JURNAL KEPERAWATAN
https://stikesks-kendari.e-journal.id/JK
Volume 8 | Nomor 2 | Maret| 2025
ISSN: 2407-4801

Gambaran Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Ibu Hamil Tentang Tablet *Multi Mikronutrien Suplement* (Mms) Di Wilayah Kerja Puskesmas Botumoito Kabupaten Boalemo

Nur Nadila Alamri[1], Vivien Novarina A. Kasim[2], Rini Wahyuni Mohamad[3].
[1,2, 3,] Program Studi S1 Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo

Corespondensi Author
Nur Nadila Alamri
Program Studi S1 Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo
Jln. Jenderal Sudirman No. 6 Dulalowo Timur, Kota Tengah, Kota Gorontalo Telepon : (0435)821183
Email: nadilanuralamri@gmail.com

Keywords : **Pengetahuan, sikap, perilaku, ibu hamil, *Multi Micronutrient Supplement (MMS)***
Keywords *: Knowledge, atitude, behavior, pregnant women,Multi Micronutrien Suplement (MMS)*

Abstrak
Anemia merupakan jumlah sel darah merah atau hemoglobin tidak mencukupi kebutuhan fisiologis tubuh. *Multi Micronutrient Supplement* adalah suplemen multivitamin, zat besi dan folat yang diberikan pada ibu hamil sebagai upaya untuk mencegah anemia pada masa kehamilan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Ibu Hamil Tentang Tablet *Multi Mikronutrien Suplement* (MMS) Di Wilayah Kerja Puskesmas Botumoito Kabupaten Boalemo. Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif, sampel sebanyak 46 ibu hamil dengan menggunakan total sampling, Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner pengetahuan, sikap dan perilaku dan teknik analisa data menggunakan Analisis univariat. Hasil penelitian menunjukan pengetahuan ibu tentang tablet MMS di dapatkan kategori baik sebanyak responden (60,9%), sikap ibu tentang tablet MMS kategori baik yaitu sebanyak 26 responden, Perilaku ibu tentang tablet MMS kategori baik 21 responden (45,7%). Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan ibu hamil terhadap tablet *Multi Micronutrien Suplement* dan menjadi bahan rujukan referensi studi yang akan datang.

Abstract
Anemia is an insufficient number of red blood cells or hemoglobin that meets the body's physiological needs. Multi Micronutrient Supplement is a multivitamin, iron and folate supplement given to pregnant women as an effort to prevent anemia during pregnancy. The aim of this research is to determine the description of knowledge, attitudes and behavior of pregnant women regarding multi micronutrient supplement (MMS) tablets in the Botumoito Community Health Center working area, Boalemo Regency. This research method uses quantitative descriptive research, a sample of 46 pregnant women using total sampling. The instrument in this research uses a knowledge, attitude and behavior questionnaire and the data analysis technique uses univariate analysis. The results of the research showed that mothers' knowledge about MMS tablets was in the good category as many as 26 respondents (60.9%), mothers' attitudes about MMS tablets were in the good category, and mothers' behavior regarding MMS tablets was in the good category, 21 respondents (45.7%). It is hoped that this research can be used as a reference for pregnant women regarding Multi Micronutrient Supplement tablets and become reference material for future studies.

Pendahuluan

Ibu hamil adalah seorang wanita yang sedang mengandung yang dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin. Kehamilan adalah waktu transisi, yaitu masa antara kehidupan sebelum memiliki anak yang sekarang berada dalam kandungan dan kehidupan nanti setelah anak itu lahir (Ratnawati, 2020) Kehamilan merupakan penyatuan dari spermatozoa dan ovum dan dilanjutkan dengan nidasi. Bila dihitung dari saat fertilisasi hingga lahirnya bayi, kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 9 bulan menurut kalender internasional. Maka, dapat disimpulkan bahwa kehamilan merupakan bertemunya sel telur dan sperma di dalam atau diluar Rahim dan berakhir dengan keluarnya bayi dan plasenta melalui jalan lahir (Yulaikhah, 2019).

Kehamilan adalah suatu keadaan yang istimewa bagi seorang wanita sebagai calon ibu, karena pada masa kehamilan akan terjadi perubahan fisik yang mempengaruhi kehidupannya. Pola makan, gaya hidup sehat dan minum tablet fe atau tablet tambah darah dapat membantu pertumbuhan dan perkembangan janin dalam rahim ibu. ibu yang sehat dan dengan bayi yang dikandung juga sehat adalah keindahan dan kenyamanan tersendiri untuk banyak orang terutama untuk sang ibu. Salah satu pemeliharaan adalah dengan memperhatikan kecukupan makanan, gizi dan mengkonsumsi tablet tambah darah atau tablet MMS. karena kebanyakan kualitas atau mutu anak dalam kandungan ibu ditentukan oleh mutu makanan atau gizi yang dikonsumsi oleh ibu. Maka dari itu alangkah baiknya jika kebutuhan gizi ibu lebih diperhatikan untuk mencegah ibu mengalami masalah kehamilan salah satunya seperti anemia.

Anemia merupakan kondisi medis dimana jumlah sel darah merah atau hemoglobin tidak mencukupi kebutuhan fisiologis tubuh. Kebutuhan fisiologis tubuh tersebut berbeda beda setiap orang, dimana dapat dipengaruhi oleh jenis kelamin, tempat tinggal, perilaku merokok dan tahap kehamilan. Berdasarkan *Word Health Organisation*, anemia yang terjadi pada ibu hamil disebut anemia gizi besi, jika ibu hamil terkena anemia dapat ditegakkan apabila kadar hemoglobin (Hb) <11 g/dl. Sedangkan *center of disease control and prevention* mendefinisikan anemia sebagai kondisi dengan kadar Hb <11g/dl pada trimester pertama dan ketiga, Hb<10,5 g/dl pada trimester kedua, serta <10 g/dl pada pasca persalinan. kemenkes, (2022).

