

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian, maka kesimpulan yang dapat dibuat sebagai berikut:

1. Frekuensi makan menunjukkan nilai yang paling besar hubungannya dengan kejadian gastritis dibandingkan dengan jenis makanan dan porsi makanan.
2. Jenis makanan siswi remaja menunjukkan hasil penilaian buruk di karenakan remaja siswi sangat menyukai jenis makanan yang dapat menyebabkan terjadinya Gastritis.
3. Porsi makan remaja siswi di Pondok Pesantren BINBAZ menunjukkan hasil penilaian yang buruk. Hal ini berkaitan dengan jenis makanan yang di senangi oleh remaja siswi dan aktivitas yang di jalani remaja putri
4. Dari hasil uji hipotesa di dapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN GASTRITIS PADA REMAJA PUTRI PONDOK PESANTREN BINBAZ.

#### **5.2 Saran**

Saran-saran yang dapat diberikan sebagai berikut:

1. Bagi Penelitian Lanjutan

Diharapkan dapat menyempurnakan penelitian dengan menghilangkan keterbatasan pada penelitian ini. Penulis menyadari

adapun kekurangan dari penelitian ini adalah kurangnya nara sumber sebagai tambahan bahan penelitian ini, sampel uji validitas yang kurang dari target awal dikarenakan adanya siswi yang keluar saat peneliti melakukan uji validitas.

## 2. Bagi Kepala Pondok Pesantren

Diharapkan dari pihak pengurus Pondok Pesantren dapat lebih meningkatkan perhatian terhadap siswi – siswinya terutama pola makan dan aktivitas para siswi pondok pesantren BINBAZ agar angka kejadian gastritis pada siswi remaja di kemudian harinya dapat berkurang.