

Gambaran status gizi ibu hamil trimester tiga yang mendapatkan tablet *multiple micronutrien suplemen*

Dina Adolfin Mooy¹, Made Widhi Gunapria Darmapatni², Gusti Ayu Tirtawati³,
 Maria Regolinda Funan⁴

^{1,2,3}Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Denpasar, Indonesia

⁴STIKes Guna Bangsa Yogyakarta, Indonesia

Koresponding: inaadolfinamooy@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Kehamilan merupakan masa paling kritis dalam siklus hidup seorang wanita, di mana seorang ibu hamil tidak hanya harus memenuhi kebutuhan gizi dirinya sendiri, tetapi juga janin dalam kandungannya. Pada tahun 2025, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia meluncurkan program penyediaan tablet suplemen mikronutrien majemuk (MMS) yang mengandung 15 vitamin dan mineral esensial, zat besi, serta asam folat. **Tujuan:** Untuk memberikan gambaran umum mengenai status gizi ibu hamil trimester ketiga yang menerima tablet MMS di Puskesmas Oelolok, Kecamatan Insana, serta mengidentifikasi ibu hamil trimester ketiga yang menerima tablet MMS berdasarkan kadar hemoglobin (Hb) dan kenaikan berat badan. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan cross-sectional. Penelitian dilakukan pada bulan Maret hingga April 2026 dengan teknik pengambilan sampel total. Sampel terdiri dari 95 ibu hamil trimester ketiga yang mengonsumsi tablet MMS. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis secara univariat. **Hasil:** sebagian besar responden mengalami peningkatan kadar Hb, termasuk dalam kategori tidak anemia ($Hb \geq 11$ g/dl) sebanyak 65 responden (68,4%), sedangkan sebagian kecil responden masih berada dalam kategori anemia ($Hb \leq 11$ g/dl) sebanyak 30 responden (31,5%). Mengenai penambahan berat badan, sebagian besar responden mengalami penambahan berat badan yang tidak memadai (≤ 11 kg) sebanyak 72 responden (75,7%), dan sebagian kecil mengalami penambahan berat badan yang memadai (≥ 11 kg) sebanyak 23 responden (24,2%). **Kesimpulan:** peningkatan kadar Hb sebagian besar masih berada dalam kategori normal, sedangkan kenaikan berat badan pada sebagian besar responden masih belum memadai. Hal ini disebabkan oleh usia kehamilan yang masih ≤ 34 minggu. Oleh karena itu, perlu dilakukan edukasi dan konseling mengenai kebutuhan gizi selama masa kehamilan hingga persalinan.

KATA KUNCI: Ibu Hamil; *Multiple micronutrien suplemen*; Status Gizi; Tablet MMS

ABSTRACT

Introduction: Pregnancy is the most critical period in a woman's life cycle, during which a pregnant woman must nourish not only herself but also the fetus in her womb. In 2025, the Ministry of Health of the Republic of Indonesia launched a program to provide multiple micronutrient supplement (MMS) tablets containing 15 essential vitamins and minerals, iron, and folic acid. **Objective:** To provide an overview of the nutritional status of third-trimester pregnant women receiving MMS tablets at the Oelolok Health Center, Insana District, and to identify third-trimester pregnant women receiving MMS tablets based on hemoglobin (Hb) levels and weight gain. **Methods:** This study used a descriptive design with a cross-sectional approach. The research was conducted from March to April 2026 using a total sampling technique. The sample consisted of 95 third-trimester pregnant women who received MMS tablets. Data were collected using questionnaires and analyzed univariately. **Result:** that most respondents experienced an increase in Hb levels, falling into the non-anemic category ($Hb \geq 11$ g/dl) with 65 respondents (68.4%), while a small proportion of respondents were still in the anemic category ($Hb \leq 11$ g/dl) with 30 respondents (31.5%). Regarding weight gain, most respondents had inadequate weight gain (≤ 11 kg) with 72 respondents (75.7%), and a small proportion had adequate weight gain (≥ 11 kg) with 23 respondents (24.2%). **Conclusion:** the increase in Hb levels was mostly in the normal category, while the weight gain for the majority of respondents was still inadequate. This was due to the gestational age still being ≤ 34 weeks. Therefore, it is necessary to provide education and counseling regarding nutritional needs throughout pregnancy until delivery.

