, kehilangan ketajaman mata, dan sudut mulut pecah. Berdasarkan data di atas remaja putri tersebut mengalami masalah gizi yaitu
 - A. kekurangan vitamin C
 - B. kekurangan vitamin B1
 - C. kekurangan vitamin B2
 - D. status gizi underweight
 - E. kekurangan vitamin B7
3. Segera setelah bayi lahir diperlukan injeksi vitamin berikut untuk mencegah adanya gangguan penggumpalan dalam darah. Vitamin yang dimaksud yaitu vitamin
 - a. vitamin C
 - b. vitamin B7
 - c. vitamin B9
 - d. vitamin B12
 - e. vitamin K
4. Penyakit scurvy telah dikenal pada abad ke-15 yang banyak diderita oleh pelaut yang berlayar selama berbulan-bulan yang bertahan dengan makanan yang dikeringkan dan biskuit. Penyakit ini menyebabkan pucat, rasa lelah berkepanjangan, pendarahan gusi dan pada akhirnya kematian. Penyebab penyakit tersebut karena defisiensi
 - A. protein
 - B. lemak
 - C. vitamin C
 - D. vitamin B

- E. vitamin K
5. Indikator paling banyak untuk mengatur kadar status zat besi dalam tubuh yaitu
- nilai varitin dalam serum darah
 - hemoglobin dalam darah
 - transferin
 - Fero
 - Ferry
6. Di bawah ini yang merupakan vitamin larut air adalah
- Vitamin A, B, E, dan K
 - vitamin B dan C
 - vitamin A, D, E, dan K
 - vitamin B dan K
 - vitamin B C dan K
7. Zat besi diserap tubuh dalam bentuk
- Feri
 - heme
 - ferro
 - besi askorbat
 - vitamin C
8. Yang tergolong ke dalam mineral makro adalah
- natrium klor kalium magnesium,
 - natrium magnesium besi seng,
 - besi seng yodium natrium
 - magnesium besi natrium yodium
 - besi seng cuprum mangan
9. Pernyataan di bawah ini yang tidak benar tentang vitamin D adalah
- kekurangan menyebabkan riketsia
 - dapat dibentuk tubuh dengan sinar matahari
 - vitamin D sesungguhnya bukan vitamin tapi merupakan Pro hormon
 - diabsorpsi bersama lipida dengan bantuan cairan empedu
 - fungsinya yaitu pembentukan dan pemeliharaan tulang bersama vitamin E dan vitamin K
10. Mineral yang paling banyak terdapat dalam tubuh adalah

- a. natrium
 - b. kalsium
 - c. fosfor
 - d. magnesium
 - e. sulfur
11. Zat penghambat penyerapan Fe adalah
- a. asam askorbat
 - b. fitat
 - c. asam malat
 - d. asam amino sistein
 - e. tartrat
12. Vitamin A yang dibagikan kepada bayi dan balita berusia 6 sampai 59 bulan adalah Vitamin A dosis tinggi. Jenis vitamin A yang berwarna merah mengandung
- a. 50.000 IU
 - b. 100.000 IU
 - c. 250.000 IU
 - d. 200.000 IU
 - e. 150.000 IU
13. Jenis vitamin yang dapat disintesis dalam tubuh dengan bantuan sinar ultraviolet dan Bakteri usus yaitu
- A. vitamin A dan vitamin E
 - B. vitamin A dan vitamin K
 - C. vitamin D dan vitamin E
 - D. vitamin D dan vitamin K
 - E. vitamin C dan vitamin E
14. Yang tidak termasuk vitamin C adalah
- A. sebagai antioksidan
 - B. sebagai pembentuk asam amino
 - C. membantu penyerapan zat besi
 - D. membantu penyerapan kalsium
 - E. mencegah infeksi
15. Vitamin larut lemak sangat sedikit yang dikeluarkan dari tubuh. Jenis vitamin larut lemak disimpan tetap di dalam lemak disimpan di Sebagai cadangan

Ketika nanti dibutuhkan

- A. Pancreas
- B. otot
- C. hati
- D. ginjal
- E. peredaran darah

16. Seorang ibu datang ke Puskesmas dengan keluhan sakit pada mulut yang semakin hari semakin menjadi-jadi. Selain itu juga timbul kerak-kerak pada kulit, bibir dan lidah. Hasil pemeriksaan dokter menyatakan bahwa gejala ini adalah gejala penyakit Cheilosis menderita kekurangan zat gizi apakah ibu tersebut

- A. vitamin B1
- B. vitamin B2
- C. niasin
- D. vitamin B6
- E. vitamin B12

17. Seorang ibu mengalami kekurangan vitamin A yang ditandai dengan tidak mampu menyesuaikan penglihatan dari cahaya terang ke samar-samar atau senja. Apakah istilah yang digunakan untuk menggambarkan kondisi tersebut

- A. Xerosis konjungtiva
- B. bercak BITOT
- C. xerosis kornea
- D. keratomalasia
- E. rabun senja

18. Seorang ibu datang berkonsultasi ke ahli gizi karena dari pemeriksaan yang dilakukan oleh dokter karena didiagnosis menderita osteomalacia akibat kurangnya konsumsi vitamin D3 dalam jangka waktu lama. Manakah bahan makanan yang dianjurkan untuk konsumsi untuk kebutuhan tersebut

- A. jeruk
- B. tempe
- C. alpukat
- D. minyak jagung
- E. daging

19. Vitamin A diserap dalam tubuh dalam bentuk

- a. Ester retinil
 - b. retinol
 - c. retinal
 - d. asam retinoate
20. Mikromineral yang paling banyak terdapat dalam tubuh yaitu
- A. Se
 - B. Fe
 - C. Ca
 - D. Mg
 - E. I
21. Seorang pria berusia 50 tahun menderita DM tipe 2 dirawat di rumah sakit. Berat badan pasien 82 kg dan tinggi badan 165 cm, pekerjaan sehari hari adalah buruh. Berapa energi harian yang diberikan kepada pria tersebut (faktor aktivitas 40%, faktor BB gemuk 30%, faktor usia 5%, faktor stress 20%)
- a. 1825 kkal
 - b. 2018 kkal
 - c. 2194 kkal
 - d. 2650 kkal
 - e. 2895 kkal
22. Ny. Ani berusia 30 tahun dirawat di RS dengan diagnose DM Tipe 2. Berdasarkan hasil penimbangan dan pengukuran, ia memiliki BB 53 kg dengan TB 153 cm. aktivitas sehari hari adalah sebagai ibu rumah tangga. Berapakah kebutuhan gizi pasien tersebut (aktivitas ringan 20%, faktor stress 20%)?
- a. 1432,9 kkal
 - b. 1890,9 kkal
 - c. 1670,2 kkal
 - d. 2090,5 kkal
 - e. 2190,9 kkal
23. Maksimal pemberian sukrosa pada pasien diabetes melitus bila kadar glukosa darah sudah terkendali yaitu
- a. tidak boleh sama sekali
 - b. 2% dari energi total
 - c. 5% dari energi total
 - d. 7% dari energi total

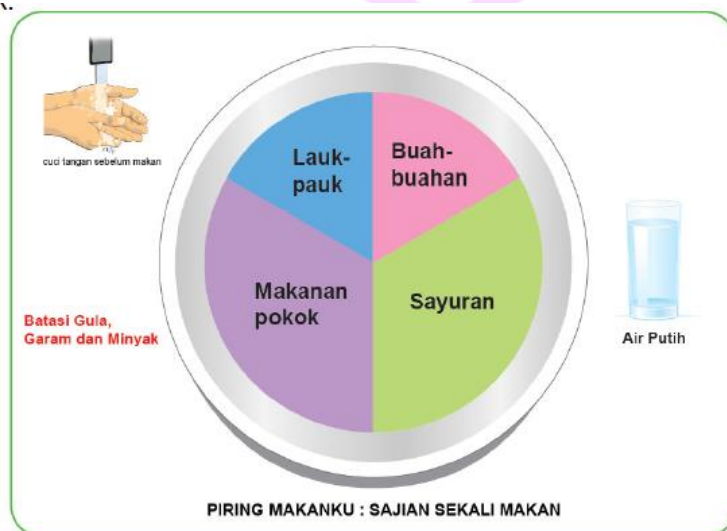
- e. 10% dari energi total
24. Asupan protein yang direkomendasikan untuk pasien PGK- predialisis adalah
- 0,5-1,00 g/kgBB ideal/hari
 - 0,6-0,80 g/kgBB ideal/hari
 - 0,8-1,00 g/kgBB ideal/hari
 - 1,0-1,50 g/kgBB ideal/hari
 - 1,5-2,50 g/kgBB ideal/hari
25. Asupan protein yang direkomendasikan untuk pasien PGK dengan Hemodialisa adalah
- 0,5 g/kgBB ideal/hari
 - 0,6 g/kgBB ideal/hari
 - 0,7 g/kgBB ideal/hari
 - 1,2 g/kgBB ideal/hari
 - 2 g/kgBB ideal/hari
26. Nilai laboratorium normal asam urat pada pria adalah sebagai berikut
- 1-1,5 mg/dl
 - 1,5-2 mg/dl
 - 2,3-6,6 mg/dl
 - 4-5,8 mg/dl
 - 3,6-8,5 mg/dl
27. Laki-laki usia 40 tahun dirawat dengan diagnosa penyakit ginjal kronik dengan terapi konservatif. Diet apakah yang paling tepat
- diet energi tinggi protein tinggi
 - diet rendah protein
 - diet hati
 - diet lambung
 - diet rendah Purin
28. Bapak Yono datang ke klinik gizi dengan membawa hasil laboratorium kadar asam urat 9 MG per desiliter. Ahli gizi melakukan edukasi tentang bahan makanan yang harus dihindari antara lain
- telur ceplok air, labu siam, pepes tahu
 - pisang raja, pepaya, ikan bakar
 - pepaya, susu skim, semur ayam
 - cah sawi, cah wortel, semangka
 - ikan sarden, kerang, jeroan

29. Bapak Yono yang berusia 70 tahun dirawat dengan keluhan lemah mual, sesak nafas, dan nafsu makan kurang. Berdasarkan hasil pemeriksaan dokter pasien didiagnosa kronik kidney disease. Hasil penimbangan berat badan pasien menunjukkan 65 kg sedangkan berat badan sebulan yang lalu 90 kg dengan tinggi badan 165 CM. Kebutuhan energi Bapak Yono yaitu

- A. 1745 kkal
- B. 1595 kkal
- C. 1650 kkal
- D. 1655 kkal
- E. 1755 kkal

30. Bapak Yono yang berusia 70 tahun dirawat dengan keluhan lemah mual, sesak nafas, dan nafsu makan kurang. Berdasarkan hasil pemeriksaan dokter pasien didiagnosa kronik kidney disease. Hasil penimbangan berat badan pasien menunjukkan 65 kg sedangkan berat badan sebulan yang lalu 90 kg dengan tinggi badan 165 CM. Kebutuhan protein Bapak Yono yaitu

- A. 30 gr
- B. 40 gr
- C. 48 gr
- D. 50 gr
- E. 55 gr



31.

Pada gambar di atas pedoman isi piringku yang tidak termasuk di dalamnya adalah

- a. panduan visual makanan
- b. panduan visual konsumsi air putih
- c. panduan visual cuci tangan sebelum makan
- d. memantau berat badan
- e. pembatasan gula garam dan minyak

32. Batas anjuran konsumsi garam yang direkomendasikan oleh Kementerian Kesehatan per orang Per hari adalah
- 500 mg natrium
 - 1000 mg natrium
 - 1500 mg natrium
 - 2000 mg natrium
 - 3000 mg natrium
33. Pangan sumber karbohidrat penukar satu porsi nasi yang benar adalah
- bihun 3/4 gelas
 - kentang 3 buah sedang
 - makaroni 3/4 gelas
 - singkong satu potong
 - biskuit 4 buah besar
34. Seorang remaja putra berusia 22 tahun datang ke rumah sakit untuk berkonsultasi. Dari data rekam medis diperoleh data TB=163 cm berat badan 56 kg, tekanan darah 120/80, denyut nadi 65 kali per menit. Bagaimana status gizi remaja tersebut berdasarkan IMT
- sangat kurus
 - overweight
 - obesitas
 - normal
 - kurus
35. Berat badan Bu Ani yang berusia 25 tahun adalah 60 kg. berapakah kebutuhan cairan Ibu Ani
- 1,6 liter
 - 1,8 liter
 - 1,5 liter
 - 2,1 liter
 - 2,3 liter
36. Daging sapi 35 gram (satu porsi) dalam ukuran rumah tangga adalah
- 1 potong kecil
 - 1 potong sedang
 - setengah potong sedang
 - 1 potong besar
 - 1/2 potong besar
37. Di bawah ini yang bukan merupakan asam amino esensial adalah

- a. asparagin
 - b. leusin
 - c. isoleusin
 - d. triptofan
 - e. treonin
38. Salah satu turunan dari karbohidrat sederhana yaitu monosakarida, di bawah ini yang bukan termasuk dalam monosakarida adalah
- a. galaktosa
 - b. maltosa
 - c. fruktosa
 - d. glukosa
 - e. ribose
39. Di bawah ini yang merupakan gula yang paling manis adalah
- a. glukosa
 - b. maltosa
 - c. laktosa
 - d. sukrosa
 - e. fruktosa
40. Amonia adalah hasil dari metabolisme
- a. karbohidrat
 - b. lemak
 - c. protein
 - d. vitamin dan mineral
 - e. cairan empedu
41. Kolesterol banyak terdapat pada
- a. VLDL
 - b. HDL
 - c. LDL
 - d. kilo mikron
 - e. fosfolipid
42. Enzim sebagian besar terdiri dari
- a. glukosa
 - b. Pati
 - c. Protein

- d. asam lemak
 - e. Purin
43. Enzim yang berada di dalam rongga mulut yang berfungsi sebagai pemecah karbohidrat adalah
- a. pepsin
 - b. sukrase
 - c. renin
 - d. amilase
 - e. tripsin
44. Di bawah ini yang bukan merupakan fungsi lemak adalah
- a. sumber energi, pembawa vitamin larut lemak dan penghemat protein
 - b. Memelihara Suhu suhu tubuh, memberi rasa kenyang, sebagai bantalan organ tubuh penting
 - c. Penghemat protein, pemberi rasa manis pertumbuhan jaringan
 - d. Sumber asam lemak esensial, sebagai pelindung bagian tubuh penting, memberi rasa kenyang dan kelezatan pada makanan
 - e. Sumber energi, pembawa vitamin larut lemak dan sebagai pelindung bagian tubuh penting
45. Pemecahan glikogen menjadi glukosa untuk menghasilkan energi disebut dengan
- a. glikolisis
 - b. glikogenolisis
 - c. glukoneogenesis
 - d. lipogenesis
 - e. deaminase
46. Proses pembentukan akan disimpan dalam bentuk trigliserida yang dinamakan proses lipogenesis. Proses Ini Membutuhkan vitamin
- a. B7 B3 B5
 - b. B 9 B12 B7
 - c. B1 B2 B7
 - d. B5 B6 B7
 - e. B7 B8 B9
47. Vitamin yang berperan sebagai koenzim dalam proses metabolisme asam piruvat menjadi asetil KoA yaitu
- a. B1
 - b. B2

- c. B3
 - d. B7
 - e. B12
48. Surveilans gizi sangat berguna untuk mendapatkan informasi keadaan gizi masyarakat secara cepat akurat, teratur dan berkelanjutan yang pada akhirnya digunakan untuk
- a. menetapkan kebijakan
 - b. pengumpulan data dasar
 - c. mendapatkan informasi situasi gizi
 - d. laporan rutin
 - e. surveilans rutin
49. Posyandu Anggrek melakukan penimbangan di bulan Oktober 2022. Hasil laporan didapatkan jumlah balita yang ada di wilayah tersebut adalah 100 anak, jumlah balita memiliki KMS sebanyak 96 jumlah balita ditimbang 96 jumlah yang naik berat badannya 85 anak. Berapakah tingkat partisipasi di wilayah Posyandu anggrek
- A. 100%
 - B. 94%
 - C. 90%
 - D. 85%,
 - E. 80%
50. Posyandu Anggrek melakukan penimbangan di bulan Oktober 2022. Hasil laporan didapatkan jumlah balita yang ada di wilayah tersebut adalah 100 anak, jumlah balita memiliki KMS sebanyak 96 jumlah balita ditimbang 96 jumlah yang naik berat badannya 85 anak. Berapakah tingkat efektivitas di wilayah Posyandu anggrek
- A. 100%
 - B. 94%
 - C. 90%
 - D. 85%,
 - E. 80%

KUNCI JAWABAN DAN PEMBAHASAN LATIHAN SOAL 1

1. Jawaban : A

Pembahasan : vitamin yang berperan sebagai koenzim dalam proses metabolisme asam piruvat menjadi asetil koA yaitu B1

2. Jawaban : C

Pembahasan : $IMT = 50 / (150)^2 = 20,8$ (normal) mata panas dan gatal, kehilangan ketajaman mata, dan sudut mulut pecah merupakan tanda-tanda defisiensi vitamin B2 (riboflavin)

3. Jawaban : E

Pembahasan : segera setelah bayi lahir diperlukan injeksi vitamin berikut untuk mencegah adanya gangguan penggumpalan darah. Vitamin yang dimaksud yaitu vitamin K

4. Jawaban : C

Pembahasan : scurvy merupakan defisiensi vitamin C. pada tahun 1750 seorang dokter dari Skotlandia menemukan bahwa scurvy dapat dicegah dengan pemberian jeruk

5. Jawaban : A

Pembahasan : nilai veritine dalam serum darah menggambarkan persediaan besi dalam tubuh. Hemoglobin itu kurang sensitif untuk mengukur status gizi besi karena jika HB rendah dapat juga disebabkan oleh kekurangan protein atau asam folat.

6. Jawaban : B

Pembahasan : di bawah ini yang merupakan vitamin larut air adalah vitamin B dan C

7. Jawaban : C

Pembahasan : zat besi diserap tubuh dalam bentuk Ferro

8. Jawaban : A

Pembahasan : mineral makro yaitu natrium klor kalium kalsium fosfor magnesium sulfur mineral. Mineral mikro yaitu besi seng iodium mangan Chrome selenium

9. Jawaban : E

Pembahasan : jawaban yang salah adalah pembentukan dan

pemeliharaan tulang bersama vitamin E dan K seharusnya bersama vitamin A dan C

10. Jawaban : B

Pembahasan : kalsium merupakan mineral paling banyak terdapat di dalam tubuh yaitu 1,5 sampai 25 dari berat badan orang dewasa atau kurang lebih sebanyak 1 kg. Lokasi 99% kalsium ada pada dalam gigi dan tulang

11. Jawaban : B

Pembahasan : zat penghambat penyerapan Fe adalah Fitat

12. Jawaban : D

Pembahasan : vitamin A biru mengandung 100.000 IU sedangkan vitamin A merah 200.000 IU

13. Jawaban : D

Pembahasan : jenis vitamin yang dapat disintesis dalam tubuh dengan bantuan sinar ultraviolet dan Bakteri usus yaitu vitamin D dan vitamin K

14. Jawaban : B

Pembahasan : vitamin C berfungsi sebagai antioksidan, penyerapan zat besi, penyerapan kalsium, sintesis kolagen dan sintesis karnitin noradrenalin serotonin dan lain-lain, mencegah infeksi, mencegah kanker dan penyakit jantung

15. Jawaban : C

Pembahasan : vitamin larut lemak sangat sedikit yang dikeluarkan dari tubuh sehingga vitamin ini disimpan tetap di dalam lemak di hati sebagai cadangan Ketika nanti dibutuhkan

16. Jawaban : B

Pembahasan : Cheilosis merupakan suatu kelainan non inflamasi berupa fitur dan sekali pada bibir dan dihubungkan dengan kekurangan vitamin riboflavin atau vitamin B2 dalam diet.

17. Jawaban : E

Pembahasan : Xerosis Kornea adalah kornea kering dan hilang kejernihannya. Bercak Bitot adalah bercak putih keabuan pada konjungtiva. Xerosis kornea adalah kornea kering dan hilang

kejernihannya. Keratomalasia adalah kornea mata Lunak dan bisa pecah menyebabkan buta total. Rabun senja adalah tidak mampu menyesuaikan penglihatan dari cahaya terang ke sama-sama

18. Jawaban : E

Pembahasan : seorang ibu datang berkonsultasi ke ahli gizi karena pemeriksaan yang dilakukan oleh dokter karena didiagnosis menderita osteomalacia karena kurangnya konsumsi vitamin D3 makanan yang dianjurkan untuk kebutuhan tersebut adalah daging

19. Jawaban : B

Pembahasan : vitamin A diserap dalam tubuh dalam bentuk retinol

20. Jawaban : B

Pembahasan : micro mineral yang paling banyak terdapat dalam tubuh yaitu Fe atau zat besi

21. Jawaban : C

Pembahasan : Rumus consensus Perkeni 2015

$$\text{BBI} = (165 - 100) - (10\% \times (165 - 100)) = 65 - 6,5 = 58,5 \text{ kg}$$

$$\text{BMR pria} = 30 \times \text{BBI} = 30 \times 58,5 = 1755 \text{ kkal}$$

$$\begin{aligned} \text{Energi} &= \text{BMR} + \text{faktor aktivitas} - \text{faktor gemuk} - \text{faktor usia} + \text{faktor stress} \\ &= 1755 + (40\% \text{ BMR}) - (30\% \text{ BMR}) - (5\% \text{ BMR}) + (20\% \text{ BMR}) \\ &= 1755 + 702 - 526,5 - 87,75 + 351 \\ &= 2194 \text{ kkal} \end{aligned}$$

22. Jawaban : C

Pembahasan : Rumus consensus Perkeni 2015

Status gizi normal yaitu (IMT 22,6)

$$\text{BBI} = (153 - 100) - (10\% \times (153 - 100)) = 53 - 5,3 = 47,7 \text{ kg}$$

$$\text{BMR} = 25 \times \text{BBI} = 25 \times 47,7 = 1193 \text{ kkal}$$

$$\begin{aligned} \text{Energi} &= \text{BMR} + \text{faktor aktivitas} + \text{faktor stress} \\ &= 1193 + (20\% \text{ BMR}) + (20\% \text{ BMR}) \\ &= 1193 + 238,6 + 238,6 \\ &= 1670,2 \text{ kkal} \end{aligned}$$

23. Jawaban : C

Pembahasan : pada penyakit DM sukrosa tidak boleh lebih dari 5% total asupan energi

24. Jawaban : B

Pembahasan : asupan protein yang direkomendasikan untuk pasien PGK-predialisis adalah 0,6-0,8 g/kgBB ideal/hari

25. Jawaban : D

Pembahasan : Asupan protein yang direkomendasikan untuk pasien pgk dengan Hemodialisa adalah 1,2 g/kgBB ideal/hari

26. Jawaban : D

Pembahasan : nilai normal asam urat pria >15 tahun adalah 3,6-8,5 mg/dl
nilai normal asam urat wanita >18 tahun adalah 2,3-6,6 mg/dl

27. Jawaban : B

Pembahasan : pasien tersebut diberikan diet rendah protein karena menderita penyakit gagal ginjal kronik

28. Jawaban : E

Pembahasan : pantangan makan untuk pasien yang memiliki asam urat adalah ikan sarden kerang jeroan

29. Jawaban : E

Pembahasan :

$$\begin{aligned}\text{BBI} &= (\text{TB}-100)-10\%(\text{TB}-100) \\ &= (165-100)-10\%(165-100)= 58,5 \text{ kg}\end{aligned}$$

$$\text{Energi (usia } \geq 60 \text{ tahun)} = 30 \text{ kkal} \times \text{BBI}$$

$$\text{Energi} = 30 \text{ kkal} \times 58,5 = 1755 \text{ kkal}$$

30. Jawaban : B

Pembahasan :

$$\begin{aligned}\text{BBI} &= (\text{TB}-100)-10\%(\text{TB}-100) \\ &= (165-100)-10\%(165-100)= 58,5 \text{ kg}\end{aligned}$$

$$\text{Protein (0,6-0,8 gr/kg BBI)}$$

$$\text{Protein 0,6 gr/kg BBI} = 0,6 \times 58,5 = 35,1 \text{ gr}$$

$$\text{Protein 0,8 gr/kg BBI} = 0,8 \times 58,5 = 46,8 \text{ gr}$$

Jadi kebutuhan protein bapak Yono yaitu 35,1 gr-46,8 gr

31. Jawaban : D

Pembahasan : pada gambar pedoman isi piringku yang tidak termasuk di dalamnya adalah memantau berat badan

32. Jawaban : D

Pembahasan : batas anjuran konsumsi garam yang direkomendasikan oleh Kemenkes per orang Per hari adalah 2000 mg natrium

33. Jawaban : E

Pembahasan :

Bihun $\frac{1}{2}$ gelas, kentang 2 buah sedang, macaroni $\frac{1}{2}$ gelas, singkong 1 $\frac{1}{2}$ potong, biskuit 4 buah besar

34. Jawaban : D

Pembahasan :

$$IMT = \frac{BB \text{ (kg)}}{(TB \text{ (m)})^2} = \frac{56}{(1,62)^2} = 21,5 \text{ (Normal)}$$

35. Jawaban : E

Pembahasan :

Rumus kebutuhan cairan dewasa:

BB 10 kg = 1000 cc

BB 10 kg (2) = 500 cc

Sisa BB = 20 cc x sisa BB

- 10 kg pertama = 1000 cc
- 10 kg kedua = 500 cc
- Sisa BB = 20cc x 40 = 800 cc
- Maka, jumlah kebutuhan cairan bu Ani adalah 1L+0,5L+0,8L= 2,3L

36. Jawaban : E

Pembahasan : jawaban yang benar adalah 1 potong sedang

37. Jawaban : A

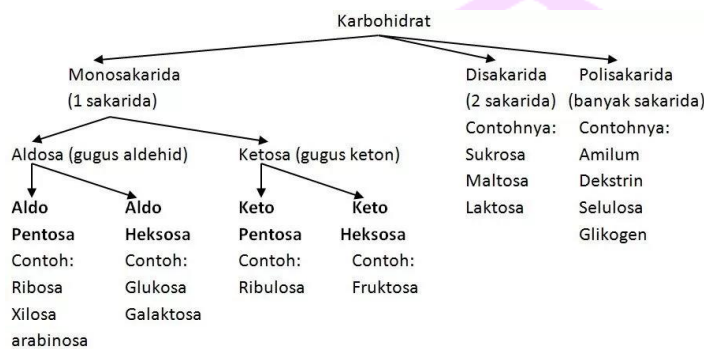
Pembahasan :

JENIS ASAM AMIMO

Asam amino esensial	Asam amino semi esensial	Asam amino non-esensial
Isoleusin	Arginin	Asam glutamat
Leusin	Histidin	As.hidroksin glutamat
Lisin	Titrosin	As. Aspartat
Metionin	Sistin	Alanin
Fanilalanin	Glisin	Prolin
Treonin	Serin	Hidroksin prolin
Triptopan		Neuleusin
Valin		Sitrulin
		Hidroksi glisin

