



---

**PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN (PMT)  
DENGAN KENAIKAN BERAT BADAN IBU HAMIL KEK**

**Fitri Juliasari<sup>1</sup>, Elsa Fitria Ana<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>Program Studi Kebidanan Sarjanan Terapan, Fakultas Kesehatan  
Universitas Aisyah Pringsewu

Email: [fitrijuliasari94@gmail.com](mailto:fitrijuliasari94@gmail.com)<sup>1</sup>, [uapelsafitriana@gmail.com](mailto:uapelsafitriana@gmail.com)<sup>2</sup>

**ABSTRACT**

Nutritional problems are one of the indirect causes of maternal and child mortality which can be prevented. The condition of pregnant women with CED is at risk of decreasing muscle strength that helps the delivery process, that it can result in fetal death (miscarriage), premature birth, birth defects, low birth weight babies and even infant death. The design used is quantitative with a cross-sectional approach with univariate and bivariate analysis by using the Chi-Square test. The population were all pregnant women who did pregnancy check at Putih Doh Public Health Center in 2020. The samples used the Random Sampling technique. This research was conducted April 2021 at Putih Doh Public Health Center using secondary data from history of pregnant women examination during 2020. The results showed that were given supplementary feeding 17.9% and not given it 82.1%. The respondents who experienced weight gain were 98.5% and did not experience weight gain were 1.5%. The results of statistical test are p-value <0.005, which means there is relationship between Supplementary Feeding with weight gain of pregnant women with CED at Putih Doh Public Health Center area 2020. It is expected that health workers will carry out special monitoring of pregnant women with CED in consuming supplementary feeding and balanced nutritional foods.

Keywords : *Supplementary Food, Pregnant women with CED, Weight of pregnant women*

**ABSTRAK**

Masalah gizi merupakan salah satu penyebab kematian ibu dan anak secara tidak langsung yang sebenarnya masih dapat dicegah. Kondisi ibu hamil KEK berisiko menurunkan kekuatan otot yang membantu proses persalinan sehingga dapat mengakibatkan terjadinya kematian janin (keguguran), prematur, lahir cacat, bayi berat lahir rendah (BBLR) bahkan kematian bayi. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode pendekatan *Cross Sectional* dengan analisis univariat dan bivariate menggunakan uji *Chi Square*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan di Puskesmas Putih Doh pada tahun 2020 dengan pengambilan sampel menggunakan teknik *Random Sampling*. Penelitian ini dilakukan pada bulan April 2021 di Puskesmas Putih Doh dengan menggunakan data sekunder riwayat pemeriksaan ibu hamil selama tahun 2020. Hasil penelitian diperoleh data yang diberikan PMT sebanyak 17,9% dan yang tidak diberikan sebanyak 82,1%. Responden yang mengalami peningkatan berat badan sebanyak 98,5% dan yang tidak mengalami kenaikan berat badan sebanyak 1,5%. Hasil uji statistik diketahui p-value <0,005 yang artinya ada hubungan antara PMT dengan Kenaikan Berat Badan pada Ibu hamil KEK di Puskesmas Putih Doh tahun 2020. Diharapkan kepada petugas kesehatan melakukan pemantauan khusus pada ibu hamil KEK dalam mengkonsumsi PMT dan makanan gizi seimbang.

**Kata kunci:** *Pemberian Makanan Tambahan, Ibu hamil KEK, Berat Badan ibu hamil*

## I. PENDAHULUAN

Masalah ibu hamil KEK merupakan salah satu fokus perhatian dan menjadi salah satu indikator kinerja program Kementerian Kesehatan, karena berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, prevalensi risiko KEK pada ibu hamil (15-49 tahun) masih cukup tinggi yaitu sebesar 24,2%. Prevalensi tertinggi ditemukan pada usia remaja (15-19 tahun) sebesar 38,5% dibandingkan dengan kelompok lebih tua (20-24 tahun) sebesar 30,1%. Indikator persentase ibu hamil KEK diharapkan turun sebesar 1,5% setiap tahunnya. Pada awal periode tahun 2015, persentase ibu hamil KEK ditargetkan tidak melebihi 24,2%, dan diharapkan di akhir periode pada tahun 2019, maksimal ibu hamil dengan risiko KEK adalah sebesar 18,2%. Dasar penetapan persentase bumil KEK mengacu kepada hasil Riskesdas tahun 2013. (Kemenkes, 2019).

