

RINGKASAN

Apendisitis akut merupakan kondisi peradangan pada apendiks yang memerlukan tindakan pembedahan segera untuk mencegah komplikasi. Pasien pascaoperasi memerlukan penatalaksanaan diet yang tepat untuk mempercepat penyembuhan dan meningkatkan daya tahan tubuh. Diet pasca bedah bertujuan memenuhi kebutuhan energi dan protein, mengganti kehilangan zat gizi akibat pembedahan, serta memperbaiki ketidakseimbangan cairan dan elektrolit. Laporan kasus ini mengangkat pasien Ny. WS, perempuan berusia 50 tahun dengan diagnosis appendicitis akut post appendectomy yang memiliki riwayat penyakit jantung dan hipertensi sejak 3 tahun lalu, serta status gizi overweight (IMT 27,6 kg/m²). Intervensi gizi yang diberikan berupa diet pasca bedah rendah lemak dengan kebutuhan energi 1.890 kkal, protein 63 gram (1,0 g/kg BB), lemak 52,5 gram (25%), dan karbohidrat 291,37 gram. Bentuk makanan bubur diberikan secara bertahap sesuai toleransi pasien. Monitoring asupan makan dilakukan menggunakan metode comstock selama 2 hari perawatan, menunjukkan peningkatan asupan dari hari pertama ke hari kedua, meskipun asupan energi dan karbohidrat masih perlu ditingkatkan.

Konseling gizi diberikan kepada pasien dan keluarga mengenai penatalaksanaan diet pasca bedah dan diet rendah lemak, termasuk pemilihan bahan makanan yang dianjurkan dan tidak dianjurkan, pengaturan porsi makan, serta pentingnya menjaga pola makan seimbang untuk mendukung pemulihan dan mencegah komplikasi kardiovaskular. Pasien disarankan untuk melanjutkan pola makan seimbang dengan target penurunan berat badan bertahap 1-2 kg per bulan, meningkatkan aktivitas fisik sesuai kemampuan, dan melakukan pemantauan berkala untuk menilai perkembangan status gizi dan kondisi kesehatan secara keseluruhan.