38. Jawaban : B

Pembahasan : salah satu turunan dari karbohidrat sederhana yaitu monosakarida Di bawah ini yang bukan termasuk dalam monosakarida adalah maltosa



39. Jawaban : D

Pembahasan : gula yang paling manis adalah fruktosa

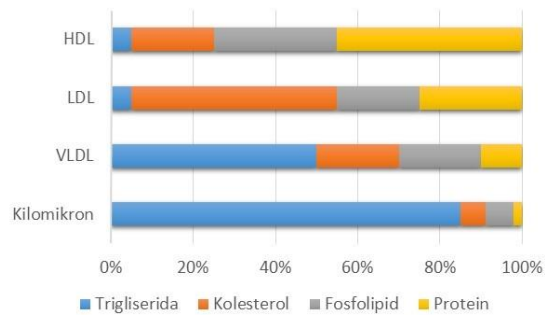
Jenis Gula	Tingkat Kemanisan
Sukrosa (kristal)	1.0
Glukosa (cair)	0.7
Isoglukosa (cair)	1.0
Fruktosa (kristal)	1.2
Sorbitol (tepung)	0.5

40. Jawaban : C

Pembahasan : amonia adalah hasil dari metabolisme protein

41. Jawaban : C

Pembahasan :



42. Jawaban : C

Pembahasan : enzim sebagian besar terdiri dari protein

43. Jawaban : D

Pembahasan :

ORGAN	JENIS ENZIM PENCERNAAN	FUNGSI ENZIM PENCERNAAN
Kelenjar air liur	Enzim ptialin atau amilase	Mencerna amilum menjadi maltose
Lambung	Pepsin	Mengubah protein menjadi pepton
	Renin	Mengubah kaseinogen menjadi kasein
Pankreas	Tripsin	Mengubah protein menjadi polipeptida
	Lipase Pankreas	Mengemulsikan lemak menjadi asam lemak dan gliserol
	Amilase Pankreas	Mengubah amilum menjadi disakarida
	Karbohidrae Pankreas	Mencerna amilum menjadi maltose
Usus halus	maltase	Mengubah maltose menjadi glukosa
	laktase	Mengubah laktosa menjadi galaktosa dan glukosa
	enterokinase	Mengubah tripsinogen menjadi tripsin
	lipase	Mengubah lemak menjadi gliserol dan asam lemak
	peptidase	Mengubah polipeptida menjadi asam amino
	sukrase	Mengubah sukrosa menjadi fruktosa dan glukosa

44. Jawaban : C

Pembahasan : Yang bukan merupakan fungsi lemak adalah penghemat protein pemberi rasa manis, pertumbuhan jaringan

45. Jawaban : B

Pembahasan : pemecahan glukosa menjadi glikogen untuk menghasilkan energi disebut dengan glikogenolisis

46. Jawaban : A

Pembahasan : Proses pembentukan lipida dari glukosa atau protein yang berlebih akan disimpan dalam bentuk trigliserida yang dinamakan proses lipogenesis. Proses Ini Membutuhkan vitamin B7 B3 B5

47. Jawaban : A

Pembahasan : Vitamin yang berperan sebagai koenzim dalam proses metabolisme asam piruvat menjadi asetil koA yaitu B1

48. Jawaban : A

Pembahasan : surveilans gizi sangat berguna untuk mendapatkan informasi keadaan gizi masyarakat secara cepat akurat teratur dan berkelanjutan yang pada akhirnya digunakan untuk menetapkan suatu kebijakan khususnya kebijakan yang berkaitan tentang gizi masyarakat

49. Jawaban : C

Pembahasan : tingkat partisipasi = $D/S = 90/100 \times 100\% = 90\%$

50. Jawaban : D

Pembahasan : tingkat efektivitas = $N/S = 85/100 \times 100\% = 85\%$



LATIHAN SOAL 2

1. Diketahui data SKDN di wilayah Puskesmas X periode Agustus 2022: $S=997, K=998, D=770, N=486, BGM=1$. Berapakah kecenderungan status gizi di wilayah kerja puskesmas X?
 - a. 99,09%
 - b. 77,93%
 - c. 77,23%
 - d. 63,11%
 - e. 0,12%
2. Diketahui data SKDN di wilayah Puskesmas X periode Agustus 2022: $S=997, K=998, D=770, N=486, BGM=1$. Berapakah tingkat kesinambungan program gizi di wilayah kerja puskesmas X?
 - a. 99,09%
 - b. 77,93%
 - c. 77,23%
 - d. 63,11%
 - e. 0,12%
3. Yang merupakan indikator proses keberhasilan surveilans gizi adalah
 - a. Tersedianya instrumen pengumpulan dan pengolahan data,
 - b. Tersedianya biaya operasional surveilans gizi,
 - c. adanya proses sosialisasi atau advokasi,
 - d. Tersedianya informasi rumah tangga yang mengkonsumsi garam beryodium,
 - e. adanya tenaga manajemen data gizi
4. Target RPJMN capaian indikator masalah gizi prevalensi wasting pada tahun 2024 yaitu
 - a. 14%
 - b. 10%
 - c. 8%
 - d. 7%
 - e. 5%

5. Capaian RPJMN indikator masalah gizi prevalensi ibu hamil KEK pada tahun 2024 yaitu
 - a. 8%
 - b. 10%
 - c. 11%
 - d. 14%
 - e. 16%
6. Survei yang dilakukan oleh dinas kabupaten X menemukan prevalensi balita pendek sebesar 40%. Berdasarkan hasil riskesdas 2013 diperoleh prevalensi balita pendek (stunting) sejarah nasional adalah 37,3%. Secara umum warga Kabupaten x mempunyai penghasilan yang rendah karena hanya menggantungkan hidup dari pertanian sawah tadah hujan. Apa yang menjadi penyebab tingginya prevalensi balita pendek di Kabupaten X tersebut
 - a. pola pengasuhan yang kurang memadai,
 - b. lingkungan yang kurang sehat,
 - c. pelayanan kesehatan yang kurang lengkap,
 - d. keadaan ekonomi yang kurang
 - e. keterampilan masyarakat kurang
7. Berdasarkan hasil kegiatan Posyandu pada bulan September 2022 di Puskesmas X yaitu balita yang ditimbang sebanyak 560, jumlah balita yang ada di wilayah Puskesmas x adalah 850 balita. Ditemukan 25 balita pendek, 16 balita berat badan kurang dan 8 balita gizi kurang. Berapakah prevalensi balita pendek di Puskesmas x pada bulan September?
 - a. 2,94%
 - b. 4,46%
 - c. 5,4%
 - d. 6,30%
 - e. 6,2%
8. Di Puskesmas X terdapat kegiatan penyuluhan gizi mengenai pemberian makanan bayi dan anak dengan sasaran Ibu baduta. Volume kegiatan tersebut adalah 6 kali di bulan Februari dan jumlah petugasnya 1 orang dengan biaya transfer petugas sebesar Rp75.000. Dalam pelaksanaannya petugas hanya melakukan kegiatan penyuluhan

- sebanyak 4 kali; Berapa jumlah uang transport yang dikeluarkan bendahara untuk petugas penyuluhan tersebut untuk bulan Februari?
- 450.000
 - 300.000
 - 75.000
 - 150.000
 - 375.000
9. Ahli gizi diminta membuat perencanaan kegiatan sosialisasi stunting di 12 Desa wilayah kerja puskesmas Y. Alokasi dana tiap desa adalah 150.000 Berapakah jumlah dana yang dibutuhkan untuk kegiatan sosialisasi stunting di 12 desa?
- 1.600.000
 - 1.650.000
 - 1.800.000
 - 1.900.000
 - 1.750.000
10. Dalam mempersalahkan penyuluhan ahli gizi menentukan masalah mana yang terlebih dahulu ditanggulangi dari beberapa masalah gizi yang ada di masyarakat. Apakah langkah yang diambil oleh petugas gizi tersebut?
- mengenal masalah
 - mengenal masyarakat
 - menentukan prioritas
 - menentukan tujuan
 - menentukan sasaran
11. Evaluasi hasil pelatihan kader gizi di desa X diketahui bahwa pengetahuan kader gizi 95% baik dan keterampilan kader 90% belum bisa membuat oralit dengan benar. Untuk meningkatkan keterampilan membuat oralit akan diadakan pelatihan lagi. Metode apa yang tepat untuk pelatihan berikutnya
- diskusi
 - simulasi
 - studi kasus
 - tanya jawab

- e. demonstrasi
12. Setelah ahli gizi membuat rencana intervensi gizi untuk klien, Apakah langkah yang dilakukan selanjutnya
- a. menegakkan diagnosis gizi
 - b. Melakukan asesmen gizi
 - c. mengakhiri konseling
 - d. memonitor dan evaluasi
 - e. memperoleh komitmen
13. Seorang ibu hamil datang ke poli gizi membawa hasil pemeriksaan dokter. Ahli gizi tersebut menanyakan apa saja yang biasa dia makan setiap hari. Apa langkah yang dilakukan oleh ahli gizi tersebut
- a. membangun dasar-dasar konseling
 - b. memilih solusi dengan menegakkan diagnosis
 - c. merencanakan intervensi
 - d. memperoleh komitmen
 - e. menggali permasalahan
14. Di desa Cibitung diadakan penyuluhan kepada ibu hamil mengenai anemia. Penyuluhan merupakan salah satu bentuk dari pendidikan gizi. Pendidikan gizi bertujuan untuk
- a. perubahan sosial klien
 - b. perubahan perilaku klien
 - c. perubahan ekonomi klien
 - d. Perubahan status klien
 - e. perubahan budaya klien
15. Di kecamatan X terdapat masalah gizi kurang sebesar 45%. Pimpinan Puskesmas ingin memecahkan masalah tersebut dengan mengadakan rapat staf. Dalam rapat tersebut pimpinan Puskesmas meminta berbagai masukan dari setiap orang dan masukkan yang ada dirumuskan hingga memperoleh pandangan ya objektif. Apakah metode yang digunakan pimpinan Puskesmas tersebut
- a. metode diskusi kelompok
 - b. metode tanya jawab
 - c. metode curah pendapat

- d. metode ceramah
 - e. metode bermain peran
16. Mineral yang paling banyak di saluran cerna adalah
- a. natrium
 - b. klor
 - c. kalsium
 - d. fosfor
 - e. kalium
17. Seorang ahli gizi Puskesmas akan memberikan penyuluhan pada ibu-ibu balita di salah satu Posyandu. Secara geografis Posyandu tersebut terletak di desa terpencil tanpa listrik dan masyarakatnya mempunyai pendidikan rata-rata tamat SD. Mata pencaharian masyarakat sebagian besar adalah bertani. Infeksi merupakan urutan pertama dari 10 besar penyakit terutama pada anak balita. Media penyuluhan apa yang paling baik digunakan
- a. audio visual
 - b. leaflet
 - c. poster
 - d. audio
 - e. visual
18. Biaya pelayanan gizi Rumah Sakit adalah biaya yang telah atau akan dikeluarkan dalam rangka melaksanakan kegiatan pelayanan gizi di rumah sakit. komponen yang mempunyai pengeluaran terbesar pada kegiatan asuhan gizi adalah
- a. biaya tenaga kerja
 - b. biaya overhead
 - c. biaya bahan baku
 - d. biaya pembelian alat
 - e. biaya listrik dan air
19. Diketahui unit kos di rumah sakit x pada kelas rawat VIP sebesar Rp90.000. Perencanaan margin yaitu 25% dan jasa layanan 20%. Berapa usulan tarif untuk pelayanan maka di rumah sakit tersebut
- a. 108.000

- b. 112.500
 - c. 130.500
 - d. 165.000
 - e. 135.000
20. Jumlah tenaga catering buana bulan Juni Tahun 2022 berjumlah 15 orang. Banyaknya event akhir tahun, membuat pegawai kewalahan dalam proses pengolahan. Bila gaji untuk satu pegawai pengolahan 3 juta perbulan. Berapa biaya yang harus dikeluarkan catering Buana dalam 1 tahun untuk menggaji penambahan pegawai pengolahan baru, diketahui waktu kerja di catering aneka 1925 jam per tahun dan saat ini tenaga pengolah berjumlah 5 orang
- a. 36 juta
 - b. 72 juta
 - c. 180 juta
 - d. 144 juta
 - e. 105 juta
21. Diketahui konsumen di rumah sakit berjumlah 250 orang berapa tenaga pemasak untuk konsumen sejumlah tersebut
- a. 10 orang
 - b. 31 orang
 - c. 25 orang
 - d. 20 orang
 - e. 16 orang
22. Berikut ini yang termasuk ke dalam kitchen utensil adalah
- a. oven
 - b. rice cooker
 - c. frying pen
 - d. freezer
 - e. meat chopper
23. diinstalasi gizi rumah sakit untuk memproduksi makanan pasien diketahui bahwa: biaya Pembelian bahan makanan= Rp25.000 per bulan, biaya insentif tenaga bagian produksi= 3 juta perbulan, jumlah produk yang dihasilkan= 1500 porsi per bulan.

Berapa biaya satuan aktual Instalasi Gizi tersebut

- a. 10.000
- b. 14.000
- c. 19.000
- d. 21.000
- e. 30.000

24. Diketahui dalam penyelenggaraan makanan di rumah sakit fixed cost (tenaga kerja, overhead)= 45 juta perbulan. Kapasitas produksi= 2500 per bulan. Biaya tidak tetap atau variabel cost= 55 juta perbulan. Jumlah produk= 2000 porsi perbulan. Berapa tarif biaya porsi makanan yang dapat diajukan berdasarkan penentuan biaya satuan normatif tersebut

- a. 45.500
- b. 55.500
- c. 41.500
- d. 42.500
- e. 40.000

25. Rumah Sakit Pelita Harapan pada tahun 2022, melayani makan untuk pasien kelas 2 dengan jumlah konsumen 45 orang per hari. Siklus Menu yang digunakan adalah 10 hari. Dalam siklus menu tersebut terdapat masakan 3 kali daging sapi. Standar porsi untuk daging sapi adalah 40 gram. Penyusutan yang terjadi selama pemasakan untuk daging sapi adalah 25% (BDD 75%). Berapa kebutuhan bahan makanan untuk daging sapi Untuk pemesanan 1 bulan

- a. 20 kg
- b. 22 kg
- c. 20,5 kg
- d. 21,5 kg
- e. 21 kg

26. Sakit Kasih Bunda pada Tahun 2022 melayani makan untuk pasien kelas 2 dengan jumlah konsumen 150 orang per hari. Dalam siklus menu tersebut terdapat masakan dua kali bayam. Standar porsi untuk bayam adalah 100 gram. Penyusutan yang terjadi selama pemasakan untuk bayam adalah 40% (BDD 60%). Berapa kebutuhan bahan

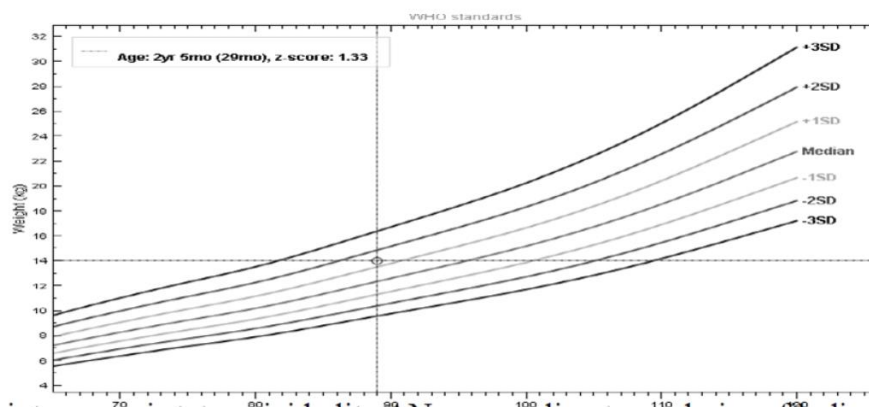
makanan untuk bayam dalam sehari

- a. 50 kg
- b. 60 kg
- c. 20 kg
- d. 30 kg
- e. 40 Kg

27. Seorang anak usia 20 bulan, tidak dapat diukur panjang badan sehingga diukur dengan metode pengukurantinggi badan, hasil TB= 85,5 cm. Berikut adalah data sebaiknya dimasukkan kedalam software WHO Anthro dan hasilnya

- a. Data yang dimasukkan: TB=85,5 cm, pengukuran standing. WHO Anthro akan mengkonversi data menjadi data TB senilai 85.5 cm
- b. Data yang dimasukkan:TB= 86,2 cm, pengukuran recumbent. WHO anthro akan mengkonversi menjadi data PB senilai 84,8 cm
- c. Data yang dimasukkan:TB= 85,5 cm, pengukuran standingt. WHO anthro akan mengkonversi menjadi data PB senilai 86,2 cm
- d. Data yang dimasukkan:TB= 86,2 cm, pengukuran recumbent. WHO anthro akan mengkonversi menjadi data PB senilai 84,8 cm
- e. Data yang dimasukkan:TB= 86,2 cm, pengukuran recumbent. WHO anthro akan mengkonversi menjadi data PB senilai 86,2 cm

28. Seorang balita usia 29 bulan berat badan 14 kg tinggi badan 89 cm. Data antropometri dimasukkan ke dalam software Who antro dengan hasil seperti gambar di bawah ini. Apakah interpretasi status gizi balita yang paling tepat dari grafik tersebut?



- a. Status Gizi kurang
- b. status gizi baik

- c. beresiko gizi lebih
 - d. status gizi lebih
 - e. obesitas
29. Asuhan gizi yang tepat memiliki peranan yang penting dalam menunjang keberhasilan terapi pasien. Pada pasien anak gizi buruk pemberian terapi diet harus diperhatikan sesuai dengan kondisi pasien. Terdapat beberapa jenis formula standar bagi anak gizi buruk diantaranya adalah F75. Apa yang menjadi indikasi pemberian F75 pada pasien anak gizi buruk?
- a. Pasien berada pada tahap stabilisasi
 - b. kondisi pasien telah stabil
 - c. pasien berada pada tahap rehabilitasi
 - d. dipersiapkan untuk pasien setelah pulang dari rumah sakit
 - e. diberikan pada minggu kedua sampai 6
30. Treatment yang diberikan kepada anak gizi buruk dilakukan secara bertahap, misalnya dalam tahap stabilisasi, hal yang perlu dilakukan adalah pencegahan anak mengalami hipoglikemia dan dehidrasi. Asupan gizi apakah yang dapat diberikan kepada anak dalam tahap tersebut?
- a. ASI dan makanan pendamping ASI
 - b. cukup ASI saja karena mudah dicerna
 - c. formula Who dan rehidrasi malnutrisi
 - d. asupan protein tinggi untuk memperbaiki jaringan tubuh anak
 - e. makanan lengkap
31. Seorang anak berjenis kelamin laki-laki berusia 20 bulan datang ke Posyandu dengan berat badan 9,5 kg dan panjang badan 80 cm. Berdasarkan indeks BB/U termasuk kategori status gizi Apakah anak tersebut?
- a. Berat badan sangat kurang
 - b. berat badan kurang
 - c. berat badan normal
 - d. beresiko berat badan berlebih
 - e. obesitas
32. Pada tatalaksana anak gizi buruk, pemberian Fe diberikan saat

- a. fase stabilisasi dan rehabilitasi
 - b. fase stabilisasi dan tindak lanjut
 - c. fase transisi dan rehabilitasi
 - d. fase transisi dan fase tindak lanjut
 - e. fase rehabilitasi dan fase tindak lanjut
33. Kebutuhan zat gizi setiap fase penanganan gizi buruk berbeda-beda. Kebutuhan protein yang dianjurkan pada fase transisi adalah
- a. 1-1,5 kkal/kgBB/hari
 - b. 2-3 kkal/kgBB/hari
 - c. 4-6 kkal/kgBB/hari
 - d. 8-10 kkal/kgBB/hari
 - e. 3-4 kkal/kgBB/hari
34. Mikronutrien yang tergolong rendah di ASI yaitu
- a. vitamin A dan vitamin E
 - b. vitamin B dan vitamin K
 - c. vitamin D dan vitamin K
 - d. vitamin B dan vitamin C
 - e. vitamin D dan Fe
35. Seorang anak laki laki berusia 17 bulan dirujuk ke RS karena tampak kurus kering. Anak juga mengalami diare kronik, lemak subkutan sangat sedikit, mukanya seperti orang tua dan apatis. Diketahui z score untuk indeks berat badan menurut umur -3,78 SD, Panjang badan menurut umur -2,54 SD, dan berat badan menurut Panjang badan -3,95 SD. Apa status gizi berdasarkan indeks berat badan menurut Panjang badan?
- A. Gizi buruk
 - B. Gizi kurang
 - C. BB kurang
 - D. BB sangat kurang
 - E. Gizi Baik

36. Bayi berusia 12 bulan memiliki berat badan....

- a. 4 kali dari BB lahir
- b. 3 kali dari BB lahir
- c. 2,5 kali dari BB lahir
- d. 2 kali dari BB lahir
- e. 1,5 kali dari BB lahir

37. Suhu penyimpanan yang baik untuk buah pisang yang akan digunakan lusa adalah...

- a. $< -5^{\circ}\text{C}$
- b. -5°C sampai 0°C
- c. 5°C sampai 7°C
- d. 7°C sampai 10°C
- e. 25°C

38. Telah terjadi Bencana di Desa X dengan jumlah korban selamat 50 orang. Menu A terdiri dari: Nasi Kuning Abon, Menu B terdiri dari: Mie kuah Tumis daging kaleng, Menu C terdiri dari: Nasi uduk Bakwan ikan kaleng. Pembagian Porsi Menu makanan sehari untuk usia dewasa yang ditetapkan sebagai berikut:

Bahan Makanan	Jumlah Porsi (p)	Pagi	Siang	Sore
Makanan Pokok	6p	1.5 p	2.5p	2p
Lauk Hewani	3p	1p	1p	1p
Lauk Nabati	3p	1p	1p	1p
Sayur	3p	1p	1p	1p
Buah	4p	1p	2p	1p
Gula	2p	1p	1p	-
Minyak	5p	2.5p	1p	1.5p

Berapa kebutuhan makanan Mie pada menu B yang harus tersedia bila diketahui

kebutuhan Mie Instan perorang/perhari 320 g atau sama dengan 3 gls (4 bks)?

- a. 600 g
- b. 16000 g
- c. 7680 g
- d. 3840 g
- e. 1920 g

39. Posyandu merupakan salah satu bentuk Upaya Kesehatan Bersumber Daya Masyarakat (UKBM) yang dikelola dan diselenggarakan dari, oleh, dan bersama masyarakat dalam penyelenggaraan pembangunan kesehatan. sasaran posyandu antara lain berikut ini, kecuali...

- a. Remaja putri
- b. Ibu hamil
- c. PUS
- d. Balita
- e. Ibu nifas



40. Berikut ini merupakan kegiatan utama posyandu, kecuali..

- a. Bina keluarga balita
- b. Pencegahan dan penanggulangan diare
- c. Imuniasi
- d. Gizi
- e. KB

41. Siapa penyelenggara utama posyandu

- a. Kader
- b. Ketua RW

- c. Ketua RT
 - d. Ketua PKK
 - e. Tenaga Kesehatan
42. Pemberian vitamin A ibu nifas dilakukan sebanyak 2 kali, yaitu pemberian pertama segera setelah melahirkan, dan dosis ke 2 minum 1 kapsul lagi setelah...
- a. 48 jam berikutnya setelah pemberian dosis pertama
 - b. 24 jam berikutnya setelah pemberian dosis pertama
 - c. 12 jam berikutnya setelah pemberian dosis pertama
 - d. 8 jam berikutnya setelah pemberian dosis pertama
 - e. 6 jam berikutnya setelah pemberian dosis pertama
43. Berapa dosis tablet tambah darah untuk ibu nifas
- a. 1 tablet setiap hari selama 30 hari
 - b. 1 tablet setiap hari selama 40 hari
 - c. 1 tablet setiap hari selama 60 hari
 - d. 1 tablet setiap hari selama 90 hari
 - e. 2 tablet setiap hari selama 30 hari
44. Salah satu tugas kader setelah Hari Buka Posyandu adalah melakukan kunjungan rumah. Berikut ini merupakan sasaran yang dilakukan kunjungan rumah oleh kader. Kecuali...
- a. Ibu yang anak balitanya selama dua bulan berturut turut tidak hadir lagi ke Posyandu
 - b. Ibu yang anak balitanya belum mendapat kapsul vitamin A
 - c. Ibu yang kehamilannya baru saja diketahui (hamil baru)
 - d. Ibu/Bapak yang belum mau mengikuti KB
 - e. Anemia pada remaja putri

45. Salah satu kegiatan di Posyandu adalah kegiatan penimbangan balita yang dilakukan oleh kader posyandu. Berapa kapasitas dacin yang baik untuk digunakan dalam menimbang bayi dan balita....
- a. 15 – 20 kg
 - b. 20 – 25 kg
 - c. 25 – 30 kg
 - d. 50 kg
 - e. 25 -35 kg
46. Arti kata D pada singkatan SKDN adalah
- a. Jumlah balita yang datang di Posyandu dan menimbang berat badannya
 - b. jumlah seluruh balita yang ada dalam wilayah kerja Posyandu
 - c. jumlah balita yang ditimbang berat badannya mengalami peningkatan berat badan dibanding dengan bulan sebelumnya dengan garis pertumbuhan
 - d. jumlah anak yang ditimbang bulan lalu
47. Indikator yang menggambarkan tingkat partisipasi masyarakat dalam kegiatan di Posyandu merupakan definisi
- a. indikator K/S
 - b. indikator D/S
 - c. indikator N/S
 - d. indikator N/D
 - e. indikator D/K
48. Pada Oktober 2022 di Posyandu Kenanga Kecamatan Ciaren didapatkan data bahwa terdapat 50 balita yang mendapatkan KMS (Kartu Menuju Sehat) di wilayah Posyandu Kenanga 45 balita yang menimbang berat badannya di Posyandu Kenanga pada bulan Oktober dari 45 balita yang menimbang berat badannya hanya 25 balita yang mengalami kenaikan berat badan pada bulan Oktober dan jumlah seluruh balita di wilayah Posyandu Kenanga Kecamatan ciaren ada 70 balita. Berapakah presentase K/S di posyandu Kenanga Kecamatan ciaren pada bulan Oktober?
- a. 64,2%

- b. 71,4%
- c. 35,7%
- d. 55%
- e. 51%

49. Yang termasuk langkah membangun dasar-dasar konseling gizi yaitu

- a. monitoring dan evaluasi
- b. intervensi gizi
- c. menegakkan diagnosa gizi
- d. mengukur dan mengkaji data antropometri
- e. menyambut klien dengan ramah

50. Parameter antropometri bisa memberikan gambaran status gizi jika

- a. dibandingkan dengan asupan gizinya
- b. terdapat tanda-tanda kelainan gizi
- c. dirujukkan dengan umur atau ukuran tubuh lain
- d. kandungan zat gizi dalam makanannya
- e. di rujukan dengan teman seusianya

