

## Pengaruh Pemberian Makanan Tambahan Lokal terhadap Peningkatan Berat Badan Ibu Hamil Kurang Energi Kronis

### *Effect of Local Supplementary Food Intake on Weight Gain in Pregnant Women with Chronic Energy Deficiency*

Yulyana<sup>1\*</sup>, Shandy Kusumawardhani<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Prodi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kebidanan, Institut Citra Internasional, Kepulauan Bangka Belitung, Indonesia

---

#### Kata Kunci :

PMT Lokal, KEK, Ibu Hamil, Berat Badan, Status Gizi.

---

#### ABSTRAK

**Pendahuluan:** Kekurangan energi yang berkepanjangan (KEK) pada wanita hamil masih menjadi isu kesehatan yang dapat menimbulkan risiko anemia, kelahiran prematur, serta bayi yang lahir dengan berat badan rendah. Salah satu upaya yang dilakukan oleh pemerintah untuk meningkatkan kesehatan ibu hamil adalah dengan memberikan makanan tambahan yang berasal dari bahan lokal. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh pemberian makanan tambahan (PMT) lokal terhadap peningkatan berat badan ibu hamil dalam kategori rentan di wilayah kerja Puskesmas Perlang, Kabupaten Bangka Tengah, pada tahun 2026. **Metode:** Penelitian dilakukan secara kuantitatif dengan desain eksperimen semu, yang melibatkan satu kelompok dengan pengukuran sebelum dan sesudah intervensi. Sampel dalam penelitian ini terdiri dari 15 wanita hamil yang termasuk dalam kategori rentan, yang dipilih dengan menggunakan teknik pengambilan sampel total. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan metode uji Paired Sample T-Test dengan tingkat signifikansi 95 persen. **Hasil:** Rata-rata berat badan wanita hamil sebelum menerima makanan tambahan lokal tercatat sebesar 43,19 kg dengan standar deviasi 3,70. Setelah intervensi, rata-rata berat mereka meningkat menjadi 44,69 kg dengan standar deviasi 3,86. Uji Paired Sample T-Test menunjukkan nilai p-value. Hasil dari uji Paired Sample T-Test menunjukkan nilai p-value 0,001 ( $p < 0,05$ ), yang berarti ada pengaruh signifikan pemberian PMT lokal terhadap peningkatan berat badan ibu hamil KEK. **Kesimpulan:** Pemberian PMT lokal berpengaruh signifikan terhadap peningkatan berat badan ibu hamil KEK. Program PMT lokal dapat dijadikan salah satu strategi intervensi gizi untuk meningkatkan status kesehatan ibu hamil.

---

#### Keyword:

Local Supplementary Feeding, Chronic Energy Deficiency, Pregnant Women, Body Weight, Nutritional Status.

---

#### ABSTRACT

**Introduction:** Prolonged energy deficiency (PED) in pregnant women remains a health issue that can lead to anemia, preterm birth, and low birth weight. One of the government's efforts to improve the health of pregnant women is to provide supplementary food made from local ingredients. This study aims to examine the effect of providing local supplementary food (PMT) on weight gain among pregnant women in the vulnerable category within the service area of the Perlang Community Health Center, Central Bangka Regency, in 2026. **Methods:** This quantitative study employed a quasi-experimental design, involving a single group with pre- and post-intervention measurements. The sample consisted of 15 pregnant women classified as vulnerable, selected using a total sampling technique. The data were analyzed using the Paired Sample T-Test with a 95 percent significance level. **Results:** The average body weight of pregnant women before receiving local supplementary food was 43.19 kg with a standard deviation of 3.70. After the intervention, their average weight increased to 44.69 kg with a standard deviation of 3.86. The Paired Sample T-Test yielded a p-value. The results of the Paired Sample T-Test showed a p-value of 0.001 ( $p < 0.05$ ), indicating that the

---

*provision of local PMT had a significant effect on the weight gain of pregnant women with KEK. **Conclusion:** The provision of local PMT has a significant effect on the weight gain of pregnant women with KEK. The local PMT program can be used as a nutritional intervention strategy to improve the health status of pregnant women.*

