

BAB I

PENDAHULUAN

1.1.Latar belakang

Mata merupakan alat indera yang sangat penting bagi manusia. Melalui mata, seseorang dapat melihat berbagai macam warna, bentuk, hingga kedudukan dari sebuah benda (Santosa & Sundari, 2018). Mata yang sehat adalah dambaan bagi semua orang, karena dengan mata yang sehat semua orang bisa menangkap berbagai kenangan indah dalam hidupnya (Djajanti et al., 2020). Namun, disamping fungsi mata yang sangat penting masih banyak orang yang mengesampingkan kesehatan mata. Hal ini dapat berisiko terhadap munculnya gangguan penglihatan pada mata (Santosa & Sundari, 2018).

Gangguan penglihatan dapat terjadi pada semua orang tanpa terkecuali, tidak hanya terjadi pada orang yang sudah berumur saja, gangguan penglihatan juga banyak terjadi pada anak-anak dan remaja (Santosa & Sundari, 2018). Terdapat berbagai penyebab yang dapat memicu terjadinya gangguan penglihatan pada anak dan remaja yang diantaranya, membaca dengan penerangan yang redup serta kegiatan di depan layar elektronik tanpa diselingi kegiatan fisik lain yang terlalu lama, misalnya menonton televisi dan bermain *smartphone* atau komputer dengan jarak yang dekat (Skoblina et al., 2020).

Bermain *smartphone* atau komputer memang sudah tidak asing lagi di zaman modern ini, karena perkembangan teknologi yang semakin canggih membuat banyak orang berfikir bahwa internet merupakan salah satu “kebutuhan pokok” untuk melakukan hampir semua kegiatan, salah satunya dalam kegiatan hiburan, terdapat banyak kegiatan hiburan yang dapat diakses melalui internet yang salah satu diantaranya hiburan bermain game online (Habibi et al., 2022).

Game online merupakan permainan yang tidak terbatas, permainan ini dapat dimainkan dimana saja, oleh siapa saja, serta dengan perangkat apa saja asalkan terhubung dengan internet (Purnama et al., 2021). Game online ini awalnya berfungsi sebagai kegiatan hiburan penghilang penat, jenuh dan bosan, namun semakin berjalannya waktu fungsi positif ini berubah menjadi dampak negatif ketika pemainnya memainkannya secara berlebihan (Dewi et al., 2018). Bermain

game online secara berlebihan saat ini diklaim sebagai permasalahan global. Masalah ini sangat dikhawatirkan karena angka pencandu game online pada remaja awal atau *early adolescent* semakin melonjak tiap tahunnya (Ichsan, 2022). Menurut data laporan dari Kemp (2023) yang bekerjasama dengan *We Are Social* dan *Meltwater*, Indonesia menduduki urutan ke-2 sebagai negara tertinggi dengan pengguna game online di dunia setelah Filipina dengan presentase 94,8% pada Januari, 2023. Keadaan ini perlu segera ditindak lanjuti, dikarenakan terdapat beberapa dampak buruk yang dapat dihasilkan oleh game online yang diantaranya berisiko terkena penyakit lambung, mudah stres, susah tidur, dan yang paling sering muncul yaitu gangguan penglihatan pada mata (Santosa & Sundari, 2018).

Terlalu lama terpapar cahaya dari layar computer atau *smartphone* dapat mengakibatkan terkena *Computer Vision Syndrome (CVS)* pada mata yang akan berdampak terhadap menurunnya fungsi dari penglihatan mata (Santosa & Sundari, 2018). Menurut *American Optometrist Association* CVS adalah gabungan dari tanda dan gejala dari mata lelah yang diakibatkan karena terlalu lama terpapar sinar layar media elektronik, gejala itu diantaranya nyeri pada kepala, mata yang mudah lelah, mata kering, sakit dan pegal pada leher yang kadang menjalar ke bahu serta penglihatan yang buram. Gejala tersebut bisa muncul tergantung dari berapa lama pengguna menatap layar elektronik (Santosa & Sundari, 2018).

Gejala dari *Computer Vision Syndrome (CVS)* sendiri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yang diantaranya adalah durasi *screen time* saat bermain game online. Menurut Noviyanti (2019), durasi *screen time* saat bermain game online berhubungan dengan gangguan penglihatan pada mata, dalam penelitiannya tersebut dibuktikan bahwa pengguna game online yang bermain game online dengan durasi tidak normal (> 2 jam/hari) dapat menimbulkan risiko 3 kali lebih besar menagalami gangguan penglihatan mata dibandingkan dengan pengguna game online yang bermain game online dengan durasi waktu yang normal. Selain faktor durasi *screen time* saat bermain game online, faktor kurangnya waktu istirahat mata, posisi tubuh, jarak mata dengan layar, kecerahan (kontras), tingkat pencahayaan ruangan, hingga suhu ruangan saat bermain game online juga akan

menimbulkan kelelahan mata yang kedepannya dapat memicu timbulnya gejala dari CVS (Qonita & Septimar, 2021).

