

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Kesimpulan yang didapat dari hasil analisis penelitian dan pembahasan yang dilakukan adalah sebagai berikut :

- a. Prevalensi keluhan *asthenopia* pada pegawai operator PT.Jasamarga Tollroad tahun 2019 adalah 74,4 % yang mengalami keluhan *asthenopia*. Sebanyak 28,9% mengalami keluhan *asthenopia* ringan dan 45,6% mengalami keluhan *asthenopia* berat.
- b. Dari faktor pekerja mayoritas berusia kurang dari 40 tahun, yaitu sebanyak 68 responden dari 90 responden (76%), 52 dari 90 responden memiliki kelainan refraksi (58%), dan responden yang melakukan istirahat mata 1 jam sekali sebanyak 32 responden dari 90 responden (35,6%).
- c. Dari faktor pekerjaan pegawai yang menggunakan komputer dengan durasi penggunaan lebih dari 5,8 jam perhari sebanyak 73 responden dari 90 responden (81%), responden yang menggunakan komputer dengan jarak kurang dari 50 cm sebanyak 49 responden dari 90 responden (54,4%), jenis monitor LCD yang digunakan pada pegawai operator LCD sebanyak 78 responden dari 90 responden (87%), pegawai yang menggunakan *antiglare* sebanyak 39 responden dari 90 responden (43,3%), dan responden yang menggunakan *document holder* pada pekerjaannya sebanyak 35 responden dari 90 responden (39%).
- d. Dari faktor lingkungan pekerjaan, pegawai yang bekerja pada pencahayaan ruang kantor kurang dari 500 lux sebanyak 67 (74%), dan pegawai yang memiliki permasalahan pada layar monitor 55 responden dari 90 responden (61%).
- e. Pada faktor pekerja (umur) tidak memiliki hubungan yang bermakna dengan keluhan *asthenopia* Pada faktor pekerja (Kelainan refraksi dan

- f. istirahat mata) memiliki hubungan yang bermakna dengan keluhan *asthenopia*
- g. Pada faktor pekerjaan (Durasi penggunaan computer, jarak penggunaan computer, penggunaan *antiglare*) memiliki hubungan yang bermakna dengan keluhan *asthenopia*. Pada faktor pekerjaan (Jenis monitor dan penggunaan *document holder*) tidak memiliki hubungan yang bermakna dengan keluhan *asthenopia*.
- h. Pada faktor lingkungan pekerjaan (Jenis monitor) tidak memiliki hubungan yang bermakna dengan keluhan *asthenopia*. Pada faktor pencahayaan ruang kantor memiliki hubungan yang bermakna dengan keluhan *asthenopia*.

V.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan maka saran yang dapat di berikan peneliti dalam penelitian ini, sebagai berikut:

- a. Bagi Responden
 - 1) Pegawai sebaiknya memperhatikan waktu istirahat mereka dan jangan menggunakan waktu istirahat untuk melakukan aktifitas dengan komputer. Pihak perusahaan juga sebaiknya melakukan sosialisasi terkait istirahat dan peregangan yang perlu dilakukan oleh karyawan ditengah-tengah penggunaan komputer.
 - 2) Penggunaan *antiglare* pada monitor komputer perlu dilakukan agar dapat meminimalisasi timbulnya kelelahan mata yang diakibatkan silau atau glare pada layar monitor.
- b. Bagi PT. Jasamarga Tollroad
 - 1) Perusahaan perlu melakukan pemeriksaan mata paling tidak setahun sekali, terutama bagi pekerja yang belum mengalami gangguan penglihatan.
 - 2) Para pekerja sebaiknya tidak menjadikan bekerja lebih dari 8 jam per hari sebagai suatu kebiasaan dan sebisa mungkin tidak bekerja lebih dari 8 jam per hari.

- 3) Apabila ada tampilan-tampilan monitor yang bermasalah segera ditanggulangi dan jangan dibiarkan.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

- 1) Peneliti dapat mengembangkan kembali penelitian mengenai keluhan *asthenopia* agar dapat dilakukan penelitian lebih lanjut.
- 2) Pengukuran kelainan refraksi sebaiknya dilakukan dengan pengecekan khusus pada ahli atau dokter mata agar tidak terjadi bias pada jawaban responden yang tidak yakin dengan keluhan kelainan refraksi yang mereka alami.