*Copyright © 2026 JKBD  
Allrights reserved*

---

**Corresponding Author:****Yulyana**

Email: yulierizkia01@gmail.com

---

**Article history**

Received date : 17 Juni 2026

Revised date : 03 Agustus 2026

Accepted date : 10 Agustus 2026

---

**PENDAHULUAN**

Kehamilan adalah masa penting dalam hidup seorang perempuan yang menunjukkan bahwa kebutuhan akan makanan bergizi meningkat, agar bisa mendukung tumbuh kembang bayi dalam kandungan serta menjaga kesehatan sang ibu. Pemenuhan kebutuhan gizi selama masa kehamilan sangat memengaruhi hasil kehamilan serta kualitas manusia di masa depan. Kurangnya asupan nutrisi selama masa kehamilan bisa menyebabkan beberapa masalah kesehatan, termasuk Kekurangan Energi Kronis (KEK) seperti yang diteliti oleh Devi et al.pada tahun 2023.

Kekurangan Energi Kronis (KEK) adalah kondisi di mana tubuh kekurangan energi dan protein dalam waktu yang lama, sehingga menyebabkan penurunan stok energi dalam tubuh. Pada ibu yang sedang hamil, kekurangan gizi protein energi (KEK) dapat dikenali dengan lingkaran lengan atas (LiLA) yang lebih kecil dari 23,5 cm atau indeks massa tubuh (IMT) yang di bawah 18,5 kg per meter persegi pada awal kehamilan. Kondisi ini bisa memicu berbagai masalah selama kehamilan seperti anemia, infeksi, pendarahan, kelahiran prematur, dan bayi lahir dengan berat badan rendah (BBLR) (WHO, 2020; WHO, 2021).

Isu KEK yang dihadapi ibu hamil masih mendapat perhatian dari berbagai pihak di dunia. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan sekitar 20 hingga 25 persen ibu hamil di negara berkembang mengalami kejang kejang pada kehamilan, yang berdampak pada peningkatan kasus sakit dan kematian ibu serta bayi. Selain itu, sekitar 20 juta bayi di seluruh dunia lahir dengan berat badan yang terlalu rendah setiap tahunnya, dan mayoritas kasus terkait dengan kondisi gizi ibu yang tidak cukup baik selama masa kehamilan

(WHO, 2020). Kondisi itu menunjukkan bahwa meningkatkan gizi ibu hamil adalah salah satu cara penting untuk meningkatkan kesehatan ibu dan bayi.

Di Indonesia, tingkat kejadian KEK pada ibu hamil masih menjadi isu kesehatan masyarakat. Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, ada 16,9% ibu hamil yang mengalami kekurangan energi kronis. Meskipun angka ini menunjukkan penurunan dibandingkan hasil Riskesdas tahun 2018 yang mencapai 17,3%, tingkat prevalensinya masih lebih tinggi dari target yang ditentukan dalam Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Selain itu, persentase ibu hamil yang menderita anemia masih mencapai 27,7% dan angka bayi lahir dengan berat badan rendah mencapai 11,7%, yang menunjukkan bahwa masalah gizi selama masa kehamilan masih memerlukan perhatian yang sangat penting (Kemenkes RI, 2023).

Untuk mengatasi masalah gizi pada ibu hamil, pemerintah telah menerapkan berbagai program intervensi, salah satunya adalah pemberian makanan tambahan (PMT) yang menggunakan bahan makanan lokal. PMT lokal adalah makanan tambahan yang dibuat dari bahan-bahan makanan yang ada di sekitar kita, mudah didapat, harganya terjangkau, dan sesuai dengan cara makan orang-orang setempat. Program ini bertujuan untuk meningkatkan energi dan protein yang masuk ke dalam tubuh ibu hamil agar dapat memperbaiki kondisi gizi dan mengurangi kemungkinan terjadinya komplikasi saat hamil (Kemenkes RI, 2023)..

Menggunakan pangan lokal sebagai bahan dasar PMT memiliki kelebihan, seperti mudah ditemukan, harganya lebih terjangkau, serta bisa membuat masyarakat lebih menerima program pemberdayaan gizi.

