

Judul : Hubungan Gaya Hidup Pemakaian Gadget Dengan Perubahan Miopia Dan Astigmat Pada Pelanggan Kacamata Di Optik Aneka Manado
Pengarang : Fredy Tertamulia 20.037
Kode DOI :
Keywords :
Item Type : Karya Tulis Ilmiah
Tahun : 2023

ABSTRAK

Pemakaian gadget sudah menjadi bagian dari kehidupan. Penggunaan gadget dalam waktu lama akan mengakibatkan kelelahan mata disebabkan penggunaan otot mata yang berlebihan. Penggunaan gadget berlebih juga dapat menyebabkan miopia. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara lama pemakaian gadget terhadap perubahan miopia dan astigmat. Penelitian dilakukan di Optik Aneka Manado dari bulan November 2022 hingga April 2023. Penelitian dilakukan dengan wawancara pasien dan mengumpulkan dokumentasi data pasien untuk kacamata terakhir. Data yang ada dirangkum dan dicatat menggunakan program Excel untuk memudahkan perhitungan. Berdasarkan data pasien di bawah umur 40 tahun didapat kebanyakan pasien memiliki tingkat durasi pemakaian gadget yang tinggi. Sehingga memiliki kemungkinan lebih besar untuk mengalami peningkatan miopia dan astigmat bersamaan. Berdasarkan hasil penelitian, penggunaan lensa anti uv blue ternyata kurang efektif dalam menahan atau mengurangi peningkatan miopia terlebih astigmat dan pemakaian gadget di bawah 2 jam/hari memberikan efek paling minimal dalam peningkatan miopia atau astigmat.

ABSTRACT

Gadgets has become a part of life. Long time of gadgets's using will result in eye fatigue due to excessive use of eye muscles. Excessive use of gadgets can also cause myopia. This research was conducted to determine the relationship between the duration of using gadgets and changes in myopia and astigmatism. The research was conducted at Optik Aneka Manado from November 2022 to April 2023. The study was carried out by interviewing patients and collecting patient's last glasses data documentation. Existing data is summarized and recorded using the Excel program to facilitate calculations. From patients under the age of 40, it was found that most patients had a high level of gadget use duration. So they have a greater chance of experiencing an increase in myopia and astigmatism together. Based on the results of the study, the use of anti-UV blue lenses turned out to be less effective in preventing or reducing the increase in myopia, especially astigmatism, and the use of gadgets for under 2 hours/day had the minimal effect on increasing myopia or astigmatism.

DAFTAR ISI

COVER	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN JUDUL.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERSETUJUAN DOSEN PENGUJI.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	Error! Bookmark not defined.
Akademi Refraksi Optisi dan Optometry Gapopin ...	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	3
BAB II TINJAUAN REFERENSI	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN.....	18
BAB IV ANALISIS HASIL	22
BAB V KESIMPULAN, SARAN DAN REKOMENDASI.....	29
REFERENSI	34

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gadget terutama dalam bentuk smartphone telah banyak memberikan kontribusi dalam kehidupan sehari-hari, gadget sebagai media pencarian informasi, melakukan interaksi, mendapatkan hiburan, bahkan hingga untuk keperluan kegiatan berbisnis secara online. Pemakaian gadget sudah merupakan bagian dari kehidupan. Sesuai dengan pernyataan Kemenkominfo saat Maret 2021 bahwa 89% penduduk Indonesia menggunakan smartphone. (Zubaedah :2021)

Menggunakan smartphone tentunya memiliki kekurangan, yaitu ukuran layarnya yang kecil. Menatap layar smartphone yang kecil dengan jarak pandang yang dekat dapat menyebabkan mata menjadi tegang, cepat lelah, dan berpotensi mengalami keluhan penglihatan. Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO) menunjukkan angka kejadian kelelahan mata atau asthenopia di dunia berkisar 75 persen sampai 90 persen. Survey knowledge, attitude, and practices (KAP) pada dokter mata di India melaporkan asthenopia sebanyak 97,8%.

