

BAB V

PENUTUP

V. I Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan penelitian “Determinan Computer Vision Syndrome (CVS) Pada Karyawan Di Kantor Pengawasan Dan Pelayanan Bea Dan Cukai Tangerang Tahun 2021”, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

- a. Distribusi frekuensi *Computer Vision Syndrome* (CVS) pada responden adalah sebanyak 42 orang (52,5%). Distribusi frekuensi faktor individu jenis kelamin pada responden adalah laki-laki sebanyak 44 orang (55,0%), masa kerja lebih dari 3 tahun sebanyak 67 orang (83,8%), frekuensi penggunaan kacamata pada responden yang memakai kacamata adalah 42 orang (52,5%), umur pada karyawan yang lebih muda dari 40 tahun sebanyak 68 orang (85,0%) . Distribusi frekuensi faktor praktik ergonomi jarak pandang yang lebih dari 50 cm sebesar 50 orang (62,5%), dan pola istirahat mata yang beresiko sebesar 61 orang (76,3%).
- b. Hubungan faktor individu bahwa ada hubungan signifikan antara jenis kelamin dan penggunaan kacamata dengan *Computer Vision Syndrome* (CVS) yaitu $p\text{-value}$ 0,042, ($p < 0,05$) dan $p\text{-value}$ 0,013. Tidak ada hubungan signifikan antara masa kerja dan umur dengan kejadian CVS yaitu $p\text{-value}$ 0,129 dan $p\text{-value}$ 1,000.
- c. Hubungan faktor praktik ergonomi bahwa tidak ada hubungan antara jarak pandang dan pola istirahat mata dengan *Computer Vision Syndrome* (CVS) yaitu $p\text{-value}$ 0,358 dan $p\text{-value}$ 0,125.

V. 2 Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian diatas, adapun saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

- a. Bagi Karyawan:
 - 1) Masa Kerja

Masa kerja semakin bertambah seiring waktu maka karyawan yang bekerja didepan komputer harus lebih memperhatikan kesehatan mata dengan memeriksakan mata ke optik setiap minimal 6 bulan sekali atau rumah sakit khusus untuk mata agar dapat bekerja dengan nyaman dalam kurun waktu lama.

2) Penggunaan Kacamata

Penggunaan kacamata oleh karyawan harus terus diperiksa kesehatan matanya ke optik mata atau rumah sakit mata agar dapat mengetahui apakah ada kelainan refraksi mata lainnya atau tidak dan dapat dicegah tingkat keparahannya.

3) Jarak Pandang

Penggunaan komputer oleh karyawan secara terus menerus harus menyadari bahwa jarak pandang ke layar menurut standar adalah 50 cm sampai 70 cm. Disarankan agar karyawan lebih sadar dengan cara berlatih terkait jarak pandang yang baik untuk kesehatan mata.

b. Bagi Instansi:

- 1) Lebih memperhatikan karyawan yang bekerja di kantor dengan cara menyediakan fasilitas pemeriksaan mata agar persentase yang terkena *Computer Vision Syndrome (CVS)* dapat menurun dengan cepat.
- 2) Disarankan di setiap ruangan dapat diberikan audio pengingat agar karyawan mengistirahatkan mata saat bekerja menggunakan komputer.

c. Bagi peneliti lain atau peneliti selanjutnya:

- 1) Dapat meneliti variabel dan determinan lain yang berhubungan dengan *Computer Vision Syndrome (CVS)* , yaitu variabel kedipan mata dan kelainan refraksi mata pada faktor individu, jenis monitor komputer pada faktor praktik ergonomi dan variabel intensitas pencahayaan, ukuran objek pada monitor, kelembaban, dan penggunaan pendingin udara pada faktor lingkungan kerja agar memperluas determinan.
- 2) Diharapkan juga untuk melakukan penelitian dengan desain studi selain *cross sectional* agar dapat mengetahui hubungan sebab akibat.

- 3) Disarankan menggunakan teknik sampel yang acak agar sampel dapat lebih mewakili populasi, dan jumlah sampel yang lebih besar walaupun minimal sampel penelitian ini tercukupi.