

BAB 6 : KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai prevalensi dan determinan gejala *Computer Vision Syndrom* (CVS) pada mahasiswa Universitas Andalas di masa pandemi Covid-19, didapatkan beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Prevalensi gejala *Computer Vision Syndrom* pada mahasiswa Universitas Andalas ditemukan cukup tinggi yaitu sebesar 81,9%.
2. Distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik responden yang paling banyak berkontribusi adalah usia 22 tahun, jenis kelamin perempuan, angkatan 2020. Perangkat digital yang paling banyak digunakan adalah *smartphone/tablet* dengan kegiatan yang paling sering dilakukan adalah mengakses media sosial. Untuk posisi layar komputer terhadap mata, responden banyak menggunakan komputer dengan posisi layar sejajar dengan mata.
3. Terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan gejala CVS pada mahasiswa Universitas Andalas di masa pandemi Covid-19.
4. Terdapat hubungan antara durasi penggunaan komputer/laptop dengan gejala CVS pada mahasiswa Universitas Andalas di masa pandemi Covid-19.
5. Terdapat hubungan antara jarak pandang mata ke layar komputer/laptop dengan gejala CVS pada mahasiswa Universitas Andalas di masa pandemi Covid-19.
6. Tidak terdapat hubungan antara penggunaan filter anti silau dengan gejala CVS pada mahasiswa Universitas Andalas di masa pandemi Covid-19.

6.2 Saran

1. Bagi Universitas Andalas

Diharapkan kepada Universitas Andalas dapat melakukan edukasi dan promosi kesehatan mengenai *Computer Vision Syndrome* (CVS) dan pencegahannya kepada mahasiswa. Edukasi dan promosi dapat dilakukan menggunakan akun-akun media sosial yang sering diakses oleh mahasiswa seperti akun instagram unandofficial, infounand, dan lainnya. Sehingga nantinya diharapkan mahasiswa dapat lebih peduli terhadap kesehatan mata serta dapat melakukan pencegahan sebelum terjadinya kerusakan mata akibat penggunaan perangkat digital dalam waktu yang cukup lama.

2. Bagi Mahasiswa Universitas Andalas

Diharapkan dari penelitian ini dapat menambah pengetahuan mahasiswa Universitas Andalas mengenai *Computer Vision Syndrome* (CVS) serta lebih peduli untuk menjaga kesehatan mata ketika menggunakan perangkat digital. Caranya yaitu tidak menggunakan perangkat digital dalam waktu yang lama secara terus-menerus, menjaga jarak pandang mata terhadap perangkat digital, serta menggunakan filter anti silau yang dapat menangkal cahaya biru yang dihasilkan oleh perangkat digital. Selain itu juga diharapkan kepada mahasiswa untuk melakukan pemeriksaan mata secara berkala agar dapat penanganan yang tepat sesuai kondisi yang dialami.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti variabel lain yang belum ada pada penelitian ini, serta dapat memperluas responden penelitian yang tidak hanya terbatas pada mahasiswa. Karena pada situasi pandemi Covid-19 seperti sekarang banyak yang terdampak akibat pembelajaran daring. Selain itu juga diharapkan agar

peneliti selanjutnya dapat melakukan analisis yang lebih mendalam (analisis multivariat) untuk mengetahui variabel yang paling berpengaruh terhadap CVS.