Beberapa bahan makanan lokal yang biasa digunakan sebagai makanan pelengkap nutrisi antara lain ikan, telur, ayam, kacang-kacangan, sayuran, dan buah-buahan yang kaya akan gizi. Pengonsumsi makanan pengayaan mikronutrien (PMT) lokal secara rutin diharapkan dapat membantu memenuhi kebutuhan energi dan protein ibu hamil, sehingga berdampak pada peningkatan berat badan selama masa kehamilan (Damayanti, 2025).

Berat badan ibu yang sedang hamil adalah salah satu tanda penting yang digunakan untuk mengecek kondisi gizi selama masa kehamilan. Peningkatan berat badan yang sesuai dengan anjuran menunjukkan bahwa kebutuhan gizi ibu dan bayi dalam kandungan telah terpenuhi dengan cukup baik. Sebaliknya, jika berat badan tidak meningkat secara cukup, bisa meningkatkan risiko terjadinya bayi lahir dengan berat badan rendah, gangguan tumbuh kembang janin, persalinan lebih awal, serta berbagai masalah kehamilan lainnya (Fikawati, 2021). Oleh karena itu, memantau berat badan merupakan salah satu cara yang umum digunakan untuk mengetahui apakah intervensi gizi yang diberikan kepada ibu hamil berhasil atau tidak.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa program makanan tambahan lokal memberikan dampak positif dalam meningkatkan kondisi gizi ibu hamil. Penelitian oleh Amila tahun 2025 menunjukkan bahwa pemberian PMT lokal berdampak nyata terhadap peningkatan kondisi gizi ibu hamil KEK, yang terlihat dari peningkatan ukuran LiLA serta peningkatan berbagai indikator gizi lainnya. Penelitian oleh Lailatul et al.(2024) juga menemukan bahwa pemberian makanan tambahan berdampak signifikan pada peningkatan gizi ibu hamil serta berat badan bayi yang lahir. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa PMT lokal bisa menjadi salah satu cara yang efektif untuk mengatasi masalah KEK pada ibu hamil.

Berdasarkan data dari Puskesmas Perlang tahun 2025, dari 186 ibu hamil yang terdaftar, terdapat 27 orang (14,52%) yang mengalami KEK. Program PMT lokal sudah diberikan kepada ibu hamil KEK dalam bentuk makanan yang bisa langsung dikonsumsi, seperti omelet, bubur ayam telur, dan buah-buahan. Namun, sampai saat ini belum ada penelitian ilmiah yang dilakukan untuk mengevaluasi dampak program PMT lokal

terhadap peningkatan berat badan ibu hamil KEK di area kerja Puskesmas Perlang. Padahal informasi itu sangat penting sebagai dasar untuk membuat program peningkatan gizi ibu hamil yang lebih efektif dan bisa terus berlanjut.

Berdasarkan penjelasan tersebut, pemberian PMT lokal adalah salah satu upaya yang bisa meningkatkan kondisi gizi ibu hamil dengan cara meningkatkan berat badan selama masa kehamilan. Oleh karena itu, peneliti ingin melakukan penelitian tentang dampak pemberian Makanan Tambahan (PMT) Lokal terhadap peningkatan berat badan ibu hamil KEK di area kerja Puskesmas Perlang, Kabupaten Bangka Tengah, pada tahun 2026. Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi referensi bagi para tenaga kesehatan dalam meningkatkan program PMT lokal sebagai upaya mencegah dan mengatasi KEK pada ibu hamil.

## METODE

Penelitian ini adalah penelitian berbasis angka dengan desain quasi eksperimen yang menggunakan pendekatan satu kelompok dengan pengukuran sebelum dan sesudah perlakuan. Penelitian ini dilakukan di area kerja Puskesmas Perlang, Kabupaten Bangka Tengah, mulai dari bulan Maret sampai dengan Mei tahun 2026. Populasi dalam penelitian ini mencakup semua ibu hamil yang mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK). Sampel penelitian terdiri dari 15 ibu hamil KEK yang dipilih dengan metode total sampling.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah pemberian Makanan Tambahan (PMT) lokal, sedangkan variabel dependen adalah peningkatan berat badan ibu hamil KEK. Data diperoleh dengan mengukur berat badan sebelum dan setelah pemberian PMT lokal. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Uji normalitas dilakukan dengan metode Shapiro-Wilk, sedangkan analisis bivariat menggunakan uji Paired Sample T-Test dengan tingkat signifikansi  $\alpha = 0,05$  untuk mengetahui pengaruh PMT lokal terhadap peningkatan berat badan ibu hamil KEK. Penelitian ini sudah menerapkan prinsip-prinsip etika penelitian seperti persetujuan yang diketahui, kerahasiaan, dan kerahasiaan data.

