

# **MENGENAL PROFIL MYOPIA DAN FUNDAMEN PENANGANANNYA**

Murni Marlina Simarmata , S.S., M. Pd. August 27, 2023No Comment

Oleh : Murni Marlina Simarmata, S.S., M.Pd.

*(Dirangkum dari materi kursus profesional berjudul “THE FUNDAMENTALS OF MYOPIA MANAGEMENT BY MYOPIA PROFILE” pada platform <https://leonardo.essilorluxottica.com>)*

Miopia, atau yang lebih dikenal dengan sebutan rabun jauh, adalah kondisi mata di mana penderita memiliki kesulitan untuk melihat objek yang berada di jarak jauh, sementara penglihatan pada jarak dekat masih relatif baik. Myopia merupakan refraksi mata yang menyebabkan gambar dari objek jauh fokus sebelum mencapai retina, sehingga penglihatan untuk objek jauh menjadi kabur. Penanganan medis terhadap myopia dapat berbeda-beda tergantung pada profil myopia seseorang. Profil myopia mencakup tingkat keparahan, progresi, dan faktor-faktor penyebabnya.

## **Myopia Ringan atau Sedang**

Myopia ringan atau sedang adalah jenis myopia dengan tingkat keparahan yang relatif rendah sehingga kebutuhan koreksi yang dibutuhkan tidak terlalu tinggi. Jika diukur dalam satuan “dioptri” (D), myopia ringan atau sedang biasanya mencakup kekuatan koreksi lensa mata hingga sekitar -3.00 D.

Berikut beberapa karakteristik dan ciri-ciri myopia ringan atau sedang:

- **Kekuatan Koreksi**  
Biasanya, myopia ringan berkisar antara -0.25 hingga -3.00 D. Myopia sedang memiliki kekuatan koreksi antara -3.25 hingga -6.00 D.
- **Gejala**  
Pada myopia ringan atau sedang, penderita mungkin akan mengalami kesulitan melihat objek yang berada di kejauhan. Penglihatan untuk objek dekat biasanya masih baik.
- **Koreksi dengan Kacamata atau Lensa Kontak**  
Kebanyakan orang dengan myopia ringan atau sedang dapat dengan mudah dikoreksi menggunakan kacamata atau lensa kontak untuk membantu fokus sinar cahaya pada retina, sehingga penglihatan menjadi jelas.
- **Stabil**  
Myopia ringan atau sedang cenderung memiliki kecenderungan untuk stabil dan tidak mengalami perubahan yang signifikan selama masa pertumbuhan. Namun, pada beberapa orang, terutama remaja, myopia dapat berkembang lebih lanjut seiring pertumbuhan tubuh.

- Respon Terhadap Terapi Penglihatan  
Beberapa orang dengan myopia ringan atau sedang mungkin merespons baik terhadap terapi penglihatan, terutama jika mereka memiliki masalah terkait penglihatan seperti mata lelah atau gangguan akomodasi.
- Risiko Progresi  
Seseorang dengan myopia ringan atau sedang biasanya memiliki risiko lebih rendah untuk mengalami komplikasi atau masalah penglihatan yang terkait dengan myopia tinggi.

## Myopia Progresif pada Anak-Anak

Myopia progresif pada anak-anak adalah kondisi myopia (rabun jauh) di mana adanya peningkatan yang terus menerus dalam kekuatan koreksi lensa mata selama periode pertumbuhan dan perkembangan anak. Myopia progresif menyebabkan kemampuan melihat objek jauh semakin menurun seiring waktu, dan bisa menyebabkan tingkat myopia yang lebih tinggi pada masa dewasa.