Menurut WHO angka prevalensi anemia pada ibu hamil di seluruh dunia adalah 43,9%. Prevalensi anemia pada ibu hamil diperkirakan di asia sebesar 49,4% afrika 59,1% amerika 28,2% dan eropa 26,1%. Di Indonesia sendiri angka kejadian anemia pada ibu hamil masih tergolong tinggi yaitu sebanyak 48,9% (Kemenkes RI, 2018). Pada Kondisi ini mengatakan bahwa anemia pada ibu hamil cukup tinggi di Indonesia dan menunjukan angka mendekati masalah kesehatan masyarakat berat *(Severe Public Health Problem)* karena angka tersebut mengalami kenaikan dibandingkan dengan data tahun 2013 yaitu hanya sekitar 37.1% ibu hamil mengalami anemia. Di Provinsi Gorontalo sendiri angka prevalensi anemia pada ibu hamil per agustus 2023 didapatkan angka 8,3%. Prevalensi di kabupaten Boalemo 4,41%, (*dari data laporan bulanan indikator kinerja program gizi)*. Anemia pada ibu hamil berdampak keguguran, perdarahan selama kehamilan, persalinan prematur, gangguan janin dan gangguan persalinan. kurangnya pengetahuan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet tambah darah. (Rahmat Bakhtiar et al, 2021)

Profil kesehatan Indonesia tahun 2019 menggambarkan prevalensi cakupan pemberian tablet tambah darah di Indonesia tahun 2018 adalah 81,42%, sedangkan cakupan TTD 90 tablet selama masa kehamilan di Provinsi Gorontalo tahun 2023 yaitu 69,24% dan prevalensi Kabupaten Boalemo 82,76%, *(dari data laporan bulanan indikator kinerja program gizi).* Metabolisme energi yang meningkat selama proses kehamilan menyebabkan kebutuhan energy dan zat gizi lainnya meningkat sehingga peningkatan energi dan zat gizi diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan janin. Sangat sulit bagi ibu hamil untuk mendapatkan cukup zat besi, meskipun setiap hari ibu hamil mengkonsumsi makanan kaya zat besi, Tetapi zat besi merupakan salah satu nutrisi yang

tidak tercukupi dari makanan yang dikonsumsi selama kehamilan, sehingga ibu hamil di harapkan untuk mengkonsumsi tablet *multi micronutrient supplement* (MMS) karena dapat memenuhi zat besi pada ibu hamil, (Rahmat Bakhtiar et al. 2021).

Upaya dalam mengatasi defisiensi zat besi pada ibu hamil juga dilakukan oleh *United Nations Children's Fund* (UNICEF) dalam bentuk kapsul *Multi Micronutrient Supplement* (MMS). MMS mengandung lebih banyak zat gizi mikro (15 macam vitamin dan mineral yaitu vitamin A,thiamin, riboflavin, niacin, vitamin B6, Vitamin B12, vitamin C, vitamin D, vitamin E. asam folat, iron, zinc, copper, selenium, dan yodium dengan 30 mg zat besi dan 15 mg seng untuk ibu hamil (Masthalina dkk, 2012). dari pada TTD yang hanya mengandung 2 zat gizi mikro yaitu zat besi dan asam folat.

Jika diminum setiap hari selama kehamilan, MMS dapat mencegah anemia dan 13% lebih efektif dalam mengurangi risiko berat badan lahir rendah (BBLR) dibandingkan mengkonsumsi TTD (UNICEF, 2022). didapatkan bahwa Puskesmas Botumoito Kabupaten Boalemo pertama kali disalurkan tablet multi micronutrien supplement (MMS) di Wilayah Provinsi Gorontalo. Pemberian tablet MMS yang dilakukan oleh pemerintah dan Dinas Kesehatan bekerja sama dengan Puskesmas Botumoito untuk dapat mengupayakan penanggulangan anemia pada ibu hamil agar ibu hamil terhindari dari anemia dan dapat mengisi kesenjangan nutrisi pada ibu hamil dan terbukti aman dan hemat biaya untuk mengurangi kehamilan dan kelahiran yang buruk.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan peneliti di Puskesmas Botumoito Kecamatan Boalemo pada tanggal 07 November 2023 yaitu didapatkan data ibu hamil berjumlah 280 orang, ibu hamil yang mengalami anemia berjumlah 4 orang dan yang mengkonsumsi Tablet *Multi Mikronutrien Suplemen* (MMS) berjumlah sekitar 46 ibu hamil periode bulan September 2023. Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian gambaran pengetahuan, sikap dan perilaku ibu hamil terhadap tablet *multi micronutrient supplement* (MMS) di wilayah Kerja Puskesmas Botumoito Kabupaten Boalemo.

Metode Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan Puskesmas Botumoito Kabupaten Boalemo. Pada tanggal 16-20 agustus dengan jenis penelitian kuantitatif dengan desain *deskriptif kuantitatif* Teknik pengambilan sampel menggunakan *Total Sampling* yang berjumlah 46 responden.

HASIL

Karakteristik Responden

Data umum pada penelitian ini menyajikan karakteristik responden berdasarkan pendidikan terakhir, status pekerjaan, umur kehamilan, jumlah anak, Berdasarkan Keadaan Yang Dialami Ibu Selama Kehamilan dan HB.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan Ibu Di Puskesmas Botumoito.

No	Pendidikan	(n)	(%)
1.	S1	6	13.0
2.	SMA	21	45.7
3.	SMP	14	30.4
4.	SD	5	10,9
Total		**46**	**100,0**

Sumber: data primer 2024

Berdasarkan tabel 1 di atas ditemukan bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan dari total 46 responden dengan frekuensi terbanyak berpendidikan SMA sebanyak 21 responden (45.7%) dan dengan frekuensi paling sedikit berada pada kategori SD sebanyak 5 responden (10.9%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Pekerjaan Di Puskesmas Botumoito.

No	Status Pekerjaan	(n)	(%)
1.	Guru	2	4,3%
2.	IRT	39	84,8%
3.	Pegawai	2	4,3%
4.	Kader	3	6,5%
Total		**46**	**100,0**

Sumber: data primer 2024

Berdasarkan tabel 2 di atas ditemukan bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan dari total 46 responden dengan frekuensi terbanyak Iibu rumah tangga (IRT) sebanyak 39 responden (84,8%) dan dengan frekuensi paling sedikit berada pada kategori guru dan pegawai sebanyak 2 responden (4,3%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur Kehamilan Di Puskesmas Botumoito.

No.	Umur Kehamilan	(n)	(%)
1.	21-30 minggu	10	21,7%
2	31-40 minggu	26	78,3%
Total		**46**	**100,0**

Sumber: data primer 2024

Berdasarkan tabel 3 di atas ditemukan bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan umur kehamilan dari total 46 responden dengan frekuensi terbanyak ada pada kategori 31-40 minggu sebanyak 26 responden (78,3%) dan dengan frekuensi paling sedikit berada pada kategori 21-30 minggu sebanyak 10 responden (21,7%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan jumlah anak ibu hamil Di Puskesmas Botumoito.

