

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Simpulan hasil penelitian mengenai Pola Makan Pada Remaja Gastritis di SMA N 1 Selat Kabupaten Karangasem Tahun 2021 dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Karakteristik responden penelitian Sebagian besar responden berusia 18 tahun yaitu sebanyak 29 responden (70,7%) dan berjenis kelamin perempuan sebanyak 33 responden. (80,5%).
2. Pola makan remaja dengan gastritis sebagian besar responden memiliki pola makan buruk yaitu 32 responden (78%)
3. Kurangnya informasi pada siswa-siswi mengenai pola makan yang baik.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SMA N 1 Selat oleh peneliti, Adapun saran yang dapat dikemukakan yaitu :

1. Bagi responden
Diharapkan remaja dapat menjadikan pola makan yang baik sebagai kebiasaan untuk mengurangi kekambuhan pada gastritis.
2. Bagi institusi tempat penelitian
Diharapkan instansi dapat memberikan informasi mengenai Pola Makan pada remaja gastritis melalui guru UKS dan PMR, sehingga remaja gastritis tersebut dapat mengetahui dan melaksanakan pola makan yang baik.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dengan melihat hasil penelitian ini diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk penelitian selanjutnya dengan metode yang berbeda sehingga hasil yang didapatkan lebih optimal.