Berikut beberapa karakteristik dan faktor yang terkait dengan myopia progresif pada anak-anak dan penanganannya:

- Periode Pertumbuhan  
Myopia progresif sering kali terjadi pada masa pertumbuhan dan perkembangan anak-anak dan remaja. Kondisi ini dapat mulai muncul pada usia sekitar 6 hingga 12 tahun, dan tingkat keparahannya dapat meningkat hingga akhir masa remaja.
- Peningkatan Kekuatan Koreksi  
Anak-anak dengan myopia progresif akan mengalami peningkatan kekuatan koreksi lensa mata dalam waktu yang relatif singkat. Misalnya, jika sebelumnya koreksi  $-2.00$  D sudah cukup, kemudian bisa meningkat menjadi  $-3.00$  D atau lebih dalam beberapa tahun.
- Faktor Genetik  
Myopia memiliki komponen genetik yang kuat. Jika ada riwayat keluarga dengan myopia progresif, anak memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami kondisi yang sama.
- Aktivitas Visual  
Beberapa penelitian menunjukkan bahwa aktivitas visual, seperti paparan terhadap layar digital dalam waktu yang lama, dapat berkontribusi pada perkembangan myopia progresif pada anak-anak.
- Faktor Lingkungan  
Faktor lingkungan juga dapat mempengaruhi progresi myopia pada anak-anak, termasuk tingkat paparan sinar matahari dan waktu yang dihabiskan di luar ruangan.
- Intervensi Terapeutik  
Beberapa intervensi terapeutik telah dieksplorasi untuk mengurangi progresi myopia pada anak-anak, seperti terapi atropin topikal atau penggunaan lensa kontak khusus yang dirancang untuk mengurangi progresi myopia (misalnya lensa kontak miopia kontrol).

Myopia progresif pada anak-anak perlu dikelola dengan hati-hati dan diawasi secara teratur oleh dokter mata atau optometris. Pemeriksaan mata rutin sangat penting untuk memantau perubahan dan mengatur koreksi yang sesuai agar anak dapat memiliki penglihatan yang jelas dan meminimalkan risiko komplikasi yang terkait dengan myopia tinggi di masa dewasa. Selain itu, mengurangi waktu paparan layar digital, meningkatkan waktu di luar ruangan, dan mengadopsi gaya hidup sehat untuk mata juga dapat membantu mengelola progresi myopia pada anak-anak.

## **Myopia Tinggi atau Progresif pada Remaja dan Dewasa**

Myopia tinggi atau progresif pada remaja dan dewasa adalah jenis myopia (rabun jauh) yang memiliki tingkat keparahan yang lebih tinggi atau mengalami peningkatan kekuatan koreksi lensa mata secara signifikan seiring waktu. Kekuatan koreksi lensa mata yang diperlukan myopia tinggi untuk melihat objek jauh mencapai tingkat yang lebih rendah dari -6.00 dioptri (D) atau bahkan lebih rendah lagi. Myopia progresif, pada saat yang sama, adalah kondisi di mana tingkat myopia terus berkembang pesat selama periode waktu tertentu.

Karakteristik dan faktor yang terkait dengan myopia tinggi atau progresif pada remaja dan dewasa:

- **Tingkat Kekuatan Koreksi**  
Pada myopia tinggi, kekuatan koreksi lensa mata yang dibutuhkan untuk melihat objek jauh lebih tinggi dari -6.00 D. Beberapa kasus myopia tinggi bahkan bisa mencapai -10.00 D atau lebih tinggi.
- **Progresi yang Cepat**  
Myopia progresif pada remaja dan dewasa ditandai dengan peningkatan kekuatan koreksi lensa mata yang signifikan dalam periode waktu tertentu. Misalnya, dalam waktu beberapa tahun, koreksi lensa mata bisa meningkat beberapa dioptri.
- **Faktor Genetik**  
Seperti pada myopia pada umumnya, faktor genetik berperan dalam myopia tinggi atau progresif. Jika ada riwayat keluarga dengan myopia tinggi, risiko mengalami kondisi yang serupa akan lebih tinggi.
- **Usia**  
Pada beberapa individu, myopia progresif dapat mencapai puncaknya selama masa remaja, yaitu antara usia 12 hingga 18 tahun. Namun, pada beberapa kasus, progresi myopia dapat berlanjut hingga usia dewasa.
- **Komplikasi Mata**  
Myopia tinggi atau progresif meningkatkan risiko terjadinya komplikasi mata serius, seperti degenerasi makula, glaukoma, katarak, atau retinal detachment. Oleh karena itu, pemeriksaan mata yang teratur sangat penting untuk mengawasi kondisi mata dan memastikan koreksi yang tepat.
- **Pengelolaan**  
Pengelolaan myopia tinggi atau progresif pada remaja dan dewasa melibatkan pemeriksaan mata rutin untuk memantau progresi dan penyesuaian koreksi lensa mata yang sesuai. Selain itu,

