

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Penglihatan adalah salah satu indera yang paling utama pada tubuh kita. Hampir seluruh kegiatan dilakukan dengan menggunakan indera penglihatan. Indera penglihatan sendiri terdiri dari berbagai macam komponen yang kompleks. Salah satu komponen terpenting adalah mata. Mata adalah bagian terdepan dalam penerimaan rangsang berupa cahaya. Terlepas dari peran penting mata, mata juga dapat mengalami gangguan. Gangguan penglihatan sendiri adalah segala jenis kelainan terhadap penglihatan normal karena ada kondisi medis dan kelainan tertentu baik bersifat sementara atau permanen.

Peningkatan durasi penggunaan media digital menjadi perhatian karena dapat menyebabkan beberapa gangguan terutama pada mata. Melihat pada media digital sering membuat mata untuk bekerja lebih keras. Melihat pada media digital berbeda dengan melihat pada media fisik seperti kertas yang dicetak. Hal ini dapat disebabkan karena tingkatan kontras pada layar, tampakan refleksi, dan cahaya yang tampak silau pada layar. Selain itu, tampilan media yang cenderung bergerak pun membuat mata untuk bekerja lebih berat. Keadaan seperti ini, dapat menimbulkan munculnya kejadian Computer Vision Syndrome. (American Optometric

Association, 2020). Menurut sumber lain ketidaknyamanan yang dialami pada mata akibat penggunaan komputer dipengaruhi oleh banyak faktor, seperti faktor lingkungan, faktor individual dan lamanya penggunaan komputer tersebut (Azkadina, 2012).

Penggunaan media digital memang bukanlah hal yang baru. Sejak sepuluh tahun terakhir penggunaan media digital telah mengalami perkembangan yang sangat pesat. Perkembangan pesat penggunaan media digital ini diperparah dengan adanya pandemic COVID-19. Pada bulan Maret 2020, WHO resmi menyatakan Corona Virus Disease (COVID-19) sebagai sebuah pandemik. Tak lama setelahnya, Indonesia pun menyatakan COVID-19 sebagai peristiwa bencana non alam. Banyak perubahan besar terjadi. Salah satu perubahan terbesar adalah besarnya peningkatan penggunaan media digital di seluruh dunia untuk menggantikan kegiatan kontak fisik ataupun tatap muka. Berbagai kebijakan ditetapkan pemerintah untuk mengantisipasi berbagai kemungkinan yang lebih buruk. Hal yang menjadi salah satu perbincangan besar adalah pembelajaran jarak jauh (PJJ). System pembelajaran ini tentu banyak memicu pro dan kontra. Tapi kebijakan ini tetap diambil untuk menghindari penyebaran COVID-19.

PJJ adalah sebuah sistem pembelajaran non tatap muka, dengan cara menggabungkan prinsip-prinsip di dalam pembelajaran dengan teknologi yang memungkinkan para pelajar untuk mengakses pembelajaran dari tempat tinggal masing-masing (Chandrawati, 2010). Pemberlakuan sistem seperti ini membuat hampir seluruh kegiatan belajar-mengajar dilakukan secara online melalui media digital seperti laptop, dan gawai (handphone). Penggunaan media digital pun sangat meningkat, baik dari segi pengguna, maupun durasi pemakaiannya. Peningkatan penggunaan media digital juga berarti peningkatan screen time. Penggunaan media digital sendiri dipercaya dapat mempengaruhi kesehatan, terutama pada mata karena sabagai media utama dalam tubuh. Berdasarkan data dari Lembaga riset App Annie rata-rata waktu penggunaan aplikasi mobile non-game mengalami peningkatan secara signifikan sebesar 25% pada kuartal kedua 2020, dengan Indonesia berada di peringkat ke-4 dunia dengan peningkatan sebesar 25%.

Berdasarkan penelitian sebelumnya dilakukan pada mahasiswa Qassim University College of Medicine didapatkan kejadian computer vision syndrome yang tinggi pada pelajar pengguna computer atau media digital dalam yang lama. Dalam alquran QS Al-Qamar: 49, dijelaskan:

بِقَدْرِ خَلْقْنَاهُ شَيْءٍ كُلِّ إِنَّ

“Sesungguhnya Kami menciptakan segala sesuatu menurut ukuran.”

Di Indonesia, belum ada penelitian berskala besar mengenai kejadian computer vision syndrome. Terdapat beberapa penelitian mengenai hal ini yang dilakukan oleh mahasiswa beberapa universitas di Indonesia dalam skala yang kecil dan hasilnya menunjukkan hasil yang identic dengan penelitian yang dilakukan di Qassim University College of Medicine. Hal ini membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian hubungan durasi screen time dengan computer vision syndrome pada siswa SMAN 1 Gamping.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang dilakukannya penelitian ini, maka didapatkan rumusan masalah yaitu: Bagaimana hubungan *screen time* dengan *Computer Vision Syndrome* pada siswa SMAN 1 Gamping.

C. TUJUAN PENELITIAN

Umum:

Mengetahui hubungan *screen time* dengan *Computer Vision Syndrome* pada siswa SMAN 1 Gamping

Khusus:

1. Mengetahui angka kejadian *Computer Vision Syndrome* pada siswa SMAN 1 Gamping.
2. Mengetahui *screen time* pada siswa SMAN 1 Gamping.
3. Mengetahui hubungan *screen time* dengan kejadian *Computer Vision Syndrome* pada siswa SMAN 1 Gamping.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperluas wawasan peneliti mengenai hubungan *screen time* dengan *CVS* pada siswa SMAN 1 Gamping.

2. Bagi masyarakat

Penelitian ini dapat memberikan informasi dan membuka wawasan masyarakat tentang *CVS* sehingga dapat dihindari.

3. Bagi Institusi

Penelitian ini dapat dijadikan kajian pada bidang ilmu Kedokteran Mata terutama tentang *screen time* dan *Computer Vision Syndrome*.

E. KEASLIAN PENELITIAN

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Judul Penelitian dan Penulis	Variabel	Jenis Penelitian	Hasil
1	Visual implications of digital device usage in school children: a cross-sectional study (Parul Ichpujani et al., 2019)	Variabel bebas: penggunaan media digital Variabel terikat: Implikasi visual	Cross-sectional study	Terdapat hubungan yang signifikan antara posisi membaca terlentang dan kejadian <i>eyestrain</i> sebesar 27% dari populasi. Seratus tiga (103) dari 576 populasi siswa mengalami <i>eyestrain</i> setelah menggunakan media digital dalam waktu yang lama.
2	Visual consequences of electronic reader use: a pilot study (Marlon Maducdoc et al., 2017)	Variabel bebas: Penggunaan media digital Variabel terikat: Konsekuensi terhadap visual (penglihatan)	Randomized control trial	Pelajar yang mengakses melalui media digital 4.9 kali lebih mungkin untuk mengalami iritasi mata dan <i>eyestrain</i> .

3	<p>Computer vision syndrome prevalence, knowledge and associated factors among Saudi Arabia University Students: Is it a serious problem?</p>	<p>Variable bebas: Penggunaan computer jangka panjang</p> <p>Variabel terikat: <i>Computer vision syndrome</i></p>	<p>cross-sectional study</p>	<p>Penggunaan computer dalam jangka yang panjang dapat menyebabkan berbagai gangguan pada mata. Tujuh puluh dua persen (72%) yang mengalami gangguan mengalami gejala akut (<i>computer vision syndrome</i>)</p>
---	---	--	------------------------------	--