No.	Jumlah anak	(n)	(%)
1.	Satu	10	21,7%
2.	Dua	20	43,5%
3.	Tiga	11	23,9%
4.	Empat	5	10,9%
Total		**46**	**100,0**

Sumber: data primer 2024

Berdasarkan tabel 4 di atas ditemukan bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan jumlah anak dari total 46 responden dengan frekuensi terbanyak ada pada kategori dua anak sebanyak 20 responden (43,5%) dan dengan frekuensi paling sedikit berada pada kategori empat anak sebanyak 6 responden (10,9%).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Keadaan Yang Dialami Ibu Selama Kehamilan Di Puskesmas Botumoito

No	Keadaan Yang Dialami Ibu Selama Kehamilan	(n)	(%)
1.	Sering pusing, sakit kepala, dan sakit pinggang	17	37,0%
2	Mual muntah	6	13.0%
3	Normal	23	50.0%
Total		**46**	**100,0**

Sumber: data primer 2024

Berdasarkan tabel 5 di atas ditemukan bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan Gejala Yang Dialami Ibu Selama Kehamilan dari total 46 responden dengan frekuensi terbanyak ada pada kategori normal sebanyak 23 responden (50.0%) dan dengan frekuensi paling sedikit berada pada kategori mual muntah sebanyak 6 responden (13,0%).

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan HB ibu hamil di Puskesmas Botumoito

No.	HB	(n)	(%)
1.	7.5-11 g/dl (Tidak Normal)	9	19,6%
2	12-14 g/dl (Normal)	37	80.4%
Total		**46**	**100,0**

Sumber: data primer 2024

Berdasarkan tabel 6 di atas ditemukan bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan HB ibu hamil dari total 46 responden dengan frekuensi terbanyak ada pada kategori 12-14 g/dl sebanyak 37 responden (80.4%) dan dengan frekuensi paling sedikit berada pada kategori 7.5-11 g/dl sebanyak 9 responden (19,6%).

Analisis Univariat

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada ibu hamil di puskesmas botumoito maka dilakukan analisis univariat untuk mengetahui gambaran pengetahuan, sikap dan perilaku ibu

hamil terhadap tablet *multi micronutrien supplement* (MMS) dalam tabel berikut ini :

Tabel 7 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Ibu Ibu Hamil Tentang Tablet *Multi Micronutrien Supplement* (MMS) Diwilayah Kerja Puskesmas Botumoito Kabupaten Boalemo

No	Pengetahuan	(n)	(%)
1	Baik	28	60,9%
2	Cukup	18	39,1%
Total		**46**	**100,0**

Sumber: data primer 2024

Berdasarkan Tabel 7 diperoleh responden yang telah menjadi sampel dalam penelitian berdasarkan pengetahuan yaitu menunjukkan bahwa sebagian besar responden dalam penelitian memiliki tingkat pengetahuan mengenai Tablet *Multi Micronutrien Supplement* (MMS) yang baik sebanyak 28 responden (60,9%) dan hanya sedikit responden yang memiliki pengetahuan cukup yakni berjumlah 18 responden (39,1%).

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan sikap Ibu Hamil Tentang Tablet *Multi Micronutrien Supplement* (MMS) Diwilayah Kerja Puskesmas Botumoito Kabupaten Boalemo

No.	Sikap	(n)	(%)
1.	Baik	26	56,5%
2	Cukup	11	23,9%
3	Kurang	10	19,6%
Total		**46**	**100,0**

Sumber: data primer 2024

Tabel 8 menunjukkan bahwa sebagian besar responden dalam penelitian memiliki sikap mengenai Tablet *Multi Micronutrien Supplement* (MMS) yang baik sebanyak 26 responden (56,5%) dan hanya sedikit responden yang memiliki sikap kurang yakni berjumlah 10 responden (19,6%).

Tabel 9 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan perilaku Ibu Hamil Tentang Tablet *Multi Micronutrien Supplement* (MMS) Diwilayah Kerja Puskesmas Botumoito Kabupaten Boalemo.

No	Perilaku	(n)	(%)
1.	Baik	21	45,7%
2.	Cukup	16	34,8%
3.	Kurang	9	19,5%
Total		**46**	**100,0**

Sumber: data primer 2024

Tabel 4.8 menunjukkan bahwa sebagian besar responden dalam penelitian memiliki perilaku mengenai Tablet *Multi Micronutrien Supplement* (MMS) yang baik sebanyak 21 responden (45,7%) dan hanya sedikit responden yang memiliki perilaku kurang yakni berjumlah 9 responden (19,6%).

Pembahasan

Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Tablet *Multi Micronutrien Supplement* (MMS) Di wilayah Kerja Puskesmas Botumoito Kabupaten Boalemo.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Botumoito Kabupaten Gorontalo diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan mengenai Tablet *Multi Micronutrien Supplement* (MMS) dalam kategori baik yaitu sebanyak 28 responden (60.9%). Hal ini terlihat dari jawaban responden pada kuesioner yaitu responden mengetahui bahwa selama masa kehamilan ibu harus mengkonsumsi tablet MMS. tablet *Multi micronutrient suplementasi* (MMS) hanya dikonsumsi selama masa kehamilan saja dan tablet MMS mengandung 15 macam zat besi mikro dari pada tablet tambah darah.

Pengetahuan ibu tentang MMS juga menunjukkan bahwa mereka menyadari peran penting suplemen ini dalam mencegah kekurangan mikronutrien yang umum terjadi selama kehamilan. ibu hamil yang mungkin kesulitan untuk mendapatkan semua mikronutrien yang dibutuhkan dari makanan sehari-hari, sehingga suplemen MMS menjadi pilihan yang efektif untuk mencapainya. Ibu yang memahami cenderung lebih proaktif dalam menjaga kesehatan diri dan janin mereka, serta lebih terbuka untuk mengikuti anjuran medis terkait konsumsi suplemen ini (Marzuki & Tahrim, 2024).