beberapa tindakan pencegahan seperti mengurangi waktu paparan layar digital, meningkatkan waktu di luar ruangan, dan mengikuti gaya hidup sehat untuk mata juga bisa membantu mengelola progresi myopia.

Myopia tinggi atau progresif memerlukan perhatian medis yang cermat dan tindakan pencegahan yang tepat untuk mengurangi risiko komplikasi dan memastikan kualitas penglihatan yang optimal. Berkonsultasi dengan dokter mata atau optometris akan membantu mengelola kondisi mata dengan tepat dan mengambil tindakan yang sesuai untuk kesehatan mata yang baik.

## **Myopia Patologis atau Degeneratif**

Myopia patologis atau degeneratif, juga dikenal sebagai myopia tinggi patologis, adalah bentuk myopia (rabun jauh) yang lebih ekstrem dan menyajikan risiko yang lebih tinggi terhadap masalah kesehatan mata yang serius. Myopia patologis biasanya memiliki tingkat keparahan yang sangat tinggi, melebihi -6.00 dioptri (D) dan bahkan mencapai tingkat yang lebih tinggi, seperti -10.00 D atau lebih. Kondisi ini ditandai oleh kelainan struktural dan patologis pada bola mata yang menyebabkan penurunan tajam penglihatan yang signifikan.

Berikut beberapa karakteristik dan faktor yang terkait dengan myopia patologis atau degeneratif:

- **Kekuatan Koreksi yang Tinggi**  
Myopia patologis memerlukan kekuatan koreksi lensa mata yang sangat tinggi untuk membantu fokus cahaya pada retina, sehingga penglihatan menjadi jelas. Kekuatan koreksi lensa mata pada myopia patologis biasanya melebihi -6.00 D.
- **Progresi yang Cepat**  
Myopia patologis cenderung memiliki progresi yang cepat, di mana kekuatan koreksi lensa mata dapat meningkat secara signifikan dalam waktu yang relatif singkat.
- **Resiko Komplikasi**  
Myopia patologis menyebabkan risiko yang lebih tinggi terhadap komplikasi mata yang serius, seperti degenerasi makula, glaukoma, katarak, atau retinal detachment. Kondisi ini bisa menyebabkan kehilangan penglihatan permanen jika tidak ditangani dengan baik.
- **Faktor Genetik**  
Myopia patologis sering memiliki komponen genetik yang kuat, dan riwayat keluarga dengan myopia tinggi dapat meningkatkan risiko terjadinya kondisi ini.
- **Tindakan Pengelolaan**  
Pengelolaan myopia patologis melibatkan pemeriksaan mata yang cermat dan berkala oleh dokter mata atau spesialis retina untuk memantau perkembangan kondisi mata. Penggunaan lensa koreksi yang tepat dan pengelolaan kondisi mata penyerta (jika ada) juga menjadi bagian dari strategi pengelolaan.
- **Tindakan Bedah Refraktif**  
Pada beberapa kasus myopia patologis yang sangat parah, tindakan bedah refraktif, seperti LASIK (Laser-Assisted in Situ Keratomileusis) atau pemasangan lensa intraokular, mungkin menjadi pilihan untuk mengurangi ketergantungan pada kacamata atau lensa kontak.

Myopia patologis atau degeneratif memerlukan perhatian medis yang mendalam dan pengelolaan yang hati-hati untuk mengurangi risiko komplikasi dan memastikan kualitas penglihatan yang optimal. Konsultasi dengan dokter mata atau spesialis retina yang berpengalaman sangat penting untuk mengelola kondisi mata dengan tepat dan mengambil tindakan yang sesuai untuk mencegah kemungkinan komplikasi yang serius.