

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Universitas Ngudi Waluyo, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Karakteristik responden dari 97 responden menunjukkan bahwa responden dengan rentang usia 18-22 tahun berjumlah 83 orang (86%). Responden dengan rentang usia 23-27 tahun berjumlah 14 orang (14%). Pada rentang usia 18-22 tahun mayoritas merupakan mahasiswa kelas reguler dan telah lulus SMK/SMA. Pada rentang usia 23-27 tahun merupakan mahasiswa kelas reguler / transfer. diperoleh rata-rata responden berusia 20 tahun. Sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 68 responden (70,1%). Dominan tujuan menggunakan *gadget* responden digunakan untuk media sosial, sebanyak 54 responden (55,7%).
2. Responden yang tidak mengalami keluhan subyektif gangguan kesehatan mata sebanyak 14 orang (14,4%), sedangkan responden yang mengalami keluhan subyektif gangguan kesehatan mata sebanyak 83 orang (85,6%).
3. Tidak ada hubungan yang signifikan antara *unsafe action* penggunaan *gadget* dengan keluhan subyektif gangguan kesehatan mata ($p=0,270$).

B. SARAN

1. Bagi mahasiswa diharapkan menerapkan sistem 20-20-20 untuk mencegah terjadinya keluhan subyektif gangguan kesehatan mata.
2. Bagi instansi penelitian ini dapat dijadikan informasi mengenai pentingnya menjaga kesehatan mata dengan aturan penggunaan *gadget* yang baik dan aman untuk mencegah terjadinya keluhan subyektif gangguan kesehatan mata.
3. Bagi peneliti selanjutnya dapat meneliti terkait dengan suhu dan kelembaban ruangan saat menggunakan *gadget* dengan keluhan subyektif gangguan kesehatan mata.