**HASIL**

**Tabel 1.**  
**Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden**

| Variabel          | Jumlah | Presentase (%) |
|-------------------|--------|----------------|
| <b>Umur</b>       |        |                |
| Resiko            | 5      | 33,3           |
| Tidak Resiko      | 10     | 66,7           |
| <b>Pendidikan</b> |        |                |
| SD                | 4      | 26,7           |
| SMP               | 3      | 20             |
| SMA               | 7      | 46,7           |
| PT                | 1      | 6,6            |
| <b>Total</b>      | 15     | 100            |

Berdasarkan tabel 1, distribusi frekuensi umur responden di wilayah kerja Puskesmas Perlang tahun 2026 menunjukkan bahwa dari 15 responden yang ada, sebagian besar masuk dalam kategori tidak berisiko, yaitu sebanyak 10 orang atau 66,7%. Responden yang berusia berisiko terdapat 5 orang atau 33,3 persen. Distribusi frekuensi tingkat pendidikan responden di wilayah kerja Puskesmas Perlang tahun 2026 menunjukkan bahwa dari 15 responden yang ada, sebagian besar memiliki latar belakang pendidikan SMA, yaitu sebanyak 7 orang atau 46,7%. Diikuti oleh responden dengan pendidikan SD sebanyak 4 orang atau 26,7%, lalu SMP sebanyak 3 orang atau 20%, dan yang paling sedikit adalah responden dengan pendidikan perguruan tinggi, hanya 1 orang atau 6,6%.

**Analisis Bivariat**

**Tabel 2.**  
**Pengaruh PMT Lokal terhadap Berat Badan Ibu Hamil KEK di Puskesmas Perlang Tahun 2026**

| Variabel         | Mean Sebelum | Mean Sesudah | Selisih mean | t       | df | P-value |
|------------------|--------------|--------------|--------------|---------|----|---------|
| BB Ibu Hamil KEK | 43,19        | 44,69        | 1,49         | -11,896 | 14 | < 0,001 |

Berdasarkan Tabel 2, terlihat bahwa rata-rata berat badan ibu hamil KEK sebelum diberikan PMT lokal adalah 43,19 kg, namun setelah menerima PMT lokal selama 14 hari, berat badan mereka meningkat menjadi 44,69 kg. Ada perbedaan rata-rata kenaikan berat badan sebesar 1,49 kilogram.

Uji statistik menunjukkan nilai t sebesar -11,896 dengan derajat kebebasan 14 dan nilai p 0,001 (< 0,05). Hasil ini dapat disimpulkan

bahwa pemberian PMT lokal memberikan pengaruh terhadap peningkatan berat badan ibu hamil KEK.

**PEMBAHASAN**

Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil merujuk pada kondisi kekurangan energi dan protein dalam jangka waktu lama yang diukur melalui Lingkar Lengan Atas (LiLA) <23.5 cm. KEK pada ibu hamil dapat memengaruhi risiko persalinan prematur, gangguan pertumbuhan janin, serta bayi dengan berat lahir rendah. Pemberian Makanan Tambahan (PMT) lokal merupakan intervensi gizi yang bertujuan untuk meningkatkan asupan energi dan protein pada kondisi KEK. Sesuai himbauan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023) menyatakan bahwa PMT lokal umumnya menyediakan pangan lokal yang mudah diakses dan berkualitas tinggi, sehingga dapat membantu meningkatkan status gizi dan berat badan ibu hamil.

Hasil penelitian ini selaras dengan temuan Amila (2025) yang menunjukkan bahwa pemberian PMT lokal dapat meningkatkan status gizi ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Banggae 1 Majene. Temuan tersebut memperlihatkan peningkatan LiLA dari 21,97 cm menjadi 23,53 cm ( $p = 0,000$ ) serta peningkatan IMT dari 79,56 menjadi 84,96, dan proporsi ibu hamil KEK mengalami penurunan dari 90,7% menjadi 42,7% setelah intervensi.

