

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan serta diuraikan pada pembahasan yang terpapar di bab sebelumnya, maka penulis dapat memberikan kesimpulan sebagai berikut : Ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan gastritis pada remaja SMA/SMK di Kecamatan Paguyangan.

#### **B. Saran**

Adapun saran yang bisa diambil berdasarkan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi tenaga kesehatan

Tenaga kesehatan diharapkan dapat memberikan informasi kepada remaja mengenai pentingnya menjaga pola makan untuk mengurangi kejadian gastritis.

2. Bagi siswa SMK/SMA

Diharapkan dapat melakukan kebiasaan hidup sehat dengan mengatur pola makan yang sesuai juga dapat memperhatikan jenis makanan yang dikonsumsi dengan menghindari jenis makanan yang menjadikan faktor resiko terjadinya gastritis.

3. Bagi sekolah

Diharapkan adanya ruangan untuk dijadikan sebagai balai kesehatan yang berfungsi untuk menampung dan menerima bimbingan dibidang kesehatan selain sebagai tindakan pertama.