

**PENGARUH DURASI PERHARI KONTAK MATA DENGAN
LAYAR MONITOR TERHADAP TAJAM PENGLIHATAN**

LAPORAN TUGAS AKHIR

**Laporan Tugas Akhir Diajukan untuk Melengkapi Tugas-Tugas
dan Memenuhi Syarat-Syarat Mencapai jenjang Pendidikan
Diploma III Refraksi Optisi**

**Ismi Fauziah
40119014**



UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA

**PROGRAM STUDI DIII REFRAKSI OPTISI/OPTOMETRI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
2022**

**PENGARUH DURASI PERHARI KONTAK MATA DENGAN
LAYAR MONITOR TERHADAP TAJAM PENGLIHATAN**

LAPORAN TUGAS AKHIR

**Ismi Fauziah
40119014**



UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA

**PROGRAM STUDI DIII REFRAKSI OPTISI/OPTOMETRI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
2022**

ABSTRAK

Latar Belakang: Penggunaan komputer/laptop sangatlah menunjang berbagai macam aktivitas pekerjaan manusia. Walaupun banyak manfaat yang diperoleh dari komputer namun masih belum banyak yang menyadari bahwa penggunaan komputer juga dapat menyebabkan masalah kesehatan, salah satunya keluhan menurunnya ketajaman penglihatan. Di dunia, terdapat 2,5 miliar orang dengan permasalahan penglihatan, sedangkan di Indonesia 60% anak usia sekolah menggunakan media elektronik lebih dari 2 jam sehari. Pengguna media yang berlebihan akan terus menerus mengganggu fungsi visual, juga dapat menyebabkan ketegangan mata menurunnya ketajaman penglihatan. Penelitian ini bermaksud untuk mengetahui pengaruh durasi waktu perhari kontak mata dengan layar monitor terhadap tajam penglihatan.

Metode Penelitian : Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif, dengan desain penelitian *cross sectional study*. Sampel penelitian ini sebanyak 85 siswa SMK Negeri 2 Tasikmalaya jurusan TKJ terbagi menjadi beberapa kelas yang sebelumnya dihitung berdasarkan rumus slovin dengan teknik *Proposional Stratified Sampling*. Pengambilan data dilakukan menggunakan data primer, berupa kuisioner dan observasi secara langsung kepada responden, data diperoleh dari hasil pengisian kuisioner dan hasil pemeriksaan tajam penglihatan menggunakan alat trail lens dan snellen chart.

Hasil Penelitian : Hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan durasi paparan layar komputer secara terus menerus dalam sehari sebagian besar lebih 2 jam (54,1%), sedangkan berdasarkan tajam penglihatan sebagian besar normal (62,4%). Terdapat pengaruh durasi paparan layar komputer secara terus-menerus dengan tajam penglihatan pada siswa di SMK Negeri 2 Tasikmalaya dengan nilai $p = 0,008$.

Kesimpulan : Durasi paparan layar komputer secara terus menerus dalam sehari berpengaruh terhadap tajam penglihatan.

Kata Kunci : durasi waktu, tajam penglihatan

ABSTRACT

Background: *The use of computers/laptops is very supportive of various kinds of human work activities. Although there are many benefits obtained from computers, not many people are aware that using computers can also cause health problems, one of which is complaints of decreased visual acuity. In the world, there are 2.5 billion people with vision problems, while in Indonesia 60% of school-age children use electronic media more than 2 hours a day. Excessive media users will continuously interfere with visual function, can also cause eye strain, decreased visual acuity. This study intends to determine the effect of the duration of time per day of eye contact with the monitor screen on visual acuity.*

Research Methods: *The research method used is quantitative, with a cross sectional study design. The sample of this study was 85 students of SMK Negeri 2 Tasikmalaya majoring in TKJ divided into several classes which were previously calculated based on the Slovin formula with the Proportional Stratified Sampling technique. Data were collected using primary data, in the form of questionnaires and direct observations to respondents, data obtained from the results of filling out questionnaires and the results of visual acuity examination using a trail lens and snellen chart.*

Research Results: *The results showed that the characteristics of respondents based on the duration of continuous exposure to computer screens in a day were mostly more than 2 hours (54.1%), while based on visual acuity, most of them were normal (62.4%). There is an effect of continuous exposure to computer screens with visual acuity in students at SMK Negeri 2 Tasikmalaya with a p value of 0.008.*

Conclusion: *The duration of continuous exposure to computer screens in a day affects visual acuity.*

Keywords: *time duration, visual acuity*