

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang Gambaran Penggunaan *Gadget* Pada Siswa/i kelas VII dan VIII di SMP Tamansiswa Rancaekek Kabupaten Bandung di dapatkan hasil sebagai berikut:

- 1) Durasi menggunakan *gadget* pada siswa/i kelas VII dan VIII di SMP Tamansiswa Rancaekek Kabupaten Bandung kategori sering yaitu >4 jam sebanyak 42 responden.
- 2) Jarak pandang penggunaan *gadget* pada siswa/i kelas VII dan VIII di SMP Tamansiswa Rancaekek Kabupaten Bandung kategori buruk yaitu jarak pandang 30 cm atau >30 cm sebanyak 55 responden.
- 3) Kontras cahaya penggunaan *gadget* pada siswa/i kelas VII dan VIII di SMP Tamansiswa Rancaekek Kabupaten Bandung kategori buruk yaitu redup/terang sebanyak 55 responden.
- 4) Posisi penggunaan *gadget* pada siswa/i kelas VII dan VIII di SMP Tamansiswa Rancaekek Kabupaten Bandung kategori buruk yaitu posisi berbaring sebanyak 55 responden.

6.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, proses penelitian memiliki banyak keterbatasan, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1) Bagi siswa

Siswa-siswi hendaknya memperhatikan dalam penggunaan *gadget* dimulai dari menjaga posisi, durasi, jarak pandang dan intensitas cahaya yang baik, jika tidak di gunakan sebagai mestinya dapat menimbulkan dampak negatif seperti gangguan kesehatan mata, kecanduan, kurang bersosialisasi, mengubah postur tubuh.

2) Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian mengenai penggunaan *gadget* dengan objektif tidak hanya menggambarkan saja.

3) Bagi institusi Pendidikan keperawatan

Penelitian ini akan memberikan tambahan bahan sebagai acuan referensi bagi perpustakaan dan bermanfaat bagi peneliti selanjutnya.