

PENGARUH PEMBERIAN TABLET BESI TERHADAP PENINGKATAN HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL

Nuril Aulia Agustina, Ibnu Fajar SKM., M.Kes, Tapriadi SKM, M.Pd

Abstrak

Latar belakang : ibu hamil anemia masih menjadi masalah gizi di Indonesia. Menurut Riskeddas 2018 menyatakan bahwa prevalensi anemia pada ibu hamil meningkat menjadi 48,9%. Di masa kehamilan ibu mengalami peningkatan kebutuhan yang tinggi salah satunya yaitu zat besi. Asupan zat besi ini berperan penting dalam peningkatan kadar hemoglobin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian tablet besi terhadap peningkatan hemoglobin pada ibu hamil.

Metode : studi yang dilakukan dengan melakukan pengaruh pemberian tablet besi terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil, menggunakan 10 jurnal yang bereputasi maupun yang terakreditasi. Jurnal yang digunakan menggunakan database, the journal of nutrition, national library of medicine, PubMed, PMC, Neliti, Google scholar yang berupa artikel atau jurnal mulai tahun 2011-2021.

Hasil : 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. Namun terdapat perbedaan dari 10 jurnal yang direview, ada 4 jurnal penelitian yang menunjukkan bahwa peningkatan kadar hemoglobin akan lebih efektif dengan memberikan tambahan zat gizi lainnya, seperti vitamin C karena dapat membantu penyerapan zat besi.

Kesimpulan : terdapat pengaruh pemberian tablet besi terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil.

Kata kunci : tablet besi, peningkatan kadar hemoglobin, ibu hamil