

## **BAB 7**

### **PENUTUP**

#### **7.1 Kesimpulan**

1. Pekerja di PT Angkasa Pura II Padang bagian kargo yang berusia diatas 40 tahun hanya 10 orang, sedangkan pekerja yang berusia dibawah 40 tahun sebanyak 32 orang.
2. Pekerja di PT Angkasa Pura II Padang bagian kargo yang memiliki kelainan refraksi sebanyak 24 orang, sedangkan pekerja yang tidak memiliki kelainan refraksi sebanyak 18 orang.
3. Pekerja di PT Angkasa Pura II Padang bagian kargo yang lama paparan dengan komputer lebih dari 4 jam sebanyak 23 orang, sedangkan pekerja yang lama paparan komputer kurang dari 4 jam sebanyak 19 orang.
4. Pekerja di PT Angkasa Pura II Padang bagian kargo yang mengalami keluhan kelelahan mata sebanyak 25 orang sedangkan pekerja yang tidak mengalami keluhan kelelahan mata sebanyak 17 orang.
5. Tidak terdapat hubungan bermakna antara usia dengan keluhan kelelahan mata pada pengguna komputer di PT Angkasa Pura II Padang.
6. Terdapat hubungan bermakna antara kelainan refraksi dengan keluhan kelelahan mata pada pengguna komputer di PT Angkasa Pura II Padang.
7. Terdapat hubungan bermakna antara lama paparan komputer dengan keluhan kelelahan mata pada pengguna komputer di PT Angkasa Pura II Padang.

#### **7.2 Saran**

1. Bagi kepala bagian Kargo diharapkan tetap menjaga ergonomi dalam bekerja, seperti pengaturan jarak monitor. Selain itu diharapkan juga untuk memberi informasi tentang istirahat mata dengan metode “20-20-20”, artinya setiap 20 menit istirahat dari menatap layar sejauh 20 kaki selama 20 detik.
2. Bagi pekerja terutama yang berusia lebih dari 40 tahun sebaiknya tidak bekerja dengan paparan monitor lama setiap hari. Dan untuk pekerja yang memiliki kelainan refraksi sebaiknya dikoreksi dan diperiksa ke dokter mata.

3. Kelelahan mata dapat dipengaruhi oleh selain usia, kelainan refraksi, dan lama paparan komputer. Untuk itu, peneliti selanjutnya disarankan melakukan penelitian terhadap faktor lain, seperti jarak monitor, intensitas penerangan, istirahat mata, dan lain sebagainya.