Gangguan penglihatan pada mata perlu untuk segera diperhatikan terutama pada remaja awal dikarenakan penglihatan adalah aspek yang sangat penting khususnya dalam proses pembelajaran saat di sekolah. Melalui penglihatan informasi visual saat belajar disekolah ditangkap, maka dari itu ketika remaja awal terganggu pengelihatannya maka akan terganggu pula daya tangkap penguasaan materi pembelajaran serta kesempatan remaja tersebut untuk berkembang kecerdasannya disekolah (Anggraini et al., 2022). Tidak hanya itu bahkan jika masalah ini tidak segera ditangani, maka terdapat kemungkinan dapat terjadi masalah lain seperti risiko retina yang terkena abrasi, glukoma atau bahkan sampai kebutaan (Ichsan, 2022). Menurut badan WHO yang dikutip oleh Alvarez-Peregrina et al., (2020), sekitar 2,2 miliar populasi dunia pada tahun 2019 mengalami gangguan pada penglihatan, 312 juta diantaranya adalah anak dibawah 19 tahun serta 1 miliar diantaranya mengalami gangguan penglihatan yang masih dapat dicegah. Selain itu WHO (*World Health Organization*) dalam Irayani et al., (2021), juga memprediksi bahwa akan ada kurang lebih 40% dari 3,3 miliar (populasi dunia) yang mengalami gangguan rabun jauh (miopia) pada tahun 2029 nanti, ini menandakan akan menjadi sekitar setengah dari populasi di dunia yaitu sekitar 4,8 miliar di tahun 2050 nanti.

Dari data yang tertera terakhir mengenai jumlah keseluruhan pengidap gangguan penglihatan di Indonesia yang dilakukan dengan survey cepat *Rapid Assessment of Avoidable Blindness* (RAAB) pada tahun 2014-2016 di 15 provinsi Indonesia menunjukkan bahwa jumlah kebutaan di Indonesia mencapai angka 30% atau setara dengan 1,6 juta orang, hal ini menjadikan Indonesia sebagai negara tertinggi dengan masalah kebutaan di Asia Tenggara. Jawa Barat sendiri menjadi penyumbang kebutaan terbesar kedua setelah Jawa Timur yaitu sekitar 180.663 orang (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Menurut penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Oktaviani (2021) didapatkan data di RSUD Sumedang pada tahun 2019-2020 bahwa terdapat 407 remaja dengan mayoritas laki-laki berumur 13-15 tahun yang melakukan berobat

jalan dengan keluhan rabun jauh (miopi) dan 2 remaja dengan keluhan rabun dekat (hipermetropi). Menurut data di RSUD Sumedang, 407 remaja tersebut mengatakan bahwa mereka mengalami keluhannya tersebut dikarenakan sering bermain *smartphone*.

Selain itu, menurut hasil yang didapatkan dari penjarangan kesehatan tahun 2021-2022 yang dilakukan di SMPN 2 Sumedang oleh UPTD Puskesmas Kelurahan Situ didapatkan dari jumlah sasaran sebanyak 292 siswa/siswi terjaranglah sebanyak 190 siswa/siswi, dengan 84 diantaranya laki-laki dan 106 perempuan yang menunjukkan hasil bahwa terdapat 16 siswa/siswi yang menggunakan kacamata dikarenakan mengalami gangguan refraksi pada penglihatan. Hal tersebut juga menjadikan SMPN 2 Sumedang menjadi SMP dengan jumlah siswa/siswi yang mengalami gangguan refraksi terbanyak di Kelurahan Situ, Kabupaten Sumedang.

