

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari *literature review* pada 12 artikel tentang pengaruh kadar serum 25(OH)D terhadap kejadian miopia didapatkan kesimpulan bahwa :

1. Pada peserta dengan miopia rata-rata memiliki kadar serum 25(OH)D yang lebih rendah dari pada peserta non-miopia.
2. Resiko terjadinya miopia akan menurun seiring dengan adanya peningkatan kadar vitamin D terutama pada masa kanak-kanak dan remaja. Akan tetapi tidak pada usia dewasa tua dan anak-anak dengan kelahiran prematur.

5.2 Saran

Rekomendasi dari penulis yaitu penelitian mengenai pengaruh kadar vitamin D terhadap kejadian miopia harus diperbanyak lagi, terutama penelitian yang berasal dari Indonesia. Karena hampir semua literatur berasal dari luar negeri, tidak ada penelitian di Indonesia yang mencantumkan pengukuran kadar serum 25(OH)D pada penderita miopia. Dan juga banyak penelitian yang dilakukan lebih dari 9 tahun sehingga tidak bisa digunakan dalam *literature review* ini. Sehingga perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk mengetahui pengaruh kadar vitamin D terhadap kejadian miopia dengan sampel yang lebih banyak agar menghindari bias. Untuk praktisi kesehatan mungkin bisa memberikan penyuluhan-penyuluhan kepada orang tua dan anak-anak sekolah mengenai pengetahuan bahwa anak-anak dengan miopia mempunyai kadar vitamin D yang rendah merupakan salah faktor resiko terjadinya miopia, sehingga penting untuk menjaga vitamin D darah agar tidak rendah dengan memberikan pengetahuan bahwa vitamin D paling banyak bisa didapatkan melalui sinar matahari sehingga disarankan lebih banyak harus beraktifitas di luar ruangan, memberikan pengetahuan mengenai pengkonsumsian suplemen vitamin D rutin,

memberikan edukasi mengenai makanan-makanan yang bisa dikonsumsi yang banyak mengandung vitamin D dan pentingnya berjemur di sinar matahari dan juga memberikan penyuluhan khusus untuk ibu hamil dan menyusui tentang betapa pentingnya ASI untuk mencukupi kebutuhan vitamin D pada bayi yang belum bisa mengonsumsi suplemen serta makanan.