TRYOUT
ASN

KUNCI JAWABAN DAN PEMBAHASAN LATIHAN SOAL 2

1. Jawaban : D

Pembahasan : kecenderungan status gizi= $N/D = 486/770 \times 100\% = 63,11\%$

2. Jawaban : B

Pembahasan : kesinambungan program= $D/K = 770/988 \times 100\% = 77,93\%$

3. Jawaban : C

Pembahasan : yang merupakan indikator proses keberhasilan surveilans gizi adalah adanya proses sosialisasi atau advokasi

4. Jawaban : D

Pembahasan : target rpjmn capaian indikator masalah gizi prevalensi wasting pada tahun 2024 yaitu 7%

5. Jawaban : B

Pembahasan : target rpjmn capaian indikator masalah gizi prevalensi ibu hamil KEK pada tahun 2024 yaitu 10%

6. Jawaban : D

Pembahasan : keadaan ekonomi yang kurang atau kemiskinan

7. Jawaban : B

Pembahasan : $25/560 \times 100\% = 4,46\%$

8. Jawaban : B

Pembahasan : jumlah transportnya adalah $Rp75.000 * 4 * kegiatan = 300.000$

9. Jawaban : C

Pembahasan : jumlah dana adalah $Rp150.000 * 12 = 1.800.000$

10. Jawaban : C

Pembahasan : hal yang dilakukan oleh petugas gizi adalah dengan menentukan prioritas masalah mana yang harus ditanggulangi

11. Jawaban : E

Pembahasan : demonstrasi lebih efektif karena peserta ikut serta dalam pembuatan oralit

12. Jawaban : E

Pembahasan : langkah-langkah yang dilakukan oleh ahli gizi Berikut ini adalah membangun dasar-dasar konseling menggali permasalahan, menegakkan diagnosis, rencana intervensi gizi, memperoleh komitmen monitoring dan evaluasi

13. Jawaban : E

Pembahasan : langkah selanjutnya dilakukan oleh ahli gizi tersebut adalah dengan melakukan menggali permasalahan

14. Jawaban : B

Pembahasan : jadi diadakannya penyuluhan kepada ibu hamil mengenai anemia bertujuan untuk perubahan perilaku klien

15. Jawaban : A

Pembahasan : jadi metode yang digunakan oleh Kepala Puskesmas itu adalah metode diskusi kelompok

16. Jawaban : A

Pembahasan : mineral yang paling banyak disalurkan cerna adalah natrium

17. Jawaban : B

Pembahasan : kata kuncinya di sini adalah masyarakatnya belum memiliki listrik dan rata-rata tamatan SD jadi media penyuluhan yang bagus untuk diberikan adalah

18. Jawaban : A

Pembahasan : biaya bahan baku atau bahan dasar yang digunakan dan presentasinya relatif kecil dibandingkan dengan biaya untuk jasa tenaga. Biaya tenaga kerja mempunyai presentase terbesar terutama untuk biaya tenaga kerja langsung yaitu tenaga teknis register dietisien dan register dietisien. Biaya overhead biaya yang dapat diidentifikasi dalam kegiatan asuhan gizi. Setiap penggunaan fasilitas perlu dihitung lebih teliti dan akurat sehingga tidak terjadi tarif yang terlalu tinggi atau terlalu rendah

19. Jawaban : C

Pembahasan :

$$\begin{aligned}\text{tarif usulan} &= \text{unit kost} + (\text{unit cost} \times \text{margin}) + (\text{unit cost} \times \text{jasa pelayanan}) \\ &= 90000 + (90.000 \times 25\%) + (90.000 \times 20\%) \\ &= 130.500\end{aligned}$$

20. Jawaban : B

Pembahasan :

Diket: waktu jam kerja 1925 jam

Gaji 3000000/perbulan

Tenaga pengolah: 5 orang

$$(5 \times 7 \times 365) / 1925 = 6,6 \text{ (sekitar 7 orang)}$$

Jadi pegawai pengolah seharusnya 7 orang, sudah tersedia 5 orang dan belum terpenuhi 2 orang. Maka biaya yang dikeluarkan untuk penambahan 2 karyawan baru adalah $2 \times 3 \text{ juta} = 6 \text{ juta} \times 12 \text{ bulan} = 72 \text{ juta}$

21. Jawaban : E

Pembahasan : Rasio tenaga pemasak:konsumen

$$= 1:25$$

$$= 250:25$$

$$= 10$$

$$\text{Koreksi Faktor kerja} = 7/6 \times 10 \text{ orang} = \pm 12 \text{ orang}$$

$$= 12 \text{ orang} + (0,2 \times 12 \text{ orang}) = 14 \text{ orang}$$

$$\text{Koreksi Faktor istirahat 1 jam} = 8/7 \times 14 \text{ orang} = 16 \text{ orang}$$

Maka kebutuhan tenaga pemasak berdasarkan konsumen adalah 16 orang

22. Jawaban : C

Pembahasan : kitchen utensil adalah peralatan kecil yang fungsinya untuk mengolah bahan mentah menjadi bahan matang atau hidangan

23. Jawaban : C

Pembahasan : aktual unit cost adalah biaya yang dikeluarkan untuk menghasilkan suatu produk kemudian dibagi dengan jumlah produk yang dihasilkan

$$UC = TC / Q$$

UC = biaya satuan aktual (unit cost)

TC = biaya total (total cost)

Q = jumlah produk (quantity)

Biaya pembelian bahan makanan = 25 juta/bulan (TC1)

Biaya insentif tenaga bagian produksi = 3 juta/bulan (TC2)

Jumlah produk yang dihasilkan = 1500 poersi/bulan (Q)

UC = (Biaya pembelian BM + Biaya insentif tenaga) / Jumlah produk

$$UC = (25 \text{ juta} + 3 \text{ juta}) / 1500$$

$$UC = 18,666 \approx (19.000)$$

24. Jawaban : A

Pembahasan :

$$UC_n = FC / C + VC / Q$$

C = kapasitas/bulan

FC = Biaya tetap (biaya tenaga kerja, overhead)

Q = jumlah produk

VC = biaya tidak tetap (biaya variabel, bahan makanan)

$$UC_n = 45 \text{ juta} / 2500 + 55 \text{ juta} / 2000$$

$$= 18000 + 27.500$$

$$= 45.500$$

25. Jawaban : D

Pembahasan : Siklus menu 10 hari, konsumen 45 orang, BM daging sapi 40 g frekuensi penggunaan 2x dalam 1 siklus.

=Frekuensi pemakaian BM dalam 1 siklus x standar porsi x jumlah putaran siklus x jumlah konsumen
= 3 kali x 53 x 3 kali x 45 orang
= 21.465 g = 21,5 kg

26. Jawaban : A

Pembahasan :

Diket : BM bayam 100 g = berat kotor = $100/60 \times 100$ gr = 167 gr

Cara menghitung kebutuhan makanan dalam sehari

=Porsi pemakaian BM dalam sehari x standar porsi x jumlah konsumen
= 2 kali x 167 gr x 150 orang
= 50.100 gr = 50,1 kg

27. Jawaban : C

Pembahasan : Jika balita usia ≤ 24 bulan dilakukan pengukuran dengan berdiri: $\pm 0,7$ cm

Jika balita > 24 bulan dilakukan pengukuran dengan terlentang = - 0,7 cm

28. Jawaban : C

Pembahasan :

Berat Badan menurut Panjang Badan atau Tinggi Badan (BB/PB atau BB/TB) anak usia 0 - 60 bulan	Gizi buruk (<i>severely wasted</i>)	< -3 SD
	Gizi kurang (<i>wasted</i>)	- 3 SD sd < -2 SD
	Gizi baik (<i>normal</i>)	-2 SD sd +1 SD
	Berisiko gizi lebih (<i>possible risk of overweight</i>)	$> +1$ SD sd $+2$ SD
	Gizi lebih (<i>overweight</i>)	$> +2$ SD sd $+3$ SD
	Obesitas (<i>obese</i>)	$> +3$ SD

29. Jawaban : A

Pembahasan : indikasi pemberian F75 pada pasien anak gizi buruk pasien berada pada tahap stabilisasi

30. Jawaban : C

Pembahasan : salah satu intervensi pada anak gizi buruk tahap stabilisasi, yaitu pemberian formula WHO F75 dan rehidrasi malnutrisi (ReSoMal) untuk anak gizi buruk yang menderita diare atau dehidrasi

31. Jawaban : C

Pembahasan :

Indeks	Kategori Status Gizi	Ambang Batas (Z-Score)
Berat Badan menurut Umur (BB/U) anak usia 0 - 60 bulan	Berat badan sangat kurang (<i>severely underweight</i>)	<-3 SD
	Berat badan kurang (<i>underweight</i>)	- 3 SD sd <- 2 SD
	Berat badan normal	-2 SD sd +1 SD
	Risiko Berat badan lebih ¹	> +1 SD

-3 SD=8,1 kg; -2 SD=9,1; -1 SD=10,1; 0SD=11,3; +1 SD=12,7; +2 SD=14,2)

32. Jawaban : E

Pembahasan : pada tatalaksana Anak gizi buruk pemberian efek harusnya diberikan saat fase rehabilitasi dan fase tindak lanjut

33. Jawaban : B

Pembahasan : Kebutuhan protein yang dianjurkan pada fase transisi adalah 2-3 kkal/kgBB/hari

34. Jawaban : C

Pembahasan : mikronutrien yang tergolong rendah di Asia yaitu vitamin D dan vitamin K

35. Jawaban : A

Pembahasan : Status gizi berdasarkan indeks berat badan menurut Panjang badan adalah Gizi Buruk.

36. Jawaban : A

Pembahasan : bayi berusia 12 bulan memiliki BB 3 kali dari BB Lahir

37. Jawaban : D

Pembahasan : Buah buahan dan sayuran memiliki karakteristik

mudah membusuk karena metabolismenya tetap berjalan meskipun sudah dipetik. Namun demikian, buah dan sayuran akan rusak apabila disimpan terlalu lama pada tempat yang terlalu dingin karena sel air yang ada dalam buah dan sayuran akan menyusut dan membeku. Dengan karakteristik yang demikian, lebih baik buah disimpan pada tempat yang dingin untuk memperlambat pembusukan namun tidak terlalu dingin supaya tidak rusak. Vegetable store tempat penyimpanan bersuhu 10 derajat celcius dengan karakteristik dingin dan segar.

38. Jawaban : B

Pembahasan : Dik: kebutuhan mie instan perorang/perhari yaitu 320 g
Jumlah korban selamat 50 orang
Maka, Kebutuhan BM Mie = kebutuhan mie perorang/perhari x jumlah korban selamat
= 320 g x 50 orang
= 16000 g

39. Jawaban : A

Pembahasan : Remaja putri bukan termasuk kedalam sasaran posyandu.

40. Jawaban : A

Pembahasan : Bina Keluarga Balita bukan merupakan kegiatan utama posyandu

41. Jawaban : A

Pembahasan: penyelenggara utama posyandu adalah kader

42. Jawaban : B

Pembahasan: 24 jam berikutnya setelah pemberian dosis pertama

43. Jawaban : B

Pembahasan: 1 tablet setiap hari selama 40 hari

44. Jawaban : E

Pembahasan: Sasaran kader untuk dilakukan kunjungan rumah yaitu:

- Ibu yang anak balitanya selama 2 bulan berturut turut tidak hadir lagi ke Posyandu
- Ibu yang anak balitanya belum mendapat kapsul vitamin A
- Ibu yang anak balitanya pada bulan lalu dikirim ke puskesmas karena BB dibawah garis merah (BGM), sakit dan balita kegemukan
- Ibu hamil yang selama 2 bulan berturut turut tidak menghadiri kegiatan di Posyandu
- Ibu yang kehamilannya baru saja diketahui (hamil baru)
- Ibu hamil dan ibu menyusui yang belum mendapat kapsul yodium
- Ibu/Bapak yang belum mau mengikuti KB

45. Jawaban : B

Pembahasan: kapasitas dadin yang baik untuk digunakan dalam menimbang bayi dan balita adalah 20 sampai 25 kg.

46. Jawaban : A

Pembahasan: indikator keberhasilan Posyandu tergambar melalui cakupan skdn yaitu:

S: jumlah seluruh balita yang ada di wilayah kerja posyandu

K: jumlah balita yang terdaftar dan memiliki KMS

D: jumlah balita yang datang dan ditimbang

N: jumlah balita yang naik berat badannya

47. Jawaban : B

Pembahasan:

indikator K/S: jangkauan program

indikator D/S: tingkat partisipasi masyarakat

indikator N/S: tingkat pencapaian program

indikator N/D: tingkat dampak program

indikator D/K: tingkat kelangsungan penimbangan

48. Jawaban : B

Pembahasan:

K: 50 balita (jumlah yang memiliki KMS)

S: 70 balita (jumlah seluruh balita di Posyandu Kenanga)

$K/S = 50/70 \times 100\% = 71,4\%$

49. Jawaban : E

Pembahasan: membangun dasar-dasar konseling gizi yaitu salam, memperkenalkan diri, mengenal klien, Membangun hubungan memahami tujuan kedatangan, menjelaskan tujuan dan proses konseling

50. Jawaban : C

Pembahasan: parameter antropometri bisa memberikan gambaran status gizi jika di rujukan dengan umur atau ukuran tubuh lain BB di rujukan dengan umur (BB/U)

BB dirujukkan dengan tinggi badan (BB/TB,IMT)
lingkar kepala di rujukan dengan umur
jika hanya diketahui berat badan tanpa diketahui umur maka berat
badan tersebut tidak bisa dinilai



LATIHAN SOAL 3

1. Rina merupakan siswa kelas 4 SD usia 9 tahun, ibunya mengeluh kepada ahli gizi dikarenakan Rina terlihat kurus dan susah makan. Indikator yang digunakan oleh ahli gizi untuk menentukan status gizi Rina adalah
 - a. BB/U
 - b. BB/TB
 - c. IMT/U
 - d. IMT
 - e. LILA
2. Seorang balita datang ke Posyandu bersama neneknya, Saat ditanya oleh kader ternyata nenek tersebut Lupa tanggal lahir cucunya. Setelah ditimbang dan diukur didapatkan berat badan 9,5 kg dan panjang badan 78,2 cm. Indikator antropometri yang dapat digunakan adalah
 - a. BB/U
 - b. BB/PB
 - c. IMT
 - d. TB/U
 - e. LILA/U
3. Merupakan intervensi gizi sensitif dalam upaya penurunan stunting adalah
 - a. pemberian makanan tambahan bumil KEK
 - b. suplementasi tablet tambah darah rematri
 - c. akses sanitasi layak
 - d. tatalaksana gizi buruk
 - e. promosi dan konseling PMBA
4. Dalam memberikan pelayanan gizi kepada pasien rawat inap diperlukan berbagai data dan informasi sebagai langkah awal agar dapat memberikan pelayanan yang maksimal. Langkah awal apa yang pertama dilakukan
 - a. pemeriksaan klinis
 - b. pemeriksaan laboratorium
 - c. pengkajian gizi

- d. anamnesa gizi
 - e. pengukuran antropometri
5. Sasaran pemberian pupuk tabur gizi (Taburia) adalah
- a. balita 0 sampai 59 bulan (BB/TB <-2SD),
 - b. balita 6 sampai 59 bulan (BB/TB <-2SD),
 - c. balita 6 sampai 23 bulan (BB/TB <-2SD),
 - d. balita 6 sampai 23 bulan (BB/U <-2SD),
 - e. balita 6 sampai 59 bulan (BB/U <-2SD),
6. Berapa banyak jumlah taburia yang diberikan kepada sasaran
- a. 10 sachet perbulan diberikan selama 4 bulan
 - b. 15 sachet per bulan diberikan selama 4 bulan
 - c. 30 sachet perbulan diberikan selama 4 bulan
 - d. 30 sachet per bulan diberikan selama 3 bulan
 - e. 40 sachet per bulan diberikan selama 3 bulan
7. Makan tambahan ibu hamil KEK setiap 3 biskuit lapis dikemas dalam satu kemasan primer dengan berat 60 gram. Harus mengandung minimal energi dan zat gizi yaitu
- a. 150 kkal, 3 gram protein, 8 gram lemak
 - b. 150 kkal, 3 gram protein, 10 gram lemak
 - c. 200 kkal, 6 gram protein, 15 gram lemak
 - d. 250 kkal, 5 gram protein, 10 gram lemak
 - e. 270 kkal, 3 gram protein, 12 gram lemak
8. Persediaan makanan tambahan yang disediakan untuk mengatasi risiko kekurangan karena situasi darurat ketidakpastian pasokan dan permintaan disebut dengan
- a. buffer stock
 - b. stock opname
 - c. stok tambahan
 - d. makanan tambahan susulan
 - e. makanan tambahan pemulihan
9. Nyonya Ani Usia 24 tahun hamil anak kedua dengan berat badan 50 kg tinggi badan 152 cm HB = 11 gram per desiliter, LILA= 24,2 cm. Berapa banyak TTD yang harus

dikonsumsi oleh Nyonya Ani?

- a. Satu tablet per hari
- b. 2 hari 1 Tablet
- c. 2 tablet perhari
- d. 3 Tablet per hari
- e. 6 tablet dalam satu minggu

10. Pada meja ketiga Posyandu dilakukan kegiatan apa

- a. pendaftaran balita dan ibu hamil
- b. pelayanan kesehatan dan KB
- c. pengisian KMS atau buku KIA
- d. menimbang balita dan mengukur Lila ibu hamil
- e. penyuluhan

11. Pemberian tablet tambah darah pada ibu hamil pada saat Posyandu diberikan di meja berapa

- a. meja 5
- b. meja 4
- c. meja 3
- d. meja 2
- e. meja 1

12. Makanan tambahan pemulihan yang kemasan primernya berisi 4 keping biskuit diberikan kepada

- a. balita gizi buruk
- b. balita gizi kurang
- c. balita pendek
- d. balita berat badan kurang
- e. ibu hamil KEK

13. Sasaran ibu hamil KEK di Puskesmas x adalah 25 orang, Berapa jumlah kebutuhan makanan tambahan

- a. 135.000 gram
- b. 104.000 gram
- c. 125.000 gram

- d. 130.100 gram
 - e. 140.000 gram
14. Berikut ini adalah sasaran yang mendapat vitamin A sebanyak 2 kapsul dengan dosis 200.000 SI dalam kurun waktu minimal 24 jam adalah
- a. balita usia 12 sampai 59 bulan
 - b. bayi usia 6 sampai 11 bulan
 - c. ibu nifas
 - d. penderita kekurangan vitamin D
 - e. anak gizi buruk
15. Tenaga pelaksana gizi akan membuat cakupan balita yang mendapatkan kapsul vitamin A. Berikut ini bukan merupakan data yang harus dikumpulkan oleh tenaga pelaksana dalam membuat cakupan balita yang mendapatkan vitamin A adalah
- a. jumlah seluruh sasaran bayi dan balita
 - b. jumlah bayi usia 12 sampai 59 bulan mendapatkan kapsul vitamin A merah
 - c. jumlah bayi usia 6 sampai 11 bulan mendapat kapsul vitamin A biru
 - d. jumlah bayi usia 12 sampai 59 bulan
 - e. jumlah bayi usia 0 sampai 6 bulan
16. Pencatatan dan rekapitulasi pelaporan pemberian vitamin A pada balita dilakukan dengan frekuensi
- a. setiap semester
 - b. setiap bulan Februari dan Agustus
 - c. setiap 2 bulan sekali
 - d. setiap triwulan
 - e. setiap bulan
17. Distribusi kapsul vitamin A pada balita 6 sampai 59 bulan dapat dikumpulkan setiap bulan
- a. Februari dan September
 - b. April dan Oktober
 - c. Maret dan September
 - d. Februari dan Agustus
 - e. Januari dan Juli

18. Sumber data ibu nifas mendapat vitamin A dalam kegiatan surveilans dapat diperoleh melalui
- catatan pribadi bidan
 - KMS
 - LB3
 - kohor Ibu
 - kohor bayi
19. Tenaga pelaksana gizi Puskesmas telah mendapatkan presentase cakupan balita mendapatkan vitamin A yaitu sebesar 65%. Dari analisis tersebut Respon yang paling tepat yang dapat diberikan oleh pemangku kepentingan adalah
- meningkatkan kemampuan petugas Puskesmas
 - melakukan penyelidikan kasus bersama
 - melakukan koordinasi dengan Camat dan PKK
 - menghimbau Puskesmas untuk melakukan sweeping
 - melakukan promosi atau kampanye terkait manfaat vitamin A
20. Prevalensi kekurangan vitamin A termasuk ke dalam indikator
- hasil
 - outcome
 - output
 - proses
 - input
21. Sumber data balita 6 sampai 59 bulan mendapat vitamin A dalam kegiatan surveilans dapat diperoleh melalui
- laporan KIA
 - LB 3 dan FIII gizi
 - KMS
 - kohor Ibu
 - kohor bayi
22. Berikut ini yang tidak termasuk ke dalam mekanisme pelaporan cakupan balita 6 sampai 59 tahun mendapat vitamin A adalah
- menghitung persentase balita ditimbang dan jumlah seluruh sasaran berita,

- b. menghitung persentase balita yang mendapat vitamin A terhadap jumlah balita 12 sampai 59 bulan
 - c. menghitung persentase balita yang dapat vitamin A terhadap jumlah balita 6 sampai 11 bulan
 - d. rekapitulasi laporan berita mendapat kapsul vitamin A setiap bulan Februari dan Agustus,
 - e. mencatat balita mendapatkan suhu vitamin A setiap bulan Februari dan Agustus
23. Rekapitulasi laporan pemberian vitamin A pada ibu nifas dilakukan dengan frekuensi
- a. setiap triwulan
 - b. setiap semester
 - c. setiap bulan
 - d. setiap bulan Februari dan Agustus
 - e. setiap 2 bulan sekali
24. Berikut ini bukan merupakan indeks yang menunjukkan pencapaian panjang badan atau tinggi badan relatif terhadap umur dibandingkan dengan median (garis 0) adalah
- a. TB/U
 - b. IMT/U
 - c. BB/PB
 - d. BB/TB
 - e. PB/U
25. Tindak lanjut yang biasa dilakukan dari pemantauan pertumbuhan diantaranya kecuali
- a. pelaporan rekapitulasi status gizi balita
 - b. konseling
 - c. rujukan
 - d. pemberian suplementasi gizi pemberian makanan tambahan
26. Berikut ini adalah salah satu fungsi dan kegunaan dari KMS adalah
- a. sebagai alat edukasi
 - b. sebagai dokumentasi riwayat makan anak

- c. sebagai syarat memasuki sekolah
 - d. sebagai catatan penerimaan PMT
 - e. sebagai catatan pelayanan kesehatan keluarga
27. Berikut ini adalah kegunaan KMS yang paling tepat bagi kader adalah
- a. menggerakkan tokoh masyarakat
 - b. mencatat berat badan anak dan pemberian kapsul vitamin A serta menilai hasil penimbangan
 - c. mengetahui perolehan imunisasi tepat waktu dan lengkap
 - d. menggerakkan tokoh masyarakat dalam pemantauan pertumbuhan
 - e. mengetahui adanya indikasi gangguan pertumbuhan
28. Adam seorang anak laki-laki lahir pada tanggal 21 Januari 2021 dan mengikuti penimbangan di Posyandu rutin setiap bulannya. Berapakah umur Adam bila bulan Oktober 2022 mengikuti penimbangan yang akan diadakan setiap tanggal 14 di posyandu
- a. 21 bulan
 - b. 20 bulan
 - c. 18 bulan
 - d. 16 bulan
 - e. 14 bulan
29. Metode yang tepat dalam menyampaikan informasi gizi pada kelompok kecil di suatu pedesaan adalah
- a. pidato
 - b. curah pendapat
 - c. konseling
 - d. ceramah
 - e. seminar
30. Berikut ini langkah dalam konseling yang menunjukkan teknik konseling yang baik diantaranya kecuali
- a. mempunyai rasa empati
 - b. menggunakan bahasa tubuh dan isyarat untuk menunjukkan minat
 - c. mendengarkan dan meyakinkan bahwa petugas memahami apa yang dikatakan

- d. mengajukan pertanyaan tertutup untuk mendapat jawaban
 - e. mendengarkan dan belajar dari petugas konseling
31. Di salah satu sekolah diadakan penyuluhan dengan sasaran remaja putri untuk mencegah anemia pada remaja. Penyuluhan merupakan salah satu bentuk pendidikan gizi Apa tujuan dari pendidikan gizi
- a. perubahan budaya pada remaja putri
 - b. Perubahan status pada remaja putri
 - c. perubahan ekonomi pada remaja putri
 - d. perubahan perilaku pada remaja putri
 - e. perubahan sosial pada remaja putri
32. Pertanyaan yang dapat diajukan saat sedang melakukan konseling dengan ibu yang anaknya mengalami gizi kurang adalah kecuali
- a. Apakah Ana pernah mengalami sakit yang berulang?
 - b. Apakah ibu memberi makan tidak sesuai usianya?
 - c. Bagaimana nafsu makan akhir-akhir ini?
 - d. Apakah anak dalam keadaan sehat?
 - e. Apakah di rumah ada yang merokok?
33. Berikut ini yang dimaksud dengan standar resep adalah
- a. patokan jenis dan jumlah bahan makanan
 - b. berat bersih bahan makanan setiap jenis hidangan
 - c. komposisi bumbu yang telah dibakukan
 - d. deskripsi produk hidangan
 - e. resep yang sudah dimodifikasi atau dibekukan
34. Banyaknya golongan bahan makanan yang direncanakan setiap kali makan dengan menggunakan satuan penukar berdasarkan standar makanan yang berlaku di institusi dinamakan
- a. menu hidangan
 - b. standar resep
 - c. standar porsi
 - d. besar porsi
 - e. pola menu

35. Hasil pemantauan pertumbuhan balita di suatu Posyandu daerah miskin menunjukkan angka N/D bulanan selalu di bawah 25% dengan D/S selalu di atas 80%. Pada umumnya pendidikan Ibu tidak tamat sekolah dasar. Kegiatan penyuluhan gizi terkendala karena tidak ada kader yang mampu melakukan. Kondisi ini sudah berlangsung selama lebih dari 2 tahun. Upaya apa yang seharusnya dilakukan untuk meningkatkan N/D desa tersebut
- penyuluhan gizi
 - demonstrasi pembuatan makanan balita
 - frekuensi pelaksanaan Posyandu ditingkatkan
 - pemberian makanan tambahan kepada balita
 - menambah jumlah kader posyandu
36. Jarak terjauh Posyandu mawar dengan rumah warga dengan warga Kelurahan Parung adalah 2 Km warga datang dengan kendaraan umum atau pribadi dan jalan menuju Posyandu mawar dengan mudah diakses oleh kendaraan. Posyandu rutin dilakukan Sebulan sekali dan terdapat tenaga kerja yang cukup. Namun presentase D/S di Posyandu tersebut adalah 65%. Maka intervensi Apa yang bisa dilakukan untuk warga agar datang ke Posyandu mawar
- menyewakan kendaraan umum
 - pemberian motivasi dan edukasi pada warga
 - kunjungan secara rutin tenaga gizi ke Posyandu mawar
 - pengembangan Posyandu baru yang mendekati warga
 - perbaikan jalan menuju posyandu
37. Seorang nutrisisionis yang bekerja di dinas kabupaten Ciamis ingin mengolah data cakupan distribusi vitamin A. Selain jumlah kapsul biru dan merah yang telah didistribusikan data apa saja yang diperlukan
- jumlah seluruh balita
 - jumlah balita yang tidak ditimbang
 - jumlah balita yang berusia 6 bulan
 - jumlah balita yang berusia 6 sampai 11 bulan dan 12 sampai 59 bulan
 - jumlah balita yang berusia 12 bulan
38. Praktek ASI eksklusif di wilayah kota Subang kurang dari 10%. Sebanyak 85% dari