Gizi kurang pada ibu hamil akan mempengaruhi proses tumbuh kembang janin yang berisiko kelahiran bayi berat lahir rendah atau BBLR (Kemenkes RI, 2015). Umumnya kondisi tersebut diawali dengan kejadian 'risiko' KEK yang ditandai oleh rendahnya cadangan energi dalam jangka waktu cukup lama dan dapat diukur dengan lingkaran lengan atas (Lila), (Kemenkes, 2019).

Kondisi ibu hamil KEK berisiko menurunkan kekuatan otot yang membantu proses persalinan sehingga dapat mengakibatkan terjadinya kematian janin (keguguran), prematur, lahir cacat, bayi berat lahir rendah (BBLR) bahkan kematian bayi. Ibu hamil dengan risiko KEK dapat mengganggu tumbuh kembang janin yaitu pertumbuhan fisik (*stunting*), otak dan metabolisme yang menyebabkan penyakit menular di usia dewasa (Kemenkes, 2019).

PMT adalah suplementasi gizi berupa biskuit lapis yang dibuat dengan formulasi khusus dan difortifikasi dengan vitamin dan

mineral yang diberikan kepada ibu hamil dengan kategori Kurang Energi Kronis (KEK) untuk mencukupi kebutuhan gizi. Makanan Tambahan Ibu Hamil adalah suplementasi gizi berupa biskuit lapis yang dibuat dengan formulasi khusus dan difortifikasi dengan vitamin dan mineral yang diberikan kepada ibu hamil dengan kategori Kurang Energi Kronis (KEK) untuk mencukupi kebutuhan gizi. Pada kehamilan trimester I ibu hamil diberikan 2 keping biskuit lapis per hari dan pada ibu hamil trimester II dan III akan diberikan 3 keping biskuit lapis perhari. Selanjutnya dilakukan pemantauan apakah ada pertambahan berat badan dan lila sesuai dengan standar penambahan berat badan atau lila pada ibu hamil (Kemenkes RI, 2018).

Selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Amareta (2018) dengan Judul hubungan pemberian makanan tambahan pemulihan dengan kadar Hb dan kenaikan BB ibu hamil di Puskesmas Jelbuk Kabupaten Jember tahun 2018 dengan hasil terdapat hubungan yang berarti antara pemberian PMT pemulihan dengan kenaikan berat badan ibu hamil KEK.

Berdasarkan hasil *pra survey* yang dilakukan, pada tahun 2020 di Kabupaten Tanggamus diketahui jumlah ibu hamil yang melakukan pemeriksaan sebanyak 5.409. Di Puskesmas Putih Doh diketahui terdapat 404 ibu hamil yang melakukan kunjungan pemeriksaan kehamilan, 56 ibu hamil diantaranya mengalami kekurangan energi kronis (KEK) yang ditandai dengan lingkaran lengan atas <23,5 cm dan kenaikan berat badan yang tidak sesuai dengan pertambahan usia kehamilan. Adapun tujuan penelitian ini untuk mengetahui Hubungan Pemberian Makanan Tambahan Ibu Hamil dengan Kenaikan Berat Badan Ibu Hamil KEK di Puskesmas Putih Doh tahun 2020.

## II. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yang menggunakan rancangan *survey analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 27-29 April 2021 di Puskesmas Putih Doh Kabupaten Tanggamus. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil KEK yang melakukan pemeriksaan hamil di Puskesmas Putih Doh pada tahun 2020 berjumlah 404.

Sampel dalam penelitian ini adalah ibu hamil KEK yang melakukan pemeriksaan kehamilan di Puskesmas Putih Doh pada tahun 2020 yang ditentukan dengan rumus *Slovin* sebanyak 201 responden. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *random sampling* dengan kriteria inklusi Ibu Hamil TM II & III yang melakukan pemeriksaan di Puskesmas Putih Doh pada tahun 2020.

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data sekunder yang berasal dari rekap laporan pemegang program gizi UPTD Puskesmas Putih Doh Tahun 2020. *analisis univariat* disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan Analisis bivariat yang digunakan adalah *Chi square*.

### III. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### Analisa Univariat

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Ibu Hamil KEK**

No	Pemberian Makanan Tambahan	Frekuensi	Presentase (%)
1	Diberikan	36	17.9
2	Tidak Diberikan	165	82.1
<b>Total</b>		201	100

Hasil penelitian didapatkan bahwa dari 201 ibu hamil, terdapat 82,1% ibu hamil yang tidak diberikan PMT.

**Tabel 2 Distribusi Frekuensi Kenaikan Berat Badan**

No	Kenaikan BB	Frekuensi	(%)
1	Ada Penambahan BB	198	98,5
2	Tidak ada penambahan	3	1,5
<b>Total</b>		201	100

Hasil penelitian didapatkan bahwa dari 201 ibu hamil, terdapat 98,5% ibu hamil yang mengalami peningkatan berat badan.

