

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan antara tingkat pengetahuan mengenai dampak negatif penggunaan komputer jangka lama dengan kejadian kelelahan mata pada pegawai UMY maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Tingkat pengetahuan pegawai UMY mengenai dampak negatif penggunaan komputer jangka lama yang terbanyak termasuk dalam kategori sedang yaitu 29 orang (41,4%)
2. Pada pegawai UMY sebagian besar terjadi kelelahan mata sebanyak 47 orang (67,1%) dengan keluhan yaitu penglihatan kabur sebanyak 38 orang (81%)
3. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan mengenai dampak negatif komputer jangka lama dengan kejadian kelelahan mata pada pegawai UMY dengan nilai $p=0,08$ ($p>0,05$)
4. Tingkat pengetahuan pegawai UMY dengan keluhan kelelahan mata memiliki hubungan yang signifikan ($p<0,05$) pada keluhan nyeri/terasa berdenyut di sekitar mata (0,029), mata perih (0,018), sakit kepala (0,015), mata merah (0,045) dan mata berair (0,036)
5. Tingkat pengetahuan pegawai UMY dengan keluhan kelelahan mata tidak memiliki hubungan yang signifikan ($p>0,05$) pada keluhan

penglihatan kabur (0,387), penglihatan rangkap/ganda (0,742), sulit fokus (0,236) dan pusing disertai mual (0,645)

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan antara tingkat pengetahuan Pegawai UMY mengenai dampak negatif komputer jangka lama terhadap kejadian kelelahan mata, maka saran-saran yang disampaikan penulis adalah sebagai berikut :

1. Bagi instansi kesehatan

Memberikan pendidikan kesehatan mengenai dampak negatif penggunaan komputer jangka lama dengan cara pemberian informasi yang memadai sehingga dapat diaplikasikan oleh para pegawai sehari-hari.

2. Bagi Pegawai UMY

Diharapkan pegawai UMY dapat meningkatkan lagi pengetahuan mengenai dampak negatif penggunaan komputer jangka lama agar dapat mengurangi kejadian kelelahan mata dan kesalahan dalam bekerja.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Melakukan penelitian mengenai kelelahan mata dengan variabel bebas yang lain dan metode alat ukur kelelahan mata selain menggunakan kuisioner.