Bayi yang baru dilahirkan di wilayah Kota Subang langsung diberi susu formula setelah bayi dilahirkan sebesar 65% diantaranya karena pemberian susu formula merupakan bagian dari standar pelayanan di Fasilitas Kesehatan tempat bayi tersebut dilahirkan 16% karena penolong persalinan merasa pemberian susu formula yang paling praktis agar bayi tercukupi kebutuhan gizinya 12% karena Ibu menolak memberikan ASI karena melahirkan dengan operasi atau masih terlalu capek setelah melahirkan. Intervensi apa yang paling sesuai untuk mengatasi masalah di atas

- a. advokasi kepada fasilitas kesehatan untuk memperbaiki standar pelayanan
- b. Memberikan motivasi kepada petugas kesehatan untuk menerapkan imd
- c. Memberikan motivasi kepada ibu untuk melakukan imd
- d. memberikan edukasi kepada petugas kesehatan tentang pentingnya ASI eksklusif
- e. memberikan edukasi kepada calon ibu untuk segera memberikan ASI setelah bayi dilahirkan

39. Puskesmas X memiliki 3 Kelurahan Wilayah kerja dengan sasaran ibu hamil Kelurahan A yaitu 45 orang, Kelurahan B 50 orang, dan kelurahan C 50 orang cakupan distribusi tablet tambah darah sebanyak minimal 90 tablet di Kelurahan A sebanyak 38 orang, Kelurahan B 36 orang, Kelurahan C 38 orang. Dinas Kesehatan setempat mempunyai target cakupan 80% di Tahun 2022. Kelurahan yang mencapai target cakupan yang diinginkan oleh dinas kesehatan adalah

- a. Kelurahan B
- b. Kelurahan D
- c. Kelurahan C
- d. Kelurahan B dan D
- e. tidak ada Kelurahan yang mencapai target

40. Puskesmas X memiliki 3 Kelurahan Wilayah kerja dengan sasaran ibu hamil Kelurahan A yaitu 45 orang, Kelurahan B 50 orang, dan kelurahan C 50 orang cakupan distribusi tablet tambah darah sebanyak minimal 90 tablet di Kelurahan A sebanyak 38 orang, Kelurahan B 36 orang, Kelurahan C 38 orang. Dinas Kesehatan setempat mempunyai target cakupan 80% di Tahun 2022. Berapakah capaian

distribusi tablet tambah darah di Puskesmas X

- a. 80,1%
- b. 81,1%
- c. 75,6%
- d. 75%
- e. 77,2%

41. Target capaian gizi masyarakat berdasarkan RPJMN prevalensi stunting pada balita tahun 2022 adalah 21,1%. Di Puskesmas x pada bulan Agustus berdasarkan hasil pengukuran kepada 800 anak di Posyandu didapatkan hasil balita pendek sebanyak 100 anak dan balita sangat pendek 20 anak. Sasaran balita 0 sampai 59 bulan di Puskesmas X yaitu 950 anak. Berapakah prevalensi stunting di Puskesmas x pada bulan Agustus 2022

- a. 15%
- b. 16%
- c. 12,5
- d. 10,6%
- e. 9%

42. Alat yang dilengkapi dengan tutup serta alat untuk mengeluarkan asap yang ditimbulkan dari pengolahan makanan dengan sistem mirip peluit disebut

- a. roasting pen
- b. colander
- c. mixing
- d. pressed cooker
- e. rice cooker

43. Peralatan besar yang fungsinya untuk mengolah dan menyimpan bahan-bahan makanan yang masih mentah ataupun sudah matang dinamakan

- a. kitchen label
- b. kitchen knife
- c. kitchen Pan dan pouch
- d. kitchen equipment
- e. kitchen utensil

44. Alat bantu seorang juru masak untuk membuat sebuah hidangan berisi sekumpulan instruksi atau langkah-langkah kerja untuk membuat suatu masakan, memberikan petunjuk secara jelas dan urut mengenai prosedur bekerja seperti mencampur mengolah hingga memasaknya dinamakan
- masakan
 - hidangan
 - teknik pengolahan
 - resep
 - menu
45. Sistem penyelenggaraan makanan dengan metode tradisional, dimana proses produksi makanan dilakukan pada satu tempat yang sama dinamakan
- sistem kombinasi
 - sistem assembly
 - sistem Ready prepared
 - sistem konvensional
 - sistem commissary
46. Berikut ini yang termasuk ke dalam syarat ruang penyimpanan bahan makanan gudang kering adalah
- tersedia freezer
 - tersedia refrigerator
 - prasarana air yang memadai ada
 - alat pembersih bahan baku
 - bahan makanan yang masuk terlebih dahulu dikeluarkan lebih dulu (FIFO)
47. Jumlah tenaga Di Instalasi Gizi bulan Desember 2022 berjumlah 100 orang dengan jumlah PNS sebanyak 40 orang sedangkan tenaga kerja non PNS terdapat 60 orang. Ahli gizi rawat inap yang tersedia sebanyak 15 orang bila jam kerja Di Instalasi Gizi adalah 8 jam, cuti tahunan 12 hari, hari libur nasional 2022 14 Hari. Berapa jumlah ahli gizi rawat inap yang seharusnya ada Di Instalasi Gizi
- 16
 - 17
 - 18

- d. 19
 - e. 20
48. Asuhan gizi yang tepat memiliki peranan yang penting dalam menunjang keberhasilan terapi pasien. Pada pasien anak gizi buruk pemberian terapi diet harus diperhatikan sesuai dengan kondisi pasien, salah satunya yaitu F75. Apa yang menjadi indikasi pemberian F75 pada pasien gizi buruk?
- a. Pasien berada pada tahap stabilisasi
 - b. Pasien berada pada tahap rehabilitasi
 - c. Kondisi pasien telah stabil
 - d. Dipersiapkan untuk pasien setelah pulang dari RS
 - e. Diberikan pada minggu ke 2 sampai 6
49. Laki-laki berusia 50 tahun datang ke ahli gizi di puskesmas, mengeluh kakinya sering linu dan bengkak terutama jika malam hari. Tekanan darah 130/90 mmHg. Pola makan 3 x sehari, suka sekali mengonsumsi jeroan dan cemilan keripik mlinjo. Berat badan 55 kg dengan tinggi badan 160 cm. Berdasarkan gejala klinis diatas, bagaimana diagnosa yang tepat?
- a. Penurunan kebutuhan natrium
 - b. Kelibahan intake zat aditif
 - c. Penurunan kebutuhan purin
 - d. Penurunan kebutuhan protein
 - e. Kelebihan berat badan tanpa disadari
50. Seorang anak usia 3 tahun, dirujuk ke rumah sakit dengan gejala klinis mengalami edema pada punggung kaki, tangan, dan perut, moonface, rambut kemerahan dan mudah dicabut, apatis, anoreksia, dan mengalami pengecilan otot (hipotrofi). Berdasarkan gejala klinis di atas, apakah yang diderita oleh anak tersebut ?
- a. Gizi buruk
 - b. Kurang energi protein
 - c. Marasmus
 - d. Kwashiorkor
 - e. Marasmic kwashiorkor

KUNCI JAWABAN DAN PEMBAHASAN LATIHAN SOAL 3

1. Jawaban : C

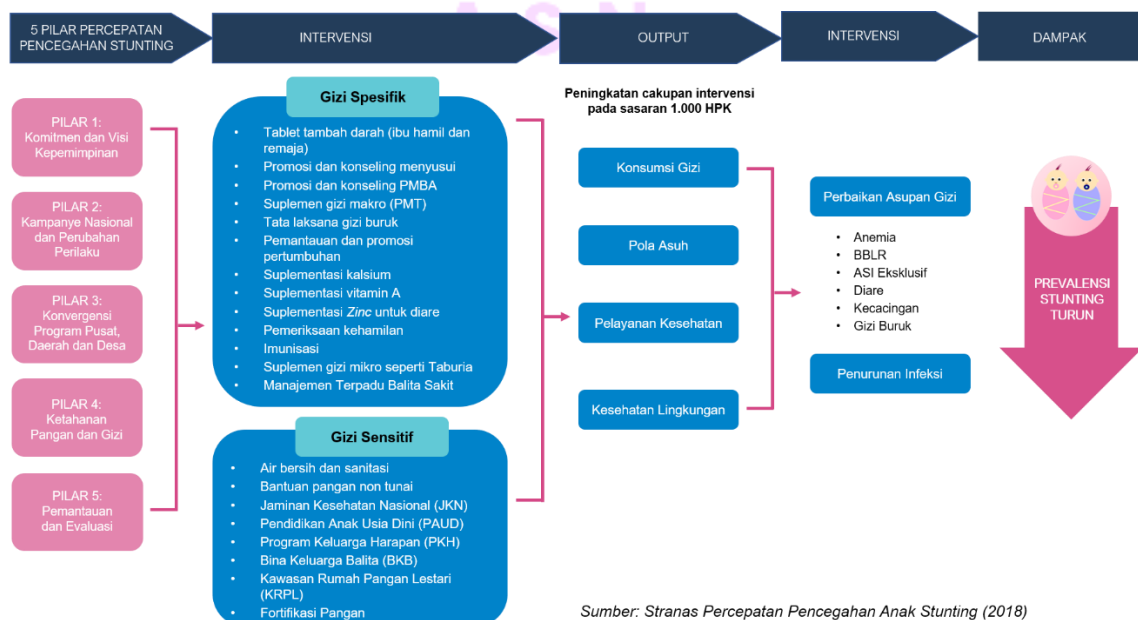
Pembahasan : berdasarkan PMK nomor 2 tahun 2020 tentang standar antropometri anak, indeks antropometri yang digunakan untuk anak 5 sampai 18 tahun adalah IMT/U

2. Jawaban : B

Pembahasan : kelebihan dari pemakaian indeks BB/TB adalah independen terhadap umur dan ras dapat menilai status kurus dan gemuk

3. Jawaban : C

Pembahasan : intervensi spesifik merupakan kegiatan yang langsung mengatasi penyebab terjadinya stunting dan umumnya diberikan oleh sektor kesehatan seperti asupan makanan pencegahan infeksi, status gizi Ibu, penyakit menular. Intervensi sensitif merupakan kegiatan yang berhubungan dengan penyebab tidak langsung stunting yang umumnya berada di luar persoalan kesehatan.



Sumber: Stranas Percepatan Pencegahan Anak Stunting (2018)

4. Jawaban : C

Pembahasan : langkah awal PAGT adalah pengkajian gizi yang didefinisikan sebagai metode sistematis dalam mengumpulkan, mengelompokkan sintesis data yang penting dan relevan untuk diidentifikasi masalah gizi dan penyebabnya

5. Jawaban : D

Pembahasan : berdasarkan buku panduan manajemen pemberian taburia tahun 2021 redaksinya langsung prioritas diberikan kepada balita usia 6 sampai 23 bulan (BB/U <-2SD), berdasarkan kemasan taburia yang ada sekarang itu peruntukan untuk 6 sampai 23 bulan

6. Jawaban : B

Pembahasan : bubuk tabur gizi atau taburia diberikan sebanyak 15 sachet perbulan diberikan selama 4 bulan Jadi totalnya adalah 60 sachet. Pemberian taburia 1 sachet per hari dengan jeda jika diberikan hari Senin maka pemberian berikutnya pada hari Rabu

7. Jawaban : E

Pembahasan : 270 kkal, 3 gram protein, 12 gram lemak

8. Jawaban : A

Pembahasan : buffer stock adalah persediaan tambahan yang disediakan untuk mengatasi risiko kekurangan karena situasi darurat ketidakpastian pasokan dan permintaan. Biasanya wafer stock digunakan untuk situasi darurat, penyuluhan gizi, penelitian

9. Jawaban : B

Pembahasan : ibu hamil minimal mengkonsumsi 90 tablet TTD selama hamil. Konsumsi TTD untuk pengobatan anemia sebanyak 2 tablet per hari sampai kadar HB mencapai nilai normal sedangkan konsumsi untuk pencegahan 1x1 tablet per hari

10. Jawaban : C

Pembahasan : 5 meja posyandu: meja 1 untuk pendaftaran, meja 2 untuk penimbangan dan pengukuran, meja 3 untuk pencatatan atau pengisian KMS dan buku KIA, meja 4 untuk penyuluhan, meja 5 untuk pelayanan kesehatan dan KB

11. Jawaban : A

Pembahasan : Pemberian vitamin A, tablet tambah darah, oralit imunisasi dilaksanakan di meja 5 posyandu

12. Jawaban : B

Pembahasan : Balita gizi kurang ($BB/TB < -2SD$)

13. Jawaban : A

Pembahasan : Jumlah bumil $KEK \times 60 \text{ grm} \times 90 \text{ hari} = 135000 \text{ grm}$

14. Jawaban : C

Pembahasan : Ibu baru melahirkan sampai hari ke 42 yang mendapat 2 kapsul vitamin A yang mengandung vitamin A dosis 200.000 satuan internasional. Bayi umur 6 sampai 11 bulan Ia mendapat kapsul vitamin A berwarna biru dengan kandungan vitamin A sebesar 100.000 satuan internasional. Anak umur 12 sampai 59 bulan yang mendapat kapsul vitamin A berwarna merah dengan kandungan vitamin A sebesar 200.000 standar internasional.

15. Jawaban : E

Pembahasan : sudah jelas yang bukan adalah jawaban E

16. Jawaban : B

Pembahasan: Frekuensi laporan pemberian vitamin A pada balita: pencatatan atau entry data dilakukan setiap bulan Februari dan bulan Agustus. laporan juga dilakukan setiap bulan Februari dan Agustus.

Laporan tahunan untuk cakupan bayi umur 6 sampai 11 bulan yang mendapat kapsul vitamin A diperoleh melalui penjumlahan data bulan Februari dan Agustus sedangkan data cakupan balita umur 12 sampai 59 bulan yang mendapat kapsul vitamin A menggunakan data bulan Agustus

17. Jawaban : D

Pembahasan: Distribusi kapsul vitamin A pada balita 6 sampai 59 bulan dapat dikumpulkan setiap Februari dan Agustus

18. Jawaban : D

Pembahasan: Sumber data ibu nifas mendapat vitamin A dalam kegiatan surveilans dapat diperoleh melalui kohor ibu

19. Jawaban : D

Pembahasan: jika hasil analisis menunjukkan cakupan distribusi vitamin A rendah maka Respon yang harus diberikan adalah:

jika persediaan kapsul vitamin A di Puskesmas tidak mencukupi maka perlu mengirim kapsul vitamin A ke Puskesmas, jika kapsul vitamin A masih cukup maka perlu menghimbau Puskesmas untuk melakukan sweeping, melakukan pembinaan kepada Puskesmas dengan cakupan vitamin A rendah

20. Jawaban : B

Pembahasan: di bawah ini adalah beberapa indikator outcome yang dalam jangka panjang dapat dilihat sebagai berikut: prevalensi gizi kurang prevalensi balita pendek prevalensi balita kurus, prevalensi anemia pada ibu hamil, prevalensi kekurangan vitamin A

21. Jawaban : B

Pembahasan: sudah jelas

22. Jawaban : A

Pembahasan: Mekanisme pelaporan cakupan balita 6 sampai 59 tahun mendapat vitamin A:

- mencatat balita mendapat kapsul vitamin A setiap bulan Februari dan Agustus,
- rekapitulasi laporan Pelita mendapat kapsul vitamin A setiap bulan Februari dan Agustus,
- menghitung persentase balita yang mendapat vitamin A terhadap jumlah balita 6 sampai 11 bulan,
- menghitung persentase balita yang mendapat vitamin A terhadap jumlah balita 12 sampai 59 bulan,
- menghitung persentase balita yang mendapat vitamin A terhadap jumlah balita 6 sampai 59 bulan,

23. Jawaban : C

Pembahasan: Rekapitulasi laporan dilakukan setiap bulan

24. Jawaban : B

Pembahasan: Untuk memantau pertumbuhan anak maka hasil data antropometri di plot ke dalam grafik pertumbuhan anak yang dibedakan berdasarkan jenis kelamin. Grafik pertumbuhan anak terdiri atas 4 indeks yaitu:

1. Grafik berat badan menurut panjang-tinggi badan (BB/PB-TB) menunjukkan pencapaian panjang badan relatif terhadap umur dibandingkan dengan median (garis 0).
2. Grafik berat badan menurut umur (BB/U) menunjukkan berat badan relatif terhadap umur dibandingkan dengan median.
3. Grafik panjang- tinggi badan menurut umur (PB-TB/U) menunjukkan pencapaian panjang badan relatif terhadap umur dibandingkan dengan median.
4. Grafik indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U) menunjukkan indeks massa tubuh untuk anak perempuan umur anak 0 sampai 2 tahun dan 2 sampai 5 tahun dibandingkan dengan median

25. Jawaban : A

Pembahasan: Yaitu rujukan, pemberian suplementasi gizi, PMT, konseling

26. Jawaban : A

Pembahasan: Fungsi KMS adalah sebagai alat edukasi sebagai catatan pelayanan kesehatan anak, sebagai alat untuk memantau pertumbuhan anak

27. Jawaban : B

Pembahasan: KMS digunakan untuk mencatat berat badan anak dan pemberian kapsul vitamin A serta menilai hasil penimbangan. Bila tidak naik dua kali atau berat badan berada di bawah garis merah maka kadar perlu merujuk ke petugas kesehatan agar anak mendapatkan pemeriksaan lebih lanjut.

28. Jawaban : B

Pembahasan: Berdasarkan standar pemantauan pertumbuhan umur ditetapkan sebagai bulan penuh (30 hari). Sebagai contoh umur 23 hari sama dengan 0 bulan, umur 3 bulan 14 Hari sama dengan 3 bulan umur 3 bulan 29 hari sama dengan 3 bulan.

21 Januari 2021 ke 21 Januari 2022 = 12 bulan

21 Januari 2022 ke-14 Oktober 2022 = 8 bulan

12 bulan + 8 bulan = 20 bulan

29. Jawaban : B

Pembahasan: Metode yang tepat dalam menyampaikan informasi gizi pada kelompok kecil adalah diskusi kelompok, curah pendapat Bola Salju, bermain simulasi, bermain peran

30. Jawaban : D

Pembahasan: Teknik konseling yang baik yaitu mendengarkan petugas konseling mengajukan pertanyaan terbuka, mendengarkan dan meyakinkan bahwa petugas memahami apa yang dikatakan, menggunakan bahasa tubuh dan isyarat untuk menunjukkan minat, mempunyai rasa empati

31. Jawaban : D

Pembahasan: Sudah jelas

32. Jawaban : B

Pembahasan: Langkah-langkah mencari penyebab kurang gizi:

1. Menentukan apakah anak sakit pada saat kunjungan
2. Jika tidak sakit baru kita mulai mencari penyebab
3. Menanyakan perubahan pola makan atau menyusui saat ini
4. Menanyakan tentang pemberian makan anak sesuai umurnya
5. Menanyakan penyakit yang berulang
6. Mengkaji kemungkinan penyebab masalah
7. Menentukan penyebab bersama ibu atau pengasuh
8. Memberikan nasehat

33. Jawaban : E

Pembahasan: **Standar porsi** adalah berat bersih bahan makanan atau berat matang setiap jenis hidangan untuk 1 orang atau untuk satu porsi. **Standar resep** adalah resep yang sudah dimodifikasi dan dibakukan untuk menciptakan kualitas atau mutu dan porsi yang relatif sama cita rasanya untuk setiap hidangan. **Standar bumbu** adalah komposisi bumbu yang telah dibekukan dan diberlakukan di institusi dalam rangka penyeragaman rasa hidangan. **Standar kualitas** adalah deskripsi produk hidangan yang menjadi indeks atau ukuran yang mencantumkan aspek warna, berat per porsi, rasa, bentuk, cara menghidangkan dan tekstur

34. Jawaban : D

Pembahasan: **Besar porsi** adalah banyaknya golongan bahan makanan

yang direncanakan setiap kali makan dengan menggunakan satuan penukar berdasarkan standar makanan yang berlaku di institusi. **Pola menu** adalah kelompok bahan makanan pokok atau lauk hewani lauk nabati sayur buah dan makanan selingan sebagai penyusun menu. **Standar porsi** adalah berat bersih bahan makanan atau berat matang setiap jenis hidangan untuk satu orang atau untuk satu porsi. **Standar resep** adalah resep yang sudah dimodifikasi dan dibakukan untuk menciptakan kualitas atau mutu dan porsi yang relatif sama cita rasanya untuk setiap hidangan. **Menu** adalah daftar yang tertulis secara rinci tentang makanan yang dipesan atau disajikan oleh kegiatan penyelenggaraan makanan didasarkan atas kebutuhan konsumen atau permintaan serta dikelola secara terorganisasi.

35. Jawaban : D

Pembahasan: Intervensi yang paling tepat yaitu pemberian makanan tambahan untuk membantu meningkatkan berat badan balita

36. Jawaban : B

Pembahasan: pemberian motivasi dari edukasi akan pentingnya pemantauan status gizi anak secara rutin

37. Jawaban : D

Pembahasan: jumlah balita yang berusia 6 sampai 11 bulan dan 12 sampai 59 bulan

38. Jawaban : A

Pembahasan: intervensi yang paling sesuai adalah dengan melakukan advokasi kepada fasilitas kesehatan untuk memperbaiki standar pelayanan

39. Jawaban : A

Pembahasan:

Kelurahan A : $38/45 \times 100\% = 84,4\%$

Kelurahan B : $36/50 \times 100\% = 72\%$

Kelurahan C : $38/50 \times 100\% = 76\%$

40. Jawaban : E

Pembahasan: $(38+36+38)/(45+50+50) \times 100\% = 77,24\%$

41. Jawaban : A

Pembahasan: $120/800 \times 100\% = 15\%$

42. Jawaban : D

Pembahasan:

Alat yang dilengkapi dengan tutup serta alat untuk mengeluarkan asap

yang ditimbulkan dari pengolahan makanan dengan sistem mirip peluit disebut rice cooker.

Rice cooker merupakan alat masak yang menggunakan panas dari berbagai sumber berguna untuk memasak nasi

mixing merupakan alat pengocok

colander adalah semacam panci dengan dua pegangan dengan dan dilengkapi dengan saringan di bawahnya

Roasting pan adalah suatu yang terbuat dari logam tahan panas yang digunakan untuk tempat mengolah makanan dengan cara dipanggang langsung di oven

43. Jawaban : D

Pembahasan:

kitchen equipment adalah peralatan besar yang fungsinya untuk mengolah dan menyimpan bahan-bahan makanan yang masih mentah ataupun sudah matang.

kitchen utensils adalah peralatan kecil yang fungsinya untuk mengolah bahan mentah menjadi bahan matang atau hidangan. Terdiri dari kitchen Pan dan pots kitchen dan kitchen laddell

44. Jawaban : D

Pembahasan: Resep

45. Jawaban : D

Pembahasan: **Sistem commissary** adalah sistem penyelenggaraan makanan banyak di mana tempat produksi terpisah dari tempat penyajian atau pelayanan kepada konsumen. **Sistem ready prepared** adalah sistem penyelenggaraan makanan banyak di mana produksi dan pelayanan dilakukan pada suatu tempat Namun waktu persiapan terpisah dari waktu penyajian atau makanan tidak langsung dikonsumsi. **Sistem assembly** adalah sistem penyelenggaraan makanan banyak tanpa adanya proses pengolahan awal, namun hanya bersifat sebagai penjual dan pelayanan produk makanan jadi atau makanan siap dikonsumsi.

46. Jawaban : E

Pembahasan:

Syarat gudang kering yang baik:

selalu terpelihara dalam keadaan bersih

kelembaban penyimpanan dalam ruang 80 sampai 90%

suhu ruang 25 sampai 30 derajat Celcius
Lokasi dekat dengan ruang penerimaan barang
lantai dari bahan yang kuat kedap air, rata, tidak licin
dinding rata tidak lembab
jendela harus memiliki penyaring udara
jarak bahan makanan dengan lantai 15 cm

jarak bahan makanan dengan dinding 5 cm
jarak bahan makanan dengan langit-langit 60 cm
bahan makanan yang masuk terlebih dahulu dikeluarkan lebih dulu (Fifo)

47. Jawaban : D

Pembahasan:

Waktu kerja tersedia : $(365 - (52 + 14 + 12)) \times 8$ jam
: 2296 jam
Kapasitas : $(15 \times 8 \times 365) / 2296$
: 19.07 / 19 orang

48. Jawaban : A

Pembahasan: F75 diberikan pada pasien pada fase stabilisasi

49. Jawaban : C

Pembahasan: kasus diatas pasien mengalami asam urat disebabkan sering konsumsi jeroan dan keripik melinjo. Yang mengandung tinggi purin sehingga menyebabkan jumlah purin didalam tubuh melebihi normal.

