

## BAB 6 : KESIMPULAN DAN SARAN

### 6.1 Kesimpulan

1. Lebih dari separuh (58,1%) pengrajin payet di Kota Padang mengalami keluhan subjektif kelelahan mata.
2. Lebih dari separuh (55,8%) pengrajin payet di Kota Padang adalah umur berisiko.
3. Sebagian besar (72,1%) pengrajin payet di Kota Padang sudah bekerja dengan masa kerja lama.
4. Sebagian kecil (23,3%) pengrajin payet di Kota Padang bekerja dengan jarak objek yang tidak memenuhi syarat.
5. Lebih dari separuh (53,5%) pengrajin payet di Kota Padang bekerja dengan pencahayaan yang tidak baik.
6. Terdapat hubungan antara umur dengan keluhan subjektif kelelahan mata pada pengrajin payet di Kota Padang.
7. Terdapat hubungan antara masa kerja dengan keluhan subjektif kelelahan mata pada pengrajin payet di Kota Padang.
8. Terdapat hubungan antara jarak objek dengan keluhan subjektif kelelahan mata pada pengrajin payet di Kota Padang.
9. Terdapat hubungan antara pencahayaan dengan keluhan subjektif kelelahan mata pada pengrajin payet di Kota Padang.

## 6.2 Saran

### 6.2.1 Bagi Pemerintah

Diharapkan kerjasama atau kolaborasi antara Dinas Koperasi dan UKM dengan puskesmas setempat untuk memberikan edukasi kepada para pengrajin payet untuk menjaga kesehatan mata dengan cara mengatur lingkungan dan sikap kerja agar pengrajin payet terhindar dari kelelahan mata serta memaksimalkan waktu istirahat secara baik sehingga dapat meningkatkan produktivitas kerja.

### 6.2.2 Bagi Pengrajin Payet

Diharapkan kepada pengrajin payet terutama yang memiliki umur berisiko, masa kerja lama, jarak objek yang tidak memenuhi syarat, dan pencahayaan yang tidak baik untuk melakukan istirahat mata saat bekerja secara rutin dengan metode 20-20-20 yaitu setiap 20 menit bekerja menatap objek berukuran kecil, mengistirahatkan mata dengan mengalihkan pandangan untuk menatap objek yang berjarak 20 kaki (6 meter) selama 20 detik untuk mengurangi kelelahan mata. Pengrajin juga dapat melakukan senam mata untuk mengurangi ketegangan otot mata saat bekerja.

### 6.2.3 Bagi Peneliti

Diharapkan peneliti dapat melakukan penelitian terhadap penyakit lain yang bisa dialami oleh pengrajin payet yaitu *musculoskeletal disorders* (MSDs).

### 6.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian terhadap variabel lain seperti durasi kerja, lama istirahat mata, kelainan refraksi, dan lain-lain. Peneliti selanjutnya juga diharapkan untuk menambah responden dan memperluas wilayah penelitian sehingga mendapatkan data yang lebih akurat dari

sebelumnya. Selain itu juga diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk mengukur pencahayaan sesuai dengan SNI.

