

Hubungan Penggunaan Gadget Dengan Kesehatan Mata Anak Usia Sekolah Di SD Negeri 142 Maluku Tengah

Joan Herly Herwawan, Valensya Yeslin Tomaso*, Franesya Krismendo Pattipawaej

Fakultas Kesehatan, Universitas Kristen Indonesia Maluku; vallytomasoa0212@gmail.com

ABSTRAK

Peningkatan teknologi merupakan dampak dari perkembangan peradaban, salah satunya dengan adanya gadget, yang akan mempermudah tingkat komunikasi tanpa mengenal jarak dan ruang. Bagi anak usia sekolah penglihatan yang baik adalah factor yang sangat penting karena menunjang anak belajar, sehingga jika terjadi gangguan akan menghambat pencapaian dan pendidikan anak, sehingga berdampak terhadap prestasi anak. Untuk itu tujuan penelitian ini adalah untuk melihat hubungan penggunaan gadget dengan kesehatan mata anak usia sekolah di SD Negeri 142 Maluku Tengah. Jenis penelitian adalah *descriptive correlation* yang di lakukan pada SD Negeri 142 Maluku Tengah dengan sampel 37 responden. Teknik pengambilan sampel yang di gunakan adalah *total sampling*. Instrument yang digunakan adalah kuesioner). Analisis statistic yang digunakan untuk melihat hubungan dari kedua variable adalah *chi square*. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan penggunaan gadget dengan kesehatan mata anak usia sekolah di SD Negeri 142 Maluku Tengah dengan nilai $p = 0,003 (0,05)$.

Kata Kunci: Kesehatan Mata; Anak; Penggunaan Gadget.

ABSTRACT

Improvement in technology is the impact of the development of civilization, one of which is the existence of gadgets, which will facilitate the level of communication regardless of distance and space. For school-aged children, good eyesight is a very important factor because it supports children's learning, so that if a disturbance occurs it will hamper the child's achievement and education, thus impacting the child's achievement. For this reason, the purpose of this study was to see the relationship between the use of gadgets and the eye health of school-age children at SD Negeri 142 Central Maluku. The type of research is descriptive correlation which was conducted at SD Negeri 142 Central Maluku with a sample of 37 respondents. The sampling technique used is total sampling. The instrument used is a questionnaire). The statistical analysis used to see the relationship between the two variables is chi square. The results showed that there was a relationship between the use of gadgets and the eye health of school-age children at SD Negeri 142 Central Maluku with a p value of 0.003 (0.05).

Keywords: Eye Health; child; Use of Gadgets.

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Peningkatan teknologi merupakan dampak dari perkembangan peradaban, salah satunya dengan adanya gadget, yang akan mempermudah tingkat komunikasi tanpa mengenal jarak dan ruang⁽¹⁾. Gadget digunakan bukan hanya sebagai alat komunikasi, namun juga di gunakan sebagai hiburan⁽²⁾. Namun selain memiliki manfaat yang sangat baik, gadget juga memiliki dampak negative, yakni gangguan kesehatan mata akibat

penggunaannya yang tidak sehat⁽¹⁾. Sinar cahaya dari gadget dengan tingkat pencahayaan yang kurang baik dapat menyebabkan mata lelah, mata kering, mata sakit atau sulit untuk fokus⁽³⁾.

Berdasarkan hasil riset yang dilakukan oleh Wandini dkk⁽⁴⁾ ditemukan bahwa terdapat 330 anak usia sekolah menggunakan kaca mata, dan dari 190 sampel di jelaskan sekitar 106 anak memiliki kebiasaan kegunaan gadget yang tidak baik (55,8%). Pertiwi dkk (2020) juga menjelaskan bahwa penggunaan gadget pada anak dalam waktu 2-3 jam sehari sebanyak 45 responden (66,2%).

Pertumbuhan organ mata berkembang dalam 2 tahun pertama kehidupan, dan masa kritis pertumbuhannya ada pada usia 7 sampai 18 tahun, sehingga penting untuk memastikan anak memiliki kesehatan mata yang optimal⁽⁵⁾. Kesehatan mata sangat penting, sehingga memerlukan perawatan dan pemeriksaan secara rutin⁽⁶⁾. Bagi anak usia sekolah penglihatan yang baik adalah factor yang sangat penting karena menunjang anak belajar, sehingga jika terjadi gangguan akan menghambat pencapaian dan pendidikan anak, sehingga berdampak terhadap prestasi anak⁽⁷⁾.