Penelitian oleh Huda et al. (2020), menemukan bahwa suplementasi dengan multi mikronutrien dapat mengurangi risiko anemia pada ibu hamil dan meningkatkan berat badan lahir bayi. Imdad (2021) dalam analisis mereka menunjukkan bahwa suplementasi mikronutrien yang mengandung zat besi dan asam folat secara signifikan mengurangi insiden kelahiran prematur dan kelainan saraf pada bayi. Selain itu, responden dengan pengetahuan baik juga mengetahui bahwa tablet Multi micronutrient suplementasi (MMS) hanya dikonsumsi selama masa kehamilan saja. Pengetahuan ibu mengenai Tablet MMS dalam kategori baik menunjukkan kesadaran bahwa konsumsi suplemen ini hanya diperlukan selama masa kehamilan. Menurut Mursyida & Sit (2023), Konsistensi konsumsi MMS selama kehamilan membantu mencegah berbagai masalah kesehatan seperti anemia pada ibu, kelahiran prematur, dan berat badan lahir rendah pada bayi. Pengetahuan ini juga menunjukkan bahwa ibu paham akan pentingnya mengikuti rekomendasi medis terkait penggunaan MMS, termasuk waktu, dosis, dan durasi konsumsi (Lestari, 2021). ibu lebih sadar bahwa MMS tidak hanya membantu mengatasi kekurangan zat besi, tetapi juga memberikan manfaat menyeluruh bagi kesehatan ibu dan janin (Amaliah, 2021).

Jika ditinjau dari karakteristik responden, mayoritas responden dengan pengetahuan baik tentang Tablet MMS memiliki tingkat pendidikan menengah ke atas, khususnya lulusan SMA. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung berkontribusi pada pemahaman yang lebih baik terhadap informasi kesehatan, termasuk pentingnya konsumsi MMS selama kehamilan. Pendidikan yang baik memungkinkan responden untuk lebih mudah memahami penjelasan tenaga kesehatan, membaca informasi pada kemasan suplemen, dan mengikuti rekomendasi medis terkait penggunaannya. Selain itu, tingkat pendidikan yang lebih tinggi juga biasanya dikaitkan dengan kesadaran yang lebih baik akan pentingnya nutrisi dalam mendukung kesehatan ibu dan perkembangan janin. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan merupakan faktor penting dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai manfaat MMS.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Botumoito Kabupaten Gorontalo diketahui bahwa sebagian kecil responden memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori cukup tentang Tablet *Multi Micronutrien Supplement* (MMS) yakni berjumlah 18 responden (39.1%). Hal ini terlihat dari jawaban responden pada kuesioner yaitu responden mengetahui bahwa kecukupan gizi yang terdapat di tablet MMS akan berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak, makanan yang terdapat zat besi dapat memenuhi nutrisi pada ibu selama kehamilan dan jika ibu hamil kekurangan zat besi selama kehamilan ibu tidak akan mengalami kelahiran normal.

Pengetahuan ibu yang cukup tentang Tablet MMS mencerminkan kesadaran akan peran penting gizi dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak sejak dalam kandungan. Nutrisi ini tidak hanya membantu menjaga kesehatan ibu selama kehamilan, tetapi juga mendukung perkembangan organ janin, sistem saraf, dan pembentukan jaringan tubuh. Pengetahuan bahwa kecukupan gizi dari MMS berdampak langsung pada tumbuh kembang anak menjadi modal penting bagi ibu untuk menjalani kehamilan dengan lebih bertanggung jawab (Suntari, Ermiati & Harun, 2020). Responden dengan pengetahuan dalam kategori cukup tentang Tablet MMS juga memahami bahwa kekurangan zat besi selama kehamilan dapat memengaruhi proses persalinan, termasuk meningkatkan risiko tidak dapat menjalani persalinan normal. Kekurangan zat besi sering menyebabkan anemia pada ibu hamil, yang berkontribusi pada kelelahan, kelemahan, dan kurangnya stamina saat proses persalinan. Hal ini dapat menghambat kontraksi rahim yang optimal, sehingga meningkatkan kemungkinan komplikasi seperti perdarahan postpartum atau kebutuhan akan tindakan medis seperti operasi caesar. Pengetahuan ini mencerminkan kesadaran ibu hamil tentang pentingnya menjaga asupan zat besi yang cukup, baik dari makanan kaya zat besi maupun suplementasi MMS, untuk mendukung kesehatan mereka selama kehamilan dan memastikan persalinan berjalan dengan lancar.

Jika ditinjau dari karakteristik responden, pengetahuan dalam kategori cukup tentang Tablet MMS cenderung dimiliki oleh ibu yang telah memiliki dua anak. Ibu dengan pengalaman lebih dari satu kali kehamilan umumnya lebih terbuka terhadap informasi terkait kesehatan ibu dan janin, termasuk manfaat MMS. Pengalaman mereka dalam mengelola kehamilan sebelumnya memberi mereka pemahaman lebih baik tentang pentingnya kecukupan gizi selama kehamilan, termasuk asupan mikronutrien yang dapat mendukung kesehatan ibu dan pertumbuhan janin. Selain itu, ibu yang sudah memiliki dua anak mungkin lebih cenderung mencari informasi mengenai suplemen gizi untuk memastikan kehamilan yang lebih sehat dan meminimalkan risiko komplikasi. Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti berasumsi bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan mengenai Tablet *Multi Micronutrien Supplement* (MMS) dalam kategori baik karena mengetahui bahwa selama masa kehamilan ibu harus mengkonsumsi tablet MMS , tablet MMS hanya dikonsumsi selama masa kehamilan saja dan tablet MMS mengandung 15 macam zat besi mikro dari pada tablet tambah darah serta memiliki pendidikan SMA. Adapun responden dengan pengetahuan dalam kategori cukup karena mengetahui bahwa kecukupan gizi yang terdapat di tablet MMS akan berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak, makanan yang terdapat zat besi dapat memenuhi nutrisi pada ibu selama kehamilan dan jika ibu hamil kekurangan zat besi selama kehamilan ibu tidak akan mengalami kelahiran normal serta telah memiliki dua anak.

Sikap Ibu Hamil Tentang Tablet *Multi Micronutrien Supplement* (MMS) Di wilayah Kerja Puskesmas Botumoito Kabupaten Boalemo

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di wilayah Kerja Puskesmas Botumoito Kabupaten Boalemo didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki sikap baik sebanyak 26 responden (56.5%). Hal ini terlihat dari jawaban responden yaitu ibu setuju bahwa membutuhkan tablet Multi Micronutrient Suplementasi (MMS) 120 tablet selama kehamilan dan ibu akan minum tablet MMS sebelum tidur untuk menghindari mual.

