

BAB 6 : KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

1. Sebagian besar (72,5%) penjahit di Pasar Raya Kota Padang mengalami keluhan subjektif kelelahan mata.
2. Lebih dari separuh (66,7%) penjahit di Pasar Raya Kota Padang adalah usia berisiko.
3. Sebagian besar (76,5%) penjahit di Pasar Raya Kota Padang bekerja dengan durasi kerja yang tidak normal.
4. Sebagian besar (74,5%) intensitas pencahayaan di Pasar Raya Bertingkat Kota Padang belum memenuhi syarat.
5. Terdapat hubungan antara umur dengan keluhan subjektif kelelahan mata pada penjahit di Pasar Raya Kota Padang Tahun 2016.
6. Tidak terdapat hubungan antara durasi kerja dengan keluhan subjektif kelelahan mata pada penjahit di Pasar Raya Kota Padang Tahun 2016.
7. Terdapat hubungan antara intensitas pencahayaan dengan keluhan subjektif kelelahan mata pada penjahit di Pasar Raya Kota Padang Tahun 2016.

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Dinas Pasar Kota Padang

Melalui koordinasi dengan Koperasi Industri dan Kerajinan Dharma Karsa Busana Kota Padang diupayakan meletakkan benda-benda yang memiliki kontras yang dapat menyejukkan mata seperti tanaman/pot ataupun lukisan di lingkungan kerja penjahit sehingga ketika bekerja pekerja dapat merelaksasikan mata dengan memandang benda-benda tersebut.

6.2.2 Bagi Penjahit

1. Sebaiknya penjahit memanfaatkan waktu untuk mengistirahatkan mata agar tidak terlalu fokus untuk menatap objek jahitan. Istirahat pendek namun sering lebih dianjurkan. Melakukan istirahat 5 menit selama 4 kali sepanjang waktu bekerja dapat mengurangi keluhan kelelahan mata.
2. Melalui koordinasi dengan Koperasi Industri dan Kerajinan Dharma Karsa Busana Kota Padang untuk meningkatkan kualitas pencahayaan perlu ditambah intensitas pencahayaan yang terang di ruangan kerja, mengganti lampu yang sudah redup dan menambahkan lampu sorot di meja kerja untuk meningkatkan pencahayaan setempat.

6.2.3 Bagi Peneliti Lain

Diharapkan kepada peneliti lain agar dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai variabel yang berhubungan dengan kejadian kelelahan mata yaitu umur dan pencahayaan.

