

## **PENTINGNYA KONSUMSI ASAM FOLAT BAGI IBU HAMIL MELALUI MEDIA BOOKLET**

Dyah Amalia Nugraheni<sup>1</sup>, Siska Ningtyas Prabasari<sup>2</sup>

[dyahliaaa03@gmail.com](mailto:dyahliaaa03@gmail.com)

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

### **RINGKASAN**

**Latar Belakang :** Asam folat merupakan salah satu nutrisi esensial yang sangat dibutuhkan selama masa kehamilan untuk mencegah kelainan kongenital, terutama cacat tabung saraf (Neural Tube Defect/NTD) seperti spina bifida dan anensefalus. Rendahnya kesadaran dan pengetahuan ibu hamil mengenai pentingnya konsumsi asam folat menjadi faktor risiko terjadinya gangguan perkembangan janin. **Tujuan:** Pembuatan media Komunikasi, Informasi, dan Edukasi (KIE) berupa booklet yang dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai pentingnya asam folat selama masa kehamilan. **Metode:** Metode yang digunakan dalam media KIE berupa booklet sebagai pelaksanaan promosi kesehatan. **Hasil:** Booklet yang disusun berisi informasi mengenai fungsi asam folat, sumber makanan, dosis suplementasi, serta dampak kekurangan dan kelebihan asam folat. Hasil uji coba menunjukkan responden menilai isi booklet informatif, bahasa mudah dipahami, serta desain visual menarik. Masukan minor terkait istilah medis telah diperbaiki untuk memperkuat aspek komunikatif. **Kesimpulan :** Booklet ini dinilai layak digunakan sebagai media edukasi untuk meningkatkan pemahaman ibu hamil terhadap pentingnya konsumsi asam folat. Media ini diharapkan dapat digunakan secara luas oleh tenaga kesehatan dalam kegiatan promosi kesehatan.

**Kata Kunci:** Asam folat, ibu hamil, media edukasi, booklet, KIE