50. Jawaban : E

Pembahasan: Gejala dari kwasiorkor

LATIHAN SOAL 4

1. Kondisi ketika tubuh kehilangan lebih banyak cairan daripada yang didapatkan, sehingga keseimbangan zat gula dan garam menjadi terganggu, akibatnya tubuh tidak dapat berfungsi secara normal disebut....
 - a. Rehidrasi
 - b. Dehidrasi
 - c. Koagulasi
 - d. Overhidrasi
 - e. Reabsorpsi

2. Kolesterol paling banyak terdapat pada
 - a. VLDL
 - b. HDL
 - c. LDL
 - d. Kilomikron
 - e. Fosfolipid

3. Bakteri dalam kolon dapat membentuk beberapa jenis vitamin yang sebagian vitamin tersebut dapat diabsorpsi oleh tersebut. Salah satu vitamin tersebut adalah.....
 - a. Vitamin K
 - b. Vitamin C
 - c. Vitamin E
 - d. Vitamin D
 - e. Vitamin A

4. Gula buah disebut juga dengan.....
 - a. Selulosa
 - b. Glukosa
 - c. Galaktosa
 - d. Fruktosa

- e. Sukrosoa
5. Glikogen disimpan dalam otot dan hati. Glikogen yang dapat digunakan sebagai sumber energy untuk keperluan semua sel adalah.....
- a. Glikogen dalam otot
 - b. Glikogen dalam hati
 - c. Glikogen dirubah menjadi asam lemak
 - d. Glikogen dalam darah
 - e. Amilopektin
6. Seorang pria 35 tahun datang dengan luka bakar 12%. Dalam 8 jam pertama, diet yang diberikan kepada pasien tersebut adalah
- a. AGGS (Air Gula Garam Soda) Vz kkal/ml dengan kecepatan 50 ml/jam
 - b. AGGS (Air Gula Garam Soda) 1 kkal/ml dengan kecepatan 50 ml/jam
 - c. AGGS (Air Gula Garam Soda) % kkal/ml dengan kecepatan 30 ml/jam
 - d. AGGS (Air Gula Garam Soda)] kkal/ml dengan kecepatan 30 ml/jam
 - e. AGGS (Air Gula Garam Soda) 2 kkal/ml dengan kecepatan 50 ml/jam
7. Seorang anak berusia 7 tahun, memiliki berat badan 24 kg. Berapa kebutuhan cairannya ?
- a. 1500 cc
 - b. 1450 cc
 - c. 1536 cc
 - d. 1600 cc
 - e. 550 cc
8. Retinil ester dihirolisis menjadi
- a. Beta karoten
 - b. Retinal
 - c. Asam retinoat
 - d. Pro vitamin A

- e. Retinol
9. Asam lemak dibedakan menurut jumlah karbon yang dikandungnya. Asam lemak rantai sedang memiliki
- 20-60 atom karbon
 - 3-6 atom karbon
 - 6 atom karbon atau kurang
 - 8-12 atom karbon
 - salah Semua
10. Di bawah ini yang merupakan makanan sumber vitamin E yang baik adalah
- Telur
 - Almond
 - Wortel
 - Kiwi
 - Minyak hati ikan
11. Zat besi yang berlebih dalam tubuh akan disimpan dalam bentuk.....
- Fero dan heme
 - Feritin dan hemosiderin
 - Ferri dan fero
 - Heme
 - Ferritin dan ferri
12. Zat besi yang mudah diserap adalah dalam bentuk....
- Ferri
 - mioglobin
 - ferritin
 - hemosiderin
 - fero

13. Yang tergolong ke dalam mineral makro adalah
- natrium, klor, kalium, magnesium
 - natrium, magnesium, besi, seng
 - besi, seng, yodium, natrium
 - magnesium, besi, natrium, yodium
 - besi, seng, cuprum, mangan
14. Pemberian makanan tambahan pemulihan kepada balita gizi kurus/kurang diberikan selama...
- Minimal 30 hari
 - Minimal 60 hari
 - Minimal 90 hari
 - Minimal 100 hari
 - Minimal 120 hari
15. Unsur penyusun tubuh manusia terbanyak adalah.....
- Oksigen
 - Hidrogen
 - Karbon
 - Nitrogen
 - Kalsium
16. Pada dasarnya tidak ada pantangan makanan bagi ibu menyusui. Namun ada kalanya makanan yang dimakan ibu tersebut dapat mengubah rasa ASI, meskipun sebagian besar bayi tampaknya menikmati bermacam perubahan rasa ASI tersebut. Makanan yang tidak dianjurkan dikonsumsi ibu menyusui di bawah ini adalah.....
- gandum utuh, beras merah, telur
 - jeruk, tomat, beri
 - kangkung, susu, yoghurt
 - makarel, kopi, Pappermint
 - ikan salmon, kurman, almond

17. Makanan biasa sebaiknya mulai diperkenalkan pada bayi berusia
- 8 bulan
 - 9 bulan
 - 10 bulan
 - 11 bulan
 - 12 bulan
18. Ibu A menyusui bayi yang sudah berusia 3 bulan. Berapakah rata-rata tambahan energi dalam rangka memproduksi ASI yang optimal?
- 400 Kkal
 - 330 Kkal
 - 450 Kkal
 - 500 Kkal
 - 550 Kkal
19. Ny A usia 34, saat ini sedang menyusui bayinya, mempunyai BB : 59 kg dan TB : 154 cm, aktivitas sehari-hari selain ibu rumah tangga ,juga mengajar di sekolah dari pukul 07.00-14.00 WIB. Zat gizi apakah yang harus diperhatikan untuk kesehatan tulangnya?
- Energi total
 - Karbohidrat, lemak dan protein
 - Protein dan asam amino
 - Fe, asam folat dan protein
 - Vitamin D dan kalsium
20. Yang menunjukkan hubungan ginjal dengan protein yang benar, kecuali
- Asupan protein yang terlalu banyak akan memengaruhi fungsi ginjal dan kadar hormon yang berhubungan dengan fungsi ginjal
 - Diet tinggi protein dapat meningkatkan risiko batu ginjal dan berbagai penyakit ginjal
 - Diet rendah protein dapat memperlambat kejadian terkena gagal ginjal
 - Jenis protein tidak perlu menjadi pertimbangan bagi pasien penyakit ginjal
 - Semakin banyak protein yang harus dicerna oleh tubuh, akan semakin banyak asam

amino yang disaring oleh ginjal dan mengakibatkan ginjal bekerja lebih berat

21. Seorang ahli gizi menyimpulkan diagnose gizi pada pasien X yang dirawat inap di ruang interna adalah asupan makanan peroral menurun berhubungan dengan gangguan fungsi menelan yang ditandai asupan energi hanya 67% kebutuhan. Apakah langkah selanjutnya yang harus dilakukan dalam melaksanakan asuhan gizi pada pasien tersebut?
- Melakukan Skrining Gizi
 - Melakukan pengkajian Gizi
 - Melakukan Intervensi Gizi
 - Melakukan Monitoring Gizi
 - Melakukan evaluasi Gizi
22. Angka Kecukupan Gizi (AKG) dibuat sesuai dengan kelompok umur dengan mempertimbangkan proporsi tubuh rata-rata orang Indonesia. Data apakah yang dicantumkan dalam AKG tersebut?
- Berat badan dan tinggi badan
 - Berat badan dan umur
 - Tinggi badan dan umur
 - Berat badan dan aktivitas
 - Aktivitas dan umur.
23. Seorang anak dirawat di rumah sakit dengan diagnosis thypus abdominalis, mendapat diet makanan saring. Manakah sayuran yang boleh dikonsumsi?
- Wortel, labu siam
 - Tomat, Sawi
 - Mentimun, kol
 - Lobak, labu siam
 - Bayam, jagung
24. Proses katabolisme yang tidak memerlukan oksigen atau respirasi anaerob menghasilkan.....
- Alkohol dan oksigen
 - Air dan asam laktat

- c. Air dan oksigen
 - d. Alkohol dan asam laktat
 - e. Alkohol dan air
25. Flavor merupakan perpaduan dari.....
- a. Rasa dan tekstur
 - b. Tekstur dan aroma
 - c. Warna dan ras
 - d. Tekstur dan warna
 - e. Rasa dan aroma
26. Dalam daur kehidupan, masa yang paling produktif adalah.....
- a. Balita
 - b. Remaja
 - c. Dewasa
 - d. Pra Sekolah
 - e. Lansia
27. Alat untuk mengetahui kondisi penyediaan dan penggunaan pangan di suatu wilayah baik lingkup Kabupaten/Kota, Provinsi maupun Negara adalah.....
- a. Food recall
 - b. Neraca bahan makanan
 - c. FFQ
 - d. Food weighing
 - e. Food record
28. Karbohidrat loading pada pengaturan makan atlet bertujuan untuk meningkatkan
- a. BB
 - b. Glikogen otot
 - c. Glikogen hati
 - d. Asupan energi
 - e. Glukosa
29. Seorang yang menerapkan diet vegan paling mungkin berisiko kekurangan
- a. Protein

- b. Zat besi
 - c. Vitamin B12
 - d. Kalsium
 - e. Lemak
30. Sistem 5 (lima) meja posyandu adalah sistem dimana kegiatan di masing-masing meja mempunyai kekhususan sendiri-sendiri. Kegiatan yang dilakukan pada meja ketiga adalah
- a. Penimbangan balita
 - b. Pelayanan kesehatan, KB, imunisasi, dan pajak oralit
 - c. Pendaftaran balita, ibu hamil, dan ibu menyusui
 - d. Penyuluhan dan pelayanan gizi
 - e. Pencatatan hasil penimbangan
31. Batas anjuran maksimal konsumsi gula yang direkomendasikan oleh Kementerian Kesehatan per orang per hari adalah
- a. 5 sendok makan
 - b. 3 sendok makan
 - c. 4 sendok makan
 - d. 1 sendok teh
 - e. 3 sendok teh
32. Vitamin A yang dibagikan adalah vitamin A dosis tinggi. Jenis vitamin A yang berwarna biru mengandung
- a. 50.000 IU
 - b. 100.000 IU
 - c. 250.000 IU
 - d. 200.000 IU
 - e. 350.000 IU
33. Dalam rangka pelaksanaan PMT pemulihan bagi balita di Puskesmas, ahli gizi diminta untuk menentukan jumlah kasus gizi buruk di wilayah kerjanya. Kasus adalah balita yang mempunyai nilai 2 Score <-3 SD. Apakah indeks yang tepat digunakan untuk menentukan kasus tersebut?

- a. BB/U
 - b. BB/PB atau BB/TB
 - c. PB/U atau TB/U
 - d. LILA
 - e. LIDA
34. Kadar albumin normal tergantung pada usia seseorang. Meskipun demikian, kadar albumin normal berkisar antara 9%
- a. 0,5 - 1 g/dl
 - b. 1 - 1,5 g/dl
 - c. 2 - 2,5 g/dl
 - d. 2,5 - 3 g/dl
 - e. 4 - 5,2 g/dl
35. Enzim yang berada di dalam rongga mulut yang berfungsi sebagai pemecah karbohidrat adalah
- a. Pepsin
 - b. Sukrase
 - c. Peptidase
 - d. Amilase
 - e. Tripsin
36. Diketahui kebutuhan kalori seseorang dewasa yang sehat yaitu 1800 kkal. Berapakah kebutuhan karbohidrat, protein, dan lemak orang tersebut menurut WHO?
- a. Karbohidrat 270 gram, protein 68 gram, dan lemak 50 gram
 - b. Karbohidrat 225 gram, protein 45 gram, dan lemak 80 gram
 - c. Karbohidrat 360 gram, protein 45 gram, dan lemak 20 gram
 - d. Karbohidrat 248 gram, protein 90 gram, dan lemak 50 gram
 - e. Karbohidrat 293 gram, protein 90 gram, dan lemak 30 gram
37. Yang dimaksud dengan penyakit hiperemesis melena adalah
- a. Penyakit ketika kadar zat besi di dalam tubuh terlalu berlebihan
 - b. Tinja berwarna hitam atau gelap akibat perdarahan pada saluran cerna bagian atas
 - c. Kondisi morning sickness yang ekstrem pada masa kehamilan dan ditandai dengan

- mual dan muntah yang parah
- d. Pembengkakan atau pembesaran dari pembuluh darah di usus besar bagian akhir (rektum), serta dubur atau anus
 - e. Peradangan yang terjadi pada dinding saluran pencernaan, khususnya lambung dan usus
38. Metode penilaian konsumsi pangan dengan metode yang difokuskan pada kekerapan konsumsi makanan pada subjek disebut dengan metode
- a. Food recall 24jam
 - b. Food weighing
 - c. Food frequency questionnaire
 - d. Semi food frequency questionnaire
 - e. Dietary history
39. Jika seorang manajer program gizi diminta melakukan kajian jumlah makanan yang tersedia di tingkat rumah tangga dengan metode akurat, maka ia harus memilih metode yang tepat. Apakah metode yang cocok?
- a. Recall 24jam
 - b. Food weighing
 - c. Food frequency questionnaire
 - d. Food account
 - e. Food balance sheet
40. Di antara berbagai jenis asam lemak, kelompok yang merupakan asam lemak tidakjenuh ganda adalah
- a. miristat, stearate, oleat, arakidat
 - b. linolenat, EPA, DHA, arakidonat
 - c. EPA, miristat, linolenat, butirat
 - d. linoleat, EPA, DHA, arakidonat
 - e. misristat, stearate, DHA
41. Kekurangan dari penilaian status gizi secara biokimia adalah.....
- a. Tidak dapat mengukur tingkat gizi pada jaringan tubuh secara tepat
 - b. Pada umumnya memerlukan peralatan yang murah

- c. Data yang diperoleh dari hasil pemeriksaan tidak valid
 - d. Peralatan laboratorium pada umumnya sangat sensitif dan mudah pecah, sehingga alat laboratorium sulit untuk dibawa kemana-mana
 - e. Metode pemeriksaannya sederhana
42. Dark odoption tes dilakukan untuk menegetohui status.....dalam tubuh
- a. Vitamin D
 - b. Vitamin B
 - c. Vitamin A
 - d. Energi
 - e. Protein
43. Makanan yang tidak dianjurkan diberikan kepada balita adalah.....
- a. Makanan keluarga
 - b. Buah papaya
 - c. Puding naga
 - d. Bubur sum sum
 - e. Makanan yang berbumbu tajam
44. Apa yang dimaksud dengan obesitas.....
- a. Kelebihan berat badan akibat ketidakseimbangan asupan energy dengan energy yang digunakan
 - b. Penumpukan lemak yang berlebihan akibat ketidakseimbangan asupan energy dengan energy yang digunakan
 - c. Kelebihan asupan energy akibat ketidakseimbangan asupan energy dengan energy yang digunakan
 - d. Kelebihan asupan lemak sehingga menyebabkan berat badan berlebih
 - e. ketidakseimbangan antara asupan energy dengan energy yang digunakan.
45. Gula yang terdapat pada RNA adalah
- a. Manosa
 - b. Sukrosa
 - c. Fruktosa
 - d. Glukosa

- e. Ribosa
46. Apa yang dimaksud dengan stress oksidatif.....
- a. Kondisi yang terjadi karena adanya ketidakseimbangan antara produksi radikal bebas dengan system pertahanan antioksidan di dalam tubuh
 - b. Kondisi yang terjadi karena adanya ketidakseimbangan antara produksi leukosit dengan system pertahanan antioksidan di dalam tubuh.
 - c. Kondisi yang terjadi karena adanya ketidakseimbangan antara produksi hemoglobin dengan system pertahanan antioksidan di dalam tubuh.
 - d. Kondisi kadar natrium dibawah normal
 - e. Kondisi kadar kalium dibawah normal
47. Energi yang diberikan pada anak pada fase stabilisasi adalah
- a. 50—80 kkal/kgBB/hari
 - b. 80—100 kkal/kgBB/hari
 - c. 100—150 kkal/kgBB/hari
 - d. 150—220 kkal/kgBB/hari
 - e. 220—270 kkal/kgBB/hari
48. Kumpulan gejala yang timbul pada seseorang yang mengalami peningkatan kadar gula (glukosa) darah akibat kekurangan hormon insulin secara absolut atau relatif disebut dengan
- a. Hipoglikemia
 - b. Hiperglikemia
 - c. Syndrome metabolic
 - d. Diabetes mellitus
 - e. Hiperkalemia
49. Pada balita kwashiorkor, terdapatnya edema dikarenakan kekurangan
- a. Energi
 - b. Lemak
 - c. Protein
 - d. Vitamin
 - e. Mineral

50. Langkah—langkah Proses Asuhan Gizi Terstanaar (PAGT) yang benar adalah
- a. Screening, asesmen, intervensi gizi, monitoring, dan evaluasi gizi
 - b. Asesmen gizi, intervensi gizi, diagnosis gizi, monitoring, dan evaluasi gizi
 - c. Pengakajian gizi, diagnosis gizi, intervensi gizi, monitoring, dan evaluasi gizi
 - d. Penapisan gizi, asesmen, intervensi gizi, diagnosis gizi, dan monitoring gizi
 - e. Asesmen gizi, screening, diagnosis gizi, monitoring, dan evaluasi gizi

KUNCI JAWABAN DAN PEMBAHASAN LATIHAN SOAL 4

1. Jawaban : B

Pembahasan : disebut dehidrasi

2. Jawaban : C

Pembahasan : LDL

3. Jawaban : A

Pembahasan : vitamin B dan K

4. Jawaban : D

Pembahasan : fruktosa dinamakan juga dengan levulosa atau gula buah.

5. Jawaban : B

Pembahasan : Glikogen disimpan dalam otot dan hati. Glikogen dalam otot hanya bisa digunakan untuk keperluan energy di dalam otot tersebut sedangkan glikogen dalam hati dapat digunakan sebagai sumber energy untuk keperluan semua sel.

6. Jawaban : A

Pembahasan : DIET LUKA BAKAR I diberikan kepada pasien luka bakar berupa cairan Air Gula Garam Soda (AGGS) dan makanan cair penuh dengan pengaturan sebagai berikut:

- a. 0-8 jam pertama sampai residu lambung kosong, diberi AGGS dan makanan cair penuh 1 kkal/ml, dengan cara drip dengan kecepatan 50 ml/jam
- b. 8-16 jam kemudian, jumlah energy per milliliter ditingkatkan

menjadi 1 kkal/ml dengan kecepatan yang sama

- c. 16-24jam kemudian, apabila tidak kembung dan muntah, energy ditingkatkan menjadi 1 kkal/ml dengan kecepatan 50—75 ml/menit. Di atas 24 jam bila tidak ada keluhan, kecepatan pemberian makanan dinaikkan sampai dengan 100 ml/menit
- d. Apabila ada keluhan kembung dan mual, AGGS dan makanan cair penuh diberikan dalam keadaan dingin. Apabila muntah, pemberian makanan dihentikan selama 2jam.

7. Jawaban : A

Pembahasan :

Rumus kebutuhan cairan anak: $4 \times 10 \text{ kg (1)}$

$2 \times 10 \text{ kg (2)}$

$L \times \text{sisa BB}$

$4 \times 10 \text{ kg (1)} = 40 \text{ cc}$

$2 \times 10 \text{ kg (2)} = 2000$

$l \times 4 = 4 \text{ cc}$

Maka, jumlah kebutuhan cairan anak tersebut adalah $40 \text{ cc} + 20 \text{ cc} + 4 \text{ cc} = 64 \text{ cc/jam}$
 $= 64 \times 24 = 1536 \text{ cc}$

8. Jawaban : E

Pembahasan : menjadi retinol

9. Jawaban : D

Pembahasan :

- Asam lemak rantai pendek : 6 atom karbon atau kurang
- Asam lemak rantai sedang: 8-12 karbon
- Asam lemak rantai panjang: 14—18 karbon
- Asam lemak rantai sangat panjang: >20 karbon

10. Jawaban : E

Pembahasan :

- Telur (sumber baik vitamin D)
- Wortel (sumber baik vitamin A)
- Kiwi (sumber baik vitamin C)
- Minyak hati ikan (sumber baik vitamin E)

11. Jawaban : B

Pembahasan : Zat besi yang berlebih dalam tubuh adakan disimpan dalam bentuk Feritin dan hemosiderin

12. Jawaban : E

Pembahasan : Vitamin C sangat membantu penyerapan besi nonhem dengan merubah bentuk feri menjadi fero, bentuk fero lebih mudah diserap.

13. Jawaban : A

Pembahasan :

- Mineral makro: natrium, klor, kalium, kalsium, fosfor, magnesium, sulfur
- Mineral miko: besi, seng, iodium, cuprum, mangan, krom, selenium, molibaen, fluor, korbaL, dl

14. Jawaban : C

Pembahasan : Berdasarkan juknis PMT tahun 2020 Pemberian makanan tambahan pemulihan kepada balita gizi kurus/kurang diberikan selama Minimal 90 hari.

15. Jawaban : A

Pembahasan :



16. Jawaban : D

Pembahasan :

- jenis makanan laut: hiu, makarel, todak, kakap karena mengandung merkuri
- makanan atau minuman yang mengandung kafeina sehingga mengakibatkan ibu gelisah dan susah tidur sedangkan bayi sering rewel dan susah tidur.
- Konsumsi peppermint, peterseli dalam dosis tinggi diketahui dapat menurunkan produksi ASI.
- Makanan yang menimbulkan alergi dan gangguan pencernaan

17. Jawaban : E

Pembahasan : Pada usia 12 bulan, anak sudah dapat diberikan menu makanan seperti menu keluarga. Hal ini berhubungan dengan pertumbuhan gigi bayi pada usia ini. Meskipun demikian, perlu diperhatikan bumbu yang digunakan dalam menu makanan untuk menghindari menggunakan bumbu dengan bau yang tajam dan juga tekstur yang terlalu keras. Pada usia ini, adalah waktu untuk mengajak anak makan bersama dengan keluarga di meja makan sehingga terbiasa dengan pola makan keluarga, siapkan pula piring dan sendok dengan bahan khusus bayi.

18. Jawaban : B

Pembahasan : 330 kkal

19. Jawaban : E

Pembahasan : Zat gizi yang harus diperhatikan untuk kesehatan tulang ibu tersebut adalah vitamin D dan kalsium

20. Jawaban : D

Pembahasan : Hubungan ginjal (gangguan ginjal dengan protein): Asupan protein yang terlalu banyak akan mempengaruhi fungsi ginjal dan kadar hormon yang berhubungan dengan fungsi ginjal. Diet tinggi protein dapat meningkatkan risiko batu ginjal dan berbagai penyakit ginjal. Diet rendah protein dapat memperlambat kejadian terkena gagal ginjal Jenis protein "perlu" menjadi pertimbangan bagi pasien penyakit ginjal. Semakin banyak protein yang harus dicerna oleh tubuh, akan semakin banyak asam amino yang disaring oleh ginjal dan mengakibatkan ginjal bekerja lebih berat.

21. Jawaban : C

Pembahasan : Langkah selanjutnya yang harus dilakukan dalam melaksanakan asuhan gizi pada pasien tersebut, setelah diagnosis gizi yaitu melakukan intervensi gizi.

22. Jawaban : A

Pembahasan : Angka Kecukupan Gizi (AKG) dibuat sesuai dengan kelompok umur dengan mempertimbangkan proporsi tubuh rata-rata orang Indonesia. Selain umur data yang dicantumkan pada AKG adalah BB dan TB

23. Jawaban : A

Pembahasan : Makanan saring adalah makanan semi padat yang mempunyai tekstur halus daripada makanan lunak, sehingga lebih mudah ditelan dan dicerna. Menurut keadaan penyakit, makanan saring dapat diberikan kepada pasien atau merupakan perpindahan makanan cair kental ke makanan lunak. Makanan yang tidak dianjurkan adalah beras ketan, jagung, ubi, talas singkong, daging dan ayam berlemak, kacang-kacangan dan hasil olah, sayuran mentah, sayuran bergas, buah yang banyak serat

dan bergas, bumbu tajam, dan minuman bersoda, berakohol.

24. Jawaban : D

Pembahasan : Alkohol dan asam laktat

25. Jawaban : E

Pembahasan : rasa dan aroma

26. Jawaban : C

Pembahasan : Usia Deswasa (19-55) tahun merupakan rentang usia terpanjang dalam alur kehidupan manusia. Usia ini dikenal sebagai usia produktif

27. Jawaban : B

Pembahasan : Alat untuk mengetahui kondisi penyediaan dan penggunaan pangan di suatu wilayah baik lingkup Kabupaten/Kota, Provinsi maupun Negara adalah Neraca bahan makanan

28. Jawaban : B

Pembahasan : Carbo—Loading bertujuan agar atlet tidak mudah lelah saat melakukan event yang panjang (endurance). CarboLoading adalah sebuah rencana diet tinggi karbohidrat yang dirancang untuk memberi makan selsel otot dengan glikogen (yang nantinya akan di-convert sebagai sumber energi)

29. Jawaban : C

Pembahasan : Seorang yang menerapkan diet vegan paling mungkin berisiko kekurangan vitamin B12. Tubuh tidak bisa menghasilkannya sendiri dan vitamin ini banyak ditemukan dalam produk hewani. Ini berarti, mereka yang menerapkan pola hidup vegan rentan untuk mengalami kekurangan vitamin tersebut. Kekurangan vitamin B12 dapat menyebabkan masalah pada kesehatan, baik fisik, dan mental. Vitamin B12 juga dikenal dengan sebutan cobalamin dan sangat diperlukan tubuh untuk melakukan beberapa fungsi penting, seperti mendukung kinerja sistem saraf

30. Jawaban : E

Pembahasan :

- Meja 1 Pendaftaran balita, ibu hamil, ibu menyusui
- Meja 2 Penimbangan balita
- Meja 3 Pencatatan hasil penimbangan
- Meja 4 Penyuluhan dan pelayanan gizi bagi ibu balita, ibu hamil dan ibu menyusui
- Meja 5 Pelayanan kesehatan, KB, imunisasi dan pajak oralit

31. Jawaban : C

Pembahasan : 4 sendok makan

32. Jawaban : B

Pembahasan :

- Vitamin A biru: 100.000 IU
- Vitamin A merah: 200.000 IU

33. Jawaban : B

Pembahasan : Indeks yang tepat digunakan untuk menentukan kasus gizi buruk adalah berat badan menurut panjang badan atau tinggi badan (BB/PB atau BB/TB) dan IMT/U (PMK No. 2 Tahun 2020).

34. Jawaban : E

Pembahasan : lihat dibuku diet

35. Jawaban : D

Pembahasan : Amilase adalah enzim yang memecah pati, mengubahnya menjadi gula. Ada dua jenis utama: alpha dan beta. Alpha-amilase ditemukan dalam air liur manusia, di mana ia memulai proses kimia dalam pencernaan dengan hidrolisis pati. Alpha-amilase juga ditemukan dalam pancreas

36. Jawaban : A

Pembahasan :

Cara menentukan kebutuhan protein, lemak, dan karbohidrat menurut WHO adalah sebagai berikut:

- Protein: 10-15% dari kebutuhan energi total (kkal), dibagi 4 untuk mendapatkan satuan gram.
- Lemak: 10-25% dari kebutuhan energi total (kkal), dibagi 9 untuk mendapatkan satuan gram.
- Karbohidrat: 60-75% dari kebutuhan energi total (kkal), dibagi 4 untuk mendapatkan satuan gram. Jawaban yang benar adalah A dengan perhitungan sebagai berikut:

$$\text{- Karbohidrat 60\% : } = (0,6 \times 1800) / 4 = 270 \text{ gram}$$

$$\text{- Protein 15\% : } = (0,15 \times 1800) / 4 = 68 \text{ gram}$$

$$\text{- Lemak 25\% : } = (0,25 \times 1800) / 9 = 50 \text{ gram}$$

37. Jawaban : C

Pembahasan :

- Tinja berwarna hitam atau gelap akibat perdarahan pada saluran cerna bagian atas (pengertian melena)
- Kondisi morning sickness yang ekstrem pada masa kehamilan dan ditandai dengan mual dan muntah yang parah (pengertian hiperemesis melena)
- Pembengkakan atau pembesaran dan pembuluh darah di usus besar bagian akhir (rektum), serta dubur atau anus (pengertian hemoroid)
- Peradangan yang terjadi pada dinding saluran pencernaan, khususnya lambung dan usus (pengertian gastroenteritis)
- Hemokromatosis adalah penyakit ketika kadar zat besi di dalam tubuh terlalu berlebihan

38. Jawaban : C

Pembahasan : Metode food frequency disebut juga dengan kekerapan konsumsi/

keserangan konsumsi. Metode kekerapan konsumsi food frequency ini adalah cara mengukur konsumsi makanan yang dikaitkan dengan suatu kasus atau kelainan yang terkait dengan konsumsi makanan. Sebagai contoh penelitian tentang kaitan antara konsumsi sayur hijau dengan anemia.

