

Judul : **Gambaran Umum Penggunaan Lensa Blue Ray Terhadap Kenyamanan Penglihatan Pada Pelanggan Kacamata Di Optik Top**
Pengarang : **Sartika 20.094**
Kode DOI :
Keywords : blue ray: kenyamanan penglihatan: gadget
Item Type : Karya Tulis Ilmiah
Tahun : 2023

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran umum penggunaan lensa blue ray terhadap kenyamanan penglihatan pada pelanggan kacamata di Optik Top, Kabupaten Lampung selatan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pelanggan kacamata Optik Top yang menggunakan kacamata anti radiasi atau lensa blue ray. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan pengambilan data melalui kuesioner tertutup. Sistem pengambilan sampel yang digunakan adalah metode simple random sampling yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis statistik deskriptif. Hasil yang dicapai sebanyak 91,6% responden merasa nyaman ketika menggunakan lensa blue ray. Hal tersebut membuktikan bahwa pengguna lensa blue ray dapat membuat penglihatan menjadi lebih nyaman.

Kata kunci: blue ray: kenyamanan penglihatan: gadget

ABSTRACT

This research was to determine the general description of the use of blue ray lenses on the comfort of vision for eyeglass customers at Optik Top, Lampung Regency. The population in this study were all Top Optical eyewear customers who used anti-radiation glasse. The method used in this study is a quantitative method with data collection through a closed questionnaire. The sampling system used is a simple random sampling method that is carried out randomly without regard to the existing strata in the population. The analysis used in this research is descriptive statistical analysis. The results achieved were 91.6% of respondents felt comfortable when using blue ray lenses. This proves that the use of blue ray lenses can make vision more comfortable.

Keywords: blue ray: visual comfort: gadget

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAM JUDUL	
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	i
HALAMAN PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PERSETUJUAN DEWAN PENGUJI	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH (KTI)	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	2
1.3 Batasan Masalah	2
1.4 Rumusan Permasalahan	2
1.5 Tujuan Penelitian	3
1.5.1 Tujuan Umum	3
1.5.2 Tujuan Khusus	3
1.6 Manfaat Penelitian	3
1.6.1 Manfaat Teoritis	3
1.6.2 Manfaat Praktis	3
1.6.2.1 Bagi Penulis	3
1.6.2.2 Bagi Pelanggan Kacamata	3
1.6.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya	4
1.6.2.4 Bagi Pembaca	4
1.7 Sistematika Penulisan	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6

2.1 Kenyamanan Penglihatan	6
2.2 Mata	7
2.3 Lensa Blue Ray	9
2.3.1 Pengertian Lensa Blue Ray	9
2.3.2 Dampak Negatif Blue Ray (Sinar Biru)	13
2.3.3 Manfaat Blue Ray (Sinar Biru)	15
2.4 Kerangka Berfikir	16
BAB III METODE PENELITIAN	17
3.1 Desain Penelitian	17
3.2 Variabel Penelitian dan Hipotesis	17
3.2.1 Variabel Penelitian	17
3.2.2 Definisi Oprasional	18
3.2.3 Hipotesis	19
3.3 Populasi dan Sampling	19
3.3.1 Populasi Penelitian	19
3.3.2 Teknik Sampling	19
3.4 Ruang Lingkup Penelitian	20
3.4.1 Lokasi Penelitian	20
3.4.2 Waktu Penelitian	20
3.5 Teknik Pengumpulan Data	20
3.6 Instrument Penelitian	22
3.7 Analisis Data	23
3.7.1 Persiapan Penelitian	23
3.7.2 Pelaksanaan Penelitian	23
3.7.3 Jadwal Penelitian	24
3.7.4 Pengolahan Data	24
3.7.5 Analisis Data	25
BAB IV ANALISIS HASIL	27
4.1 Hasil Penelitian	27
4.1.1 Dampak yang dirasakan Sebelum Menggunakan Lensa Blue Ray	27
4.1.2 Dampak yang Dirasakan Ketika Menggunakan Lensa Blue Ray	31

4.2 Pembahasan	34
4.2.1 Dampak yang Dirasakan Sebelum Menggunakan Lensa Blue Ray	34
4.2.2 Dampak yang Dirasakan ketika Menggunakan Lensa Blue Ray	36
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Kesimpulan	39
5.2 Saran	39
5.2.1 Bagi Pelanggan Kacamata	39
5.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya	40
5.2.3 Bagi Pembaca	40
DAFTAR PUSTAKA	41
LAMPIRAN	43
RIWAYAT HIDUP	45