KEYWORDS: MMS Tablets; Multiple micronutrient supplement; Nutritional Status; Pregnant Women

Copyright © 2026 Journal



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Share Alike 4.0 International License

INTRODUCTION

Pembangunan Kesehatan di Indonesia menghadapi tantangan yang cukup besar dalam peningkatan derajat kesehatan masyarakat. Dalam status gizi yang kompleks, strategi global penanggulangan gizi meliputi beberapa hal antara lain memperbaiki konsumsi pangan keluarga dengan pola pangan yang seimbang, suplemen baik berupa pangan tambahan maupun pangan multi zat mikro dan strategi didalam suatu koordinasi yang efektif. Kehamilan adalah masa paling kritis dalam siklus hidup seorang wanita dimana seorang wanita hamil tidak hanya memelihara dirinya sendiri juga anak yang didalam kandungannya. Ibu hamil memerlukan setidaknya 400 kalori dan kebutuhan gizi yang lengkap dan seimbang lainnya, kegagalan memenuhi gizi selama kehamilan mengakibatkan malnutrisi yang dikenal dengan kurang energi kalori (KEK) yang dapat merugikan pertumbuhan janin yang tidak sempurna (Ahmad, 2021).

Pada ibu hamil dengan masalah gizi dipengaruhi oleh beberapa faktor langsung dan faktor tidak langsung. Faktor langsung meliputi pola makan yang tidak sehat, kurangnya asupan nutrisi, kondisi kesehatan seperti mual muntah (hyperemesis gravidarum) dan penyakit tertentu. Faktor tidak langsung meliputi faktor ekonomi, pengetahuan gizi yang kurang, akses terhadap makanan yang terbatas, kondisi sosial dan lingkungan (Kemenkes RI, 2021).

Hasil survey Kesehatan Indonesia di Indonesia tahun 2024 jumlah ibu hamil 4,8 juta dan sebanyak 2,1 juta (44%) ibu hamil mengalami anemia. Data profil Kesehatan di Dinas Kesehatan Propinsi Nusa Tenggara Timur jumlah ibu hamil tahun 2024 sebanyak 127.188 dan menunjukan anemia sekitar 37,8%, data dari Dinas Kesehatan kabupaten Timor Tengah Utara jumlah ibu hamil tahun 2024 sebanyak 11.000 dan ibu hamil dengan anemia sebanyak 165 ibu hamil (15%) sedangkan data pada puskesmas Oelolok tahun 2024 jumlah ibu hamil sebanyak 379, dan terdapat 37 (10,2 %) ibu hamil yang mengalami anemia (hb <11,5 gr/dl). Pada Tahun 2025 di Puskesmas Oelolok jumlah ibu hamil 306 dan ibu hamil dengan anemia 19 (1,6 %) Dari data diatas menunjukan adanya masalah gizi bagi ibu hamil dan perlu adanya intervensi yang sesuai dalam penanganan masalah gizi bagi ibu hamil demi meningkatkan status gizi sehingga melahirkan generasi sehat berkualitas (Dinkes Provinsi NTT, 2024).

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2025 meluncurkan program pemberian tablet multiple micronutrient supplement (MMS) yang merupakan suplemen multivitamin yang mengandung berbagai mikronutrien yaitu 15 vitamin dan mineral esensial termasuk zat besi dan asam folat yang penting untuk kesehatan ibu hamil dan termasuk mencegah stunting, program ini juga sebagai upaya untuk meningkatkan kualitas kesehatan ibu dan anak. Tablet *multiple micronutrient supplement* (MMS) dirancang sebagai pengganti tablet tambah darah yang sebelumnya hanya mengandung zat besi dan asam folat dan mengkonsumsi tablet MMS selama kehamilan dapat mencegah terjadinya anemia, mengurangi resiko terjadinya berat badan lahir rendah (BBLR), mencegah stunting. Suplemen ini diberikan sebanyak 180 tablet dan dikonsumsi sejak hamil selama enam bulan atau 180 hari (Alfiani et al., 2025).