Dari beberapa data yang dipaparkan sebelumnya dapat disimpulkan bahwa sangat diperlukannya upaya untuk menangani serta mencegah permasalahan gangguan penglihatan pada remaja awal yang ada di Sumedang sebelum terlambat. Maka dari itu, penulis melakukan studi pendahuluan di SMPN 2 Sumedang dengan cara membagikan link survey singkat *gform* melalui grup *WhatsApp* guna mengetahui gambaran secara umum jumlah siswa/siswi SMPN 2 Sumedang yang bermain game online. Setelah 2 hari disebar, didapatkan data sebanyak 153 responden, dengan 93 orang (60,8%) dari mereka merupakan pengguna game online yang tersebar di kelas VII, VIII dan IX. Selain itu, hasil yang didapatkan dari wawancara terhadap 2 orang siswa dan 1 orang siswi yang menggunakan kacamata dikarenakan terkena miopia (rabun jauh) di SMPN 2 Sumedang, dibuktikan bahwa mereka merupakan pengguna game online rata-rata sejak 1-3 tahun yang lalu dengan durasi bermain game online 3-5 jam per hari. Mereka mengatakan sering merasakan mata yang pegal dan perih saat terlalu lama bermain game online.

Berdasarkan informasi tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di SMPN 2 Sumedang tentang “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Mata Melalui Media Audiovisual Terhadap Pengetahuan Tentang Pencegahan Gangguan Penglihatan bagi Pengguna Game Online pada *Early Adolescent* (12-15 Tahun)”. Pendidikan

kesehatan mata tersebut diharapkan dapat menambah pengetahuan para siswa/siswi SMPN 2 Sumedang pada tingkat *know* atau mengetahui tentang pentingnya menjaga kesehatan mata guna menghindari munculnya gangguan penglihatan pada mata. Selain itu kegiatan tersebut dilakukan untuk mendukung peta jalan penanggulangan gangguan penglihatan 2018-2030 yang menargetkan: Tahun 2030 setiap individu di Indonesia mempunyai penglihatan normal dan bisa sepenuhnya menggapai potensi yang dimiliki oleh dirinya (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

1.2. Perumusan masalah

Berdasarkan penjabaran latar belakang sebelumnya, dapat disimpulkan rumusan masalah yang akan diangkat dalam penelitian ini adalah “Bagaimana pengaruh pendidikan kesehatan mata melalui media audiovisual terhadap pengetahuan tentang pencegahan gangguan penglihatan bagi pengguna game online pada *early adolescent* di SMPN 2 Sumedang?”

1.3. Hipotesis

H0 : Tidak terdapat pengaruh pendidikan kesehatan mata melalui media audiovisual terhadap pengetahuan tentang pencegahan gangguan penglihatan bagi pengguna game online pada *early adolescent* di SMPN 2 Sumedang.

H1 : Terdapat pengaruh pendidikan kesehatan mata melalui media audiovisual terhadap pengetahuan tentang pencegahan gangguan penglihatan bagi pengguna game online pada *early adolescent* di SMPN 2 Sumedang.

1.4. Tujuan penelitian

1.4.1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan mata melalui media audiovisual terhadap pengetahuan tentang pencegahan gangguan penglihatan bagi pengguna game online pada *early adolescent* di SMPN 2 Sumedang.

1.4.2. Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran karakteristik responden (jenis kelamin, usia, pengalaman mendapatkan pendidikan kesehatan mata, dan sumber informasi) dari responden yang mengikuti penelitian pengaruh pendidikan kesehatan mata melalui media audiovisual terhadap pengetahuan pencegahan gangguan penglihatan pada siswa/siswi pengguna game online di SMPN 2 Sumedang
2. Mengetahui rata-rata nilai pengetahuan tentang pencegahan gangguan penglihatan pada siswa/siswi pengguna game online di SMPN 2 Sumedang sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan mata
3. Mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan mata terhadap pengetahuan pencegahan gangguan penglihatan pada siswa/siswi pengguna game online di SMPN 2 Sumedang.

1.5. Manfaat penelitian

1.5.1. Manfaat Praktis

1. Manfaat bagi sekolah
Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran bagi pihak sekolah agar kedepannya dapat lebih menyadari bahwa perlunya perhatian kesehatan para siswa/siswi khususnya untuk kesehatan mata.
2. Manfaat bagi siswa/siswi
Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang pentingnya menjaga kesehatan mata bagi para siswa/siswi khususnya mereka yang memainkan game online.
3. Manfaat bagi puskesmas
Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran umum bagi pihak puskesmas untuk melakukan program kerja pendidikan kesehatan, khususnya kesehatan mata pada para anak sekolah yang sangat perlu ditindak lanjuti sebelum terlambat dan mempengaruhi masa depan mereka.

1.5.2. Manfaat Pengembangan

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai dasar pengetahuan pencegahan gangguan penglihatan pada mata pada pengguna game online serta dapat digunakan sebagai salah satu acuan untuk dikembangkan lagi kedepannya bagi peneliti selanjutnya.