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Di era modernisasi yang ditandai derasnya arus teknologi, dan teknologi ini, peran mata sangat vital. Dengan mata, seseorang mampu mengorganisasi informasi di lingkungan sekitarnya. Hal ini tidak akan sama dengan seseorang yang mengalami gangguan pada mata, sehingga akses informasi dan teknologi semakin terbatas. Menjaga kesehatan mata, merupakan hal yang perlu dilakukan. Mulai dari mengkonsumsi makanan sehat, memenuhi kebutuhan nutrisi yang baik bagi mata, hingga menghindari pengguna gadget terlalu lama menjadi beberapa cara yang dapat dilakukan untuk menjaga kesehatan mata. Pengguna gadget yang semakin meningkat membuat banyak orang mengalami gangguan mata, seperti mata lelah. Paparan radiasi yang muncul juga dapat menimbulkan berbagai keluhan kesehatan yang membuat tidak nyaman. Radiasi merupakan gelombang energi atau partikel yang memiliki kekuatan tinggi dan terjadi sangat cepat. Dalam kehidupan sehari-hari, ada berbagai radiasi yang berbahaya bagi kesehatan mata. Mulai dari radiasi sinar ultraviolet, hingga gadget yang digunakan sehari-hari Jannah, Raudatul. (2016).

Kita tentu sudah sering mendengar tentang bahaya dari sinar UV yang dapat menyebabkan kerusakan pada mata dan kulit. Sinar UV tidak dapat terlihat oleh mata kita karena termasuk golongan cahaya yang tidak nampak (*invisible light*), sumber terbesarnya adalah matahari. Mata manusia hanya mampu melihat cahaya dengan panjang gelombang 400 nm-760 nm yang disebut dengan cahaya tampak (*Visible Light*). *Visible Light* sangat diperlukan oleh mata kita dalam proses penglihatan sehingga kita dapat mengenali berbagai macam warna benda. Sumbernya bisa dari matahari langsung ataupun pencahayaan buatan seperti lampu neon, *LED*, *monitor computer*, *smartphone*, *tablet*, *monitor laptop*, dan sebagainya. Meskipun memberikan banyak manfaat bagi proses penglihatan, ternyata *visible light* juga mempunyai efek samping yang buruk khususnya sinar biru yang mempunyai panjang gelombang 400 nm-455 nm. Akumulasi dari paparan sinar biru

DAFTAR PUSTAKA

- Bangun, Eva Violesia. (2014). *Pengaruh Warna Ruang Kerja terhadap Kenyamanan Dosen Departemen Psikologi Industri dan Organisasi Fakultas Psikologi USU*. (Online). Diakses dari <https://docplayer.info/81642979-Pengaruh-warna-ruang-kerja-terhadap-kenyamanan-dosen-departemen-psikologi-industri-dan-organisasi-fakultas-psikologi-usu-skripsi.html>
- Corina, Feby. (2018). *Ensiklopedia of Journal. Pengaruh Pemakaian Lensa Blue Cut terhadap Kenyamanan Pemakaian di Optik Zal Padang*. 1, (1). (Online). Diakses dari <http://jurnal.ensiklopediaku.org/ojs-2.4.8-3/index.php/ensiklopedia/article/view/448>
- Djajanti, C. W., Sukmanto, P. A., & Wardhani, I. K. (2020). Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Mata. *Jurnal* 248-252. <https://doi.org/10.30651/jkm.v5i1.4208>
- Fitria Yusti Ningrum, Nafi'atun Nashriyah. (2019). *Pengaruh Radiasi Sinar Biru Gadget Yang Dapat Menimbulkan Terjadinya Degenerasi Makula (Macular Degenaration) pada Usia Muda*. (Online). Diakses dari <https://doi.org/10.31219/osf.io/mquwy>
- Jannah, Raudatul. (2016). *Gangguan dan Kesehatan Mata*. Bogor: Guepedia. (Online). Diakses dari https://www.google.co.id/books/edition/Gangguan_dan_Kesehatan_Mata/11AdDQAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=kelainan+refraksi&printsec=frontcover
- Ray.id (2022). <https://rey.id/blog/kesehatan/hidup-sehat/apa-itu-lensa-blue-ray/>
- Widjarnako, Tri. (2017). Gelombang Sinar Biru yang Berbahaya (BLUE LIGHT). (Online). Diperoleh dari <http://mypassion-cornels.blogspot.com/2017/09/gelombang-sinar-biru-yang-berbahaya-html>
- Yuldharia, Devika. (2018). Manfaat Lensa Anti *Blue Ray* pada kacamata. (Online). Diperoleh dari <https://www.alodokter.com/komunitas/topic/manfaat-lensa-anti-blue-ray-pada-kacamata>