Menurut Trevino Pakasi (1999) kelelahan mata adalah suatu kondisi subjektif yang disebabkan oleh penggunaan otot mata secara berlebihan. Mata lelah, tegang atau pegal adalah gangguan yang dialami mata karena otot-ototnya yang dipaksa bekerja keras terutama saat harus melihat objek dekat dalam jangka waktu lama.

Eyestrain atau kelelahan mata juga disebut astenopia, terjadi pada saat mata terlalu lelah karena digunakan terlalu lama atau terlalu intens (Wilson, 2015). Dampak dari kelelahan mata akan menunjukkan gejala antara lain nyeri terasa berdenyut di sekitar mata, penglihatan atau pandangan kabur, penglihatan ganda atau rangkap, mata sulit fokus, mata perih, mata merah, mata berair, mata terasa gatal, kering, sakit kepala, pusing disertai mual (Ilyas, 2010) (Zakaria et al., 2022)

Salah satu sumber cahaya buatan yang sedang marak digunakan saat ini adalah light emitting diode (LED). Karena ukurannya yang kecil, LED bisa digunakan untuk layar berbagai alat elektronik seperti telepon genggam, laptop, dan televisi.

Namun, meskipun memiliki warna yang beragam, seluruh LED memiliki spektrum cahaya biru (blue) dengan panjang gelombang sekitar 450–470 nm. Gelombang

REFERENSI

- Mediaindonesia.com , 2021. *Kemenkominfo :89% Penduduk Indonesia Gunakan Smartphone*, <https://mediaindonesia.com/humaniora/389057/kemenkominfo-89-penduduk-indonesia-gunakan-smartphone>
- Zakaria Efendi, Nisa Zakiati Umami, Sri Rahayu , 2021. *Faktor Faktor Aktivitas Kerja Jarak Dekat Dengan Kejadian Miopia Pada Anak Usia Sekolah*, Jurnal Mata Optik Vol. 2 No. 3.
- Rangga Adhitia Hermawan, Lorentius Wahana Dika , 2022. *Pengaruh Durasi Dan Jarak Penggunaan Smartphone Terhadap Kelelahan Mata Pada Mahasiswa Aro Gapopin*, Jurnal Mata Optik Vol. 3 No. 1.
- Rifqi Dharma, 2022. *Gadget adalah Perangkat Elekonik dengan Banyak Fungsi, Ini Penjelasannya*, <https://accurate.id/teknologi/gadget-adalah/>
- Puput Monita Sari, 2020. *Pengaruh Dimensi Gaya Hidup Dan Penggunaan Gadget Terhadap Prestasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Ekonomi Kelas X Bisnis Daring Dan Pemasaran (BDP) Di SMK Negeri 1 Ambal Kaupaten Kebumen Tahun Ajaran 2019/2020*
- dr. Paulina Livia Tandijono , 2023. *Study Literatur Bahaya Blue Light*, <https://www.alomedika.com/apakah-blue-light-berbahaya>
- Dede carmadi, 2023. *Dampak Positif dan Negatif Penggunaan Gadget*, <https://www.kompasiana.com/dede90061/6409a6b908a8b5175f06fb72/dampak-positif-dan-negatif-penggunaan-gadget>
- Dr. Carla Pramudita Susanto, 2022. *Sejumlah Dampak Negatif Penggunaan Gadget Secara Berlebihan*, <https://hellosehat.com/sehat/informasi-kesehatan/dampak-negatif-penggunaan-gadget/>
- Halodoc.com, 2018. *Dampak Sinar Biru Gadget yang Mengganggu Kesehatan*, <https://www.halodoc.com/artikel/dampak-sinar-biru-gadget-yang-mengganggu-kesehatan>
- Detik.com, 2022. *Pengertian Kerangka Pemikiran: Cara Membuat Beserta Contohnya* <https://www.detik.com/jabar/berita/d-6202272/pengertian-kerangka-pemikiran-cara-membuat-beserta->

