

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **6.1 Kesimpulan**

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukan bahwa jumlah gastritis berdasarkan jenis kelamin adalah perempuan, berdasarkan usia adalah usia 36-45 tahun, berdasarkan kombinasi obat yaitu antasida dan ranitidine. Dan golongan obat yang paling banyak digunakan yaitu golongan Antasida dan H2 Blocker.

#### **6.2 Saran**

Berdasarkan data yang diperoleh, maka penulis memberikan saran yang sekiranya dapat bermanfaat yaitu perubahan pola hidup yang sehat seperti tidur yang cukup, kurangi stress, kurangi konsumsi makanan yang pedas dan asam serta hindari merokok dan minum minuman alkohol. Ini merupakan sebuah langkah yang cukup untuk menghindari diri dari penyakit gangguan lambung.