

**PENGARUH PEMBERIAN PMT LOKAL TERHADAP PENINGKATAN
BERAT BADAN IBU HAMIL KEK
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BANYUGLUGUR**

SKRIPSI

Oleh :
Lusiana Hendrasty
NIM : P17331255020



**KEMENTRIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
2025/2026**

**PENGARUH PEMBERIAN PMT LOKAL TERHADAP PENINGKATAN
BERAT BADAN IBU HAMIL KEK
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BANYUGLUGUR**

Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan program Pendidikan Sarjana Terapan di Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jember Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

Oleh :
Lusiana Hendrasty
NIM : P17331255020



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
2025/2026**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertandatangan di bawahini:

Nama : Lusiana Hendrasty

NIM : P17331255020

Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian PMT Lokal Terhadap Peningkatan Berat Badan Ibu Hamil KEK di Wilayah Kerja Puskesmas Banyuglugur Tahun 2025.

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tulisan dalam skripsi ini adalah benar – benar asli hasil pemikiran kami sendiri. Sepanjang pengetahuan kami belum ada karya ilmiah yang serupa yang ditulis oleh orang lain. Apabila nanti terbukti bahwa Skripsi ini tidak asli atau disusun oleh orang lain atau hasil menjiplak karya orang lain baik Sebagian atau seluruhnya, maka kami bersedia untuk menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku.

Jember, 02 Juni 2026

Yang Membuat Pernyataan,



1000
SERUPAH
METERAI
TEMPEL
58186AOX161758345

Lusiana Hendrasty

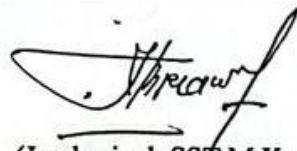
NIM. P17331255020

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi dengan Judul Skripsi dengan judul Pengaruh Pemberian PMT Lokal Terhadap Peningkatan Berat Badan Ibu Hamil KEK di Wilayah Kerja Puskesmas Banyuglugur, oleh Lusiana Hendrasty NIM P17331255020 telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan

Jember, 22 Mei 2026

Pembimbing Utama



(Jamhariyah, SST.M.Kes)
NIP. 196401111984032001

Mengetahui

Ketua Program Studi

Sarjana Terapan Kebidanan Jember



Susilawati, S.ST., M.Kes
NIP. 197412032002122002

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi dengan Judul Pengaruh Pemberian PMT Lokal Terhadap Peningkatan Berat Badan Ibu Hamil KEK di Wilayah Kerja Puskesmas Banyuglugur , Jember, oleh Lusiana Hendrasty NIM. P17331255020 yang telah dipertahankan di dewan penguji Ujian Seminar Hasil pada tanggal 24 Juni 2026

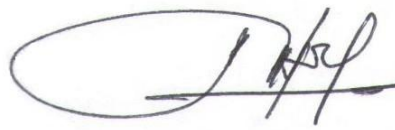
Penguji Ketua



Sugijati, SST., M.Kes.

NIP. 196306231983032009

Dewan Penguji
Penguji Anggota I



Eni Subiastutik, S.Kep.Ns., MSc.

NIP. 196805281991032001

Penguji Anggota II



Jamhariyah, SST., M.Kes.

NIP. 196401111984032001

Mengetahui,

Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes
Kemenkes Malang



Rita Yulifah, S.Kp, M.Kes
NIP.196607271991032003

Ketua Program Studi Sarjana Terapan
Kebidanan Jember



Susilawati, SST., M.Kes
NIP. 197412032002122002

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala limpahan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Skripsi penelitian yang berjudul “Pengaruh Pemberian PMT Lokal Terhadap Peningkatan Berat Badan Ibu Hamil KEK di Wilayah Kerja Puskesmas Banyuglugur Tahun 2025.”

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan tugas akhir di program studi Sarjana Terapan Kebidanan Politeknik Kemenkes Malang serta sebagai bentuk penerapan ilmu yang telah diperoleh selama perkuliahan.