Anemia merupakan jumlah sel darah merah atau hemoglobin tidak mencukupi kebutuhan fisiologis tubuh sehingga *multiple micronutrient supplement* adalah suplemen multivitamin, zat besi dan folat yang diberikan pada ibu hamil sebagai upaya untuk mencegah anemia pada masa kehamilan (Alamri et al., 2025). Penyebab umum anemia adalah defisiensi zat-zat nutrisi yang tidak jarang pula disertai dengan infeksi, gizi

buruk, atau kelainan. Pola makan yang baik selama kehamilan dapat membantu tubuh mengatasi hal tersebut. Pola makan dipengaruhi oleh beberapa hal yaitu kebiasaan, kesenangan, budaya, agama, taraf ekonomi dan alam. Pola makan ibu hamil tersebut berpengaruh pada status gizi ibu. Status gizi ibu hamil akan sangat berperan dalam kehamilan baik terhadap ibu maupun janin. (NurHikmah Musfida dan St.Hateriah, 2023).

Berdasarkan data di puskesmas Oelolok tahun 2024, ibu hamil dengan anemia sebanyak 37 (10,2%) dari total ibu hamil 379 tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang gambaran status gizi ibu hamil trimester III yang mendapatkan tablet *multiple micronutrien suplemen* (MMS) di Puskesmas Oelolok Kecamatan Insana. Tujuan dari penelitian ini adalah memberikan gambaran status gizi ibu hamil trimester III yang mendapatkan tablet *multiple micronutrien suplemen* (MMS) di Puskesmas Oelolok Kecamatan Insana.

METHODS

Design

Jenis penelitian menggunakan metode penelitian deskriptif karena desain ini bertujuan menggambarkan karakteristik populasi atau fenomena secara rinci tanpa menjelaskan hubungan sebab akibat atau menjelaskan hubungan antar variabel. Berdasarkan tujuan penelitian, rancangan penelitian yang digunakan adalah cross-sectional karena pada waktu pengukuran /observasi data variabel dependen yang diukur satu kali pada satu periode waktu (Nursalam, 2020).

Research Questions

Pertanyaan dalam penelitian adalah “Bagaimanakah gambaran status gizi ibu hamil trimester III yang mendapatkan tablet *multiple micronutrien suplemen* di Puskesmas Oelolok Kecamatan Insana?”

Sample and Settings

Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik total sampling dimana sampel dalam penelitian ini adalah ibu hamil Trimester III yang mendapatkan tablet *Multiple Micronutrien Suplemen* (MMS) dengan kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah: Ibu hamil telah mendapatkan tablet *multiple micronutrien suplemen* selama enam bulan, ibu hamil yang bersedia menjadi responden dan menandatangani *informed consent* dan ibu hamil yang mampu berkomunikasi dengan baik (bahasa Indonesia /bahasa lokal). Sedangkan kriteria eksklusinya adalah ibu hamil yang mengalami komplikasi/penyulit kehamilan yang berkontribusi terhadap kondisi anemia seperti ibu hamil dengan penyakit penyerta tuberculosis (TBC), HIV, Kanker, autoimun serta ibu hamil yang menderita gangguan pendengaran dan gangguan jiwa.

Lokasi penelitian ini dilakukan di Puskesmas Oelolok Kecamatan Insana kabupaten Timor Tengah Utara Propinsi Nusa Tenggara Timur. Puskesmas Oelolok adalah salah satu puskesmas yang memperoleh tablet *multiple micronutrien suplemen* (MMS) dan baru diberikan kepada ibu hamil di tahun 2025. Studi ini mencakup 17 desa wilayah kerja Puskesmas Oelolok, Kecamatan Insana Kabupaten Timor Tengah Utara Propinsi Nusa Tenggara Timur.