#### Analisa Bivariat

**Tabel 3 Hubungan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Dengan Kenaikan Berat Badan Ibu Hamil KEK**

No	Berat Badan	PMT				Jumlah		P value
		Ya		Tidak		N	%	
		N	%	N	%			
1	Naik	33	16,7	165	83,3	198	100	
2	Tidak	3	100	0	0	3	100	
<b>Total</b>		36	17,9	165	83,3	201	100	

Hasil analisis hubungan antara Pemberian Makanan Tambahan dengan Kenaikan Berat badan Ibu Hamil KEK diperoleh bahwa ada sebanyak 33 (16,7%) ibu hamil KEK yang diberikan PMT mengalami kenaikan berat badan, sedangkan diantara ibu yang diberikan PMT ada sebanyak 3 (100%) yang tidak mengalami kenaikan berat badan. Hasil *uji statistic* diperoleh *P value* 0,005 ( $p < 0,05$ ), maka dapat disimpulkan ada hubungan antara pemberian PMT dengan kenaikan berat badan.

### PEMBAHASAN

#### Pemberian Makanan Tambahan

PMT adalah suplementasi gizi berupa biskuit lapis yang dibuat dengan formulasi khusus dan difortifikasi dengan vitamin dan mineral yang diberikan kepada ibu hamil dengan kategori Kurang Energi Kronis (KEK) untuk mencukupi kebutuhan gizi. Tiap kemasan primer terdiri dari 3 keping/60 gram yang mengandung minimum 270

kalori, minimum 6 gram protein, minimum 12 gram lemak dan diperkaya dengan 11 macam vitamin (A, D E, B1, B2, B3, B5, B6, B12, C, *Folat*) serta 7 macam mineral (Besi, *Kalsium, Natrium, Seng, Iodium, Fosfor, Selenium*) (Kemenkes, 2017).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Hernawati (2018) tentang Hubungan Pemberian Makanan Tambahan pada Ibu Hamil dengan Kurang energi kronis di wilayah kerja Puskesmas Ibrahim Adjie Kota Bandung. Dari hasil penelitian diketahui bahwa sebanyak 73,68% ibu hamil diberikan makanan tambahan selama 4 bulan *full* dan 26,32% tidak diberikan makanan selama 4 bulan *full*.

Menurut peneliti, pemberian makanan tambahan selama 2 bulan yang dibagikan kepada ibu hamil dengan status gizi yang kurang baik adalah langkah tepat karena telah sesuai dengan prinsip dasar pemberian PMT untuk memenuhi kecukupan gizi ibu hamil KEK. Untuk itu, diharapkan ada pemantauan berkala terhadap ibu hamil KEK yang diberikan PMT agar status gizi ibu hamil KEK mengalami peningkatan.

### **Kenaikan Berat Badan**

Perubahan yang terjadi selama kehamilan terukur dalam kenaikan berat badan ibu. Agar bayi yang dilahirkan dalam kondisi normal (lahir hidup, cukup bulan dan berat lahir cukup) ibu hamil membutuhkan energi dan zat gizi optimal yang diperoleh melalui ibu. Ibu hamil dengan cukup energi dan asupan zat gizinya akan naik berat badannya sesuai umur kehamilan dan bayi lahir sehat Ibu hamil TM II dan III secara teori mengalami peningkatan berat badan yang signifikan dibandingkan pada TM I. Pertambahan berat badan selama hamil sekitar 10 – 12 kg, dimana pada trimester I pertambahan kurang dari 1 kg, trimester II sekitar 3 kg, dan trimester III sekitar 6 kg. Pertambahan berat badan ini juga sekaligus bertujuan memantau pertumbuhan janin (Kemenkes RI, 2015).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Chandradewi (2015) tentang

Pengaruh Pemberian Makanan Tambahan Terhadap Peningkatan Berat Badan Ibu Hamil KEK (Kurang Energi Kronis) di Wilayah Kerja Puskesmas Labuan Lombok, yang dilakukan pada ibu hamil KEK yang diberikan PMT berupa biskuit sandwich lapis selama 90 hari. Dari hasil penelitian diketahui bahwa terjadi peningkatan berat badan pada ibu hamil KEK pada kelompok intervensi yang diberikan biskuit *Sandwich* dibandingkan pada kelompok kontrol. Rata-rata kenaikan berat badan pada kelompok intervensi sebesar  $5,80 \pm 2,007$  kg sedangkan pada kelompok kontrol sebesar  $3,13 \pm 1,767$  kg.

