

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian dan hasil penelitian penulis dapat menarik kesimpulan tentang Gambaran Pola Makan Pada Penderita Gastritis Di Desa Manjungan adalah sebagai berikut :

1. Responden paling banyak berusia 25-36 tahun yaitu sebanyak 27 responden (39,7%).
2. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 48 responden (70,9%).
3. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar berpendidikan SMA sebanyak 34 responden (50%).
4. Hasil penelitian menunjukkan pekerjaan responden yang sebagian besar adalah pegawai swasta sebanyak 25 responden (36,8%).
5. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 68 responden mayoritas warga memiliki frekuensi makan baik (3 kali sehari) yaitu sebanyak 55 responden (80,9%) dibandingkan dengan frekuensi makan yang kurang baik (>3 kali sehari).
6. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 68 responden mayoritas warga memiliki waktu makan yang tidak teratur sebanyak 44 responden (64,7%) dibandingkan dengan responden yang memiliki waktu makan yang teratur.
7. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 68 responden mayoritas warga memiliki kebiasaan mengkonsumsi jenis makanan iritatif sebanyak 37 responden (54,4%) dibandingkan dengan yang bersifat non iritatif.

B. Saran

1. Bagi Institusi Kesehatan
Institusi kesehatan sebaiknya mengembangkan penyusunan program pola makan yang baik dalam pencegahan gastritis.
2. Bagi Perawat
Sebaiknya perawat memberikan edukasi tentang pola makan yang baik kepada penderita gastritis agar tidak menyebabkan kekambuhan berulang.

3. Bagi Masyarakat

Sebaiknya masyarakat meningkatkan derajat kesehatan dan melakukan perubahan pola makan dalam mencegah kekambuhan gastritis.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya sebaiknya mengikutsertakan variabel-variabel lain yang diduga berhubungan dengan terjadinya gastritis yang belum dapat diteliti pada penelitian ini.