Variables

Variabel dalam penelitian ini adalah variabel tunggal yaitu status gizi ibu hamil trimester III yang mendapatkan tablet *multiple micronutrien suplemen* (MMS).

Instruments

Instrumen penelitian ini menggunakan lembar observasi untuk mengetahui gambaran status gizi ibu hamil trimester III yang mendapatkan tablet *multiple micronutrien suplemen* (MMS).

Data Collections

Teknik pengumpulan dilakukan setelah mendapat ijin dari Direktur Poltekkes Kementerian Kesehatan Denpasar, Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan terpadu Satu Pintu Kabupaten Timor Tengah Utara dan Kepala Puskesmas Oelolok serta memastikan jumlah responden sebagai sampel. Responden kemudian dikumpulkan dan diberi penjelasan tentang tujuan penelitian, memberikan surat persetujuan menjadi responden, memberikan penjelasan tentang lembar observasi, kemudian lakukan wawancara dan observasi serta pengukuran berat badan, mengukur kadar haemoglobin (HB) dan didokumentasikan dalam buku KIA

Data Analysis

Pengolahan data dimulai dari pengumpulan data berdasarkan identifikasi variabel yaitu data kadar haemoglobin (HB), data berat badan ibu hamil yang mendapatkan tablet MMS, dilanjutkan dengan memeriksa kelengkapan data sesuai lembar observasi dan pemberian label (Kode), lakukan analisis univariat menghitung status gizi (anemia/normal), melakukan interpretasi hasil gambaran status gizi berupa ada tidaknya peningkatan kadar haemoglobin (HB) dan penambahan berat badan, kemudian hasilnya dilaporkan dalam bentuk tabel yang menunjukkan presentasi ibu hamil dengan status gizi sesuai kategori normal atau anemia serta sesuai dan tidak sesuai penambahan berat badan setelah mendapatkan tablet *multiple micronutrien suplemen* (MMS).

Ethical Consideration

Dalam melakukan penelitian, peneliti mendapat rekomendasi dari Direktur Poltekkes Kementerian Kesehatan Denpasar nomor ECDP.04.02/F.XXIV.26/325/2026 TANGGAL 20-3-2026, ijin penelitian dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan terpadu Satu Pintu dengan nomor: 400.14.5.4/100/DPMPTSP tanggal 27-3-2026 dan permintaan ijin Kepala Puskesmas Oelolok Kecamatan Insana Kabupaten Timor Tengah Utara Propinsi Nusa Tenggara Timur.

RESULTS

Kondisi lokasi penelitian

Puskesmas Oelolok terletak 30 km dari pusat kota Kabupaten Timor Tengah Utara Propinsi Nusa Tenggara Timur, dengan luas wilayah sekitar 333,08 km jumlah desa sebanyak 17 desa. Puskesmas Oelolok didukung oleh 3 puskesmas dan 16 polindes. Jalan-jalan disebagian wilayah sudah diaspal tetapi masih ada desa yang sulit dijangkau. Puskesmas oelolok dilengkapi dengan 1 Puskesmas keliling (pusling), dengan jarak tiap desa berbeda untuk sampai puskesmas maka dibuatkan jadwal tugas luar dan dalam gedung sehingga pelayanan didalam gedung (poliklinik, persalinan, rawat inap) dan pelayanan luar gedung (posyandu, kunjungan rumah, Investigasi kasus penyakit dll) dapat terlaksanan dengan baik.

Karakteristik subjek penelitian

Responden dalam penelitian ini sebanyak 95 ibu hamil trimester III yang mendapatkan tablet *multiple micronutrien suplemen* (MMS) di 17 desa wilayah kerja puskesmas Oelolok Kecamatan Insana.

