

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

1. Hasil asupan protein dari lima jurnal yang menghasilkan  $\rho$  value ( $\rho=0,149$ ,  $\rho=1,000$ ,  $\rho=0,28$ ,  $\rho=0,003$ ,  $\rho=<0,001$ ), dengan terdapat tiga jurnal yang menyatakan tidak ada hubungan signifikan antara asupan protein dengan kejadian anemia, dan terdapat dua jurnal yang menyatakan terdapat adanya hubungan yang signifikan antara asupan protein dengan kejadian anemia. Hasil rata-rata asupan protein yang kurang pada remaja putri sebesar 68,8%.
2. Hasil asupan zat besi dari lima jurnal menghasilkan  $\rho$  value ( $\rho=0,084$ ,  $\rho=0,28$ ,  $\rho=1,000$ ,  $\rho=0,002$ ,  $\rho=<0,001$ ), dengan terdapat tiga jurnal yang menyatakan tidak ada hubungan signifikan antara asupan zat besi dengan kejadian anemia, dan terdapat dua jurnal yang menyatakan terdapat adanya hubungan yang signifikan antara asupan zat besi dengan kejadian anemia. Hasil rata-rata asupan zat besi yang kurang pada remaja putri yaitu sebesar 83,8%.

#### B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian kepustakaan bersumber dari lima jurnal berbeda, terdapat beberapa saran, yaitu:

1. Pada penelitian berikutnya perlu dilengkapi dengan mempertimbangkan faktor lain yang berpengaruh dengan anemia seperti masalah pada sumsum tulang, masalah sistem kekebalan tubuh, atau masalah pada menstruasi.
2. Sebaiknya dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai metode pengambilan data dalam format *Food Frequency Questionnaire (FFQ)* semi kuantitatif.