

## BAB VI

### Kesimpulan dan Saran

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah peneliti lakukan tentang hubungan *Brightness* dan jarak mata terhadap gejala *Asthenopia* pada siswa kelas X Jurusan Teknik Komputer Jaringan di SMK Utama Bakti Palembang dapat disimpulkan bahwa :

1. Sebagian besar responden menderita *Asthenopia* Ringan yaitu 87,5%.
2. Sebagian besar jarak mata dari layar monitor >50,8 cm yaitu 40,3%.
3. Tidak ada hubungan yang signifikan antara *Brightness* dengan *Asthenopia* siswa kelas X Jurusan Teknik Komputer Jaringan di SMK Utama Bakti Palembang dibuktikan dengan *p-value* : 1,00.
4. Tidak ada hubungan yang signifikan antara jarak mata dengan *Asthenopia* siswa kelas X Jurusan Teknik Komputer Jaringan di SMK Utama Bakti Palembang dibuktikan dengan *p-value* : 0,128.

#### B. Saran

1. Bagi Responden

Responden perlu mengatur *Brightness* mengatur jarak mata 46 – 50,8cm dari layar monitor dan manajemen istirahat mata yang baik yaitu setiap 20 menit menggunakan komputer alihkan pandangan ke benda berjarak 20 kaki selama 20 detik guna mengurangi *Asthenopia*.

2. Bagi SMK Utama Bakti Palembang

Pihak sekolah dapat mengganti pencahayaan ruang komputer dengan pencahayaan yang lebih baik yaitu 350 Lux

3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian digunakan sebagai bahan diskusi dan informasi dalam proses belajar mengajar guna mengembangkan ilmu keperawatan medikal bedah dibidang persepsi sensori.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi penelitian terkait *Asthenopia* dengan *variable* independen yang diukur ditambah atau diganti dengan jenis monitor dan *Screen protection* guna meningkatkan cakupan pengetahuan.