Penelitian Lailatul et al. (2024) juga mengemukakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pemberian PMT dengan status gizi ibu hamil serta berat badan lahir bayi. Di samping itu, penelitian Putri & Handayani (2024) menunjukkan bahwa PMT lokal efektif dalam meningkatkan berat badan ibu hamil KEK.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian makanan tambahan (PMT) lokal terhadap peningkatan berat badan ibu hamil KEK di wilayah kerja Puskesmas Perlang tahun 2026. Hal ini dibuktikan dengan hasil uji Paired Sample T-Test yang menunjukkan nilai  $p < 0,001$  ( $p < 0,05$ ), yang berarti terdapat perbedaan bermakna antara berat badan sebelum dan sesudah intervensi. Rata-rata berat badan ibu hamil KEK sebelum intervensi adalah 43,19, kemudian meningkat menjadi 44,69 setelah

diberikan PMT lokal selama 14 hari, dengan selisih peningkatan sebesar 1,49.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian PMT lokal efektif dalam meningkatkan berat badan ibu hamil KEK. Peningkatan berat badan ini disebabkan karena PMT lokal mengandung energi dan protein yang cukup untuk memenuhi kebutuhan gizi ibu hamil, sehingga dapat memperbaiki status gizi ibu. Selain itu, kepatuhan ibu dalam mengonsumsi PMT selama 14 hari juga menjadi faktor pendukung keberhasilan intervensi. Asupan gizi yang adekuat akan meningkatkan cadangan energi tubuh sehingga berdampak pada peningkatan berat badan ibu hamil KEK.

Peneliti berasumsi bahwa pemberian PMT lokal berpengaruh terhadap peningkatan berat badan ibu hamil KEK. Namun, peningkatan berat badan tersebut tidak hanya dipengaruhi oleh pemberian PMT lokal saja, melainkan juga dipengaruhi oleh tingkat kepatuhan konsumsi, kondisi kesehatan ibu, pola makan sehari-hari di luar intervensi, serta dukungan keluarga dalam pemenuhan kebutuhan gizi ibu hamil

## KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata berat badan ibu hamil dengan KEK sebelum menerima Makanan Tambahan (PMT) lokal adalah 43,19 kg, dan meningkat menjadi 44,69 kg setelah pemberian PMT lokal. Uji Paired Sample T-Test menghasilkan p-value 0,001 ( $p < 0,05$ ), sehingga dapat disimpulkan adanya pengaruh signifikan pemberian PMT lokal terhadap peningkatan berat badan ibu hamil KEK di wilayah kerja Puskesmas Perlang, Kabupaten Bangka Tengah, tahun 2026.

PMT lokal layak digunakan sebagai salah satu intervensi efektif untuk memperbaiki status gizi ibu hamil dengan KEK.

## DAFTAR PUSTAKA

Amila. (2025). Pengaruh pemberian PMT lokal terhadap perbaikan status gizi ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Banggae 1 Majene. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(1), 45–52.

Andriani, R., Kartasurya, M. I., & Nugraheni,

S. A. (2018). Pemberian biskuit sandwich meningkatkan berat badan ibu hamil berisiko kurang energi kronis. *Jurnal Manajemen Kesehatan Indonesia*, 6(2), 132-137.

Angraeni, J., Suhartati, S., Mahdiyah, D., & Mariana, F. (2026). Pengaruh Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Berbahan Pangan Lokal Terhadap Status Gizi Ibu Hamil Kekurangan Energi Kronik (KEK) Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Beruntung Baru. *Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ)*, 9(1), 1285-1291.

Arifatulfahmi, A., Tseng, S., & Febriani, E. (2025). Pengaruh pemberian makanan tambahan lokal dan edukasi gizi terhadap berat badan dan lingkaran lengan atas ibu hamil kurang energi kronik. *Journal of Public Health Innovation*, 6(1), 113-122.