Tabel 1 Karakteristik ibu hamil trimester III yang mendapatkan tablet *Multiple Micronutrien Suplemen* (MMS)

Karakteristik	Jumlah (orang)	Presentase (%)
Kelompok Umur		
< 20 Tahun	8	8,4
20- ≤35 Tahun	84	88,4
≥ 35 Tahun	3	3,2
Total	95	100

Tingkat Pendidikan		
Pendidikan Dasar	27	28,4
Pendidikan Menengah	64	67,4
Pendidikan Tinggi	4	4,2
Total	95	100
Status Pekerjaan		
Bekerja	3	3,2
Tidak Bekerja	92	96,8
TOTAL	95	100
Usia Kehamilan		
28-32 minggu	47	49,5
33-36 minggu	33	34,7
37-40 minggu	15	15,8
Total	95	100
Paritas		
Primigravida	38	40
Multigravida	57	60
Total	95	100

Berdasarkan tabel 1 diatas, karakteristik sosiodemografi ibu hamil trimester III yang mendapatkan tablet *multiple micronutrien suplemen* (MMS) terdiri dari usia, pendidikan, pekerjaan, usia kehamilan dan paritas. Data ini diambil dari kuesioner responden dan kohort ibu hamil puskesmas oelolok. Usia ibu hamil terbanyak adalah 20-35 tahun sebanyak 84 responden (88,4%), pendidikan terbanyak adalah pendidikan menengah sebanyak 64 responden (67,4%). Pada karakteristik pekerjaan, yang terbanyak adalah responden dengan status pekerjaan tidak bekerja sejumlah 92 responden (96,8%). Sedangkan karakteristik usia kehamilan terbanyak adalah 28-32 minggu sebanyak 47 responden (49,5%) serta paritas terbanyak adalah multigravida dengan jumlah responden sebanyak 57 (60%).

Hasil pengamatan terhadap subjek penelitian berdasarkan variabel penelitian

Hasil pengamatan terhadap subjek penelitian ibu hamil trimester III yang mendapatkan tablet *multiple micronutrien suplemen* (MMS) berdasarkan berat badan dan kadar Hemoglobin (HB) dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2 Identifikasi status gizi ibu hamil trimester III yang mendapatkan tablet *multiple micronutrien suplemen* (MMS) berdasarkan penambahan berat badan

Karakteristik	Jumlah (orang)	Presentase (%)
Penambahan berat Badan $\geq$ 11 Kg (Normal)	23	24,2
Penambahan Berat Badan $\leq$ 11 Kg (Tidak Normal)	72	75,8%
Total	95	100

Berdasarkan tabel 2 di atas identifikasi status gizi ibu hamil yang mendapatkan tablet MMS berdasarkan penambahan berat badan sebagian besar berada pada karakteristik penambahan berat badan $\leq$ 11 kg sebanyak 72 orang (75,7 %) dan 23 orang (24,2 %) berada pada karakteristik penambahan berat badan $\geq$ 11 kg.

Tabel 3 Identifikasi status gizi ibu hamil trimester III yang mendapatkan tablet *multiple micronutrien suplemen* (MMS) berdasarkan kadar haemoglobin

Karakteristik	Jumlah (orang)	Prsentase (%)
Tidak Anemia ($Hb \geq 11$ gr/dl)	65	68,4
Anemia ($Hb \leq 11$ gr/dl)	30	31,6
Total	95	100

Berdasarkan tabel 3 diatas, identifikasi status gizi ibu hamil trimester III yang mendapatkan tablet MMS berdasarkan kadar haemoglobin (HB) terbanyak berada pada kategori tidak anemia ($Hb \geq 11$ gr/dl) sejumlah 65 (68,4 %)

DISCUSSION

Karakteristik ibu hamil trimester III yang mendapatkan tablet *multiple micronutrien suplemen* (MMS).

Berdasarkan tabel karakteristik ibu hamil trimester III yang mendapatkan tablet *multiple micronutrient suplemen* (MMS), sebagian besar responden berada pada kelompok umur 20–≤35 tahun yaitu sebanyak 84 orang (88%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu hamil berada pada usia reproduksi sehat sehingga risiko komplikasi kehamilan relatif lebih rendah dibandingkan ibu hamil usia terlalu muda maupun terlalu tua, karena organ reproduksi telah matang dan kesiapan fisik maupun psikologis ibu lebih baik dalam menjalani kehamilan.

