

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada santri kelas VII pondok pesantren Ryadlatul Ulum, diperoleh kesimpulan berikut:

1. Frekuensi makan menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki frekuensi makan kurang sebanyak 29 responden (51.8%).
2. Jenis makan menunjukkan bahwa sebagian besar kurang baik sebanyak 41 responden (73.2%).
3. Porsi makan menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki porsi makan yang kurang sebanyak 31 responden (55.4%).
4. Kejadian gastritis menunjukkan bahwa Sebagian besar responden mengalami gastritis sebanyak 35 responden (62.5%)
5. Terdapat hubungan yang bermakna antara frekuensi makan, jenis makan dan porsi makan dengan kejadian gastritis pada santri di Pondok Pesantren Ryadlatul Ulum, Batanghari, Lampung Timur dengan *p-value* 0.000

#### **B. Saran**

Bagi Pondok Pesantren Ryadlatul Ulum, Batanghari Lampung Timur

1. Untuk memenuhi kebutuhan zat gizi remaja sesuai dengan usianya, diharapkan kepada Pondok Pesantren Ryadlatul Ulum dapat menjadwalkan dengan makan 3x sehari dengan memaksimalkan pengelolaan dana yang tersedia. Untuk bidang kesehatan yang ada di lingkup pondok pesantren sebaiknya mengsosialisasikan pedoman gizi seimbang dengan pemasangan poster umum mengenai pola makan, yang dapat menambah pengetahuan santri tentang pengendalian dan pencegahan gastritis.
2. Peranserta pembimbing santri dan orang tua sangat diharapkan dalam memberikan informasi yang diperlukan santri.