Orangtua kadang tidak terlalu menaruh perhatian lebih terhadap kesehatan mata anak, para orangtua menganggap bahwa gadget merupakan salah satu alat yang dapat untuk mendidik atau mempermudah komunikasi maupun memperoleh informasi. Tanpa disadari penggunaan gadget pada anak akan membuat kecanduan bagi anak⁽⁵⁾. Berdasarkan hasil observasi anak usia sekolah di wilayah kabupaten Maluku Tengah memiliki kebiasaan yang sama dengan anak-anak di wilayah ibu kota provinsi, di mana kebanyakan anak di fasilitasi oleh gadget oleh orangtua. Hal ini terjadi akibat pandemic covid-19 yang membuat semua aktivitas belajar banyak bersentuhan dengan media elektronik, sehingga dari fasilitas yang ada inilah muncul kebiasaan penggunaan gadget yang berlebihan, apalagi penggunaan yang tidak diawasi oleh orangtua. Sehingga dapat dilihat banyak anak mengalami gangguan pada mata, seperti mata merah, mata kering, mata lelah bahkan mata minus yang membutuhkan penggunaan kacamata. Hal inilah yang mendasari dilakukannya penelitian mengenai penggunaan gadget terhadap kesehatan mata anak usia sekolah.

TUJUAN PENELITIAN

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk melihat hubungan penggunaan gadget dengan kesehatan mata anak usia sekolah di SD Negeri 142 Maluku Tengah.

METODE

Jenis penelitian adalah *descriptive correlation* untuk melihat hubungan penggunaan gadget dengan kesehatan mata anak yang di lakukan pada SD Negeri 142 Maluku Tengah dengan sampel 37 responden. Teknik pengambilan sampel yang di gunakan adalah *total sampling*. Instrument yang digunakan adalah kuesioner yang pertanyaannya berisi tentang kebiasaan penggunaan gadget (instrument yang digunakan sebelumnya telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas).

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Februari 2022. Sebelum memulai penelitian, peneliti meminta responden untuk mengisi lembar *informed consent*, kemudian mengisi kuesioner data demografi dan kuesioner terkait penggunaan gadget. Data yang dikumpulkan dianalisis secara deskriptif menggunakan distribusi frekuensi (variable kategorik) dan frekuensi sentral (variable numerik), Analisis statistic bivariate yang

digunakan untuk melihat hubungan dari kedua variable adalah untuk *chi square* karena data berdistribusi normal.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian ini didapatkan sampel sebanyak 37 responden, kemudian karakteristik responden yakni usia, jenis kelamin dan kelas serta hubungan penggunaan gadget dengan kesehatan mata anak yang tergambar pada tabel 1, 2 dan 3 yakni sebagai berikut :

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian.

Karakteristik	Kategori	N	%
Kelompok Usia	8-9 tahun	11	29,7
	10-12 tahun	26	70,3
Jenis Kelamin	Laki-laki	21	56,8
	Perempuan	16	43,2
Kelas	4	12	32,5
	5	15	40,5
	6	10	27,0

Sumber: Data Primer

Tabel 1 menunjukkan rentang usia terbanyak ada pada usia 10-12 tahun sebesar 70,3%, responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 21 orang (56,8%) dan paling banyak menempati kelas 5 SD.

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Penggunaan Gadget

Penggunaan Gadget	N	%
Tidak beresiko	23	62,2
Beresiko	14	37,8

Sumber : Data Sekunder

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebesar 62,2% anak tidak memiliki kebiasaan penggunaan gadget yang beresiko.

Tabel 3 Distribusi Responden Berdasarkan Kesehatan Mata

Kesehatan Mata	N	%
Tidak Terganggu	17	45,9
Terganggu	20	54,1

Sumber : Data Sekunder

Tabel 3 menunjukkan terdapat 54,1% responden memiliki gangguan pada mata dan 45,9% tidak memiliki gangguan pada kesehatan mata mereka.

Tabel 4. Hubungan Penggunaan Gadget Dengan Kesehatan Mata Anak Usia Sekolah

Kesehatan Mata					
Penggunaan Gadget	Tidak Terganggu		Terganggu		p Value
	N	%	N	%	
Tidak Beresiko	15	65,2	8	34,8	0,003
Beresiko	2	14,3	12	85,7	

Sumber : Data Sekunder

Hasil uji bivariate pada tabel 4 menunjukkan bahwa penggunaan gadget dengan kesehatan mata anak usia sekolah, dengan *p value* 0,003 ($< 0,05$), artinya H_0 ditolak dan H_a diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan penggunaan gadget dengan kesehatan mata anak usia sekolah.

Pembahasan

Hasil pada penelitian menunjukkan sebesar 85,7% responden yang memiliki kebiasaan beresiko mengalami gangguan pada kesehatan matanya. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Permana dkk⁽⁸⁾ yang mengemukakan bahwa terdapat hubungan antara jarak pandang penggunaan gadget terhadap myopia. Jarak pandang penggunaan gadget yang dekat merupakan salah satu dari kebiasaan menggunakan gadget yang beresiko, sedangkan myopia adalah salah satu penyakit dari gangguan pada mata. Pendapat ini sejalan dengan Ernawati⁽⁹⁾ yang menjelaskan bahwa ada pengaruh anatar posisidan intensitas menggunakan gadget terhadap penurunan mata anak usia 6-12 tahun. Dalam Hindayana dkk⁽¹⁰⁾ juga menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara lama penggunaan gadget dengan ketajaman penglihatan anak kelas 5 dan 6 SD.