Selain itu, ibu dengan sikap positif terhadap konsumsi MMS sebelum tidur juga memahami bahwa mengonsumsi suplemen pada malam hari dapat meningkatkan penyerapan mikronutrien yang terkandung dalam tablet tersebut. Beberapa mikronutrien dalam MMS, seperti zat besi dan kalsium, dapat menyebabkan ketidaknyamanan atau mual ketika dikonsumsi pada waktu yang salah. Namun, dengan mengonsumsinya sebelum tidur, ibu hamil dapat mengurangi risiko tersebut, karena tubuh dalam keadaan lebih tenang, sehingga kemungkinan mual atau gangguan pencernaan dapat diminimalisir. Ini juga membantu ibu untuk tetap terhidrasi dan memastikan tubuh menyerap nutrisi dengan baik saat tidur (Imelda, Widiasih & Susanti, 2023). Sikap ibu yang memilih untuk mengonsumsi MMS sebelum tidur juga mencerminkan pemahaman mereka tentang pentingnya kenyamanan pribadi selama kehamilan. Kehamilan sering kali disertai dengan gejala-gejala seperti mual, kelelahan, atau gangguan pencernaan, yang bisa mengganggu aktivitas sehari-hari. Dengan memilih waktu yang tepat untuk mengonsumsi MMS, ibu hamil berusaha menghindari ketidaknyamanan tersebut. Ini menunjukkan bahwa mereka tidak hanya mengutamakan manfaat gizi dari suplemen, tetapi juga kenyamanan mereka selama proses kehamilan. Dengan demikian, sikap ini memperlihatkan kombinasi antara pengetahuan gizi dan perhatian terhadap kenyamanan fisik ibu selama kehamilan (Prastika & Pitriani, 2021).

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa waktu pemberian suplemen, termasuk malam hari, dapat meningkatkan toleransi ibu terhadap suplementasi tanpa efek samping. Hal Sejalan dengan penelitian Ballestín et al (2021), menyatakan dampak positif suplementasi mikronutrien pada kehamilan dalam mencegah gangguan seperti preeklamsia dan berat badan lahir rendah. Penelitian ini menyoroti bahwa praktik pemberian suplemen secara terjadwal, seperti pada malam hari, dapat mengoptimalkan penyerapan dan mengurangi efek gastrointestinal, termasuk mual.

Jika ditinjau dari karakteristik responden, ibu dengan sikap baik terhadap Tablet MMS umumnya memiliki usia kandungan 31-40 minggu. Pada tahap ini, ibu hamil semakin menyadari pentingnya pemenuhan nutrisi tambahan untuk mendukung perkembangan akhir janin dan persiapan persalinan. Sikap positif ini menunjukkan tingkat kesadaran yang baik akan manfaat MMS dalam mencegah komplikasi kehamilan, seperti anemia atau berat badan lahir rendah, yang lebih berisiko pada trimester ketiga. Sikap ibu dengan usia kandungan 31-40 minggu terhadap Tablet MMS pada kategori baik menunjukkan bahwa ibu hamil memahami pentingnya asupan nutrisi tambahan untuk mendukung perkembangan akhir janin. Pada usia kandungan ini, janin membutuhkan banyak nutrisi untuk pertumbuhan optimal, termasuk peningkatan kebutuhan zat besi, kalsium, dan folat. Sikap positif ibu dalam mengonsumsi MMS mencerminkan pemahaman bahwa suplemen ini dapat membantu mencegah komplikasi seperti anemia, berat badan lahir rendah, atau kelahiran prematur, yang berisiko lebih tinggi menjelang persalinan (Pratiwi & Hamidiyanti, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di wilayah Kerja Puskesmas Botumoito Kabupaten Boalemo menunjukkan bahwa sebanyak 11 responden (23.9%) memiliki sikap cukup tentang tablet *multi micronutrien supplement* (MMS). Hal ini terlihat dari jawaban responden pada kuesioner yaitu responden setuju dengan pemerintah yang menyediakan tablet MMS, untuk memenuhi kebutuhan zat besi ibu hamil dan ibu hamil perlu mendapatkan informasi tentang anemia dan tablet MMS.

Meningkatkan sikap ibu memerlukan pendekatan yang lebih intensif, seperti penyuluhan yang interaktif dan didukung dengan media edukasi yang menarik. Edukasi harus mencakup risiko anemia, manfaat MMS, serta tata cara konsumsi yang benar agar ibu lebih percaya diri dan konsisten dalam mengonsumsinya. Dengan informasi yang lebih komprehensif dan akses mudah ke MMS, ibu hamil dapat memahami pentingnya suplementasi untuk menjaga kesehatan diri dan janin (Fitriana, dkk, 2024).

Penelitian yang dilakukan oleh Shankar et al (2022), menunjukkan bahwa pemberian informasi yang komprehensif tentang anemia dan manfaat MMS secara signifikan meningkatkan sikap positif ibu terhadap suplementasi selama kehamilan. Edukasi ini membantu ibu memahami risiko anemia dan pentingnya nutrisi tambahan, seperti zat besi dan folat, untuk mendukung kehamilan yang sehat. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Nguyen et al (2021), menemukan bahwa ibu hamil yang mendapatkan informasi langsung dari tenaga kesehatan tentang MMS cenderung lebih konsisten dalam mengonsumsinya dan memiliki tingkat anemia yang lebih rendah.

Jika ditinjau dari karakteristik responden, ibu dengan sikap cukup terhadap tablet MMS cenderung memiliki pekerjaan sebagai guru. Profesi ini memungkinkan ibu untuk memiliki pengetahuan dasar yang baik tentang pentingnya nutrisi dan kesehatan selama kehamilan, meskipun mungkin belum mendalam. Sebagai pendidik, ibu memiliki akses terhadap berbagai sumber informasi dan cenderung mengikuti saran medis yang diberikan, termasuk mengenai pentingnya konsumsi MMS untuk mencegah anemia dan mendukung pertumbuhan janin. Namun, waktu yang terbatas karena tuntutan pekerjaan dapat memengaruhi konsistensi mereka dalam mengonsumsi suplemen secara teratur, sehingga sikap mereka terhadap MMS masih berada pada kategori cukup.

