

[NAMA:

] NO MHS:

No	Langkah / aspek yang dinilai	NILAI		
		0	1	2
<b>LANGKAH PERSIAPAN</b>				
1	Salam, senyum, sapa			
2	Menginformasikan rencana pengukuran BB, TB/PB, LILA, Lingkar perut dan lingkar panggul dan tujuannya			
3	Meminta persetujuan pasien			
4	Mencatat nama, jenis kelamin dan usia			
<b>PENGUKURAN BERAT BADAN</b>				
1	Memilih dengan benar alat yang akan digunakan			
2	Meletakkan timbangan pada permukaan yang rata, dan memastikan timbangan berada pada posisi nol / fungsi timbangan sebelum digunakan			
3	Memastikan subyek yang akan di timbang mengenakan pakaian/atribut seminimal mungkin (lepaskan alas kaki, jaket, ponsel, jam tangan, atau atribut lain yang dapat mengganggu hasil pengukuran)			
4	Mempersilakan subyek untuk berdiri di atas timbangan dengan posisi tegak dan kaki berda di tengah-tengah permukaan injak timbangan			
5	Membaca hasil pengukuran			
6	Melakukan pengukuran sebanyak dua kali, kemudian mencatat hasil penimbangan untuk kemudian dicari hasil rata-ratanya			
<b>PENGUKURAN TINGGI BADAN / PANJANG BADAN</b>				
1	Memilih dengan benar alat yang akan digunakan			
2	Meminta subyek yang diukur melepaskan alas kaki (sandal/sepatu), topi (penutup kepala)			
3	Memastikan alat geser berada di posisi atas			
4	Memposisikan subyek dengan benar : <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Subyek berdiri tegak, kepala dan bahu bagian belakang, lengan, pantat dan tumit menempel pada dinding tempat microtoise di pasang, serta pandangan lurus ke depan dan tangan dalam posisi tergantung bebas, kedua kaki dirapatkan, lutut lurus</li> <li>b. Menggerakkan alat geser sampai menyentuh bagian atas kepala responden. Memastikan alat geser berada tepat di tengah kepala responden</li> </ol>			
4	Membaca angka tinggi badan dengan benar dan pembacaan dilakukan tepat di depan angka (skala) pada garis merah, sejajar dengan mata yang mengukur			
5	Mencatat hasil pengukuran hingga milimeter terdekat			
<b>PENGUKURAN LINGKAR PERUT</b>				
1	Memilih dengan benar alat yang akan digunakan			
2	Memposisikan subyek dengan benar			
3	Mengukur lingkar perut dengan meletakkan pita pengukur melingkari perut subyek dengan melewati kedua SIAS dan umbilicus			
4	Mencatat hasil pengukuran hingga millimeter terdekat			
5	Menilai hasil pengukuran lingkar perut berdasarkan standar dan menyebutkan hasilnya : “normal” atau “tidak normal”.			

[NAMA:

] NO MHS:

<b>PENGUKURAN LINGKAR LENGAN ATAS (LILA)</b>				
1	Memilih dengan benar alat yang akan digunakan			
2	Memposisikan subyek dengan benar, lengan bawah difleksikan 90 derajat, telapak tangan diletakkan di atas perut, lengan berada dalam posisi bergantung bebas.			
3	Mengukur panjang lengan dari tangan yang lebih jarang digunakan, dimulai dari puncak prosesus akromialis scapula sampai prosesus olecranon os ulna. Lalu pertengahannya ditandai			
3	Melingkarkan pita pengukur pada titik tengah lengan kiri atas kemudian kencangkan pita pengukur tanpa menimbulkan penekanan pada jaringan lunak			
4	Mencatat hasil pengukuran hingga millimeter terdekat			
5	Menilai hasil pengukuran lingkaran lengan atas berdasarkan standar dan menyebutkan hasilnya : “normal” atau “tidak normal”.			
<b>PENGUKURAN TEBAL LEMAK BAWAH KULIT</b>				
1	Memilih dengan benar alat yang akan digunakan			
2	Lengan yang lipatan triceps akan diukur dibiarkan digantung bebas disisi tubuh. Peganglah lipatan kulit tersebut seperti menjepitnya dengan ibu jari dan telunjuk tangan sedikit di atas titik tengah lengan atas yang sudah ditandai.			
3	Gunakan Skin Fold Caliper untuk mengukur tebalnya. Perhatikan posisi jarum yang menunjuk ke angka, tunggu 2 hingga 3 detik sampai posisi jarum tidak bergerak, kemudian bacalah hasil pengukuran tersebut.			
4	Mencatat hasil pengukuran hingga millimeter terdekat. Ulangi prosedur pengukuran hingga 3 kali hitung rata-rata dari hasil pengukuran			
5	Menentukan status gizi berdasarkan hasil pengukuran			
<b>INTERPRETASI DATA</b>				
1	Tentukan BMI dengan menggunakan tabel atau kalkulator $\text{BMI} = \frac{\text{BB (kg)}}{[\text{TB}]^2 \text{ (m}^2\text{)}}$			
2	Tentukan BBR dengan menggunakan rumus : $\text{BBR} = \frac{\text{BB (kg)}}{(\text{TB (cm)} - 100)} \times 100\%$			
3	Mengkomunikasikan hasil pengukuran dan interpretasinya kepada pasien			
4	Memberikan edukasi kepada pasien mengenai hasil interpretasi data antropometri pasien			
5	Menutup dengan komunikasi akhir dan mendoakan pasien			

Skor 0 : tidak melakukan langkah yang dimaksud (atau hanya menceritakan langkah)

[NAMA:

]

NO MHS:

---

1 : melakukan dengan tidak benar (kesalahan cukup banyak/ tidak sistematis)

2 : melakukan dengan benar (sedikit kesalahan)