

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden dokter gigi berdasarkan:
 - a. Usia terbanyak responden adalah 26-30 tahun yaitu sebanyak 53,66%.
 - b. Jenis kelamin terbanyak responden adalah perempuan yaitu sebanyak 51,85%.
2. Intensitas pencahayaan pada tempat praktik responden sebagian besar berada pada kategori kurang dari standar sebanyak 82,9%.
3. Durasi kerja responden sebagian besar berada pada kategori lebih dari standar sebanyak 63,40%.
4. Kejadian kelelahan mata pada responden sebagian besar berada pada kategori mengalami kelelahan mata sebanyak 73,2%.
5. Terdapat hubungan yang sedang antara intensitas pencahayaan dengan kelelahan mata dokter gigi praktik swasta pada malam hari di Kabupaten Banyumas ($p < 0,05$, $CC = 0,600$).

6. Terdapat hubungan yang kuat antara durasi kerja dengan kelelahan mata dokter gigi praktik swasta pada malam hari di Kabupaten Banyumas ($p < 0,05$, $CC = 0,623$).

B. Saran

Berdasarkan simpulan di atas, maka dapat diajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Diharapkan penambahan pencahayaan ruang kerja dokter gigi praktik swasta pada malam hari dengan menggunakan cat dinding yang terang dan mengganti lampu yang sudah redup.
2. Pada saat bekerja diharapkan dokter gigi melakukan relaksasi mata dengan tidur sejenak selama 30 menit setiap 4 jam kerja.
3. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi mahasiswa serta masukan bagi peneliti selanjutnya dalam upaya mengembangkan penelitian yang serupa.
4. Penelitian lebih lanjut perlu pengkajian terhadap faktor-faktor lain yang dapat meningkatkan keluhan kelelahan mata pada dokter gigi berupa olahraga, kondisi psikis, dan sikap kerja.
5. Penelitian selanjutnya dapat melakukan pemeriksaan kelelahan mata menggunakan alat *Digital Flicker Fusion Test* untuk mengukur kelelahan mata secara lebih objektif.