

**EDUKASI PENTINGNYA MENJAGA KESEHATAN MATA DI
ERA DIGITALISASI MENGGUNAKAN LENS *BLUE*
CONTROL PADA SISWA SISWI SMK MITRA BATIK
TASIKMALAYA**

KARYA TULIS ILMIAH



ALVIN ADI PRATAMA

11045122019

**PROGRAM STUDI DIII REFRAKSI OPTISI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BHAKTI TUNAS HUSADA
KOTA TASIKMALAYA
SEPTEMBER 2025**

**EDUKASI PENTINGNYA MENJAGA KESEHATAN MATA DI
ERA DIGITALISASI MENGGUNAKAN LENSEA *BLUE*
CONTROL PADA SISWA SISWI SMK MITRA BATIK
TASIKMALAYA**

KARYA TULIS ILMIAH

**Karya Tulis Ilmiah Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas Dan Memenuhi
Syarat-Syarat Mencapai Jenjang Pendidikan Diplomi III Refraksi Optisi**



Alvin Adi Pratama

11045122019

**PROGRAM STUDI DIII REFRAKSI OPTISI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
TASIKMALAYA
SEPTEMBER 2025**

ABSTRAK

Pesatnya perkembangan teknologi digital dalam dua dekade terakhir telah mengubah pola hidup manusia, termasuk kebiasaan penggunaan perangkat elektronik. Siswa sebagai generasi muda kini lebih sering terpapar layar digital, yang memancarkan sinar biru berlebih dan berisiko merusak kesehatan mata, seperti kelelahan, mata kering, hingga degenerasi makula. Salah satu upaya preventif adalah penggunaan lensa blue control. Penelitian ini bertujuan mengukur efektivitas edukasi penggunaan lensa blue control dalam menjaga kesehatan mata siswa SMK Mitra Batik Tasikmalaya. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain pre-test dan post-test terhadap 60 responden. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan pengetahuan setelah edukasi, dengan pengetahuan baik naik dari 56% menjadi 88,3%. Nilai rata-rata pre-test sebesar 73,8% meningkat menjadi 93,3% pada post-test. Uji Wilcoxon menunjukkan perbedaan signifikan ($p < 0,01$), menandakan edukasi memberikan dampak nyata terhadap pemahaman siswa.

Kata kunci: Edukasi Kesehatan Mata, Era Digital, Lensa Blue Control, Sinar Biru, Preventif

ABSTRACT

The rapid development of digital technology over the past two decades has transformed human lifestyles, including habits in using electronic devices. Students, as part of the younger generation, are now more frequently exposed to digital screens that emit excessive blue light, which poses risks to eye health such as fatigue, dryness, and even macular degeneration over time. One preventive measure is the use of blue control lenses. This study aims to assess the effectiveness of education on blue control lens usage in maintaining students' eye health at SMK Mitra Batik Tasikmalaya. A quantitative method was used with a pre-test and post-test design involving 60 respondents. The results showed a significant increase in knowledge after the education, with good knowledge rising from 56% to 88.3%. The average pre-test score of 73.8% increased to 93.3% in the post-test. The Wilcoxon test indicated a significant difference ($p < 0.01$), showing that the education had a notable impact on students' understanding.

Keywords: Eye Health Education, Digital Era, Blue Control Lenses, Blue Light, Preventive Strategy