39. Jawaban : D

Pembahasan : Metode jumlah makanan (food account) adalah metode yang difokuskan untuk mengetahui jumlah makanan dan minuman yang dikonsumsi dalam skala rumah tangga. Prinsip dasar metode ini adalah makanan yang disediakan dalam skala rumah tangga adalah dikonsumsi sebagian besar oleh seluruh anggota rumah tangga yang sedang berada dalam satu dapur. Prinsip bahwa semua anggota RT sangatlah terbiasa dengan makanan yang dibeli dan diolah di dalam dapur keluarga.

40. Jawaban : D

Pembahasan : Yang termasuk asam lemak tidak jenuh ganda adalah linoleat, EPA, DHA, dan arakidonat

41. Jawaban : D

Pembahasan : Salah satu kekurangan dari penilaian status gizi secara biokimia yaitu Peralatan laboratorium pada umumnya sangat sensitif dan mudah pecah, sehingga alat laboratorium sulit untuk dibawa kemana-mana.

42. Jawaban : C

Pembahasan : Dark adoption tes dilakukan untuk mengetahui status vitamin A dalam tubuh, untuk menentukan defisiensi vitamin A

43. Jawaban : E

Pembahasan : Makanan yang tidak dianjurkan diberikan kepada balita adalah makanan yang berbumbu tajam, sejak memasuki usia 12 bulan balita sudah dapat diberikan makanan keluarga.

44. Jawaban : E

Pembahasan : Obesitas adalah Penumpukan lemak yang berlebihan akibat ketidakseimbangan asupan energy dengan energy yang digunakan

45. Jawaban : E

Pembahasan : Sedangkan gula pada DNA adalah deoksiribosa

46. Jawaban : A

Pembahasan : stress oksidatif merupakan Kondisi yang terjadi karena adanya ketidakseimbangan antara produksi radikal bebas dengan system pertahanan antioksidan di dalam tubuh.

47. Jawaban : B

Pembahasan : Kebutuhan energi tiap fase:

- Stabilisasi (hari 1—2): 80—100 kkal/kgBB/hari
- Transisi (hari 3—7): 100-150 kkal/kgBB/hari
- Rehabilitasi (minggu 2-6): 150—220 kkal/kgBB/hari

48. Jawaban : D

Pembahasan :

- Hiperglikemia adalah suatu kondisi tingginya rasio gula dalam plasma darah. Hiperglikemia biasanya mengacu pada rasio plasma gula darah yang lebih tinggi daripada 10 mmol/l atau 180 mg/dl.
- Diabetes mellitus adalah suatu penyakit dimana kadar glukosa di dalam darah tinggi karena tubuh tidak dapat melepaskan atau menggunakan insulin secara cukup

49. Jawaban : C

Pembahasan : Ketika protein / albumin jumlahnya kurang, maka colicm pembuluh darah tidak ada yang menahannya sehingga banyak cairan yang merembes ke jaringan sekitar dan menyebabkan edema.

50. Jawaban : C

Pembahasan : Langkah-langkah PAGT yaitu ADIME: Asesmen, Diagnosis, Intervensi, Monitoring, Evaluasi. Maka jawaban yang tepat adalah Asesmen (pengakajian gizi), diagnosis gizi, intervensi gizi, monitoring, dan evaluasi gizi.

LATIHAN SOAL 5

1. Olahraga yang dapat meningkatkan kepadatan tulang adalah
 - a. Push up, catur, anggar
 - b. Jogging, panjat tebing, gimnastik
 - c. Dayung, angkat besi, tinju
 - d. Berkuda, golf, arum jeram
 - e. Bungee jumping, panahan, selancar
2. Kegiatan meliputi mengubah penampilan dan rasa makanan agar lebih bervariasi dan makanan lebih menarik adalah pengertian dari
 - a. Modifikasi nilai gizi
 - b. Modifikasi teknik memasak
 - c. Modifikasi tekstur makanan
 - d. Modifikasi bentuk makanan
 - e. Modifikasi cita rasa makanan
3. Pada pasien luka bakar, dianjurkan makanan-makanan berikut ini, kecuali
 - a. Susu
 - b. Telur
 - c. Udang
 - d. Daging
 - e. Ayam
4. Hormon yang kadarnya paling tinggi pada pria dibanding wanita adalah
 - a. Estrogen
 - b. Progesteron
 - c. LH
 - d. FSH
 - e. Testosteron
5. Pengertian dari bahan makanan penukar adalah
 - a. Pengelompokkan bahan makanan sesuai dengan sumber zat gizinya
 - b. Penggolongan bahan makanan berdasarkan nilai gizi yang setara

- c. Pengelompokkan bahan makanan sesuai dengan kebutuhan individu manusia
 - d. Penggolongan bahan makanan berdasarkan ukuran rumah tangga yang sama
 - e. Penggolongan bahan makanan berdasarkan berat bahan makanan yang sama
6. Pembentukan molekul kompleks dari molekul-molekul sederhana disebut....
- a. Metabolisme
 - b. Katabolisme
 - c. Anabolisme
 - d. Laju reaksi
 - e. Respirasi
7. Dalam melakukan perencanaan penyuluhan, langkah pertama yang dilakukan untuk melakukan penyuluhan gizi adalah
- a. Menentukan prioritas masalah
 - b. Menentukan tujuan
 - c. Mengenal masalah
 - d. Menentukan sasaran
 - e. Menentukan metode
8. Enzim pencernaan karbohidrat di mulut adalah.....
- a. Maltase
 - b. Lipase
 - c. Protease
 - d. Pepsin
 - e. Amilase
9. Indra pengecap rasa manis terletak pada lidah bagian
- a. Lidah bagian depan
 - b. Pangkal lidah
 - c. Pinggir depan
 - d. Pinggir belakang
 - e. Di tengah lidah
10. Maksimal pemberian sukrosa pada pasien diabetes mellitus adalah.....
- a. 10 %

- b. 8 %
 - c. 5 %
 - d. 3 %
 - e. 1 %
11. Lemak disimpan di jaringan adipose karena....
- a. Glukosa darah menurun
 - b. Glukosa darah meningkat
 - c. Glukosa di otak menurun
 - d. Asam lemak bebas menurun
 - e. Hemoglobin menurun
12. Seorang wanita datang ke ruang konsultasi gizi, TD 120/80 mmHg, Hb 12 g/dl, Kolesterol 350 mg/dl, LDL 180 mg/dl, HDL 2 mg/dl. Berat badan 65 Kg dan tinggi badan 155 cm. Apakah terapi diet yang tepat untuk pasien tersebut?
- a. Diet rendah garam'
 - b. Diet Tinggi Kalori Tinggi protein
 - c. Diet rendah lemak.
 - d. Diet rendah purin
 - e. Diet rendah serat
13. Seorang ahli gizi ingin membuat bahan pangan intermediet dari kacang komak sebagai sumber protein, dimana kacang komak diolah menjadi konsentrat protein. Ada satu kelemahan dari konsentrat protein kacang komak tersebut yaitu beraroma langu. Senyawa apa yang dapat menyebabkan aroma langu?
- a. Enzim polifenolase
 - b. Enzim lipoksigenase
 - c. Enzim bromelin
 - d. Senyawa quinon
 - e. Senyawa aldehyd
14. Seorang perempuan umur 49 tahun, dirawat di rumah sakit dengan keluhan sakit luar biasa pada perut kuadrat kanan, fisik dan klinis ditemukan adanya riwayat batu empedu, mual dan muntah, diare dengan sedikit berlemak. Hasil anamnesa diet, suka

mengonsumsi makanan berlemak, porsi makanan seperti biasa tidak ada perubahan. Apakah data yang perlu dilengkapi untuk menentukan kebutuhan gizi pasien tersebut?

- a. Data antropometri
- b. Data laboratorium
- c. Data jumlah asupan makanan
- d. Data riwayat personal
- e. Data pemeriksaan klinis

15. Tn.X 44 tahun masuk rumah sakit dengan keluhan bagian tubuh sebelah kiri tidak dapat digerakkan, tekanan darah 150/100 mmHg, oleh dokter didiagnosa stroke non hemoragik. Ahli gizi merumuskan diagnosis sebagai ketidakmampuan menelan yang disebabkan oleh penyakit yang ditandai oleh ketidakmampuan menelan. Apakah intervensi gizi yang tepat dalam hal bentuk makanan?

- a. Parenteral
- b. Cair Kental
- c. Saring
- d. Lunak
- e. Biasa

16. Seorang perempuan berusia 38 tahun datang ke klinik gizi di rumah sakit, dilakukan assessment oleh ahli gizi dan dilakukan pengukuran. Hasil pengukuran antropometri diperoleh data berat badan dan tinggi badan masing masing sebesar 77 kg dan 163 cm. Hasil penilaian laboratorium diketahui level trigliserida sebesar 350 mg/dl dan Cholesterol sebesar 225 mg/dl. Kemudian, ahli gizi melakukan assessment kebiasaan makan pasien tersebut. Apakah zat gizi yang perlu dikaji pada assessment tersebut?

- a. Energi dan Protein
- b. Karbohidrat dan Protein
- c. Energi dan Lemak
- d. Karbohidrat dan Lemak
- e. Protein dan Lemak

17. Seorang ibu hamil 8 bulan datang ke ahli gizi dengan keluhan lesu, sering pusing, terlihat wajahnya pucat, data laboratorium menunjukkan Hb 9 g/dl, kenaikan BB selama hamil 5 kg. Materi konseling gizi apa yang bisa dilakukan gizi untuk kasus?

- a. Pemberian tablet tambah darah
 - b. Peningkatan asupan sumber heme iron
 - c. Peningkatan bahan makanan sumber vitamin C
 - d. Peningkatan asupan makanan sumber protein
 - e. Peningkatan asupan tinggi energi tinggi protein
18. Posyandu melati melakukan penimbangan di bulan Oktober 2022. Hasil laporan didapatkan jumlah balita yg ada di wilayah tersebut adalah 100 anak, jumlah balita memiliki KMS sebanyak 90 anak, jumlah balita ditimbang 90 anak, jumlah yg naik BB nya 85 anak: Berapakah tingkat partisipasi di wilayah posyandu melati?
- a. 100%
 - b. 94 %
 - c. 90 %
 - d. 85
 - e. 80
19. Berdasarkan hasil kegiatan Posyandu pada bulan September 2022 di Puskesmas H yaitu balita yang ditimbang sebanyak 560, jumlah balita yang ada di wilayah Puskesmas H adalah 850 balita. Ditemukan 25 balita pendek, 16 Balita Berat badan kurang dan 8 balita gizi kurang. berapakah prevalensi balita pendek di Puskesmas H pada bulan September ?
- F. 2,94 %
 - G. 4,46 %
 - H. 5,4 %
 - I. 6,34 %
 - J. 9,624 %
20. Diketahui data SKDN wilayah puskesmas X periode Agustus 2022 : S = 997 K = 988 D = 770 N = 486 BGM. Berapakah kecenderungan status gizi di wilayah kerja puskesmas X?
- a. 99,09 %
 - b. 77,93 %
 - c. 77,23 %
 - d. 63 %
 - e. 0,12 %

21. Target RPJMN capaian indikator masalah gizi prevalensi wasting pada tahun 2024 yaitu %
- 14
 - 10
 - 8,1
 - 7
 - 5
22. Survei yang dilakukan oleh Dinkes Kabupaten X menemukan prevalensi balita pendek sebesar 39,5 %. Berdasarkan hasil riskesdas 2013 diperoleh prevalensi balita pendek (stunting) secara nasional adalah 37,3 %. Secara umum warga kabupaten X mempunyai penghasilan yang rendah karena hanya menggantungkan hidup dari pertanian sawah tadah hujan. Apa yang menjadi penyebab tingginya prevalensi balita pendek di kabupaten X tersebut?
- Pola pengasuhan yang kurang memadai
 - Lingkungan yang kurang sehat
 - Pelayanan kesehatan yang kurang lengkap
 - Keadaan ekonomi yang kurang/kemiskinan
 - Keterampilan masyarakat kurang
23. Pelaksanaan terapi gizi medis harus komprehensif, proporsional dan dinamis mengikuti perkembangan kondisi klinis pasien. Tujuan adanya kolaborasi asuhan gizi dalam pelayanan yang berfokus pada pasien adalah
- Meningkatkan mutu pelayanan dan keselamatan pasien
 - Menyediakan pengelolaan dan penyaluran makanan bagi penderita, baik makanan biasa maupun makanan diet
 - Keadaan pasien dapat teridentifikasi dengan cepat berisiko, tidak berisiko malnutrisi atau dalam kondisi khusus
 - meningkatkan motivasi pelaksanaan dan penerimaan diet yang dibutuhkan sesuai dengan kondisi pasien
 - Memberikan intervensi yang terukur
24. PPA (Profesional Pemberi Asuhan) adalah Tenaga kesehatan yang langsung

memberikan asuhan kepada pasien, diantaranya dari perawat, apoteker, ahli gizi, dan paramedic lainnya. Berikut ini adalah salah satu tugas ahli gizi dalam kolaborasi asuhan gizi di rumah sakit adalah

- a. Mengkaji hasil skrining gizi perawat dan order diet awal dari dokter
- b. Melakukan skrining gizi pasien pada asesmen awal perawatan
- c. Melakukan pengukuran antropometri yaitu penimbangan berat badan, tinggi badan/ panjang badan secara berkala
- d. Menentukan preksripsi diet awal (order diet awal)
- e. Menentukan kompatibilitas zat gizi yang diberikan kepada pasien

25. Skrining merupakan pemeriksaan kesehatan untuk mengetahui apakah seseorang berisiko lebih tinggi mengalami suatu masalah kesehatan. Berikut ini Skrining digunakan untuk pasien anak-anak adalah

- a. NRS
- b. SNAQ
- c. MNA
- d. MST
- e. PYMS

26. Skrining Gizi pada usia dewasa dengan indicator penilaian Riwayat kesehatan dan riwayat fisik adalah ...

- a. Nutrition Risk Screening 2002
- b. Nutrition Risk Score
- c. Subjective Global Assesment
- d. Nutrition Risk Index
- e. Mini Nutritional Assesment

27. Berikut ini merupakan hasil asesmen gizi pasien yang termasuk kedalam data Riwayat personal adalah

- a. Treatmen & terapi medis
- b. Kemampuan menghisap dan menelan
- c. Penggunaan obat dengan resep dokter
- d. Aktifitas Fisik

- e. Ketidakmampuan dalam mengakses makanan
28. Ny. A, seorang Ibu berusia 36 tahun datang ke Rumah sakit dengan keluhan panas, batuk, pilek, dan diare. Tampak oedema pada wajah, perut dan kedua kaki, conjungtiva anemis, suhu tubuh 38.4 decel. Nutrisisionis akan melakukan asuhan gizi. Data apa yang mendukung penilaian status gizi sesuai dengan kasus diatas ?
- a. Riwayat penyakit
 - b. Pemeriksaan Fisik dan Klinis
 - c. Pengukuran Antropometri
 - d. Riwayat Gizi
 - e. Data Biokimia
29. Pasien dengan penurunan fungsi ginjal mengalami peningkatan Ureum 80 mg/dl dan Kreatinin 2.5 mg/dl , yang mengeluarkan informasi mengenai data biokimia tersebut adalah
- a. Dokter
 - b. Laboran
 - c. Dokter Spesialis Penyakit dalam
 - d. Nutrisisionis
 - e. Perawat
30. Adanya Keyakinan dan sikap yang kurang sesuai mengenai gizi pada pasien dalam menjalankan diet merupakan data asesmen yang pada domain
- a. Food History
 - b. Antropometri
 - c. Biokimia
 - d. Pemeriksaan Fisik dan Klinis
 - e. Client History
31. Laki-laki berusia 40 tahun datang ke Nutrisisionis di puskesmas dengan keluhan kakinya linu aan bengkak terutama pada malam hari. Tekanan darah 120/75 mmHg dan pemeriksaan biokimia asam urat 9.0 mg/dl. Pola makan teratur 3 x sehari, suka sekali mengkonsumsi jeroan, goreng gorengan dan cemilan keripik melinjo . Berat badan 58 kg dengan tinggi badan 164 cm. Berdasarkan gejala klinis di atas, bagaimana diagnosa

gizi yang tepat?

- A. Penurunan kebutuhan natrium
- B. Penurunan kebutuhan protein
- C. Kelebihan intake zat aditif
- D. Kelebihan berat badan tanpa disadari
- E. Kelebihan asupan purin

32. Wanita berusia 24 tahun melakukan konsultasi di poli gizi, asesmen yang didapat: berat badan 45 kg, tinggi badan 150 cm, post op sectio caesaria 1 bulan yang lalu. Hasil pemeriksaan diperoleh: TD 135/90 mmHg, mengeluh nyeri pada bekas luka operasi, luka belum juga kering. Klien mengaku menghindari konsumsi lauk hewani karena khawatir malah memperburuk lukanya. Berdasarkan gejala klinis di atas, bagaimana diagnosa gizi yang paling tepat?

- A. Kelebihan intake karbohidrat
- B. Kekurangan intake karbohidrat
- C. Perilaku dan kepercayaan yang tidak mendukung terkait dengan makanan dan zat gizi
- D. Kurangnya pengetahuan terkait makanan dan gizi
- E. Ketidaksesuaian intake jenis karbohidrat

33. Ny. N, pasien luka bakar dirawat di RSUD Soreang dengan keadaan umum lemah, luka bakar 40%, pusing, nafsu makan minum (-). Hasil pemeriksaan menunjukkan tekanan darah 110/70 mmHg, hasil lab sebagai berikut : albumin 2.3 mg/dl, hb 10.5 mg/dl, ht 50%. Hasil pengukuran antropometri menunjukkan hasil IMT 18.3 kg/m². Dilakukan recall 24 jam dengan hasil asupan energi sebesar 70% AKG, dan protein 70%, lemak 50%, dan karbohidrat 55% kebutuhan. Tujuan apa yang pertama dilakukan kepada pasien tersebut?

- A. Meningkatkan asupan energy dan protein
- B. Mengurangi asupan garam dan lemak
- C. Membatasi asupan energy untuk menurunkan berat badan
- D. Meningkatkan asupan energy tanpa memperberat kerja jantung
- E. Memberikan tinggi karbohidrat untuk mencegah penggunaan protein sebagai sumber energy

34. Tn. T melakukan konsultasi ke poli gizi RSUD ABC dengan keluhan sering pusing dan dada berdebar debar, dari hasil pengukuran didapatkan tekanan darah 180/90 mmHg. Hasil lab menunjukkan GDP 120 mg/dl, LDL 150 mg/dl. Hasil pengukuran antropometri menunjukkan hasil IMT 27.3 kg/m². Dari hasil wawancara pola makan diketahui bahwa pasien suka minum kopi 2 kali/hari dan cemilan wafer/biscuit asin dan tidak bisa makan tanpa kerupuk. Tujuan ditanya apa yang pertama dilakukan kepada pasien tersebut?
- A. Meningkatkan asupan energy untuk mencapai status gizi normal
 - B. Meningkatkan asupan energy untuk mencapai status gizi normal
 - C. Membatasi asupan energy untuk menurunkan berat badan
 - D. membatasi asupan bahan makanan tinggi purin
 - E. membatasi asupan cairan dan garam
35. Tn. R lansia berusia 60 tahun dengan BB 62 kg dan TB 180 cm merasakan gejala sering kencing dan haus. Tn.R memiliki kebiasaan konsumsi makanan yang digoreng dan jarang mengonsumsi sayur dan buah, Tn. R mempunyai kebiasaan minum kopi/teh manis 2 kali/hari, jarang berolahraga. Tn.R tinggal dengan anaknya dan seorang pembantu. Hasil pemeriksaan laboratorium GDP 145 mg/dl, GDS 250 mg/dl, LDL 190 mg/dl, Hb 14 mg/dl. Manakah diagnosa gizi yang paling tepat disimpulkan?
- A. Perubahan nilai lab terkait gizi berkaitan dengan gangguan metabolisme KH ditandai dengan peningkatan GDP 145 gr/dl dan GDS 250 gr/dl
 - B. Peningkatan kebutuhan karbohidrat berkaitan dengan kondisi fisiologis ditandai dengan BB 61 kg dan TB 170 cm
 - C. Ketidakesesuaian konsumsi jenis karbohidrat berkaitan dengan pola makan yang salah ditandai dengan minum kopi/teh manis 2x/hari GDP 145 gr/dl, GDA 250 gr/dl
 - D. pola makan yang salah berkaitan dengan kurangnya pengetahuan tentang pangan dan gizi ditandai dengan jarang makan sayur dan buah
 - E. Pola makan yang salah berkaitan dengan berat badan yang kurang ditandai dengan BB 50 kg dan TB 160
36. Seorang mahasiswa datang ke poli gizi karena didiagnosa hipertensi. Diagnosis gizi yang diberikan ahli gizi kelebihan asupan natrium berkaitan dengan konsumsi fast food

setiap hari, menyukai makanan asin ditandai dengan asupan natrium 6500 mg/hari dan TD 165/105 mmHg. data apa yang harus dimonitor untuk menilai keberhasilan intervensi gizi ?

- A. Asupan kalium 1000 - 2700 mg/hari
- B. Asupan Natrium 600 - 800 mg/hari
- C. Asupan kalsium 1000 mg/hari
- D. Tekanan darah <165/105 mmHg
- E. Asupan serat > 25 mg/ hari

37. Tn. X usia 56 tahun dengan IMT 27,9, merasakan nyeri perut, lemas, mual. Hasil pemeriksaan menunjukkan muntah +, melena +, ascites +, TD 170/100 mmHg. Dari hasil pemeriksaan laboratorium tanggal 28 September 2022 didapatkan data : SGOT 85 μ /l (\uparrow), Hb 9.5 g/dl (\downarrow), Albumin 1.9 (\downarrow). Dari hasil recall menunjukkan bahwa asupan energi 95% kebutuhan, asupan KH 85% kebutuhan, asupan lemak 105% kebutuhan, asupan protein 90% kebutuhan, memiliki pola makan 3x sehari, menyukai makanan yang dimasak dengan santan, tidak suka makan buah dan sayur. Data apa saja yang harus dimonitoring dan dievaluasi oleh ahli gizi dalam menjalankan proses asuhan gizi yang terstandart ?

- a. IMT dan riwayat makan dahulu
- b. Data terkait Fisik klinis, data laboratorium dan pengetahuan gizi
- c. Data laboratorium dan riwayat makan dahulu
- d. Riwayat makan sekarang dan dahulu
- e. IMT dan riwayat makan sekarang

38. Salah satu kemungkinan etiologi problem kurangnya pengetahuan terkait gizi adalah

- a. Obesitas
- b. Malnutrisi
- c. Kurang konsumsi sayur dan buah
- d. Kurang konsumsi sayur dan buah
- e. Peningkatan berat badan

39. Adanya problem gizi akibat gangguan fungsi Gastro Intestinal dapat dibuktikan dengan data

- a. Nilai laboratorium
 - b. Asupan makan
 - c. Data klinis
 - d. Data fisik
 - e. Perilaku
40. Berikut merupakan kriteria yang tepat untuk asesmen pada Pelayanan Asuhan Gizi tidak perlu dilakukan lagi kepada pasien adalah....
- a. Pasien sudah ada rencana pulang
 - b. Pasien sudah ada rencana pulang
 - c. Pasien ganti Dokter Penanggungjawab
 - d. Asupan makan pasien membaik
 - e. Asuhan gizi berhasil dan kondisi pasien sudah membaik
41. Jumlah tenaga di catering aneka bulan Mei tahun 2022 berjumlah 15 orang. Banyaknya event akhir tahun, membuat pegawai kewalahan dalam proses pengolahan. Bila gaji untuk pegawai pengolahan 3.000.000/bulan berapa biaya yang harus dikeluarkan catering aneka dalam 1 tahun untuk menggaji penambahan pegawai pengolahan baru
- a. Rp36.000.000
 - b. Rp72.000.000
 - c. Rp108.000.000
 - d. Rp144.000.000
 - e. Rp180.000.000
42. Diketahui konsumen di rumah sakit berjumlah 250 orang, berapa tenaga pemasak untuk konsumen sejumlah tersebut ?
- a. 10 orang
 - b. 16 orang
 - c. 20 orang
 - d. 25 orang
 - e. 31 orang
43. Di instalasi gizi rumah sakit untuk memproduksi makanan pasien, diketahui bahwa:
- Biaya pembelian bahan makanan = Rp 25.000.000/bln

Biaya insentif tenaga bagian produksi: Rp3.000.000,-/bln

Jumlah produk yang dihasilkan = 1500 porsi/bln

Berapa biaya satuan actual Instalasi Gizi tersebut ?

- a. Rp10.000
- b. Rp14.000
- c. Rp19.000
- d. Rp21.000
- e. Rp25.000

44. Diketahui dalam penyelenggaraan makanan Rumah Sakit

Fixed cost (tenaga kerja, overhead) = Rp45.000.000/b|n

Copositos produksi = 2500 porsi/bln

Biaya tidak tetap/variable cost (bahan makanan, dll)) = Rp55.000.000/b|n

Jumlah produk = 2000 porsi/bln

Berapa tarif biaya porsi makanan yang dapat diajukan berdasarkan penentuan biaya satuan normatif tersebut ?

- a. 35.500
- b. 40.500
- c. 42.500
- d. 45.500
- e. 55.500

45. Rumah Sakit "Permata" pada tahun 2022, melayani makan untuk pasien klas II dengan jumlah konsumen 45 orang perhari. Siklus menu yang digunakan adalah 10 hari. Dalam siklus menu tersebut terdapat masakan : 3 x daging sapi. Standar porsi untuk daging sapi adalah 40 gr. Penyusutan yang terjadi selama pemasakan untuk daging sapi adalah 25% (BDD 75 %). Berapa kebutuhan bahan makanan untuk daging sapi (kg) untuk pemesanan] bulan ?