Penelitian ini juga memperlihatkan bahwa terdapat 34,8% yakni sebesar 8 responden yang tidak memiliki kebiasaan penggunaan gadget yang beresiko, namun mengalami masalah kesehatan. Hal ini dapat terjadi karena adanya factor genetic, virus, bakteri, reaksi alergi atau penggunaan obat-obatan tertentu dalam jangka waktu yang lama (misalnya obat malaria dan TB). Sehingga dari beberapa factor penyebab inilah masalah kesehatan mata itu dapat terjadi meskipun kebiasaan penggunaan gadgetnya tidak beresiko.

Kesenjangan lain yang tampak adalah sebesar 14,3% memiliki kebiasaan yang beresiko namun tidak mengalami gangguan kesehatan mata. Hal ini dapat terjadi karena meski memiliki kebiasaan menggunakan gadget yang tidak sehat, namun diimbangi dengan perilaku baik lainnya seperti rutin melakukan kesehatan mata dan menjaga hidup sehat dengan cara berolahraga serta mengkonsumsi makanan yang sehat seperti wortel, sayuran hijau, dan makanan yang mengandung imaga 3 asam lemak⁽¹¹⁾.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan penggunaan gadget dengan kesehatan mata anak usia sekolah di SD Negeri 142 Maluku Tengah, dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan gadget dengan kesehatan mata anak. Anjuran untuk orangtua dan guru untuk mengajarkan dan memperhatikan anak usia sekolah dalam hal waktu penggunaan gadget dengan baik, sehingga anak usia sekolah ini tidak beresiko terhadap gangguan kesehatan matanya kelak.

REFERENSI

1. Pertiwi MS, Sanubari TPE, Putra KP. Gambaran Perilaku Penggunaan Gawai Dan Kesehatan Mata Pada Anak Usia 10-12 Tahun. *J Keperawatan Muhammadiyah*. 2018;3(1):28–34.
2. Marpaung J. Pengaruh Penggunaan Gadget Dalam Kehidupan. *KOPASTA J Progr Stud Bimbingan Konseling*. 2018;5(2):55–64.
3. Qasim MSA, Ali Qasim MMA, Batool Qasim M, Khan RA, Anwar N, Akram S, et al. Effects of Electronic Devices on Vision in Students Age Group 18-25. *Ann Med Health Sci Res*. 2021;11(6).
4. Wandini R, Novikasari L, Kurnia M. Hubungan Penggunaan Gadget Terhadap Kesehatan Mata Anak Di Sekolah Dasar Al Azhar I Bandar Lampung. *Malahayati Nurs J*. 2020;2(4):810–9.
5. Kemenkes RI. Ayo Jaga Kesehatan Mata Kita [Internet]. Jakarta; 2022. Available from: https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/745/tim-promkes-rsst
6. Rahmawati S. Hubungan Penggunaan Gadget Dengan Kesehatan Mata Pada Anak Usia 6-18 Tahun. 2021;1–12.
7. Direktorat Sekolah Dasar. Strategi Menjaga Kesehatan Mata dari Layar Digital di Tengah Pandemi Covid-19 [Internet]. Jakarta; 2021. Available from: <https://ditpsd.kemdikbud.go.id/public/artikel/detail/strategi-menjaga-kesehatan-mata-dari-layar-digital-di-tengah-pandemi-covid-19>
8. Permana GAR, Sari KAK, Aryani P. Hubungan perilaku penggunaan gadget terhadap miopia pada anak sekolah dasar kelas 6 di Kota Denpasar. *Intisari Sains Medis*. 2020;11(2):763.
9. . WE. Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Penurunan Tajam Penglihatan Pada Anak Usia Sekolah (6-12 Tahun) Di Sd Muhammadiyah 2 Pontianak Selatan. *J ProNers* [Internet]. 2015;3(1). Available from: <http://jurnal.untan.ac.id/index.php/jmkeperawatanFK/article/view/10533>
10. Hidayani NP, Tat F, Djogo HMA. Hubungan Antara Lama Penggunaan , Jarak Pandang Dan Posisi Tubuh Saat Menggunakan Gagdet Dengan Ketajaman Penglihatan. *CHM-K Appl Sci J*. 2020;3(1):28.
11. Kemnkes RI. Tips Sederhana Untuk Kesehatan Mata [Internet]. 2014. Available from: <https://promkes.kemkes.go.id/?p=1602>