

**GAMBARAN PERUBAHAN BERAT BADAN IBU HAMIL KEK
PADA PROGRAM PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN
LOKAL DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SIMPANG TIGA**

SHERLLY MURNI



**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN RIAU
JURUSAN GIZI
PEKANBARU
2026**

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang berjudul “Gambaran Perubahan Berat Badan Ibu Hamil KEK Pada Program Pemberian Makanan Tambahan Lokal Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga” 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, 21 April 2026



Sherlly Murni

NIM. P032313411043

**PERNYATAAN MENGENAI TUGAS AKHIR DAN SUMBER
INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA**

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam tugas akhir dengan judul “Gambaran Perubahan Berat Badan Ibu Hamil KEK Pada Program Pemberian Makanan Tambahan Lokal Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga” ini adalah hasil karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan tidak mengandung plagiat. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir karya tulis.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Riau.

Pekanbaru, 21 April 2026

Sherlly Murni

NIM. P032313411043

**GAMBARAN PERUBAHAN BERAT BADAN IBU HAMIL KEK
PADA PROGRAM PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN
LOKAL DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SIMPANG TIGA**

SHERLLY MURNI

Tugas Akhir
Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Ahli Madya pada Program Studi Gizi

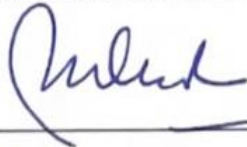
**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
JURUSAN GIZI
PEKANBARU
2026**

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Tugas Akhir : Gambaran Perubahan Berat Badan Ibu Hamil KEK Pada
Program Pemberian Makanan Tambahan Lokal di Wilayah
Kerja Puskesmas Simpang Tiga
Nama : Sherlly Murni
NIM : P032313411043

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

Pembimbing 1 :
Muharni, SP, M.Gizi



Pembimbing 2 :
Dra. Lily Restusari, M.Farm, Apt



Penguji :
Irma Susan Paramita, S.Gz, M.Kes



Diketahui Oleh

Ketua Jurusan Gizi :
Sri Mulyani, STP, M.Si
NIP. 197801232009122002



Tanggal Ujian : 24 April 2026

Tanggal Lulus :

RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan di Kota Pekanbaru pada tanggal 12 bulan Agustus tahun 2005 sebagai anak kedua dari pasangan Bapak Murni Husin dan Ibu Henny Irawaty. Pendidikan sekolah menengah atas (SMA) ditempuh di SMAN 14 Pekanbaru, dan lulus pada tahun 2023. Pada tahun 2023, penulis diterima sebagai mahasiswa program diploma 3 di Program Studi Gizi di Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Riau.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan tugas akhir yang berjudul “Gambaran Perubahan Berat Badan Ibu Hamil KEK Pada Program Pemberian Makanan Tambahan Lokal Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga” 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 terima kasih setulus-tulusnya kepada :

1. Ibu Rully Hevrialni, SST, Bdn, M.Keb., M.H. selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau
2. Ibu Sri Mulyani, STP, M.Si selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau
3. Ibu Muharni, SP, M.Gizi selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan saran serta berbagai pengalaman kepada penulis sehingga laporan Tugas Akhir ini dapat selesai dengan baik
4. Ibu Dra. Lily Restusari, M.Farm, Apt 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. Ibu Irma Susan Paramita, S.Gz, M.Kes selaku penguji yang telah memberikan arahan dan saran pada penulis untuk perbaikan laporan Tugas Akhir ini
6. Seluruh dosen Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau yang telah mendidik dan memberikan ilmunya selama perkuliahan dan seluruh staf yang telah membantu dalam pelayanan dan administrasi sampai akhir proses pembuatan laporan Tugas Akhir
7. Kedua orang tua penulis yaitu Bapak Murni Husin dan Ibu Henny Irawaty serta kakak penulis yaitu Annisa Murni dan adik penulis yaitu Tri Cahya

Murni yang telah memberikan doa, pengertian serta dukungan terbaik kepada penulis

8. Teman-teman dan sahabat penulis yang telah memberikan dukungan dan semangat kepada penulis.

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. Terakhir penulis berharap semoga laporan tugas akhir ini bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Pekanbaru, 21 April 2026