Asmi, N., Sambe, G. F., Harun, I., Mahmudah, R. A., & Fatimah, V. (2025). Penguatan Status Gizi Ibu Hamil Kekurangan Energi Kronis melalui Program Pemberian Makanan Tambahan Berbasis Pangan Lokal: Pendampingan Komunitas di Wilayah Kerja Puskesmas Bara-Baraya. *Journal of Community Service*, 1(2), 83-92.

Astuti, F. R., & Budiarti, Y. (2023). Pengaruh pemberian makanan tambahan (PMT) labu kuning dan ikan gabus terhadap status gizi ibu hamil dengan kekurangan energi kronik (KEK). *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 12(2), 605-614.

Chandradewi, A. A. S. P. (2015). Pengaruh pemberian makanan tambahan terhadap peningkatan berat badan ibu hamil KEK (kurang energi kronis) di wilayah kerja Puskesmas Labuan Lombok. *Jurnal Kesehatan Prima*, 9(1), 1391-1402.

Damayanti, R. (2025). Pemanfaatan pangan lokal sebagai upaya peningkatan status gizi ibu hamil. *Jurnal Gizi Indonesia*, 13(1), 22–30.

Devi, S., Rahmawati, N., & Putri, A. (2023). Hubungan asupan gizi dengan kejadian kekurangan energi kronis pada ibu hamil. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 14(2), 85–92.

- Fikawati, S. (2021). *Gizi ibu dan bayi*. Depok: Rajawali Pers.
- Hernawati, Y., & Kartika, R. (2019). Hubungan pemberian makanan tambahan pada ibu hamil dengan kurang energi kronis di wilayah kerja Puskesmas Ibrahim Adjie Kota Bandung. *Jurnal Sehat Masada*, 13(1), 40-46.
- Hevriani, R., & Sartika, Y. (2021). Intervensi Pendampingan Kurang Energi Kronik (KEK) Pada Ibu Hamil Dengan Pendekatan Continuity Of Midwifery Care (COMC) Sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 13(2), 310-318.
- Iskandar, I., Rachmawati, R., Ichsan, I., & Khazanah, W. (2022). Perbaikan gizi pada ibu hamil kekurangan energi kronis (KEK) melalui pendampingan pemberian makanan tambahan di wilayah kerja Puskesmas Lampisang Aceh Besar. *Jurnal PADE: Pengabdian & Edukasi*, 4(1), 34-39.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Petunjuk Teknis Pemberian Makanan Tambahan Berbasis Pangan Lokal bagi Ibu Hamil dan Balita Bermasalah Gizi*. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Lailatul, N., Rahman, A., & Sari, D. (2024). Hubungan PMT ibu hamil KEK dengan status gizi dan berat badan lahir bayi. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 8(2), 112-118.
- Novianti, A., Utami, T. P., Kherunnisa, R. D., & Indriani, N. (2022). Efektivitas Program Pemberian Makanan Tambahan pada Ibu Hamil Kekurangan Energi Kronik di Puskesmas Cikupa, Kabupaten Tangerang. *Idea Pengabdian Masyarakat*, 2(02), 132-140.
- Nuraiman, N., Natsir, F., & Risma, R. (2024). Pengaruh Cara Pemberian Makanan Tambahan Ibu Hamil Terhadap Kenaikan Berat Badan Pada Ibu Hamildi Wilayah Puskesmas Sigenti Kabupaten Parigi Mautong. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(4), 8844-8853.
- Puskesmas Perlang. (2025). *Laporan Program Kesehatan Ibu dan Anak Tahun 2025*. Bangka Tengah: Puskesmas Perlang.
- Putri, M., & Handayani, S. (2024). Efektivitas PMT lokal terhadap peningkatan berat badan ibu hamil KEK. *Jurnal Kebidanan Nusantara*, 9(1), 41-48.
- Tirtasari, S., Hafidz, R. A. F., Mulyono, H. A., & Murtawi, S. F. R. (2025). Pengaruh pemberian makanan tambahan terhadap peningkatan berat badan ibu hamil dengan kurang energi kronis. *Tarumanagara Medical Journal*, 7(1), 150-157.
- World Health Organization. (2020). *WHO recommendations on maternal nutrition during pregnancy*. Geneva: World Health Organization.
- World Health Organization. (2021). *Maternal nutrition and chronic energy deficiency in pregnancy*. Geneva: World Health Organization