Hasil penelitian kategori sikap selanjutnya menunjukkan sebanyak 10 responden (19.6%) memiliki sikap kurang. Hal ini terlihat dari jawaban responden pada kuesioner yaitu setuju bahwa tablet (MMS) tidak perlu dikonsumsi selama kehamilan dan jika mengkonsumsi tablet MMS tubuh saya akan letih dan lesu.

Sikap kurang terhadap konsumsi tablet MMS karena keyakinan bahwa tablet ini tidak perlu dikonsumsi selama kehamilan mencerminkan adanya pemahaman yang keliru atau kurangnya informasi mengenai manfaat suplementasi. Menurut Ningsih, Yunadi & Retnowati, (2021), ibu yang memiliki sikap kurang percaya bahwa kebutuhan nutrisi selama kehamilan dapat sepenuhnya dipenuhi melalui makanan sehari-hari tanpa bantuan suplemen tambahan. Hal ini seringkali terjadi

karena kurangnya edukasi tentang kandungan MMS, yang mencakup berbagai mikronutrien penting seperti zat besi, folat, dan vitamin lainnya yang sulit dipenuhi hanya dari makanan, terutama pada kondisi tertentu seperti mual atau nafsu makan menurun selama kehamilan.

Penelitian yang dilakukan oleh oleh Singh et al (2020), menunjukkan bahwa ibu hamil yang tidak mendapatkan informasi yang memadai tentang manfaat tablet MMS lebih cenderung menganggap suplemen ini tidak diperlukan selama kehamilan, terutama jika mereka merasa kebutuhan nutrisinya telah terpenuhi dari pola makan sehari-hari. Selain itu, penelitian oleh Zhao et al (2021), menemukan bahwa mitos atau kepercayaan tradisional terkait suplementasi dapat menghambat ibu untuk menerima MMS sebagai bagian penting dalam menjaga kesehatan kehamilan.

Penelitian yang dilakukan oleh Zulaekah (2020), menemukan bahwa konsumsi suplemen yang tidak tepat dosisnya dapat mempengaruhi metabolisme tubuh, menyebabkan penurunan energi dan rasa lelah. Efek samping ini lebih jelas terlihat ketika tubuh tidak dapat mencerna atau menyerap secara optimal kandungan dalam suplemen, yang mengarah pada kelelahan yang berkepanjangan. Sejalan dengan penelitian Gifari et al (2024),

Jika ditinjau dari karakteristik responden, ibu dengan sikap kurang terhadap tablet MMS cenderung memiliki status sebagai ibu rumah tangga. Hal ini mungkin terkait dengan kurangnya pengetahuan atau akses terhadap informasi kesehatan yang memadai, yang seringkali terjadi pada kelompok ibu rumah tangga. Pengetahuan gizi yang rendah dapat memengaruhi perilaku konsumsi suplemen, termasuk MMS, yang pada gilirannya mempengaruhi penerimaan dan sikap terhadap suplemen tersebut.

Berdasarkan uraian diatas peneliti berasumsi bahwa responden yang memiliki sikap baik karena setuju membutuhkan tablet MMS 120 tablet selama kehamilan dan ibu akan minum tablet MMS sebelum tidur untuk menghindari mual serta memiliki usia kehamilan 31-40 minggu. Responden yang memiliki sikap cukup karena setuju dengan pemerintah yang menyediakan tablet MMS, untuk memenuhi kebutuhan zat besi ibu hamil dan ibu hmil perlu mendapatkan informasi tentang anemia dan tablet MMS serta memiliki profesi sebagai guru. Adapun responden yang memiliki sikap kurang karena setuju bahwa tablet MMS tidak perlu dikonsumsi selama kehamilan dan jika mengkonsumsi tablet MMS tubuhakan letih dan lesu serta memiliki status sebagai IRT.

Perilaku Ibu Hamil Tentang Tablet *Multi Micronutrien Supplement* (MMS) Di wilayah Kerja Puskesmas Botumoito Kabupaten Boalemo.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di wilayah Kerja Puskesmas Botumoito Kabupaten Boalemo diketahui bahwa sebagian besar ibu hamil memiliki perilaku baik sebanyak 21 responden (45.7%). Hal ini terlihat dari jawaban responden pada kuesioner yaitu ibu pergi ke puskesmas/posyandu untuk mendapatkan tablet MMS dan ibu selalu meminum tablet MMS di jam yang sama pada malam hari sebelum tidur.

Perilaku positif ibu hamil dalam mengonsumsi tablet MMS menunjukkan kesadaran akan pentingnya kesehatan diri dan janin selama kehamilan. Salah satu bentuk perilaku baik ini adalah kesediaan ibu untuk rutin mengunjungi fasilitas kesehatan seperti puskesmas atau posyandu guna mendapatkan tablet MMS. Kunjungan ke fasilitas kesehatan tidak hanya menjadi sarana untuk memperoleh MMS, tetapi juga kesempatan untuk menerima edukasi tentang manfaat suplemen tersebut, seperti mencegah anemia, mendukung pertumbuhan janin, serta meningkatkan daya tahan tubuh ibu hamil. Perilaku ini mencerminkan bahwa ibu hamil memiliki pemahaman akan peran penting suplemen dalam memastikan kehamilan yang sehat dan risiko komplikasi yang lebih rendah (Kharis, 2021).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh oleh Dewi et al (2021), menunjukkan bahwa ibu hamil yang memiliki akses rutin ke posyandu cenderung lebih patuh dalam mengonsumsi MMS, dengan kepatuhan mencapai 75% lebih tinggi dibandingkan mereka yang tidak rutin berkunjung. Penelitian lain oleh Sari et al

(2020), menemukan bahwa edukasi dari tenaga kesehatan di puskesmas secara signifikan meningkatkan pemahaman ibu tentang pentingnya MMS dalam mencegah anemia dan komplikasi kehamilan, sehingga perilaku konsumsi suplemen menjadi lebih teratur.

Selain rutin mengunjungi puskesmas atau posyandu untuk mendapatkan tablet MMS, ibu hamil dengan perilaku baik juga konsisten mengonsumsi MMS pada waktu yang sama setiap malam, biasanya sebelum tidur. Kebiasaan ini mendukung efektivitas penyerapan nutrisi dalam tubuh sekaligus meminimalkan efek samping seperti mual yang sering dialami jika tablet dikonsumsi pada waktu lain. Ibu hamil yang patuh mengonsumsi MMS secara teratur, termasuk pada waktu yang konsisten, memiliki risiko lebih rendah mengalami anemia.