Data tingkat pendidikan, sebagian besar responden memiliki pendidikan menengah yaitu sebanyak 64 orang (67,3%). Tingkat pendidikan merupakan salah satu faktor yang memengaruhi pengetahuan seseorang. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin mudah dalam menerima dan memahami informasi yang diperoleh sehingga pengetahuan yang dimiliki semakin baik (Notoatmodjo, 2018). Tingkat pendidikan berpengaruh terhadap kemampuan ibu dalam menerima informasi kesehatan, termasuk pentingnya pemenuhan gizi selama kehamilan dan konsumsi tablet MMS. Ibu dengan pendidikan menengah cenderung lebih mudah memahami informasi kesehatan dibandingkan ibu dengan pendidikan dasar. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin baik pula pengetahuan dan kesadaran dalam menjaga kesehatan selama kehamilan.

Berdasarkan pekerjaan, sebagian besar responden tidak bekerja yaitu sebanyak 92 orang (96,8%), kondisi ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu hamil merupakan ibu rumah tangga yang memiliki lebih banyak waktu untuk beristirahat dan memperhatikan kehamilan. Pekerjaan adalah aktivitas utama yang dilakukan oleh manusia. Dalam istilah pekerjaan digunakan untuk menunjang kehidupannya dan keluarga (Mubarak, 2018). Namun demikian, ibu yang tidak bekerja juga dapat memiliki keterbatasan dalam akses ekonomi sehingga dukungan keluarga dan pelayanan kesehatan sangat penting dalam memenuhi kebutuhan gizi ibu hamil, termasuk kepatuhan mengonsumsi tablet MMS.

Pada usia kehamilan menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada usia kehamilan 28–32 minggu yaitu sebanyak 47 orang (49,7%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada trimester III awal. Pada trimester III kebutuhan zat gizi meningkat karena terjadi pertumbuhan janin yang sangat pesat sehingga ibu hamil membutuhkan asupan vitamin dan mineral yang cukup. Pemberian tablet MMS pada trimester III sangat penting untuk membantu memenuhi kebutuhan mikronutrien ibu dan mendukung pertumbuhan serta perkembangan janin.

Berdasarkan paritas, sebagian besar responden merupakan multigravida yaitu sebanyak 57 orang (60%). Ibu multigravida umumnya memiliki pengalaman lebih dalam menjalani kehamilan sehingga lebih memahami pentingnya pemeriksaan kehamilan dan konsumsi suplemen selama hamil. Namun kehamilan yang berulang juga dapat meningkatkan risiko kekurangan zat gizi apabila jarak kehamilan terlalu dekat dan kebutuhan gizi sebelumnya belum terpenuhi dengan baik. Oleh karena itu konsumsi tablet MMS tetap diperlukan untuk membantu memenuhi kebutuhan mikronutrien selama kehamilan.

Identifikasi status gizi ibu hamil trimester III yang mendapatkan tablet MMS

Berdasarkan berat badan sebagian penambahan berat badan ≤ 11 kg sebanyak 72 (75,7%) dan penambahan berat badan ≥ 11 kg sebanyak 23 (24,2%). Data ini menunjukkan penambahan berat badan yang ≤ 11 kg tergolong tidak normal dan penambahan berat badan ≥ 11 kg dikategorikan normal/sesuai. Penambahan berat badan selama kehamilan merupakan salah satu indikator penting dalam menilai

status gizi ibu hamil, penambahan berat badan yang tidak sesuai dipengaruhi beberapa faktor seperti asupan gizi yang kurang, kondisi kesehatan ibu, aktivitas fisik, tingkat pengetahuan, usia kehamilan, maupun kepatuhan dalam mengonsumsi tablet MMS. Penambahan berat badan tidak hanya dipengaruhi oleh suplementasi mikronutrien tetapi juga dipengaruhi oleh kecukupan asupan energi dan protein sehari-hari.

