

**GAMBARAN PERUBAHAN BERAT BADAN IBU HAMIL
KEKURANGAN ENERGI KRONIS (KEK) SETELAH
MENDAPAT PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN
LOKAL DI PUSKESMAS LIMAPULUH**

MEBA ESTEVANIA N.



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES RIAU
JURUSAN GIZI
2026**

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang berjudul “Gambaran Perubahan Berat Badan Ibu Hamil Kekurangan Energi Kronis (KEK) Setelah Mendapat Pemberian Makanan Tambahan Lokal di Puskesmas Limapuluh” adalah berdasarkan hasil pemikiran, penelitian dan pemaparan asli dari penulis sendiri dengan arahan dari pembimbing yang merupakan bagian atau keseluruhan dari kegiatan yang tercantum pada tugas akhir ini. Semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Pekanbaru, 20 Mei 2026



Meba Estevania N.
P032313411076

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Tugas Akhir : Gambaran Perubahan Berat Badan Ibu Hamil Kekurangan Energi Kronis (KEK) Setelah Mendapat Pemberian Makanan Tambahan Lokal di Puskesmas Limapuluh

Nama Penulis : Meba Estevania N.

NIM : P032313411076

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi pada Program Studi D3 Gizi Poltekkes Kemenkes Riau

Pembimbing I :
Yolahumaroh, SKM, MPH



Pembimbing II :
Irma Susan Paramita, S.Gz, M.Kes



Penguji :
Dewi Rahayu, SP, M.Si



Diketahui Oleh Ketua Jurusan :

Sri Mulyani, STP, M.Si
NIP. 197801232009122002



Tanggal Ujian : 22 Mei 2026

Tanggal Lulus :

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan tugas akhir yang berjudul “Gambaran Perubahan Berat Badan Ibu Hamil Kekurangan Energi Kronis (KEK) Setelah Mendapat Pemberian Makanan Tambahan Lokal di Puskesmas Limapuluh” ini dapat selesai sesuai dengan yang diharapkan. Penyusunan laporan tugas akhir ini diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Ahli Madya pada Program Studi Gizi. Selama proses penyusunan laporan tugas akhir ini penulis banyak mendapatkan bimbingan, arahan dan dukungan dari berbagai pihak terkait, dengan itu penulis mengucapkan terimakasih setulus tulusnya kepada :

1. Rully Hevrialni, SST, Bdn, M.Keb, MH selaku Direktur Politeknik Kesehatan Riau.
2. Sri Mulyani, STP, M.Si selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Riau
3. Yolahumaroh, SKM, MPH selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan saran kepada penulis. Besar terimakasih kepada ibu dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu, pikiran dan kesabarannya kepada penulis sehingga laporan tugas akhir ini dapat selesai dengan tepat dan baik.
4. Irma Susan Paramita, S.Gz, M.Kes selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu, dan pikiran serta penuh kesabaran telah membimbing penulis dan memberikan kritik serta saran demi perbaikan penulisan laporan Tugas Akhir ini
5. Dewi Rahayu, SP, M.Si selaku penguji yang telah membantu dan memberikan arahan serta saran pada penulisan untuk perbaikan dan menyempurnakan laporan Tugas Akhir ini.
6. Terima kasih sebesar-besarnya kepada kedua orang tua, kakak dan abang penulis yang selalu memberikan doa yang tiada hentinya, perhatian dan dukungan terbaik kepada penulis setiap harinya hingga dapat menyelesaikan tugas akhir ini hingga selesai.

7. Seluruh dosen Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Riau yang telah mendidik dan memberikan ilmunya selama perkuliahan dan seluruh staff yang telah membantu dalam pelayanan dan administrasi sampai akhir proses pembuatan laporan Tugas Akhir
8. Terima kasih kepada pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, khususnya seseorang yang selalu setia memberikan semangat, ketenangan pikiran dan doa setiap tahap, serta selalu memberikan setiap tawa yang menguatkan, cerita yang telah menemani, dan kebersamaan yang telah membuat segala lelah lebih ringan.

Penulis menyadari bahwa penyusunan laporan tugas akhir ini terdapat berbagai kekurangan, maka saran dan kritik yang bersifat membangun demi jauh lebih sempurna dari sebelumnya sangat penulis harapkan. Penulis berharap semoga laporan tugas akhir ini bermanfaat bagi penulis dan pembaca. Penulis menutup seluruh proses dengan rasa syukur dan bersandar pada (Amsal 16 : 3) Serahkan perbuatanmu kepada Tuhan, maka terlaksanalah segala rencanamu.

Pekanbaru, 20 Mei 2026



Meba Estevania N.
P032313411076

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN	i
ABSTRAK	Error! Bookmark not defined.
ABSTRACT	Error! Bookmark not defined.
PERNYATAAN MENGENAI TUGAS AKHIR DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN	ii
RIWAYAT HIDUP	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1 Pemberian Makanan Tambahan (MT) Lokal pada Ibu Hamil	5
2.1.1 Pengertian Pemberian Makanan Tambahan Lokal Ibu Hamil.....	5
2.1.2 Standar Pemberian Makanan Tambahan Lokal Ibu Hamil.....	5
2.2 Ibu Hamil.....	6
2.2.1 Pengertian Ibu Hamil	6
2.2.3 Status Gizi Ibu Hamil.....	7
2.2.3 Kebutuhan Ibu Hamil.....	7
2.2.4 Pemanfaatan zat gizi pada ibu hamil.....	12
2.3 Masalah Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Ibu Hamil.....	13
2.3.1 Pengertian Kekurangan Energi Kronis (KEK)	13

2.3.2 Faktor Penyebab Kekurangan Energi Kronis (KEK)	14
2.3.3 Dampak Kekurangan Energi Kronis (KEK)	17
BAB III KERANGKA KONSEP	20
3.1 Kerangka Konsep	20
3.2 Definisi Operasional	20
BAB IV METODOLOGI PENELITIAN	22
4.1 Jenis dan Desain Penelitian	22
4.2 Waktu dan Tempat Penelitian	22
4.3 Subjek Penelitian	22
4.4 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	22
4.5 Teknik Pengolahan Data dan Analisi Data	23
4.5.1 Pengolahan Data	23
4.5.2 Analisis Data	23
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	24
5.1 Gambaran Puskesmas Limapuluh	24
5.2 Karakteristik Responden	25
5.3 Gambaran Pemberian Makanan Tambahan Lokal	27
5.4 Data Konsumsi PMT Lokal Ibu Hamil	31
5.5 Pemantauan Perubahan Berat Badan dan LILA Ibu Hamil KEK	34
BAB VI PENUTUP	38
6.1 Kesimpulan	38
6.2 Saran	38
DAFTAR PUSTAKA	40
LAMPIRAN	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Isi Piringku Ibu Hamil.....	8
Gambar 2 Pita LiLA.....	14
Gambar 3 Kerangka Konsep	20
Gambar 4 Pemantauan Berat Badan	34
Gambar 5 Pemantauan Pengukuran LiLA	35

DAFTAR TABEL

Table 1 Standar Komposisi MT-Lokal	6
Table 2 Definisi Operasional	21
Tabel 3 Data Penduduk Puskesmas Limapuluh	24
Table 4 Siklus Menu Pemberian Makanan Tambahan Puskemas Limapuluh	28
Table 5 Persentase Asupan Pemberian Makanan Tambahan Lokal	29

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kartu Kontrol Konsumsi PMT Lokal.....	48
Lampiran 2 Siklus Menu 10 Hari PMT Puskesmas Limapuluh	52
Lampiran 3 Surat Penelitian.....	54
Lampiran 4 Master Data.....	45