Menurut asumsi peneliti, status gizi KEK yang dialami ibu hamil terjadi akibat pola makan yang tidak baik saat prakonsepsi. Kondisi ini semakin diperparah saat TM I, beberapa responden mengalami mual muntah yang berlebihan dan tidak nafsu makan yang menyebabkan ibu menjadi kesulitan dalam memenuhi kecukupan gizi.

### **Hubungan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Dengan Kenaikan Berat Badan Ibu Hamil KEK**

Nilai rata-rata kontribusi makanan tambahan (biskuit) terhadap total konsumsi energi adalah 23,44% (501,38 Kkal)  $\pm$  2,56% (53,47 Kkal), sedangkan terhadap konsumsi total protein adalah 26,99% (18,83 gram)  $\pm$  5,8% (4,06 gram). Berdasarkan pedoman pemberian makanan tambahan pemulihan bagi ibu hamil kurang energi kronis, bahwa kandungan energi 180-300 kkal dan 17 gram protein (Kemenkes, 2012). Hasil meta analisis PMT dengan energi 300-800 kkal/hari dengan energi yang berasal dari protein <25% dapat meningkatkan tambahan berat badan ibu hamil yang menderita KEK (Anwar, et al, 2003 dalam Chandradewi, 2015).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Andriani, dkk (2018) tentang Pemberian Biskuit *Sandwich* Meningkatkan Berat badan Ibu Hamil Berisiko Kurang Energi Kronis yang dilakukan pada 51 ibu hamil KEK Gakin (Keluarga Miskin) dan 51

Ibu Hamil KEK non Gakin yang diberikan biskuit *sandwich* selama 90 hari. Hasil uji statistik diketahui *p value* 0,001 yang artinya ada pengaruh pemberian biskuit *sandwich* terhadap peningkatan berat badan ibu hamil.

Menurut peneliti, adanya hubungan pemberian PMT dengan kenaikan berat badan ibu hamil KEK karena PMT berupa biskuit merupakan makanan tambahan yang mengandung zat gizi lengkap yang sesuai dengan ketentuan dari Pemerintah. Namun, PMT bukanlah penyebab utama dalam peningkatan berat badan ibu hamil, Pengaturan pola makan dan jenis nutrisi yang dikonsumsi adalah faktor penting untuk meningkatkan berat badan ibu hamil. Diharapkan kepada tenaga kesehatan untuk mengedukasi ibu hamil agar mengatur pola makan dan asupan nutrisi yang baik bagi ibu hamil dengan memanfaatkan bahan makanan yang tersedia sesuai kearifan lokal di wilayah Puskesmas Putih Doh.

#### IV. PENUTUP

Ada hubungan bermakna antara pemberian PMT dengan kenaikan Berat Badan pada ibu hamil KEK di Puskesmas Putih Doh tahun 2020 dengan nilai *p-value* 0,005

#### DAFTAR PUSTAKA

- Amareta, Indah 2014. *Hubungan Pemberian Makanan Tambahan-Pemulihan Dengan Kadar Hemoglobin Dan Kenaikan Berat Badan Ibu Hamil Kurang Energi Kronis (Studi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jelbuk Kabupaten Jember) Tahun 2014*. Jurnal Gizi, Politeknik Negeri Jember.
- Andriani, Rika, dkk, 2018, *Pemberian Biskuit Sandwich Meningkatkan Berat Badan Ibu Hamil Berisiko Kurang Energi Kronis*, Jurnal Manajemen Kesehatan Indonesia, Volume 6 Nomor 2
- Chandradewi, 2015, *Pengaruh Pemberian Makanan Tambahan Terhadap Peningkatan Berat badan Ibu Hamil KEK (Kurang Energi*

*Kronis) Di Wilayah Kerja Puskesmas Labuan Lombok*, Jurnal Kesehatan Prima Vol 9 Nomor 1

Hernawati, Yetti, 2019, *Hubungan Pemberian Makanan Tambahan Pada Ibu Hamil Dengan Kurang Energi Kronis di Wilayah Kerja Puskesmas Ibrahim Adjie Kota Bandung Tahun 2018*, Jurnal Sehat Masada Volume XIII Nomor 1

Kemendes RI. 2015. *Profil Kesehatan Indonesia 2015*. Jakarta : Kepmenkes RI

Kemendes RI. 2018. *Petunjuk Teknis Pemberian Makanan Tambahan*. Jakarta: Kepmenkes RI

Kemendes RI. 2019. *P2PTM Kemendes RI. Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta : Kepmenkes RI