Dalam hal ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, karena itu pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada :

1. Ibu Dr. Siti Nur Kholifah, SKM, M.Kep, Sp.Kom Selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang, yang telah memberikan kesempatan Menyusun Skripsi ini.
2. Ibu Rita Yulifah, S. Kp. M.Kes, selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.
3. Ibu Susilawati, S.ST., M.Kes, selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Malang yang telah memberikan kesempatan menyusun Skripsi ini.
4. Ibu Jamhariyah, SST., M.Kes , selaku Pembimbing Utama.
5. Ibu Sugijati, SST., M.Kes, selaku Penguji Utama.

6. Ibu Eni Subiastutik, S.Kep., Ns., M.Sc, selaku Penguji Anggota 1.
7. Kepala Puskesmas, Bidan Koordinator, Ahli Gizi, Kader yang telah membantu peneliti mencari data selama penelitian.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan balasan pahala atas segala amal baik yang telah diberikan dan semoga Skripsi ini berguna bagi semua pihak yang memanfaatkan.

Jember, 19 November 2025

Penulis

Lusiana Hendrasty

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN COVER (SAMPUL DEPAN).....	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI.....	v
ABSTRAK	vi
HALAMAN KATA PENGANTAR	viii
HALAMAN DAFTAR ISI.....	x
HALAMAN DAFTAR TABEL.....	xiii
HALAMAN DAFTAR GAMBAR	xiv
 BAB I PENDAHULUAN	 1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 6
2.1 Kehamilan	6
2.1.1 Pengertian Kehamilan	6
2.1.2 Tanda dan Gejala Kehamilan	6
2.1.3 Perubahan Fisiologis Selama Kehamilan	7
2.1.4 Tanda Bahaya Kehamilan.....	10
2.2 Kebutuhan Gizi Ibu Hamil.....	11
2.2.1 Pengertian Gizi Ibu Hamil.....	11
2.2.2 Masalah Gizi Pada Ibu Hamil.....	12
2.3 KEK Pada Ibu Hamil.....	15
2.3.1 Pengertian KEK	15
2.3.2 Etiologi KEK	16
2.3.3 Tanda dan Gejala KEK	18
2.3.4 Dampak KEK.....	19
2.3.5 Upaya Pencegahan KEK	20
2.3.6 Pengukuran KEK	21
2.3.7 Standar Peningkatan Status Gizi Ibu Hamil KEK.....	22
2.4 Pemberian Makanan Tambahan (PMT).....	23
2.4.1 Pengertian Pemberian Makanan Tambahan (PMT).....	23
2.4.2 Tujuan Pemberian Makanan Tambahan (PMT).....	24
2.4.3 Sasaran Pemberian Makanan Tambahan (PMT).....	25
2.4.4 Kandungan Gizi Pada Makanan Tambahan (PMT)	26
2.4.5 Perinsip Dasar Pemberian Makanan Tambahan (PMT).....	33
2.4.6 Penyelenggaraan Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) ..	36
2.4.7 Rasep Menu PMT Lokal Untuk Ibu Hamil KEK.....	39
2.5 Kerangka Konsep	41