Sherlly Murni
P032313411043

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
PERNYATAAN MENGENAI TUGAS AKHIR DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA	iv
HALAMAN PENGESAHAN	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Ruang Lingkup Penelitian	5
1.5 Manfaat Penelitian.....	6
1.5.1 Manfaat Teoritis.....	6
1.5.2 Manfaat Praktis	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Ibu Hamil.....	7
2.2 Status Gizi Ibu Hamil	7
2.2.1 Indikator Status Gizi Ibu Hamil.....	7
2.2.2 Faktor yang Memengaruhi Status Gizi Ibu Hamil	9
2.3 Kebutuhan Energi dan Zat Gizi Ibu Hamil	11
2.3.1 Faktor yang Memengaruhi Pertambahan Berat Badan Ibu Hamil.....	13
2.4 Kekurangan Energi Kronis (KEK)	14
2.5 Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Ibu Hamil KEK	17
2.6 Hasil Penelitian Terdahulu	22
2.7 Keterbatasan Penelitian	24

BAB III KERANGKA KONSEP	25
3.1 Kerangka Konsep	25
3.2 Definisi Operasional	25
BAB IV METODE PENELITIAN	27
4.1 Jenis dan Desain Penelitian	27
4.2 Waktu dan Tempat Penelitian	27
4.3 Populasi dan Sampel	27
4.3.1 Populasi.....	27
4.3.2Sampel	27
4.4 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	27
4.5 Pengolahan dan Analisis Data	30
4.5.1 Pengolahan Data	30
4.5.2 Analisis Data.....	30
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	32
5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	32
5.2 Gambaran Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Lokal Ibu Hamil KEK	33
5.3 Karakteristik Ibu Hamil KEK Penerima MT Lokal	38
5.4 Perubahan Lingkar Lengan Atas (LILA) pada Ibu Hamil KEK	41
5.5 Perubahan Berat Badan pada Ibu Hamil KEK	46
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	53
6.1 Kesimpulan.....	53
6.2 Saran	54
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN.....	59

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Pertambahan BB selama kehamilan direkomendasikan sesuai IMT sebelum hamil.....	8
Tabel 2 Kecukupan energi dan makronutrien bagi ibu hamil menurut AKG 2019	12
Tabel 3 Komposisi makanan tambahan bagi ibu hamil dalam satu hari.....	19
Tabel 4 Contoh standar makanan tambahan berbahan pangan lokal bagi ibu hamil KEK dan risiko KEK	20
Tabel 5 Definisi operasional	25
Tabel 6 Siklus menu 5 hari PMT lokal ibu hamil KEK.....	34
Tabel 7 Karakteristik ibu hamil KEK	39
Tabel 8 Perubahan LILA ibu hamil KEK	43
Tabel 9 Perubahan berat badan ibu hamil KEK.....	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Rata-rata perubahan LILA ibu hamil KEK	41
Gambar 2 Perubahan LILA ibu hamil KEK	43
Gambar 3 Rata-rata perubahan Berat Badan ibu hamil KEK	47
Gambar 4 Perubahan berat badan ibu hamil KEK	49

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Master data	59
Lampiran 2 Siklus menu 5 hari PMT Lokal ibu hamil KEK	60
Lampiran 3 Kandungan gizi menu PMT Lokal ibu hamil KEK.....	61
Lampiran 4 Contoh menu PMT Lokal ibu hamil KEK.....	63
Lampiran 5 Dokumentasi PMT Lokal ibu hamil KEK 2025	64
Lampiran 6 Formulir pemantauan bulanan : pemantauan berat badan ibu hamil dan usia kehamilannya.....	65
Lampiran 7 Formulir pemantauan harian : kartu kontrol konsumsi makanan tambahan (MT) ibu hamil, pencatatan kondisi kesehatan harian ibu hamil dan tanda terima sasaran.....	66
Lampiran 8 Formulir pemantauan berat badan ibu hamil.....	67
Lampiran 9 Kartu kontrol PMT Lokal responden	67