

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

6.1 Simpulan

Berdasarkan penelitian mengenai “Gambaran Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Miopia pada Siswa di SMK Bhakti Kencana Bandung” maka dapat disimpulkan di bawah ini:

- 1) Jarak aktivitas mata ke *smartphone* hampir seluruh dari responden menjawab <30 cm, jarak mata ke laptop lebih dari setengahnya responden menjawab >30 cm dan jarak mata saat membaca buku lebih dari setengahnya responden menjawab <30 cm.
- 2) Aktivitas di luar ruangan lebih dari setengahnya responden menjawab <2 jam.
- 3) Lama aktivitas penggunaan *smartphone* setengahnya dari responden menjawab 4-8 jam, penggunaan laptop lebih dari setengahnya responden menjawab 1-3 jam, mengistirahatkan mata saat menggunakan *Smartphone* dan laptop hampir setengah dari responden menjawab setiap 4-8 jam sekali selama 5-10 menit, lama membaca buku ≥ 30 menit lebih dari setengahnya responden menjawab ≥ 30 menit dan mengistirahatkan mata saat membaca buku lebih dari setengahnya responden menjawab ≥ 30 menit selama 5-10 menit.
- 4) Intensitas cahaya saat membaca buku lebih dari setengahnya responden menjawab sedang dan intensitas cahaya layar *smartphone* atau laptop lebih dari setengahnya responden menjawab sedang.

6.2 Saran

1) Bagi Universitas Bhakti Kencana.

Diharapkan bagi Universitas Bhakti Kencana KTI ini dapat membantu sebagai bahan informasi untuk menambah wawasan mahasiswa tentang faktor yang mempengaruhi kejadian miopia dan melalui penelitian ini diharapkan dapat menambah kepustakaan dan menjadi sumber bacaan atau referensi untuk meningkatkan pengetahuan terhadap gambaran faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian miopia pada siswa.

2) Bagi SMK Bhakti Kencana Bandung.

Diharapkan pihak SMK Bhakti Kencana Bandung dapat memberikan penyuluhan pada siswa/i tentang kesehatan mata dikarenakan pada hasil yang peneliti dapatkan masih banyak siswa/i beraktivitas jarak dekat dengan jarak <30 cm.

3) Bagi Penelitian Selanjutnya.

Diharapkan bagi penelitian selanjutnya yang tertarik dengan penelitian faktor yang mempengaruhi kejadian miopia, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan acuan pengembangan penelitian dan diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lanjutan dengan metode penelitian yang lain.