2.6 Hipotensi	41
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	27
3.1 Desain Penelitian	27
3.2 Kerangka Operasional	28
3.3 Populasi, Sampel dan Teknik Sampling	30
3.3.1 Populasi	30
3.3.2 Sampel dan Teknik Sampling	30
3.4 VariabelPeneliti	30
3.4.1 Variabel Independent (variabel bebas)	30
3.4.2 Variabel Dependent (variable terikat)	30
3.5 Devenisi Operasional	31
3.6 Lokasi dan Waktu Penelitian	32
3.7 Alat Pengumpulan Data	32
3.8 Metode Pengumpulan Data	32
3.8.1 Data Sekunder	32
3.8.1 Data Primer	32
3.9 Metode Pengolahan Data	32
3.10 Analisa Data.	32
3.11 Etika Penelitian	33
BAB IV HASIL PENELITIAN	34
4.1 Hasil Penelitian	34
4.1.1 Data Umum	34
4.1.2 Data Khusus	37
4.2 Pembahasan	40
4.2.1 Berat Badan Ibu Hamil KEK Sebelum Mengkonsumsi PMT Lokal	41
4.2.2 Berat Badan Ibu Hamil KEK Sesudah Mengkonsumsi PMT Lokal	45
4.2.3 PengaruhPemberian PMT Lokal terhadapPeningkatan Berat Badan Ibu Hamil KEK	48
BAB V Penutup	51
5.1 Kesimpulan	51
5.2 Saran	52
DAFTAR PUSTAKA	53
DAFTAR LAMPIRAN	
Lampiran I Jadwal Penyusunan Skripsi	54
Lampiran II Lembar Usulan Judul Skripsi	55
Lampiran III Pernyataan Kesiediaan Membimbing	56
Lampiran IV Lembar Konsultasi	57
Lampiran V Lembar Pengajuan Ujian Skripsi	58
Lampiran VI Lembar Revisi Ujian Skripsi	59

Lampiran VII Berita Acara Pelaksanaan dan Kehadiran Seminar Hasil.....	60
Lampiran VIII Indikator Penilaian Bimbingan Skripsi.....	61
Lampiran IX Indikator Penilaian Ujian Skripsi	62
Lampiran X Daftar Hadir Penguji dan Peserta Ujian Skripsi	63
Lampiran XI Surat Permohonan Ethical Clearance	64
Lampiran XII Permohonan Menjadi Responden	65
Lampiran XIII Persetujuan Menjadi Responden (Informed Consent)	66
Lampiran XIV Instrumen Penelitian / Lembar Kuesioner Penelitian	67
Lampiran XX Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	68

DAFTAR TABEL

Tabel 2.3.7	Standar Peningkatan Status Gizi Ibu Hamil	22
Tabel 2.4.4	Angka Kecukupan Gizi pada Ibu Hamil	33
Tabel 3.1	Desain penelitian Pretest-posttest eksperimen	43
Tabel 3.5	Definisi Operasional	48
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Ibu Hamil KEK Di Puskesmas Banyuglugur Tahun 2025	54
Tabel 4. 2	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Kehamilan Ibu Hamil KEK Di Puskesmas Banyuglugur Tahun 2025 ..	55
Tabel 4. 3	Distribusi Frekuensi Karakteristik Distribusi Responden Berdasarkan Paritas Ibu Hamil KEK Di Puskesmas Banyuglugur Tahun 2025	55
Tabel 4. 5	Distribusi Frekuensi Karakteristik Tinggi Badan Ibu Hamil KEK Di Puskesmas Banyuglugur Tahun 2025	56
Tabel 4. 6	Rata-Rata Berat Badan Ibu Hamil KEK Sebelum Mengonsumsi PMT Lokal Di Puskesmas banyuglugur Tahun 2025	57
Tabel 4. 7	Berat Badan Ibu Hamil KEK Sesudah Mengonsumsi PMT	57
Tabel 4. 8	Komparasi Berat Badan Ibu Hamil KEK Sebelum dan Sesudah Mengonsumsi PMT lokal	58

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.2 Kerangka Konsep Pemberian PMT Lokal terhadap	
Peningkatan Berat Badan Ibu Hamil KEK.....	12
Gambar 3.1 Kerangka Operasional Pemberian PMT Lokal terhadap	
Peningkatan Berat Badan Ibu Hamil KEK	12

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran I Jadwal Penyusunan Skripsi.....	54
Lampiran II Lembar Usulan Judul Skripsi.....	55
Lampiran III Pernyataan Kesediaan Membimbing.....	56
Lampiran IV Lembar Konsultasi.....	57
Lampiran V Lembar Pengajuan Ujian Skripsi.....	58
Lampiran VI Lembar Revisi Ujian Skripsi.....	59
Lampiran VII Berita Acara Pelaksanaan dan Kehadiran Seminar Hasil.....	60
Lampiran VIII Indikator Penilaian Bimbingan Skripsi.....	61
Lampiran IX Indikator Penilaian Ujian Skripsi	62
Lampiran X Daftar Hadir Penguji dan Peserta Ujian Skripsi	63
Lampiran XI Surat Permohonan Ethical Clearance	64
Lampiran XII Permohonan Menjadi Responden	65
Lampiran XIII Persetujuan Menjadi Responden (Informed Consent)	66
Lampiran XIV Instrumen Penelitian / Lembar Kuesioner Penelitian	67
Lampiran XX Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	68

