

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. bahwa dari ke 10 jurnal yang sebelum di berikan tablet besi menunjukan sebagian besar nilai kadar hemoglobin pada ibu hamil kurang dari normal yaitu sebesar <11 gr/dL dan rata-rata nilai kadar hemoglobin yaitu 10,32 gr/dL.
2. Bahwa dari ke 10 jurnal yang setelah pemberian tablet besi pada ibu hamil menunjukan bahwa pemberian tablet besi dapat meningkatkan nilai kadar hemoglobin dengan peningkatan rata-rata yaitu sebesar 11,44 gr/dL.
3. Bahwa terdapat pengaruh pemberian tablet besi terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil, peningkatan rata-rata yaitu sebesar 11,44 gr/dL atau dalam persen 11,5%, kalau lebih rinci terendah 10,7 gr/dL dan tertinggi sebesar 12,59 gr/dL. Namun bila sesuai pedoman bila diberikan zat besi sebesar 60 mg/hari dapat menaikkan kadar Hb sebanyak 1 gr%/ bulan. Lama nya pemberian tablet besi juga menjadi faktor peningkatan nilai kadar hemoglobin.
4. Peningkatan kadar hemoglobin akan lebih efektif dengan memberikan tambahan mikronutrien lainnya, seperti vitamin C karena dapat membantu penyerapan zat besi, seperti jambu biji dan penambahan bahan makanan seperti kurma dan sari kacang hijau.

B. Saran

Berdasarkan penelitian hasil studi literatur ini, peningkatan kadar hemoglobin perlu dilakukan analisis lebih terkait dengan variabel yang dapat mendukung penyerapan zat besi dan perlu diberikan pengawasan dan pengetahuan dalam mengkonsumsi tablet besi dengan benar.