

## **BAB 7**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **7.1 Simpulan.**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di perusahaan Jawa Pos selama dua hari maka didapatkan kesimpulan yaitu :

1. Responden penelitian ini ditemukan lebih banyak pada jenis kelamin perempuan dibandingkan laki-laki.
2. Pada penelitian ini ditemukan 61,9% dari responden menderita *Computer Vision Syndrome*.
3. Pada penelitian ini ditemukan 27,6% responden yang menderita *Tension Type Headache*.
4. Pada penelitian ini ditemukan 19,4% responden yang menderita *Computer Vision Syndrome* dan *Tension Type Headache*.
5. Tidak ditemukan adanya asosiasi yang signifikan antara *Computer Vision Syndrome* dengan *Tension Type Headache* dengan hasil  $p=0,220$  ( $p<0,05$ ).

#### **7.2 Saran.**

##### **7.2.1 Bagi Pekerja Komputer**

Penelitian ini diharapkan dapat membuka wawasan pekerja komputer terhadap tingginya kejadian *Computer Vision Syndrome* dan juga penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran pekerja yang menggunakan komputer untuk mencegah terjadinya *Computer Vision Syndrome*.

### **7.2.2 Bagi Perusahaan Jawa Pos Surabaya**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat membantu karyawan Jawa Pos untuk menyadari pentingnya *Computer Vision Syndrome* dapat berpengaruh terhadap pekerjaan mereka, serta diharapkan bahwa perusahaan Jawa Pos dapat memberikan edukasi melalui program seminar untuk karyawan kantor Jawa Pos dalam mengatasi terjadinya *Computer Vision Syndrome*.

### **7.2.3 Bagi Penelitian Selanjutnya**

- Pada penelitian selanjutnya diharapkan dapat melakukan survei awal yang lebih baik mengenai pengetahuan responden tentang apa itu *Computer Vision Syndrome* dan *Tension Type Headache* agar mendapatkan hasil yang lebih baik.
- Penelitian ini mengharapakan agar penelitian selanjutnya dapat menggunakan alat untuk mengukur atau mendiagnosis *Computer Vision Syndrome* dan *Tension Type Headache* dengan tepat, dikarenakan kuesioner merupakan alat ukur yang subjektif sehingga sangat memungkinkan untuk mendapatkan hasil yang kurang baik.
- Peneliti mengharapakan pada penelitian selanjutnya diperhatikan juga mengenai beberapa pertanyaan penting seperti penggunaan obat yang berpengaruh pada hasil penelitian dan menurut peneliti, penelitian ini lebih baik dilaksanakan dalam metode minimal *Case Control* dan pemilihan faktor inklusi dan eksklusi yang lebih akurat.
- Peneliti mengharapakan bahwa penelitian ini dapat dilakukan lebih mendalam untuk mengetahui apakah tipe nyeri kepala yang dialami oleh penderita *Computer Vision Syndrome* di Indonesia.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Mussa A. Computer Vision Syndrome. *Adv Ophthalmol Vis Syst.* 2016;4(3):1-4.
2. Sheppard AL, Wolffsohn JS. Digital eye strain : prevalence , measurement and amelioration. *BMJ Open Ophth.* 2018;3.
3. Hassan HMJ, Ehsan S, Arshad HS. Frequency of Computer Vision Syndrome & Ergonomic Practices among Computer Engineering Students. *Int J Sci Res.* 2016;5(5):121–5.
4. Dessie A, Adane F, Nega A, Wami SD, Chercos DH. Computer Vision Syndrome and Associated Factors among Computer Users in Debre Tabor Town , Northwest Ethiopia. *J Environ Public Health.* 2018;2018:1–8.
5. Akinbinu TR, Mashalla YJ. Knowledge of computer vision syndrome among computer users in the workplace in Abuja , Nigeria. *J Physiol Pathophysiol.* 2013;4(4):58–63.
6. Sari FTA. Hubungan Lama Istirahat dan Durasi Penggunaan Komputer Terhadap Computer Vision Syndrome Pada Pemain Game Online. 2018;
7. Olesen J, Steiner TJ, Bendtsen L, Dodick D, Ducros A, Evers S, et al. The International Classification of Headache Disorders for reference by professional users only. *Int HEADACHE Soc [Internet].* 2017; Available from: <http://www.ihs-headache.org>.
8. Kong X, Chen J, Jiang H, Li Q, Lv Y, Huang Y, et al. Testing of diagnosis criteria of tension-type headache : A multicenter clinical study. *Cephalgia An Int J Headache.* 2017;0(0):1–8.
9. Monzani L, Zurriaga R. Anxiety and the severity of Tension-Type Headache mediate the relation between headache presenteeism and worker's productivity. *PLoS One.* 2018;13(7):1–16.
10. Permana MA, Koesyanto H. Unnes Journal of Public Health Vision Syndrome ( CVS ) Pada Pekerja Rental Komputer di. *Unnes J Public Heal.* 2015;2(3):48–57.
11. Jonge DV, Rompas S, Maria JR. Hubungan Lama Penggunaan Komputer dengan Kejadian Computer Vision Syndrome Pada Siswa Jurusan TKJ di SMK 1 Tahuna. *e-journal Keperawatan (e-Kep).* 2018;6:1–7.

