

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan perilaku makan dengan gejala gastritis pada mahasiswa organisasi kemahasiswaan BEM – KMF Universitas Andalas tahun 2018 dengan jumlah responden 260 orang, dapat disimpulkan bahwa :

1. Sebagian (55%) mahasiswa organisasi BEM-KMF Universitas Andalas memiliki perilaku makan tidak baik dengan persentase tertinggi merupakan fakultas peternakan (78,6%).
2. Terdapat sebagian kecil (23,5%) responden tidak mengalami gejala gastritis, dan terdapat responden mengalami gejala gastritis dengan jumlah gejala yang berbeda yaitu sejumlah 1 sampai 7 gejala dan jumlah gejala paling tinggi yang dialami adalah 2 gejala (19,2%).
3. Perilaku makan memiliki hubungan dengan gejala gastritis pada mahasiswa pengurus organisasi kemahasiswaan BEM-KMF Universitas Andalas tahun 2018 dengan nilai $p < 0,05$ yaitu $p = 0,000$.

B. Saran

Peneliti memberikan saran berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan sebagai berikut :

1. Bagi mahasiswa

Mahasiswa disarankan untuk meningkatkan kesadaran dari diri sendiri untuk memperhatikan jadwal makan harian mereka meski sesibuk apapun untuk menghindari kekosongan lambung dalam waktu yang lama. Selanjutnya mahasiswa disarankan untuk meningkatkan pengetahuan tentang perilaku makan dan gejala gastritis.

2. Bagi institusi keperawatan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan bermakna antara perilaku makan dengan gejala gastritis pada mahasiswa organisasi. Dalam menanggapi masalah ini perawat dapat memberikan edukasi melalui pendidikan dan promosi perilaku kesehatan kepada mahasiswa.

3. Bagi penelitian selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat melanjutkan penelitian ini dalam lingkup yang lebih luas yaitu lebih menggali kecenderungan makan dan jenis konsumsi makanan mahasiswa serta menambah atau meneliti variabel-variabel lain yang merupakan faktor resiko gastritis seperti merokok, stress dan penggunaan obat NSAID