Jika ditinjau dari karakteristik responden, ibu dengan perilaku baik dalam mengonsumsi tablet MMS menunjukkan bahwa mereka tidak mengalami efek samping atau mengalami efek samping yang normal. Hal ini mengindikasikan bahwa kebiasaan rutin dalam mengonsumsi MMS pada waktu yang tepat, seperti sebelum tidur, dapat meningkatkan penyerapan zat gizi dengan baik tanpa menimbulkan gangguan kesehatan yang berarti.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di wilayah Kerja Puskesmas Botumoito Kabupaten Boalemo diketahui bahwa sebagian kecil ibu hamil memiliki perilaku kurang sebanyak 9 responden (19.5%). Hal ini terlihat dari jawaban responden pada kuesioner yaitu ibu akan berhenti mengkonsumsi tablet MMS jika merasakan mual dan muntah serta selama mengkonsumsi tablet MMS, ibu tidak menghentikan mengkonsumsi teh dan kopi. Perilaku ibu hamil yang cenderung berhenti mengonsumsi tablet MMS ketika merasakan mual dan muntah dapat menunjukkan kurangnya pemahaman atau ketahanan terhadap efek samping yang umum terjadi selama kehamilan. Mual dan muntah adalah efek samping yang sering dialami oleh ibu hamil terutama pada trimester pertama, yang biasanya disebabkan oleh perubahan hormon dalam tubuh. Namun, meskipun hal ini bisa menjadi pengalaman yang tidak nyaman, penghentian konsumsi MMS secara tiba-tiba tidak dianjurkan karena dapat menyebabkan kekurangan mikronutrien penting seperti zat besi, asam folat, dan vitamin lainnya yang dibutuhkan untuk mendukung perkembangan janin dan menjaga kesehatan ibu. Oleh karena itu, sebaiknya ibu hamil mencari solusi yang tepat untuk mengatasi mual, seperti mengonsumsi suplemen setelah makan atau memilih suplemen dengan dosis yang lebih rendah, sesuai dengan anjuran tenaga kesehatan (Zahiroh, 2020).

Perilaku berhenti mengonsumsi MMS juga dapat dipengaruhi oleh kurangnya informasi yang jelas mengenai cara mengatasi efek samping dan pentingnya konsumsi suplemen selama kehamilan. Ibu yang kurang mendapatkan edukasi tentang manfaat dan cara mengonsumsi suplemen dengan benar lebih cenderung mengalami kesulitan dalam menanggulangi efek samping.

Perilaku kurang dalam mengonsumsi tablet MMS dapat dilihat pada ibu hamil yang tidak menghentikan konsumsi teh dan kopi selama mengonsumsi suplemen tersebut. Menurut Saras (2023), meskipun teh dan kopi memiliki manfaat seperti memberikan rasa segar dan meningkatkan energi, keduanya mengandung kafein yang dapat mengganggu penyerapan mikronutrien penting dalam MMS, seperti zat besi, kalsium, dan vitamin B. Kafein dapat menghambat penyerapan zat besi hingga 30%, yang dapat meningkatkan risiko anemia pada ibu hamil. Mengingat pentingnya mikronutrien tersebut untuk perkembangan janin dan kesehatan ibu, kebiasaan ini berpotensi mengurangi efektivitas MMS dalam mencukupi kebutuhan gizi selama kehamilan.

Jika ditinjau dari karakteristik responden, ibu yang memiliki perilaku kurang dalam mengonsumsi tablet MMS cenderung memiliki kadar hemoglobin (Hb) yang tidak normal, seperti rendahnya kadar Hb yang mengindikasikan anemia. Hal ini menunjukkan bahwa ketidakteraturan atau penghentian konsumsi MMS berpotensi menyebabkan kekurangan mikronutrien penting, seperti zat besi dan asam folat, yang berperan dalam pembentukan sel darah merah.

Selain itu, ibu hamil dengan kadar Hb yang tidak normal sering kali tidak menyadari pentingnya konsumsi suplemen yang tepat

untuk memperbaiki kondisi tersebut. Penelitian menunjukkan bahwa ibu yang mengalami anemia cenderung tidak konsisten dalam mengonsumsi suplemen mikronutrien karena kurangnya pemahaman tentang dampak jangka panjang dari defisiensi mikronutrien terhadap kesehatan ibu dan janin. Dengan meningkatkan kesadaran dan pemahaman, ibu hamil dapat lebih termotivasi untuk melanjutkan konsumsi MMS dengan disiplin, dan mendukung kesehatan kehamilan secara keseluruhan (Widayati & Aisah, 2021).

Berdasarkan uraian di atas peneliti berasumsi bahwa ibu hamil yang memiliki perilaku baik dikarenakan ibu pergi ke puskesmas/posyandu untuk mendapatkan tablet MMS dan ibu selalu meminum tablet MMS di jam yang sama pada malam hari sebelum tidur serta tidak mengalami efek samping. Adapun responden dengan perilaku kurang karena ibu akan berhenti mengkonsumsi tablet Multi MMS jika merasakan mual dan selama mengkonsumsi tablet MMS, ibu tidak menghentikan mengkonsumsi teh dan kopi serta memiliki Hb yang tidak normal.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan oleh peneliti di puskesmas Botumoito dengan jumlah sampel 46 responden mengenai gambaran pengetahuan, sikap dan perilaku ibu hamil terhadap tablet Multi Micronutrien Suplement (MMS) Di Wilayah Kerja Puskesmas Botumoito kabupaten boalemo, maka dapat disimpulkan:

1. Pengetahuan ibu hamil dengan kategori baik yaitu sebanyak 28 responden (60,9%), kategori cukup sebanyak 18 responden (39,1%)
2. Sikap ibu hamil dengan kategori baik yaitu sebanyak 26 responden (56,8%), kategori cukup sebanyak 11 responden (23,9%), dan kategori kurang sebanyak 10 responden (19,6%)
3. Perilaku ibu hamil dengan kategori baik yaitu sebanyak 21 respondem (45,7%) kategori cukup sebanyak 16 responden (34,8%), dan kategori kurang sebanyak 9 responden (19,5%)

Daftar Rujukan

Amaliah, A. M., & Ps, R. D. (2021). Pengaruh Asupan Asam Folat Maternal Terhadap Kejadian Neural Tube Defect. *Medical Profession Journal Of Lampung*, *10*(4), 599-605.

