

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan maka dapat diambil beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh intensitas bermain *game online* terhadap bertambahnya derajat miopi, yaitu sebesar 15%
2. Angka kejadian bertambahnya derajat miopi pada anak yang bermain *game online* dengan intensitas 2 sampai 6 jam perhari adalah 2 kali lebih besar daripada anak yang bermain *game online* dengan intensitas kurang dari 2 jam perhari. Begitu pula dengan anak yang bermain *game online* dengan intensitas lebih dari 6 jam perhari memiliki risiko 2 lebih besar bertambahnya derajat miopi daripada anak yang bermain *game online* dengan intensitas 2 sampai 6 jam perhari.

B. SARAN

Berdasarkan kesimpulan penelitian ini, maka dapat dikemukakan saran sebagai berikut :

1. Kepada orang tua dan pemain *game online* agar lebih memperhatikan kesehatan mata dengan mengistirahatkan mata selama 15 menit setelah pemakaian komputer selama dua jam serta memperhatikan jarak pandang mata terhadap komputer.

2. Kepada pengusaha *game online* agar lebih memperhatikan aspek kesehatan mata dengan menyediakan lampu penerangan yang cukup dan menggunakan kaca pelindung untuk mengurangi tingkat radiasi maupun kesilauan.
3. Kepada peneliti selanjutnya agar memperhatikan keterbatasan dalam penelitian ini sehingga dapat mengurangi bias.
4. Perlu adanya penelitian lebih lanjut untuk mengetahui pengaruh radiasi layar komputer terhadap beberapa bagian lain pada mata, selain terhadap gangguan refraksi mata.