

BAB V PENUTUP

V.1 Kesimpulan

- a. Terdapat 57,6% staf kantor Suku Dinas Pemadam Kebakaran dan Penyelamatan Jakarta Selatan yang mengalami CVS.
- b. Staf kantor Suku Dinas Pemadam Kebakaran dan Penyelamatan Jakarta Selatan memiliki proporsi usia yang sama besar yaitu sebanyak 50%, 86,4% berjenis kelamin laki-laki, 77,3% tidak menggunakan kacamata, dan 72,7% menggunakan perangkat digital lain (laptop, tablet, *smartphone*) lebih dari 4 jam sehari.
- c. Staf kantor Suku Dinas Pemadam Kebakaran dan Penyelamatan Jakarta Selatan 84,8% memiliki masa kerja lebih dari sama dengan 5 tahun, 71,2% menggunakan komputer lebih dari 4 jam sehari, dan memiliki proporsi jarak pandang layar monitor yang sama besar yaitu sebanyak 50%.
- d. Staf kantor Suku Dinas Pemadam Kebakaran dan Penyelamatan Jakarta Selatan 53% memiliki kondisi pencahayaan lokal kurang dari 300 lux.
- e. Terdapat hubungan antara usia dan durasi perangkat digital lain dengan CVS. Sedangkan tidak terdapat hubungan antara jenis kelamin dan penggunaan kacamata dengan CVS pada staf kantor Suku Dinas Pemadam Kebakaran dan Penyelamatan Jakarta Selatan.
- f. Terdapat hubungan antara masa kerja, durasi penggunaan komputer, dan jarak layar monitor dengan CVS pada staf kantor Suku Dinas Pemadam Kebakaran dan Penyelamatan Jakarta Selatan.
- g. Terdapat hubungan antara pencahayaan lokal dengan CVS pada staf kantor Suku Dinas Pemadam Kebakaran dan Penyelamatan Jakarta Selatan.

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Responden

- a. Mengurangi durasi penggunaan perangkat digital dengan menggunakan perangkat digital seperlunya dan mengatur *screen time* per hari.

- b. Mengatur jarak penglihatan layar monitor dari mata, sesuai dengan anjuran yang ada yaitu minimal 50 cm.

V.2.2 Bagi Instansi

- a. Mengadakan program *break* sejenak untuk mengistirahatkan mata dan melakukan peregangan.
- b. Memperbaiki pencahayaan stasiun kerja pekerja agar sesuai dengan standar yang berlaku dengan mengganti lampu ruangan.

V.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat menambahkan variabel penelitian lainnya berkaitan dengan CVS yang belum dapat diteliti dalam penelitian ini (kelainan refraksi, lama istirahat, sudut pandang, kecerahan layar, serta suhu dan kelembapan), untuk mendapatkan hasil yang lebih baik tentang faktor apa saja yang berhubungan dengan CVS.