Sebagian besar responden dengan penambahan berat badan ≤ 11 kg berada pada usia kehamilan rata-rata 28–34 minggu. Kondisi ini menunjukkan bahwa ibu hamil masih berada pada trimester III awal hingga pertengahan sehingga masih terdapat kemungkinan terjadinya penambahan berat badan sampai trimester III akhir atau mendekati persalinan. Oleh karena itu, penambahan berat badan ibu hamil masih dapat bertambah pada usia kehamilan ≥ 34 minggu apabila kebutuhan nutrisi terpenuhi dengan baik dan ibu rutin mengonsumsi tablet MMS sesuai anjuran. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Syahid, 2023), hubungan pengetahuan ibu hamil dan gizi ibu hamil dengan peningkatan berat badan selama kehamilan dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain pola konsumsi makanan, paritas, asupan gizi, ekonomi, pengetahuan dan konsumsi tablet sulfat ferosus (SF), sehingga tingkat pengetahuan ibu hamil tentang gizi ibu hamil selama masa kehamilan dapat mencegah kelahiran bayi prematur atau bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR).

Identifikasi status gizi ibu hamil yang mendapatkan tablet MMS tidak anemia.

Berdasarkan hasil penelitian kadar HB ≥ 11 gr/dl sebanyak 65 (68,4 %) dan yang kadar HB ≤ 11 gr/dl sebanyak 30 (31,5 gr/dl). Data ini menunjukkan bahwa ibu hamil yang kadar hbnya ≥ 11 gr/dl tergolong tidak anemia sedangkan kadar hb yang ≤ 11 gr/dl tergolong anemia. Pemberian MMS memiliki peranan dalam membantu pemenuhan kebutuhan zat gizi selama kehamilan, terutama pada trimester III yang merupakan periode dengan peningkatan kebutuhan nutrisi untuk pertumbuhan janin dan persiapan persalinan. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Said & Galenso, 2022) yang menunjukkan bahwa sebagian ibu hamil mengalami anemia tetapi dengan kepatuhan mengonsumsi tablet *multiple micronutrien suplemen* dapat memperbaiki status gizi ibu hamil terutama meningkatkan kadar hb ibu hamil. Pada trimester III, kebutuhan energi, protein, vitamin, dan mineral meningkat secara signifikan karena terjadi pertumbuhan janin yang cepat. Suplementasi MMS yang mengandung berbagai vitamin dan mineral penting seperti zat besi, asam folat, zinc, vitamin A, vitamin D, dan yodium dapat membantu mencegah kekurangan zat gizi pada ibu hamil. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ibu hamil yang memperoleh tablet MMS cenderung memiliki status gizi yang lebih baik. Hal ini dapat disebabkan oleh kandungan MMS yang lebih lengkap dibandingkan suplementasi tablet tambah darah biasa, sehingga mampu mendukung kebutuhan gizi ibu selama kehamilan. Faktor lain seperti pola makan, tingkat pendidikan, pengetahuan gizi, kondisi ekonomi, serta dukungan keluarga juga dapat mempengaruhi status gizi ibu hamil. Oleh karena itu, edukasi mengenai pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang dan kepatuhan mengonsumsi MMS perlu terus ditingkatkan oleh tenaga kesehatan.

Strengths and Limitations

Kelebihan penelitian antara lain: Variabel penelitian cukup jelas dan terarah, Penggunaan data menggunakan lembar observasi, Analisis univariatnya sesuai karena menggambarkan keadaan responden dan Hasil penelitian memiliki manfaat praktis. Sedangkan kekurangan penelitian atau keterbatasan penelitian yaitu: Penelitian hanya menggunakan analisis univariat, Tidak terdapat kelompok kontrol/pembandingan, sehingga peningkatan kadar Hb atau berat badan belum dapat dipastikan sepenuhnya disebabkan oleh konsumsi MMS dan Sampel dalam penelitian ini relatif sedikit.