- A. 20 kg
- B. 20.5 kg
- C. 21 kg
- D. 21.5 kg

- E. 22 kg
46. Rumah Sakit Ciputra pada tahun 2022, melayani makan untuk pasien kelas II dengan jumlah konsumen 150 orang perhari. Dalam siklus menu tersebut terdapat masakan : 2 x ayam. Standar porsi untuk ayam adalah 100 gr. Penyusutan yang terjadi selama pemasakan untuk ayam adalah 40% (BDD 60%). Berapa kebutuhan bahan makanan untuk ayam (kg) dalam sehari ?
- A. 20
B. 30
C. 40
D. 50
E. 60
47. Suhu Penyimpanan yang baik untuk buah pisang yang akan digunakan lusa adalah
- a. < - 5 decel
b. -5 decel — 0 decel
c. 5 decel — 7 decel
d. 7 decel — 10 decel
e. 25 decel
48. Prinsip Hygiene dan sanitasi yang harus diperhatikan saat penyimpanan bahan makanan adalah
- a. Setiap bahan makanan mempunyai kartu catatan
b. Hindari penggunaan bahan makanan yang berasal dari sumber yang tidak jelas
c. Tidak membeli bahan makanan yang sudah kadaluwarsa
d. Peralatan tidak boleh patah dan kotor.
e. Peralatan agar dicuci segera setelah digunakan
49. Berikut ini bukan sumber cemaran adalah dari tubuh manusia dalam prinsip personal hygiene adalah
- a. Tangan
b. rambut
c. mulut
d. Luka terbuka

- e. Baju yang tertutup APD
50. Berikut ini penanganan gizi kelompok rentan pada lanjut usia saat terjadinya Bencana, salah satunya adalah
- a. Dapat diberikan bubur atau biskuit pada kondisi tertentu
 - b. Perlu diberikan nasehat atau anjuran gizi dan kesehatan
 - c. Makanan utama yang diberikan sebaiknya berasal dari makanan keluarga yang tinggi energi, vitamin dan mineral
 - d. Memerlukan penanganan gizi khusus karena penanganan yang tidak tepat berisiko kekurangan gizi.
 - e. Pemberian kapsul vitamin A.



KUNCI JAWABAN DAN PEMBAHASAN LATIHAN SOAL 5

1. Jawaban : B

Pembahasan :

- Di bawah umur 6 tahun: merangkak, memanjat, aktif berjalan dan berlari, bermain lompat
- Usia anak—anak, remaja, dewasa sampai 35 tahun: olahraga lari atau jogging, lompat tali, olahraga bola, gimnastik, olahraga dengan berat badan; press—up, push—up, squat, aerobik, angkat beban, panjat tebing, olahraga bela diri, olahraga dengan raket: badminton dan tenis, aktivitas menari.
- Di atas 35 tahun: aktif bergerak dengan melakukan kegiatan pekerjaan rumah, bekerja, membawa barang belanja, berjalan cepat dan menaiki tangga, latihan ketahanan dengan angkat beban, latihan fleksibilitas, kegiatan berkebun

2. Jawaban : E

Pembahasan : Modifikasi citarasa makanan intinya adalah merubah citarasa makanan agar rasa makanan menjadi lebih bervariasi dan penampilan makanan lebih menarik. Diharapkan nilai gizi tetap dapat dipertahankan atau ditingkatkan, daya terima makanan meningkat dan sekaligus mengurangi sisa makanan.

3. Jawaban : C

Pembahasan : Pada pasien luka bakar, makanan—makanan yang tidak dianjurkan adalah makanan yang hiperalergik seperti udang.

4. Jawaban : E

Pembahasan : Hormon testosteron yang diidentikkan sebagai hormon pria, berpengaruh terhadap libido, pembentukan massa otot dan ketahanan tingkat energi, serta perubahan karakteristik seks sekunder pada pria saat puber, misalnya suara berubah menjadi lebih berat.

5. Jawaban : B

Pembahasan : Pengertian dari bahan makanan penunjang adalah penggolongan bahan makanan berdasarkan nilai gizi yang setara.

6. Jawaban : C

Pembahasan : Pembentukan molekul kompleks dari molekul-molekul sederhana disebut anabolisme, sedangkan pemecahan molekul kompleks menjadi sederhana disebut katabolisme.

7. Jawaban : C

Pembahasan : sudah jelas

8. Jawaban : E

Pembahasan :

- Maltase : pemecahan maltose di dalam usus halus.
- Lipase : memecah lemak menjadi asam lemak dan gliserol di pancreas dan lambung
- Protease : memecah protein dalam makanan menjadi asam amino
- Pepsin : memecah protein dalam makanan menjadi asam amino di lambung.

9. Jawaban : A

Pembahasan : lidah bagian depan

10. Jawaban : C

Pembahasan : Maksimal pemberian sukrosa pada pasien diabetes mellitus adalah 5%

11. Jawaban : B

Pembahasan : Ketika glukosa darah meningkat maka karbohidrat / lemak tidak akan dipecah dan disimpan di dalam jaringan adipose.

12. Jawaban : C

Pembahasan : Wanita tersebut mengalami dilipidemia, sehingga diet

yang tepat adalah diet rendah lemak

13. Jawaban : B

Pembahasan : Enzim lipoksigenase menyebabkan oksidasi asam lemak tak jenuh terutama linoleat dan linolenat yang mengakibatkan pembentukan asam dan bau langu.

14. Jawaban : A

Pembahasan : Data yang perlu dilengkapi untuk menentukan kebutuhan gizi pasien berdasarkan kasus di atas adalah data antropometri.

15. Jawaban : B

Pembahasan : Makanan cair kental adalah makanan yang mempunyai konsistensi kental atau semi padat pada suhu kamar, yang tidak membutuhkan proses mengunyah dan mudah ditelan. Indikasi pemberiannya adalah kepada pasien yang tidak mampu mengunyah dan menelan, serta untuk mencegah aspirasi seperti pada penyakit disertai peradangan, ulkus peptikum, atau gangguan struktural atau motorik pada rongga mulut. Makanan ini dapat mempertahankan keseimbangan cairan tubuh.

16. Jawaban : C

Pembahasan : Kasus diotos menunjukkan adanya permasalahan pada profil lipid (lemak dikaji) dan kelebihan BB (Energi dikaji)

17. Jawaban : E

Pembahasan : Materi konseling gizi yang sesuai untuk dilakukan ahli gizi untuk kasus tersebut adalah peningkatan asupan tinggi energi tinggi protein.

18. Jawaban : C

Pembahasan : Tingkat partisipasi : $D/S : 90/100 \times 100\% = 90\%$

19. Jawaban : B

Pembahasan : $= 25:560 \times 100\% = 4,46\%$

20. Jawaban : D

Pembahasan : Kecenderungan status gizi : $N/D : 486 : 770 \times 100\% = 63,11\%$

21. Jawaban : D

Pembahasan : Target RPJMN capaian indikator masalah gizi prevalensi wasting pada tahun 2024 yaitu 7 %

22. Jawaban : D

Pembahasan : Keadaan ekonomi yang kurang/kemiskinan

23. Jawaban : A

Pembahasan : Tujuan adanya kolaborasi asuhan gizi dalam pelayanan yang berfokus pada pasien :

- Meningkatkan mutu pelayanan dan keselamatan pasien
- Memberikan perlindungan kepada pasien agar memperoleh asuhan yang terbaik
- Memberikan panduan dan kejelasan tentang mekanisme koordinasi, kolaborasi interprofesional dan kerjasama tim dalam memberikan asuhan kepada pasien

24. Jawaban : A

Pembahasan :

B. Melakukan skrining gizi pasien pada asesmen awal perawatan
Tugas Perawat

C. Melakukan pengukuran antropometri yaitu penimbangan berat badan, tinggi badan/ panjang badan secara berkala : Tugas Perawat

D. Menentukan preksripsi diet awal (order diet awal) : Tugas Dokter
Penanggungjawab

E. Menentukan kompatibilitas zat gizi yang diberikan kepada pasien :
Tugas Apoteker

25. Jawaban : E

Pembahasan : Skrining tool pada Anak

- LNRS

- 2.PYMS

- 3.STAMP
- 4.STRONG KIDS
- . 5.SGNA

26. Jawaban : C

Pembahasan : Skrining tool dengan indicator penilaian Riwayat kesehatan dan riwayat fisik pada usia dewasa adalah Subjective Global Asesment (SGA)

27. Jawaban : A

Pembahasan :

- A. Hasil asesmen gizi pasien yang termasuk kedalam data Riwayat personal adalah Treatmen & terapi medis
- b. Kemampuan menghisap dan menelan : Data Asesmen Fisik dan Klinis
- C. Penggunaan obat dengan resep dokter : Data Asesmen Food History
- D. Aktifitas Fisik : Data Asesmen Food History
- E. Ketidakmampuan dalam mengakses makanan : Data Asesmen Food History

28. Jawaban : B

Pembahasan : Tampak oedema pada wajah, perut dan kedua kaki, conjungtiva anemis, suhu tubuh 38.4 decel merupakan contoh dari data asesmen pada domain pemeriksaan fisik dan klinis

29. Jawaban : B

Pembahasan : Laboran adalah Tenaga Kependidikan yang bekerja di laboratorium.

30. Jawaban : A

Pembahasan : Pengetahuan/ kepercayaan/ sikap

- Tingkat pemahaman mengenai makanan dan kesehatan

- Informasi dan pedoman mengenai gizi yang dibutuhkan
- Keyakinan dan sikap yang kurang sesuai mengenai gizi
- Kesiapan pasien untuk mau berubah.

31. Jawaban : E

Pembahasan :

Cara Penentuan Diagnosis Gizi

1. Lakukan integrasi dan analisa DATA ASESMEN dan tentukan indikator asuhan gizi.
2. Tentukan domain dan problem/masalah gizi berdasarkan indikator asuhan gizi (tanda dan gejala).
3. Tentukan etiologi (penyebab problem).
4. Tulis pernyataan diagnosis gizi dengan format PES (Problem-Etiologi-Signs and Symptoms).

Dari cara penentuan Diagnosis Gizi Berikut dapat diketahui bahwa DATA ASESMEN yang dapat dijadikan kemungkinan diagnosis adalah asam urat 9.0 mg/dl dan suka sekali mengkonsumsi jeroan, goreng gorengan dan cemilan keripik melinjo. Diagnosis gizi yang paling tepat berkaitan dengan data asesmen tersebut adalah Kelebihan Asupan Purin.

32. Jawaban : D

Pembahasan : "Klien mengaku menghindari konsumsi lauk hewani karena khawatir malah memperburuk lukanya." Dari keterangan pasien tersebut dapat diketahui bahwa klien Kurangnya pengetahuan terkait makanan dan gizi berhubungan dengan belum terpapar edukasi terkait makanan dan gizi.

Diagnosis : Perilaku dan kepercayaan yang tidak mendukung terkait dengan makanan dan zat gizi belum tepat karena diagnosis ini jarang

digunakan dan perlu digunakan dengan hati-hati. Penggunaan diagnosis ini biasanya untuk suku/ budaya dengan pantangan makan tertentu

33. Jawaban : A

Pembahasan : Dari Soal Tersebut dapat dianalisa bahwa data asesmen yang mempunyai kemungkinan dijadikan problem adalah Diagnosa Luka Bakar (merupakan salah satu indikasi penyakit yang harus diberikan diet TKTP), Hasil lab sebagai berikut : albumin 2.3 mg/dl, hb 10.5 mg/dl, ht 50%. Hasil pengukuran antropometri menunjukkan hasil IMT 18.3 kg/m². Dilakukan recall 24jam dengan hasil asupan energi sebesar 70% AKG, dan protein 70%, lemak 50%, dan karbohidrat 55% kebutuhan. Sehingga tujuan dari problem mengarah kepada Meningkatkan Asupan Energi dan Protein.

34. Jawaban : B

Pembahasan : Dari Soal Tersebut dapat dianalisa bahwa data asesmen yang mempunyai kemungkinan dijadikan problem adalah Tekanan darah 180/90 mmHg, Hasil lab menunjukkan GDP 120 mg/dl, LDL 150 mg/dl. Hasil pengukuran antropometri menunjukkan hasil IMT 27.3 kg/m². Dari hasil wawancara pola makan diketahui bahwa pasien suka minum kopi 2 kali/hari dan cemilan wafer/biscuit asin dan tidak bisa makan tanpa kerupuk. Maka tujuan yang berkaitan dengan problem adalah Mengurangi asupan lemak jenuh dan kolesterol.

35. Jawaban : A

Pembahasan : Dari Soal Tersebut dapat dianalisa bahwa data asesmen yang mempunyai kemungkinan dijadikan problem adalah merasakan gejala sering kencing dan haus, memiliki kebiasaan konsumsi makanan yang digoreng dan jarang mengonsumsi sayur dan buah, mempunyai kebiasaan minum kopi/teh manis 2 kali/hari, jarang berolahraga dan Hasil pemeriksaan laboratorium GDP 145 mg/dl, GDS 250 mg/dl, LDL

190 mg/dl, Hb 14 mg/dl. Pilihan ganda yang tepat adalah Domain Klinis Perubahan nilai lab terkait gizi berkaitan dengan gangguan metabolisme KH ditandai dengan peningkatan GDP 145 gr/dl dan GDS 250 gr/dl

36. Jawaban : B

Pembahasan : Monitoring dan Evaluasi focus kepada sign symptom dalam diagnosis gizi sehingga untuk dapat menurunkan asupan natrium 6500 mg/hari dan Tekanan Darah 165/105 mmHg dapat memberikan asupan natrium 600 — 800 mg/hari.

37. Jawaban : B

Pembahasan : Dari Soal Tersebut dapat dianalisa bahwa data asesmen yang mempunyai kemungkinan dijadikan problem adalah dengan IMT 27.9, adanya nyeri perut, lemas, mual, Hasil pemeriksaan menunjukkan muntah +, melena +, ascites +, TD 170/100 mmHg, Data Biokimia: SGOT 85 μ /l (\uparrow), Hb 9.5 g/dl (\downarrow), Albumin 1.9 \downarrow menyukai makanan yang dimasak dengan santan, tidak suka makan buah dan sayur. Sehingga data yang perlu dimonitoring dan evaluasi adalah Data terkait Fisik klinis, data laboratorium dan pengetahuan gizi.

38. Jawaban : C

Pembahasan : Kemungkinan etiologi dari problem kurangnya pengetahuan terkait gizi yang tepat adalah kurang konsumsi sayur dan buah. Contoh Diagnosis : Kurang pengetahuan terkait makanan dan gizi kurang konsumsi sayur dan buah, asupan serat <25 mg/hari. Kurangnya pengetahuan, misalnya belum pernah mendapatkan informasi gizi baik edukasi individu maupun penyuluhan gizi.

39. Jawaban : B

Pembahasan : Data asupan energi/ asupan makan biasanya digunakan untuk menunjukkan adanya masalah gizi pada diagnosis gizi inadekuat asupan energi, kelebihan asupan energi, malnutrisi kalori—protein, inadekuat asupan energi protein, underweight, penurunan berat

badan yang tidak diharapkan, overweight/obesitas, penambahan berat badan yang tidak diharapkan, kesulitan menelan, kesulitan menyusui, perubahan fungsi gastrointestinal, keterbatasan mengikuti rekomendasi gizi.

40. Jawaban :E

Pembahasan : kriteria yang tepat asesmen pada Pelayanan Asuhan Gizi tidak perlu dilakukan lagi kepada pasien adalah Asuhan gizi berhasil dan kondisi pasien sudah membaik.

41. Jawaban :B

Pembahasan :

42. Jawaban :B

Pembahasan :

Ratio Tenaga Pemasak : Konsumen

$$= 1 : 25$$

$$= 250 : 25$$

$$= 10$$

$$\text{Koreksi Faktor Kerja} : = 7/6 \times 10 \text{ orang}$$

$$= 12 \text{ orang} + (0,2 \times 12 \text{ orang})$$

$$= 14 \text{ orang}$$

$$\text{Koreksi Faktor Istirahat 1jam} : 8/7 \times 14 \text{ orang} = 16 \text{ orang}$$

Maka kebutuhan tenaga pemasak berdasarkan konsumen adalah 16 orang.

43. Jawaban :C

Pembahasan :

Actual unit cost adalah biaya yang dikeluarkan untuk menghasilkan suatu produk

(dalam hal ini adalah makanan) kemudian dibagi dengan jumlah produk yang dihasilkan.

$$UC = TC/Q$$

UC = Biaya satuan aktual (Unit Cost)

TC = Biaya total (Total Cost)

Q = Jumlah produk (Quantity)

Biaya pembelian bahan makanan = Rp 25.000.000/bln (TC1)

Biaya insentif tenaga bagian produksi = Rp 3.000.000,—/bln (TC2)

Jumlah produk yang dihasilkan = 1500 porsi/bln (Q)

UC = (Biaya Pembelian BM + Biaya Intensif Tenaga) / Jumlah produk

$$= (25000000 + 3000000) / 1500$$

$$= 18.666 / 19.000$$

44. Jawaban :C

Pembahasan :

$$UC_n : FCIC + VCIQ$$

UC_n = Unit Cost Normatif

C = Kapasitas/bln

FC = biaya tetap (biaya tenaga kerja, overhead)

Q = jumlah produk

VC = biaya tidak tetap (biaya variabel, bahan makanan)

$$UC_n = 45.000.000 / 2500 + 55.000.000 / 2000$$

$$= 18.000 + 27.500$$

$$= 45.500$$

45. Jawaban :D

Pembahasan :

Diketahui : Siklus Menu 10 hari

Konsumen 45 orang

BM daging sapi 40 g frekuensi penggunaan 3X dalam] siklus

Ditanyakan:Kebutuhan BM daging sapi (kg) dalam 1 bulan ?

Penyelesaian :

Cara menghitung kebutuhan bahan makanan untuk jangka waktu tertentu (misalnya: siklus atau 1 bulan):

Frekuensi pemakaian BM dalam] siklus x standar porsi x jumlah putaran siklus x jumlah konsumen

Langkah Menghitung Kebutuhan makanan dalam 3 bulan

= Frekuensi pemakaian BM dalam] siklus x standar porsi x jumlah putaran siklus x jumlah konsumen

= 3 kali x 53 9 x 3 kali x 45 orang

= 21.465 = 21.5 kg

46. Jawaban :D

Pembahasan :

Diketahui : BM Bayam 100 9 = Berat Kotor : 100/60 x 100 9 = 167 g

Pemakaian per hari 2x Jumlah konsumen 150 orang Ditanyakan : kebutuhan BM bayam dalam sehari ?

Penyelesaian :

Cara menghitung kebutuhan bahan makanan dalam sehari adalah :

= Porsi pemakaian BM dalam sehari x standar porsi x jumlah konsumen

= 2 kali x 167 9 x 150 orang

= 50.100 9 = 50.1 kg

47. Jawaban :D

Pembahasan : Fruit and vegetables

Buah—buahan dan sayur-sayuran memiliki karakteristik mudah membusuk karena metabolismenya tetap berjalan meskipun sudah dipetik. Namun demikian, buah dan sayuran akan rusak apabila disimpan terlalu lama pada tempat yang terlalu dingin karena sel air yang ada dalam buah dan sayuran akan menyusut dan membeku. Dengan karakteristik yang demikian, lebih baik buah disimpan pada tempat yang dingin untuk memperlambat pembusukan namun tidak terlalu dingin supaya tidak rusak yaitu vegetable store. Vegetable store, tempat penyimpanan bersuhu 10 °C dengan karakteristik dingin dan segar.

48. Jawaban :A

Pembahasan : Menurut Depkes RI (2004), dalam penyimpanan bahan makanan hal—hal yang diperhatikan adalah sebagai berikut:

- Penyimpanan harus dilakukan dalam suatu tempat khusus yang bersih dan memenuhi syarat.
- Barang-barang harus diatur dan disusun dengan baik, sehingga mudah untuk mengambilnya, tidak menjadi tempat bersarang/bersembunyi serangga dan tikus, tidak mudah membusuk dan rusak, dan untuk bahan—bahan yang mudah membusuk harus disediakan tempat penyimpanan dingin.
- Setiap bahan makanan mempunyai kartu catatan agar dapat digunakan untuk riwayat keluar masuk barang dengan sistem FIFO (First In First Out)

49. Jawaban :E

Pembahasan : 1. Mengetahui bahwa sumber cemaran adalah dari tubuh manusia Sumber cemaran dari tubuh manusia antara lain:

1. Tangan, rambut, mulut, hidung, telinga, organ pembuangan dan kemaluan.
2. Luka terbuka/koreng, bisul atau nanah dan ketombe atau kotor di lain rambut.
2. Sumber cemaran dari perilaku manusia, yaitu tangan dibiarkan kotor, batuk atau bersin dekat makanan, menyisir rambut dekat makanan, perhiasan yang dipakai tidak bersih.
3. Sumber pencemaran dari Ketidaktahuan dalam penggunaan bahan makanan yang memenuhi syarat dan aman untuk diolah (bahan palsu, rusak, bukan bahan pangan, pewarna yang tidak aman). Selain ketidaktahuan tentang perilaku-perilaku untuk mencegah pencemaran (Kemenkes, 2014).

50. Jawaban :A

Pembahasan : Penanganan Gizi Kelompok Rentan Lanjut Usia

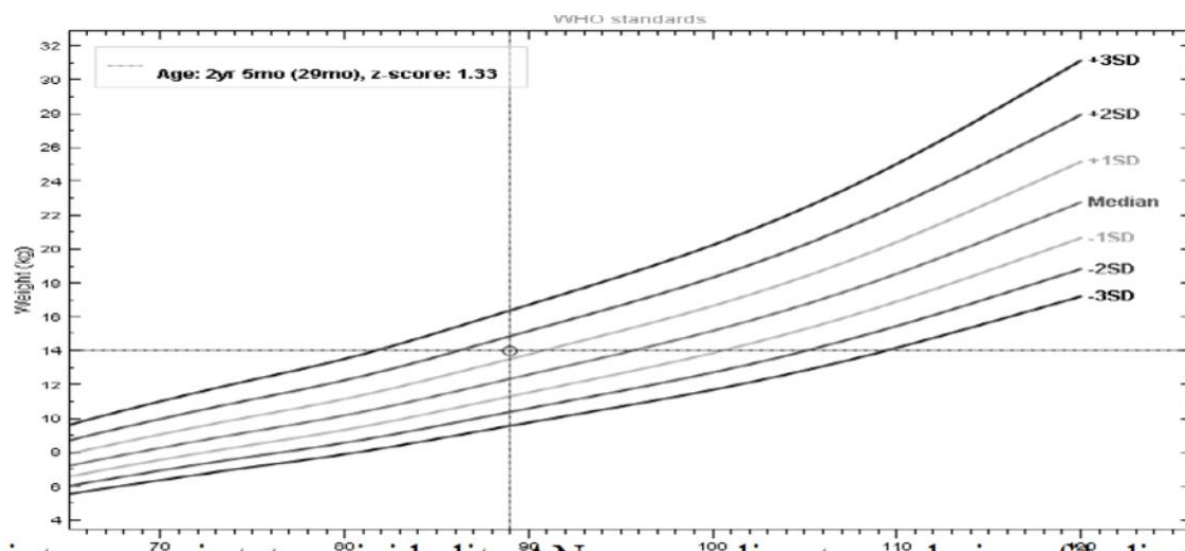
- Perlu makanan dalam porsi kecil tetapi padat gizi dan mudah dicerna.
- Pemberian makanan pada usia lanjut harus memperhatikan faktor psikologis dan fisiologis agar makanan yang disajikan dapat dihabiskan.
- Dalam kondisi tertentu, kelompok usia lanjut dapat diberikan bubur atau biskuit

LATIHAN SOAL 6

1. Berikut ini prinsip diet yang tepat pada Diet Gout adalah...
 - a. Tinggi energi tinggi protein
 - b. Rendah Purin, tinggi cairan
 - c. Rendah Protein, tinggi cairan
 - d. Rendah Serat, Rendah Natrium
 - e. Tinggi serat, tinggi cairan
2. Tn. X masuk ke Rumah Sakit dengan hasil laboratorium Ureum 90 mg/dl dan kreatinin 2.5 mg/dl, mendapat diagnose medis CKD, berapa kebutuhan (gram) protein Tn. X dalam sehari bila diketahui BB Tn.X 56 kg dan TB 165 cm ?
 - a. 30
 - b. 35
 - c. 40
 - d. 45
 - e. 55
3. Berikut ini hal — hal yang perlu diperhatikan dari tujuan Diet DM adalah
 - a. Asupan energi, protein dan metabolisme lemak
 - b. Perubahan berat badan dan defisiensi mikronutrients
 - c. perubahan lipid dan perubahan berat badan
 - d. persediaan glikogen dan Kontrol asidosis
 - e. kebutuhan dasar dan keseimbangan elektrolit-cairan
4. Tn. X mengalami musibah konsleting listrik dirumahnya yang menyebabkan kebakaran besar. Tn. X termasuk korban karena pada saat kejadian berada didalam rumah dan kini sudah dilarikan ke rumah sakit. Prinsip diet yang harus dijalani Tn.X selama perawatan di rumah sakit adalah
 - a. Diet Tinggi Karbohidrat Tinggi lemak

- b. Diet Tinggi Kalori Tinggi Protein
 - c. Diet Tinggi cairan dan elektrolit
 - d. Diet Rendah Serat
 - e. Diet Rendah Protein
5. Prinsip tambahan makanan yang dapat diberikan pada atlet sebelum bertanding adalah
- a. Tinggi Lemak
 - b. Tinggi Protein
 - c. Tinggi Karbohidrat
 - d. Tinggi Cairan
 - e. Tinggi vitamin dan mineral
6. Diet yang bertujuan untuk meningkatkan performa atletik khususnya untuk kategori olahraga yang memerlukan stamina atau endurance tinggi seperti lari marathon, berenang, dan bersepeda sebelum bertanding dinamakan
- a. Tinggi Kalori Tinggi Protein
 - b. Karbohidrat loading
 - c. Karbohidrat Counting
 - d. Glikemic load
 - e. Meal Plan
7. Ny. X berusia 56 tahun sudah 2 hari dirawat dirumah sakit, sebelumnya telah melakukan pemeriksaan laboratorium , dan diperoleh hasil GDP 135 mg/dl, GDS = 199 mg/dl, LDL 125 mg/dl, asam urat 7.8 mg/dl dan Hb 12.5 mg/dl. Dari hasil pemeriksaan laboratorium tersebut, diet yang tepat untuk diberikan kepada Ny. X adalah
- A. Diet DM, Diet Rendah Lemak
 - B. Diet Rendah Lemak, Diet Rendah Purin
 - C. Diet DM, Diet TKTP
 - D. Diet DM, Diet rendah purin
 - E. Diet DM, Diet Rendah protein

8. Pasien dengan keluhan mual, demam, sakit perut, sembelit dan diagnosa medis tifus abdominalis berat. Diet yang seharusnya dijalani pasien adalah?
- Diet Lambung I
 - Diet Lambung II
 - Diet Lambung III
 - Diet Lambung IV
 - Rendah sisa
9. An. Rudy, usia 20 bulan, tidak dapat diukur panjang badan sehingga diukur dengan dengan metode pengukuran tinggi badan, dengan hasil TB = 85,5 cm. Berikut adalah data yang sebaiknya dimasukkan ke dalam software WHO Anthro dan hasilnya
- Data yang dimasukkan: TB=85.5 cm, pengukuran standing. WHO anthro akan mengkonversi data menjadi data TB senilai 85.5 m
 - Data yang dimasukkan: PB=86.2 cm, pengukuran recumbent. WHO anthro akan mengkonversi data menjadi data PB senilai 84.8 cm
 - Data yang dimasukkan: TB=85.5 cm, pengukuran standing. WHO anthro akan mengkonversi data menjadi data PB senilai 86.2 cm
 - Data yang dimasukkan: PB=86.2 cm, pengukuran recumbent. WHO anthro akan mengkonversi data menjadi data TB senilai 84.8 cm
 - Data yang dimasukkan: PB=86.2 cm, pengukuran recumbent. WHO anthro akan mengkonversi data menjadi data TB senilai 86.2 cm
10. Balita AN, usia 29 bulan, berat badan 14 kg, tinggi badan 89 cm. data antropometri dimasukkan ke dalam software WHO onthro dengan hasil seperti gambar dibawah ini. Apakah interpretasi status gizi balita AN yang paling tepat dari grafik berikut?



