

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut :

1. Jenis kelamin bukan merupakan faktor risiko terhadap terjadinya katarak
2. Terdapat hubungan yang signifikan pada pola makan vitamin A dengan kejadian katarak
3. Terdapat hubungan yang signifikan pada pola makan vitamin C dengan kejadian katarak
4. Belum didapatkan hasil pada pola makan vitamin E dengan kejadian katarak karena buah dan sayuran yang mengandung vitamin E hanya sedikit dikonsumsi oleh responden sehingga data yang dihasilkan konstan dan tidak dapat diolah secara statistik dengan Chi-Square.

#### **B. SARAN**

1. Bagi Penelitian Berikutnya

Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai pola makan buah dan sayuran sumber vitamin E dengan kejadian katarak

2. Bagi Masyarakat

Meningkatkan kesadaran masyarakat melalui Puskesmas mengenai pentingnya pola hidup sehat dengan mengkonsumsi buah dan sayuran sumber vitamin A, C dan E yang cukup karena dapat memperlambat atau mengurangi angka kejadian katarak di masa mendatang