12. Blehm C, Vishnu S, Khattak A, Mitra S, Yee RW. Computer Vision Syndrome : A Review. *Surv Ophthalmol*. 2005;50(3):253–62.
13. Randolph SA. Computer Vision Syndrome. *Workplace Health Saf*. 2017;
14. Parihar MGJKS, Jain VK, Chaturvedi LCP, Kaushik LCJ, Jain G, Parihar AK. ScienceDirect Computer & visual display terminals ( VDT ) vision syndrome ( CVDTS ). *Med J armed forces india*. 2016;1–7.
15. Iqbal M, El-massry A, Elagouz M, Elzembely H. Computer Vision Syndrome Survey among the Medical Students in Sohag University Hospital , Egypt. *Ophthalmol Res An Int J*. 2018;8(1):1–8.
16. Ranasinghe P, Wathurapatha WS, Perera YS, Lamabadusuriya DA, Kulatunga S, Jayawardana N. Computer vision syndrome among computer office workers in a developing country : an evaluation of prevalence and risk factors. *BMC Res Notes*. 2016;9:1–9.
17. Anggraini Y. Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Terjadinya Keluhan Computer Vision Syndrome (CVS) Pada Operator Komputer PT. Bank KALBAR Kantor Pusat Tahun 2012. 2013;
18. Poudel S. A Research Report About Effect Of Display Gadgets On Eyesight Quality (Computer Vision Syndrome) Of M.Sc.(CSIT) Students In Tribhuvan University. *Int J Sci Eng Res*. 2018;9(8).
19. Munshi S, Dhar-munshi AVS. Computer vision syndrome — A common cause of unexplained visual symptoms in the modern era. *Int J Clin Pract*. 2017;1–5.
20. Kokab S, Khan MI. COMPUTER VISION SYNDROME: A SHORT REVIEW. *J Evol Med Dent Sci*. 2012;1(6):1223–6.
21. Hazarika AK, Singh PK. Computer Vision Syndrome. *SMU Med J*. 2014;1(2):132–9.
22. Logaraj M, Priya VM, Seetharaman N, Hedge SK. PRACTICE OF ERGONOMIC PRINCIPLES AND COMPUTER VISION SYNDROME (CVS) AMONG UNDERGRADUATES STUDENTS IN CHENNAI. *Natl J Med Res*. 2013;3(2):111–6.

23. Sergui M del M, Cabero-Gracia J, Crespo A, Verdu J, Ronda E. A reliable and valid questionnaire was developed to measure Computer Vision Syndrome at the workplace. *J Clin Epidemiol*. 2015;
24. Waldie KE, Buckley J, Bull PN, Poulton R. Repository , ResearchSpace Tension-Type Headache : A Life-Course Review. *J Headache Pain Manag*. 2015;1:1–9.
25. Sjahrir H, Suharjanti I, Adnyana MO, Ariani S D. Diagnosis dan Penatalaksanaan Nyeri Kepala. V. Konsensus Nasional V. Surabaya: Airlangga University Press; 2018. 38 p.
26. Jensen RH, Sci D. Tension-Type Headache – The Normal and Most Prevalent Headache. *Am Headache Soc*. 2017;1–7.
27. Olesen J, Bendtsen L, Dodick D, Ducros A, Evers S, First M, et al. The International Classification of Headache Disorders , 3rd edition. *Cephalgia An Int J Headache*. 2018;38(1):1–211.
28. Kaniecki RG. Tension-Type Headache. *Contin Lifelong Learn Neurol*. 2012;18(4):823–34.
29. Sakuta M. Tension-Type Headache — Its mechanism and treatment —. *J Japan Med Assoc*. 2004;47(3):130–4.
30. Kurniawan M, Suharjanti I, Pinzon RT. Panduan Praktik Klinis Neurologi. Jakarta: Perhimpunan Dokter Spesialis Saraf Indonesia; 2016. 8 p.
31. Akinbinu TR, Mashalla YJ. Impact of computer technology on health : Computer Vision Syndrome ( CVS ). *Med Pract Rev*. 2014;5(3):20–30.
32. Meer HA Van Der, Visscher CM, Engelbert RHH, Mulleners WM, Nijhuis MWG, Sanden V Der, et al. Musculoskeletal Science and Practice Development and psychometric validation of the headache screening questionnaire - Dutch Version. *Musculoskelet Sci Pract* [Internet]. 2017;31:52–61. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.msksp.2017.07.001>
33. Edema OT, Akwukwumma Veronica V.N. Asthenopia and Use of Glasses among Visual Display Terminal (VDT) Users. *Int J of Tropical Medicine*. 2010;5(2):16-19. Available from : <http://medwelljournals.com/abstract/?doi=ijtm.2010.16.19>

34. Bali J, Navin N, Thakur BR. Computer vision syndrome: A study of the knowledge, attitudes and practices in Indian Ophthalmologists. *Indian J Ophthalmol.* 2007;55(4):289–294.
35. Shantakumari N, Eldeeb RA, Sreedharan J, Gopal K. Computer Use and Vision-Related Problems Among University Students In Ajman, United Arab Emirate. *Ann Med Health Sci Res.* 2014;4(2):258-263.
36. Loder E, Rizzoli P. Tension-type headache. *BMJ.* 2008;336:88–92.
37. Bayraktutan OF, Demir R, Ozel L, Ozdemir G, Ertekin A. Prevalence of Tension-Type Headache in Individuals Aged between 18–65 Years in the Eastern Parts of Turkey. *Eurasian J Med.* 2014;46(2):78-83. Available from : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4261458/>