Asmawati, L. (2021). Peran Orang Tua Dalam Pemanfaatan Teknologi Digital Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *6*(1), 82-96.

Dewi, F., Lestari, D., & Nugraheni, A. (2021). *Kepatuhan Ibu Hamil Dalam Mengonsumsi Tablet Multi Mikronutrien Di Posyandu: Studi Observasional*. Jurnal Gizi Dan Kesehatan Masyarakat, 13(2), 89–96.

Fitriana, D., Pikri, H., Ningsih, F. D., & Novelia, L. (2024). Pengaruh Stunting Terhadap Kemampuan Belajar Anak Di Sekolah: Implikasi Untuk Pendidikan Di Sdn 17 Kayu Aro. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, *4*(5), 6287-6300.

Gifari, N., Widyastiti, N.S., Nuzrina, R., & Wahyuni, Y. (2024). *Hubungan Antara Pengetahuan Gizi Dengan Perilaku Konsumsi Sayur, Buah, Dan Suplemen Pada Masa Pandemi Covid-19*. Ilmu Gizi Indonesia, 7(2), 193-202.

Gomes, F., Agustina, R., Black, R. E., Christian, P., Dewey, K. G., Kraemer, K., Shankar, A. H., Smith, E. R., Thorne-Lyman, A., Tumilowicz, A., & Bourassa, M. W. (2022). Multiple Micronutrient Supplements Versus Iron-Folic Acid Supplements And Maternal Anemia Outcomes: An Iron Dose Analysis. Annals Of The New York Academy Of Sciences, 1512(1), 114–125.

Huda, T. M., Et Al. (2020). *Effect Of Micronutrient Supplementation During Pregnancy On Maternal Anemia And Birth Outcomes: A Randomized Controlled Trial*. The American Journal Of Clinical Nutrition, 91(5), 1451-1459.

Imdad, (2021). *Effect Of Maternal Multiple Micronutrient Supplementation On Pregnancy Outcomes: A Systematic*

Review And Meta-Analysis. The British Medical Journal, 342, D2891.

Imelda, S., Widiasih, R., & Susanti, R. D. (2023). Perilaku Ibu Hamil Dalam Mengkonsumsi Suplemen Mikronutrien. *Jkep*, *8*(1), 84-95.

Kemenkes RI. (2018). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar 2018. Jakarta: Badan

Kharis, K. (2021). Pengembangan Telemedicine Dalam Mengatasi Aksesibilitas Pelayanan Kesehatan Di Masa Pandemi Covid-19 Primaya Hospital. *Cikarang: Fakultas Ekonomi Bisnis Dan Ilmu Sosial Universitas Pelita Bangsa*.

Lestari, Y. D., Khotimah, K., & Aisyah, N. S. (2024). Pkm Edukasi Dan Pendampingan Ibu Hamil Untuk Meningkatkan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Sebagai Upaya Pencegahan Anemia Dalam Kehamilan. *Health Care: Journal Of Community Service*, *2*(2), 88-94.

Marzuki, D. S., & Tahrim, N. (2024). *Derajat Kesehatan Masyarakat*. Uwais Inspirasi Indonesia.

Masthalina, H., Hakimi, M. & Helmyati, S. (2012) "Suplementasi Multi Mikronutrien Dibandingkan Fe-Asam Folat Terhadap Kadar Hemoglobin Dan Berat Badan Ibu Hamil Anemia," Jurnal Gizi Klinik Indonesia, 9(1).

Maulidiyah, I., Saqila Al Fathikha, E., Bria, E. Y., Maydayanti, I. H., Sindriyani, L. S., Cholifah, M., ... & Khafidz, Y. (2024). Pentingnya Kesadaran Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting. *Collaborative: Journal Of Community Service*, *1*(1), 9-15.

Nguyen, P. H., Et Al. (2021). *Effectiveness Of Micronutrient Supplementation Programs In Reducing Anemia Among Pregnant Women: A Multi-Country Analysis*. Maternal And Child Nutrition**,** 17(4), E13222.

Ningsih, D. A., Yunadi, F. D., & Retnowati, M. (2021). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui*. Penerbit Nem.

Prastika, C. E., & Pitriani, R. (2021). Pemberian Rebusan Jahe Untuk Mengatasi Mual Muntah Pada Kehamilan Trimester I Di Pmb Dince Safrina Tahun 2021. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, *1*(2), 62-69.

Rahman, M. M., Et Al. (2021). *Maternal Education And The Utilization Of Maternal Healthcare Services In Bangladesh: Evidence From A*

Nationwide Survey. Plos One, 11(7), E0157815.

Ratnawati, A. (2020). Asuhan Keperawatan Maternitas. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.

Saras, T. (2023). *Kapulaga: Segarkan Hidup Dengan Keajaiban Aromatik Dan Khasiat Kesehatannya*. Tiram Media.

Sari, R., & Yuliana, N. (2020). *Pengaruh Konsumsi Suplemen Mikronutrien Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia*. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 18(4), 45-53.

Singh, R., Et Al. (2020). *Barriers To Micronutrient Supplementation During Pregnancy: A Qualitative Study*. Maternal Nutrition Journal, 14(2), 101-112.

Suntari, Y., Ermiati, E., & Harun, H. (2020). Intervensi Masalah Nutrisi Pada Masa Kehamilan: Studi Literatur. *Riset Informasi Kesehatan*, *9*(1), 22-36.

Widayati, E., & Aisah, S. (2021). Pemberian Pisang Ambon Untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester Iii Dengan Anemia. *Jurnal Ners Muda*, *2*(2).

Yulaikhah, L. (2019). Buku Ajaran Asuhan Kebidanan Kehamilan. In Journal Of Chemical Information And Modeling (Vol. 53)

Zahiroh, N. N. (2020). *Gambaran Koping Remaja Putri Dalam Mengatasi Dysmenorrhea Pada Mahasiswi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Semarang* (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Semarang).

Zulaekah, S. (2020). *Pengaruh Pemberian Suplemen Mikronutrien Terhadap Keseimbangan Energi Dan Metabolisme Tubuh*. Jurnal Gizi Dan Kesehatan,