- a. Status gizi kurang
 - b. Status gizi baik
 - c. Beresiko gizi lebih
 - d. Status gizi lebih
 - e. Obesitas
11. Asuhan gizi yang tepat memiliki peranan yang penting dalam menunjang keberhasilan terapi pasien. Pada pasien anak gizi buruk pemberian terapi diet harus diperhatikan sesuai dengan kondisi pasien. Terdapat beberapa jenis formula tandard bagi anak gizi buruk diantaranya adalah F75. Apa yang menjadi indikasi pemberian F75 pada pasien anak gizi buruk ?
- A. Pasien berada pada tahap stabilisasi
 - B. Kondisi pasien telah stabil
 - C. Pasien berada pada tahap rehabilitasi
 - D. Dipersiapkan untuk pasien setelah pulang dari RS
 - E. Diberikan pada minggu ke 2- 6
12. Treatment yang diberikan kepada anak gizi buruk dilakukan secara bertahap, misalnya dalam tahap stabilisasi, hal yang perlu dilakukan adalah mencegah anak mengalami hipoglikemi dan dehidrasi. Asupan gizi apakah yang dapat diberikan kepada anak dalam tahap tersebut?
- a. ASI dan makanan pendamping ASI

- b. Cukup ASI saja karena mudah dicerna
 - c. Formula WHO dan rehidrasi malnutrisi
 - d. Asupan protein tinggi untuk memperbaiki jaringan tubuh anak
 - e. Makanan lengkap (makanan pokok, sayur, lauk pauk, dan buah)
13. An. R berjenis kelamin laki berusia 20 bulan datang ke posyandu dengan berat badan 9,5 kg dan panjang badan 80 cm. Berdasarkan indeks BB/U termasuk kategori status gizi apakah An.X tersebut?
- (—3 SD= 8.1 kg; —2 SD = 9.1; —1 SD= 10.1; 0 SD = 11,3; +1 SD= 12.7; +2 SD= 14.2)
- a. Berat badan sangat kurang
 - b. Berat badan kurang
 - c. Berat badan normal
 - d. Beresiko berat badan berlebih
 - e. Obesitas
14. Pada tata laksana anak gizi buruk, pemberian Fe diberikaan saat
- a. Fase stabilisasi dan rehabilitasi
 - b. Fase stabilisasi dan tindak lanjut
 - c. Fase transisi dan rehabilitasi
 - d. Fase transisi dan fase tindak lanjut
 - e. Fase rehabilitasi dan fase tindak lanjut
15. Bayi berusia 12 bulan memiliki berat badan....
- a. 1,5 kali dari BB lahir
 - b. 2 kali dari BB lahir
 - c. 2,5 kali dari BB lahir
 - d. 3 kali dari BB lahir
 - e. 4 kali dari BB lahir
16. Ny. X hamil anak kedua dengan usia kandungan 20 minggu datang ke klinik gizi dengan keluhan mual muntah. Berapakah penambahan kebutuhan kalori yang harus dipenuhi oleh Ny. X?
- a. 150

- b.180
 - c. 200
 - d.300
 - e.350
17. Seorang wanita menyusui berusia 27 tahun, saat ini bayinya berusia 8 bulan, memiliki tinggi badan 155 cm dan berat badan 48 kg. Dari hasil wawancara kebiasaan makan didapatkan data sebagai berikut: Pola makan 3 kali sehari dan 2 kali selingan. Memperhatikan status gizi wanita tersebut, berapakah penambahan kalori sehari yang sebaiknya diterapkan?
- A. 100
 - B. 250
 - C. 300
 - D. 400
 - E. 550
18. Seorang wanita menyusui berusia 27 tahun, saat ini bayinya berusia 3 bulan, memiliki tinggi badan 155 cm dan berat badan 48 kg. Dari hasil wawancara kebiasaan makan didapatkan data sebagai berikut: Pola makan 3 kali sehari dan 2 kali selingan. Memperhatikan status gizi wanita tersebut, berapakah penambahan kalori sehari yang sebaiknya diterapkan?
- A.100
 - B.250
 - C.300
 - D. 330
 - E.400
19. Diketahui berat kotor wortel sebesar 150 gr dengan BDD—nya adalah 80%. Berapa gram berat bersih yang dimakan dari wortel tersebut?
- a.100
 - b.110
 - c. 120
 - d.130

- e. 140
20. Seorang penyelenggara makanan institusi hendak menyajikan melon sebagai snack sore kepada 10 pasien dengan berat per porsi hidangan sebanyak 100 gr. Maka berat (kg) kotor melon yang diperlukan untuk mencukupi hidangan snack sore tersebut sebanyak? (BDD=58,1%)
- a. 1,2
 - b. 1,3
 - c. 1,4
 - d. 1,5
 - e. 1,7
21. Berikut ini merupakan salah satu fungsi AKG, kecuali....
- a. Menghitung Kecukupan Gizi Penduduk di Daerah
 - b. Menilai Konsumsi Pangan Pada Penduduk Dengan Karakteristik Tertentu
 - c. Menyusun Pedoman Konsumsi Pangan
 - d. Menghitung Kebutuhan Pangan Bergizi Pada Situasi Darurat
 - e. Menyusun standar resep
22. Rata-rata Angka Kecukupan Energi (AKE) masyarakat Indonesia adalah...
- a. 2000 kkal
 - b. 2100 kkal
 - c. 2200 kkal
 - d. 2300 kkal
 - e. 2400 kkal
23. Rata-rata Angka Kecukupan Protein (AKP) masyarakat Indonesia adalah...
- a. 50 gr
 - b. 55 gr
 - c. 57 gr
 - d. 58 gr
 - e. 65 gr
24. Rantai panjang unit glukosa bercabang yang banyak terdapat di beras ketan adalah.....

- a. Amilosa
 - b. Amilopektin
 - c. Dekstrin
 - d. Glikogen
 - e. Serat
25. Disakarida jenis sukrosa terdiri dari.....
- a. 2 mol glukosa
 - b. 1 mol glukosa + 1 mol fruktosa
 - c. 1 mol glukosa + 1 mol galaktosa
 - d. 2 mol Maltose
 - e. 2 mol laktosa
26. Protein dapat diubah menjadi glukosa melalui proses....
- a. Glikogenolisis
 - b. Glikogenesis
 - c. Glukoneogenesis
 - d. Lipogenesis
 - e. Proteolisis
27. Suatu metode pendekatan dalam melakukan perencanaan makan dengan berpedoman pada jumlah total karbohidrat yang dikonsumsi, bukan pada jenis karbohidratnya.....
- a. Karbohidrat loading
 - b. Karbohidrat counting
 - c. Diet DM
 - d. Low Carbo
 - e. High Carbo
28. Jika kadar gula dalam darah tinggi, maka hormon yang akan bekerja adalah...
- a. Insulin

- b. Glukagon
 - c. Estrogen
 - d. Epinefrin
 - e. Glukokortikoid
29. Yang bukan merupakan satuan energi dalam bahan makanan, yaitu....
- a. Joule
 - b. Kilojoule
 - c. Kalori
 - d. Kilo kalori
 - e. Ons
30. Enzim yang berfungsi mengubah maltosa menjadi glukosa adalah.....
- a. Amilase
 - b. Maltase
 - c. Sukrase
 - d. Laktase
 - e. Pتيالin
31. Tn. A adalah PNS datang untuk melakukan konsultasi gizi dengan membawa hasil laboratorium. Setelah dilakukan perhitungan kebutuhan total energi didapatkan 2400 kkal, Ahli gizi menentukan keb. Protein 15% Lemak 20%, berapa gram KH yg dibutuhkan?
- a. 340
 - b. 370
 - c. 390
 - d. 410
 - e. 425
32. Bentuk makanan pada Diet yang dijalani Ibu hamil yang sedang mengalami mual dan muntah adalah
- a. Makanan saring
 - b. Makanan lumat
 - c. Makanan lunak berkuah

- d. Makanan biasa tanpa kuah
 - e. Makanan cair
33. Yang merupakan asam lemak rantai sedang adalah.....
- a. Butirat
 - b. Kaproat
 - c. Kaprilat
 - d. Laurat
 - e. Palmitata
34. Salah satu fungsi lemak adalah.....
- a. Pemberi rasa manis
 - b. sumber asam lemak esensial
 - c. Pembentukan antibody
 - d. Mengatur keseimbangan air
 - e. Memelihara netralitas tubuh
35. Lipoprotein yang mengangkut lipido dari saluran cerna ke dalam tubuh dinamakan...
- a. LDL
 - b. HDL
 - c. VLDL
 - d. Kilomikron
 - e. Gliserol
36. Berikut bahan makanan yang kandungan lemaknya paling banyak adalah.....
- a. Keju
 - b. Susu kental manis

- c. Sarden kaleng
 - d. Daging sapi
 - e. Coklat manis, batang
37. Yang merupakan sisa metabolisme lemak adalah.....
- a. H_2
 - b. O_2
 - c. CO_2
 - d. Amoniak
 - e. NO_3
38. Asam lemak rantai panjang memiliki berapa atom karbon?
- a. 6 atom karbon atau kurang
 - b. 8 - 12 karbon
 - c. 14 - 18 karbon
 - d. 20 atom karbon atau lebih
 - e. 25 karbon
39. Merupakan sumber kolesterol adalah.....
- a. Buah
 - b. Sayur
 - c. Minyak kelapa sawit
 - d. Mentega
 - e. Minyak zaitun
40. Diagnosa gizi Ny. X Kelebihan asupan energi berkaitan dg kurangnya pengetahuan DER yg dijalankan ditandai penurunan BB semingguhanya 80 g serta kelebihan asupan energi 30% dari yg seharusnya. Data apa yg dimonev pada kunjungan berikutnya?
- a. Tingkat pengetahuan ibu
 - b. Aktifitas Fisik
 - c. penurunan BB dan tingkat asupan energy
 - d. Asupan Sayur
 - e. Asupan Serat

41. Diagnosa gizi Ny. X Kelebihan asupan energi berkaitan dg kurangnya pengetahuan DER yg dijalankan ditandai penurunan BB seminggu hanya 80 gr serta kelebihan asupan energi 30% dari yg seharusnya. Tujuan utama dari intervensi gizi Ny. X adalah?
- a. Meningkatkan pengetahuan Ny. X
 - b. Menurunkan BB mencapai IMT normal
 - c. Meningkatkan aktifitas Ny. X
 - d. Meningkatkan asupan serat
 - e. Meningkatkan penurunan BB perminggu dan menurunkan tingkat asupan Ny. X
42. Parameter antropometri bisa memberikan gambaran status gizi, jika
- a. dibandingkan dengan asupan gizinya
 - b. dirujuk dengan umur atau ukuran tubuh lain
 - c. dirujuk dengan teman seusianya
 - d. kandungan zat gizi dalam makanannya
 - e. terdapatnya tanda-tanda kelainan gizi
43. Yuni merupakan siswi kelas 4 SD usia 9 tahun, ibunya mengeluh kepada ahli gizi dikarenakan ani terlihat kurus dan susah makan. Indikator yang digunakan oleh ahli gizi untuk menentukan status gizi Yuni adalah.....
- a. BB/U
 - b. BB/TB
 - c. IMT/U
 - d. IMT
 - e. LiLa
44. Seorang balita datang ke posyandu bersama neneknya, saat ditanya oleh kader ternyata nenek tsb lupa tanggal lahir cucunya. Setelah ditimbang dan diukur didapatkan BB 9,5 kg dan PB 78,2 cm. Indikator antropometri yang dapat digunakan adalah....
- a. BB/ U

- b. BB/PB
 - c. IMT
 - d. TB/U
 - e. LiLA/U
45. Dalam memberikan pelayanan gizi kepada pasien rawat inap diperlukan berbagai data dan informasi sebagai langkah awal, agar dapat memberikan pelayanan yang maksimal. Langkah awal apa yang pertama dilakukan?
- a. Pengukuran antropometri
 - b. Anamnesa gizi
 - c. Assesment/Pengkajian gizi
 - d. Pemeriksaan Laboratorium
 - e. Pemeriksaan Klinis
46. Seorang laki-laki berusia 25 tahun, BB 50 Kg dan TB 169 cm diberikan diet ETPT I oleh dietisien. Berapakah (gram) kebutuhan protein laki tersebut?
- a. 80
 - b. 90
 - c. 100
 - d. 110
 - e. 125
47. Ibu Ani umur 57 tahun, BB = 69 kg, TB= 155 cm masuk ke rumah sakit dengan keadaan pelo dan sesak napas. Keluarga pasien juga mengeluhkan pasien sulit mengunyah dan menelan, bentuk makanan yang diberikan adalah.....
- a. Makanan biasa
 - b. Makanan Lunak
 - c. makanan cair kental
 - d. Makanan cair penuh
 - e. Makanan cair jernih
48. Hasil recall asupan energi seorang pasien obesitas 130% dari kebutuhan

sehari dengan pola makan 3-4 kali dan snack 3-4 kali sehari Konsumsi sayur 2-3 kali/minggu, jarang mengonsumsi buah. Apakah masalah gizi pada domain asupan yang dihadapi kasus?

- a. Asupan oral inadekuat
- b. Kelebihan asupan energi
- c. Kelebihan berat badan
- d. Tidak siap menerima diet
- e. Pemilihan makanan yang salah

49. Ny. X usia 46 tahun mengalami diare berat sehingga mengalami dehidrasi dan dirawat di RS. Makanan yg tidak dianjurkan yaitu....

- a. Pure kentang dan tim tahu
- b. Puding tepung beras dan sari buah
- c. Bubur saring dan Pisang
- d. Bihun direbus dan tim telur
- e. Bubur saring dan ikan giling halus

50. Tn. X akan menjalani operasi apendiktomi pada esok hari pukul 08.00, pada pukul 17.30 Tn. X mendapatkan makanan dengan diet....

- a. Makanan biasa
- b. Makanan lunak
- c. Makanan saring
- d. Diet sisa rendah
- e. Formula enteral

KUNCI JAWABAN DAN PEMBAHASAN LATIHAN SOAL 6

1. Jawaban : B

Pembahasan: Rendah Purin karena gout disebabkan oleh penumpukan kristal asam urat Tinggi Cairan untuk meningkatkan sekresi kristal asam urat melalui urin

2. Jawaban : B

Pembahasan:

Berat badan ideal = $90\% \times (\text{TB dalam cm} - 100) \times 1 \text{ kg}$

BBI = $(\text{TB} - 100) - 10\%$ hasil

= $(165 - 100) - 6.5$

= 58.5 kg

Kebutuhan Protein pada pasien gagal ginjal kronik: 0.6 — 0.8 g/Kg/BBI

P = $0.6 \times 58.5 = 35.1 \text{ gr}$ (35 gr protein)

3. Jawaban : C

Pembahasan:

Tujuan diet ini akan berhasil dengan cara mempertahankan kadar glukosa darah pasien DM mendekati normal dengan cara :

1. menyeimbangkan asupan makanan dengan insulin,
2. obat penurun glukosa oral dan aktivitas fisik;
3. mempertahankan kadar lipid serum normal;
4. mempertahankan atau mencapai berat badan normal,
5. menghindari atau menangani komplikasi akut pasien seperti hipoglikemia,
6. meningkatkan derajat kesehatan secara menyeluruh melalui asupan gizi yang optimal

4. Jawaban : B

Pembahasan: Indikasi Pemberian Diet TKTP salah satunya pada pasien Luka Bakar

5. Jawaban : B

Pembahasan: 3 jam sebelum tanding atlet dianjurkan makan menu ringan, tinggi karbohidrat terutama dengan indeks glikemik rendah, cukup protein, rendah lemak, tidak bergas dan mudah dicerna. Tambahan karbohidrat berupa makanan tinggi karbohidrat seperti krakers, roti, biskuit, kue bolu, pisang dan lain-lain.

6. Jawaban : B

Pembahasan: Diet yang bertujuan untuk meningkatkan performa atletik khususnya untuk kategori olahraga yang memerlukan stamina atau endurance tinggi seperti lari marathon, berenang, dan bersepeda sebelum bertanding dinamakan Karbohidrat Loading.

7. Jawaban : D

Pembahasan: GDS, GDP dan asam urat tinggi

8. Jawaban : A

Pembahasan: Indikasi Pemberian :

- Diet Lambung I : Gastritis Akut, Ulkus Peptikum, Pasca Pendarahan dan tifus abdominalis berat.
- Diet Lambung II : Ulkus Peptikum/ Gastritis Kronis dan tifus abdominalis ringan.
- Diet Lambung III: Ulkus Peptikum/ Gastritis Kronis dan tifus abdominalis yang hampir sembuh

Pasien dengan Diare berat diberikan Diet Rendah Serat atau diet Sisa Rendah.

9. Jawaban : C

Pembahasan:

Jika balita usia 5-24 bulan dilakukan pengukuran dengan berdiri : + 0,7 cm

Jika balita usia >24 bulan dilakukan pengukuran dengan terlentang: - 0,7 cm

10. Jawaban : C

Pembahasan: Beresiko gizi lebih

11. Jawaban : A

Pembahasan: Pasien berada pada tahap stabilisasi

12. Jawaban : C

Pembahasan: Salah satu intervensi pada anak gizi buruk tahap stabilisasi, yaitu pemberian Formula WHO (F75) dan rehidrasi malnutri (ReSoMal) untuk anak gizi buruk yang menderita diare dan/atau dehidrasi

13. Jawaban : C

Pembahasan:



INDEKS	STATUS GIZI	AMBANG BATAS *)
Berat Badan menurut umur (BB/U)	Gizi Lebih	$> +2$ SD
	Gizi Baik	≥ -2 SD sampai $+2$ SD
	Gizi Kurang	< -2 SD sampai ≥ -3 SD
	Gizi Buruk	< -3 SD
Tinggi Badan menurut Umur (TB/U)	Normal	≥ -2 SD
	Pendek (Stunted)	< -2 SD
Berat Badan menurut Tinggi badan (BB/TB)	Gemuk	$> +2$ SD
	Normal	≥ -2 SD sampai $+2$ SD
	Kurus (<i>wasted</i>)	< -2 SD sampai ≥ -3 SD
	Kurus sekali	< -3 SD

14. Jawaban : E

Pembahasan: Pada tata laksana anak gizi buruk, pemberian Fe diberikan saat Fase rehabilitasi dan fase tindak lanjut

15. Jawaban : D

Pembahasan:sudah jelas

16. Jawaban : D

Pembahasan: Ny. X memasuki trisemester II jadi penambahan kalorinya sebesar 300 kkal

17. Jawaban : D

Pembahasan: Wanita tersebut termasuk menyusui bayi berusia 8 bulan. Penambahan kalori ibu menyusui berdasarkan AKG,

- 6 bulan pertama : +330 kkal

- 6 bulan kedua : +400 kkal

18. Jawaban : D

Pembahasan: Pembahasan: Wanita tersebut termasuk menyusui bayi berusia 3 bulan. Penambahan kalori ibu menyusui berdasarkan AKG,

- 6 bulan pertama : +330 kkal

- 6 bulan kedua : +400 kkal

19. Jawaban : C

Pembahasan: $80/100 \times 150 \text{ gr} = 120 \text{ gr}$

20. Jawaban : E

Pembahasan:

Berat Bersih: $10 \times 100 \text{ gr} = 1000 \text{ gr}$

Berat Kotor: $100/58,1 \times 1000 \text{ gr} = 1721 \text{ gr} / 1,7 \text{ kg}$.

21. Jawaban : E

Pembahasan:

Fungsi AKG

a. Menghitung Kecukupan Gizi Penduduk di Daerah

b. Menilai Konsumsi Pangan Pada Penduduk Dengan Karakteristik Tertentu

c. Menyusun Pedoman Konsumsi Pangan

d. Menghitung Kebutuhan Pangan Bergizi Pada Situasi Darurat

22. Jawaban : B

Pembahasan: 2100 kkal

23. Jawaban : C

Pembahasan: 57 gr

24. Jawaban : B

Pembahasan: Rantai panjang unit glukosa bercabang yang banyak terdapat di beras ketan adalah amilopektin. Semakin banyak amilopektin semakin pulen (lengket) suatu makanan

25. Jawaban : B

Pembahasan:

Maltosa = 2 mol glukosa

Sukrosa = 1 mol glukosa + 1 mol fruktosa

Laktosa = 1 mol glukosa + 1 mol galaktosa

26. Jawaban : C

Pembahasan:

*Glikogenesis adalah proses pembentukan glikogen dari glukosa atau gula darah

*Glikogenolisis adalah proses pemecahan molekul glikogen menjadi glukosa atau gula darah.

*Glukoneogenesis adalah proses sintesis atau pembentukan molekul glukosa baru dari sumber-sumber selain karbohidrat

27. Jawaban : B

Pembahasan: Karbohidrat counting (carb counting) biasanya diterapkan pada pasien DM dengan terapi insulin

28. Jawaban : A

Pembahasan: Ketika kadar gula dalam darah tinggi maka hormon insulin akan mengubah glukosa menjadi glikogen dan lemak

29. Jawaban : E

Pembahasan: Satuan energi dalam makanan : Kalori, Kkal, joule, Kjoule

30. Jawaban : E

Pembahasan:

Maltose = Maltosa \rightarrow 2 mol glukosa

Sukrose = Sukrosa \rightarrow 1mol glukosa + 1mol fruktosa

Laktose = Laktosa \rightarrow 1 mol glukosa + 1 mol galaktosa

31. Jawaban : C

Pembahasan:

E = 2400 Kkal

P = 15 %

L = 20 %

KH = 100% - 35% = 65 %

$2400 \times 65\% = 1560 \text{ kkal}$

$1560 : 4 = 390 \text{ gram}$

32. Jawaban : D

Pembahasan: Bentuk makanan pada Diet yang dijalani Ibu hamil yang sedang mengalami mual dan muntah adalah Makanan Biasa tanpa kuah/ Makanan kering. Perhatikan porsi makan dan jenis makanan yang sekiranya memancing rasa mual muntah, kemudian hindari makanan tersebut. Makanlah dalam porsi kecil tetapi sering. Makan makanan kering, seperti biskuit atau roti bakar, dapat membantu menyerap asam lambung

33. Jawaban : C

Pembahasan:

Asam lemak :

rantai pendek: butirat, kaproat

Rantai sedang : kaprilat, kaprat

Rantai panjang : laurat, miristat, palmitat, stearate

34. Jawaban : B

Pembahasan:

Fungsi Lemak:

- sumber energi
- sumber asam lemak esensial
- alat angkut vitamin larut lemak
- menghemat protein
- memberi rasa kenyang dan kelezatan
- Sebagai pelumas
- Memelihara suhu tubuh
- pelindung organ tubuh

35. Jawaban : D

Pembahasan: Lipoprotein yg mengangkut lipido dari saluran cerna ke seluruh tubuh afolah kilomikron

36. Jawaban : E

Pembahasan:sudah jelas

37. Jawaban : C

Pembahasan: Sisa metabolisme lemak yaitu CO₂ dan H₂O

38. Jawaban : C

Pembahasan:

rantai pendek: 6 atom karbon atau kurang

Rantai sedang : 8—12 karbon

Rantai panjang : 14—18 karbon

Sangat panjang : 20 atom karbon atau lebih

39. Jawaban : D

Pembahasan: sudah jelas

40. Jawaban : C

Pembahasan: Monitoring adalah kegiatan yang dilakukan berupa assesment ulang terhadap parameter yang menjadi tanda dan gejala dari suatu problem gizi baik itu berupa data subjektif dan objektif. Evaluasi adalah kegiatan membandingkan parameter yg dimonitor sebelum dan sesudah intervensi gizi. Sehingga parameter monev pada kasus ini adalah penurunan BB dan tingkat asupan Ny.X

41. Jawaban : A

Pembahasan: Intervensi gizi ditujukan untuk melakukan manajemen dari diagnosis gizi terutama faktor penyebab (etiologi) yang telah ditetapkan. Namun bila etiologi tidak dapat dipecahkan oleh seorang dietisien, maka intervensi gizi diarahkan untuk meminimalkan tanda/gejala masalahnya. Berdasarkan kasus diatas penyebab masalah gizi pada Ny. X adalah kurangnya pengetahuan Diet Energi Rendah yg dijalankan, tujuan utama intervensi gizi nya adalah meningkatkan pengetahuan Ny. X mengenai Diet Energi Rendah.

42. Jawaban : B

Pembahasan: Parameter antropometri bisa memberikan gambaran status gizi jika dirujuk dengan umur atau ukuran tubuh lain.

BB dirujuk dengan Umur (BB/U),

BB dirujuk dg TB (BB/TB, IMT)

Li. Kepala dirujuk dg Umur

Jika hanya diketahui BB tanpa diketahui umur, maka BB tersebut tdk bisa dinilai.

43. Jawaban : C

Pembahasan: Berdasarkan PMK No. 2 tahun 2020 tentang Standar antropometri

anak, indeks antropometri yg digunakan untuk anak 5—18 tahun adalah IMT/U.

44. Jawaban : B

Pembahasan: Kelebihan pemakaian indeks BB/TB adalah independen terhadap umur dan ras dapat menilai status "kurus" dan "gemuk"

45. Jawaban : C

Pembahasan: Langkah awal PAGT adalah asesmen/pengkajian gizi yg didefinisikan sebagai metode sistematis dalam mengumpulkan, mengelompokkan, sintesis data yg penting dan relevan untuk identifikasi masalah gizi dan penyebabnya

46. Jawaban : C

Pembahasan: ETPT I 100 gr, ETPT II 125 gr

47. Jawaban : C

Pembahasan: Ibu Ani dalam keadaan sesak napas dan sulit menelan, sehingga untuk mencegah aspirasi (cairan masuk ke dalam saluran napas) serta mengatasi sulit menelan diberikan Makanan Cair Kental (MCK)

48. Jawaban : B

Pembahasan: Yang menjadi problem pada dominasi asupan/intake (NI) yaitu Kelebihan asupan energi (130%)

49. Jawaban : C

Pembahasan: Diet pada diare berat yaitu diet sisa rendah I. Buah utuh merupakan makanan yg tidak dianjurkan, yg diperbolehkan adalah sari buah.

50. Jawaban : D

Pembahasan : Apendektomi merupakan bedah minor, dan sehari sebelum operasi diberikan diet sisa rendah serta pasien dipuasakan 4-5 jam sebelum operasi.