ABSTRAK

Lusiana Hendrasty, 2025. Pengaruh PMT Lokal Terhadap Peningkatan Berat Badan Ibu Hamil KEK di Wilayah kerja Puskesmas Banyuglugur Kabupaten Situbondo tahun 2025. Skripsi. Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan. Politeknik Kesehatan Malang Pembimbing :Jamhariyah, SST., M.Kes

Latar Belakang : Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil merupakan masalah gizi yang dapat meningkatkan risiko komplikasi kehamilan dan berdampak pada kesehatan ibu serta janin. Salah satu upaya penanganan yang dilakukan adalah pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbasis pangan lokal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian PMT lokal terhadap peningkatan berat badan ibu hamil KEK di wilayah kerja Puskesmas Banyuglugur Kabupaten Situbondo tahun 2025. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain *quasi experimental* bentuk *One Group Pretest-Posttest Design*. Sampel penelitian berjumlah 30 ibu hamil KEK yang dipilih menggunakan total sampling. Intervensi berupa pemberian PMT lokal dilakukan selama 120 hari. Analisis data menggunakan uji *Paired Sample t-test*. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata berat badan ibu hamil sebelum intervensi sebesar 41,5 kg meningkat menjadi 47,2 kg setelah intervensi. Hasil uji statistik menunjukkan nilai *p-value* = 0,000 ($p < 0,05$), sehingga terdapat pengaruh signifikan pemberian PMT lokal terhadap peningkatan berat badan ibu hamil KEK. PMT lokal dapat menjadi intervensi gizi yang efektif dalam meningkatkan status gizi ibu hamil KEK.

Kata kunci : PMT lokal, ibu hamil, KEK, berat badan, status gizi.

ABSTRACT

Lusiana Hendrasty. 2025. The Effect of Local Supplementary Feeding (PMT Lokal) on Weight Gain among Pregnant Women with Chronic Energy Deficiency (CED) in the Working Area of Banyuglugur Community Health Center, Situbondo Regency, 2025. Undergraduate Thesis. Bachelor of Applied Midwifery Study Program, Malang Health Polytechnic. Supervisor: Jamhariyah, SST., M.Kes.

Background : Chronic Energy Deficiency (CED) among pregnant women is a nutritional problem that increases the risk of pregnancy complications and adversely affects both maternal and fetal health. One of the strategies implemented to address this problem is the provision of Local Supplementary Feeding (PMT Lokal) based on locally available food sources. This study aimed to determine the effect of Local Supplementary Feeding on weight gain among pregnant women with CED in the working area of Banyuglugur Community Health Center, Situbondo Regency, in 2025.

Methods : This study employed a quantitative approach using a quasi-experimental method with a One Group Pretest–Posttest Design. The sample consisted of 30 pregnant women with CED selected using a total sampling technique. The intervention was the provision of Local Supplementary Feeding for 120 days. Data were analyzed using the Paired Sample *t*-test.

Results : The findings showed that the mean body weight of pregnant women increased from 41.5 kg before the intervention to 47.2 kg after the intervention. Statistical analysis revealed a *p*-value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating a significant effect of Local Supplementary Feeding on weight gain among pregnant women with CED.

Conclusion : Local Supplementary Feeding is an effective nutritional intervention for improving the nutritional status of pregnant women with Chronic Energy Deficiency by significantly increasing their body weight.

Keywords: Local Supplementary Feeding, pregnant women, Chronic Energy Deficiency (CED), body weight, nutritional status.