BAB VI
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1 Menurut usia diperoleh sebanyak 35 responden (81,39%) pada umur 16-25 tahun, menurut tingkat pedidikan diperoleh perguruan tinggi sebanyak 35 responden (81,39%), berdasarkan jenis pekerjaan sebagian besar bekerja sebagai pegawai swasta sebanyak 26 responden (60,46%).

2 Berdasarkan hasil analisa yang didapatkan gaya hidup pada pasien gastritis di Banjar Pemijian Sangeh menunjukkan bahwa responden dengan kebiasaan makan dan minum (100%) 43 responden, menurut perilaku merokok responden (69,76%) 30 responden dan kurang setuju sebanyak 13 responden (30,23%), menurut aktifitas fisik menunjukkan responden dengan aktifitas fisik baik (100%) 43 responden, menurut tingkat stress menunjukkan (100%) 43 responden.

B. Saran

1. Bagi Pasien Gastritis Banjar Pemijian

Diharapkan masyarakat khususnya pada penderita gastritis agar dapat menerapkan gaya hidup sehat. Seperti mengurangi mengonsumsi makanan pedas, makanan asin, minuman bersoda, minuman alkohol, minuman berkafein, berhenti merokok, melakukan aktifitas fisik, dan mengelola stress.