Implication for Practice

Ibu hamil diharapkan lebih memperhatikan asupan gizi selama kehamilan dengan menerapkan pola makan bergizi seimbang serta mengonsumsi tablet Multiple

Micronutrient Supplement (MMS) secara teratur. Tenaga kesehatan diharapkan meningkatkan edukasi dan konseling kepada ibu hamil mengenai pentingnya pemenuhan kebutuhan gizi selama kehamilan, manfaat konsumsi tablet MMS, serta pemantauan status gizi secara berkala.

Fasilitas pelayanan kesehatan diharapkan dapat menjamin ketersediaan tablet MMS dan meningkatkan capaian program pemantauan gizi ibu hamil, dapat memantau pemberian tablet MMS dengan memberikan stiker atau lembar pemantauan pada ibu hamil untuk menilai dalam kepatuhan minum tablet MMS. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar dan menambahkan variabel lain, seperti: kepatuhan minum tablet MMS, sosia ekonomi agar diperoleh hasil penelitian yang lebih komprehensif.

CONCLUSION

Identifikasi status gizi ibu hamil trimester III yang mendapatkan tablet multiple micronutrien suplemen (MMS) berdasarkan penambahan berat badan sebagian besar yang penambahan berat badan ≤ 11 kg. Identifikasi status gizi ibu hamil trimester III yang mendapatkan tablet *multiple micronutrien suplemen* (MMS) berdasarkan kadar haemoglobin sebagian besar normal /tidak anemia. Perlu dilakukan edukasi dan konseling mengenai kebutuhan gizi selama masa kehamilan hingga persalinan.

Conflict of Interest Statement

Penulis tidak ada konflik kepentingan dalam penelitian ini.

Funding Source

Kegiatan penelitian ini sumber dananya berasal dari dana pribadi.

Author Acknowledgement

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan kontribusi dalam pelaksanaan penelitian ini. Ucapan terima kasih disampaikan kepada Kepala puskesmas Oelolok, para Bidan, tenaga kesehatan lain dan kader posyandu serta seluruh ibu hamil yang telah berpartisipasi dan meluangkan waktu selama proses penelitian.

REFERENCES

- Ahmad, et. al. (2021). *Studi Asuhan Kebidanan dan Gizi*. Media Sains Indonesia.
- Alamri, N. N., Kasim, V. N. A., & Mohamad, R. W. (2025). *Gambaran Pengetahuan , Sikap Dan Perilaku Ibu Hamil Tentang Tablet*. 8.
- Alfiani, F., Utami, A. M., Zakiyah, N., Aizati, N., Daud, A., Alfiani, F., Utami, A. M., & Zakiyah, N. (2025). *Cost-Effectiveness Analysis and Priority Setting in the Transition from Iron-Folic Acid (IFA) to Multiple Micronutrient Supplementation (MMS) Cost-Effectiveness Analysis and Priority Setting in the Transition from Iron-Folic Acid (IFA) to Multiple M*. 6981. <https://doi.org/10.2147/CEOR.S549589>
- Dinkes Provinsi NTT. (2024). *Profil Kesehatan*.
- Kemendes RI. (2021). *Buku Pedoman Gizi Ibu Hamil Dan Menyusui*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Mubarak, W. . (2018). *Promosi Kesehatan untuk Kebidanan*. Salemba Medika.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- NurHikmah Musfida dan St.Hateriah. (2023). *Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Sebatung*. *Midwifery and Complementary Care*.
- Nursalam. (2020). *Konsep Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Salemba Medika.
- Said, R., & Galenso, N. (2022). *Status Gizi Ibu Hamil dan Kepatuhan Minum Multifile Micronutrien Di 10 Desa Lokus Stunting Di Kabupaten Banggai*. *Nutritional Status of*

Pregnant Women and Multiple Micronutrient Compliance In 10 Villages of Stunting Locus In Banggai District. 16(1), 98–102.

Syahid, M. I. S. R. R. (2023). *Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Gizi Ibu Hamil Dengan Peningkatan Berat Badan Selama Kehamilan Di PMB Bidan M Bogor Tahun 2023.*