

Upaya untuk mengurangi kelelahan mata pada tenaga kerja yang menggunakan komputer di Rumah Sakit "X"

Irawaty Fauzia, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=79629&lokasi=lokal>

Abstrak

Ruang lingkup: Komputer telah diperkenalkan di tempat kerja sebagai alat komunikasi dan informasi sejak tahun 1960, dari tahun ketahun penggunaan komputer meningkat terus. Sejalan dengan itu timbul keluhan akibat pengaruh penggunaan komputer. Pengaruh yang langsung terhadap mata dikenal dengan kelelahan mata atau asthenopia. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui prevalensi kelelahan mata di RS "X" serta faktor-faktor penyebabnya dan prevalensi kelelahan mata setelah dilakukan intervensi.

Metode: Penelitian ini menggunakan uji klinik before and after dengan intervensi selama empat minggu pada sampel yang berjumlah 48 responden di RS "X". Intervensi pada penelitian ini adalah dengan pemberian eye break pada periode tertentu dan pemberian lampu baca dengan kuat penerangan 300 luks. Data penelitian didapat dari keluhan subyektif dan pengukuran amplitude akomodasi sebelum dan sesudah menggunakan komputer selama dua jam terus menerus.

Hasil penelitian: Didapatkan prevalensi kelelahan mata pada pekerja komputer sebesar 95.8%. Setelah dilakukan intervensi, prevalensi menjadi 31.25%. Sedangkan faktor yang mempengaruhi dalam penelitian ini adalah faktor penerangan yang kurang dari 300 luks pada meja baca dokumen, sedangkan faktor usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, jenis pekerjaan, lama bekerja dan faktor kesilauan tidak terbukti menjadi faktor risiko untuk terjadinya kelelahan mata. Perubahan yang terjadi setelah intervensi adalah bermakna ($p = 0.000$).

Kesimpulan: Hasil penelitian mendapatkan adanya perubahan yang bermakna kelelahan mata yang terjadi sebelum dan sesudah intervensi.

<hr>

Effect to Decrease Eye Fatigue on Workers Using Computers at "X" Hospital Scope: Computers at workplace as means of communication have been introduced since 1960. The use of computers has increased year by year. In accordance with this, complaints due to negative impact of using computers rise. Direct influence on eyes is eye fatigue or asthenopia. The goal of this study, is to find the prevalence of eye fatigue at "X" Hospital with its casual factors before and after intervention.

Methodology: This study used before and after trial test with intervention for four weeks on 48 respondents at "X" Hospital. The intervention in this study is by giving eye break at certain period and reading lamp with 300 lux illumination. The data were obtained from subjective complaints and measurements of accommodation amplitudes before and after using computers for two hours continuously.

Results: The prevalence of eye fatigue on computer workers is 95.38%. After intervention, the prevalence

becomes 31.25%. The factor influencing this study is lighting factor on reading-document table, which is less than 300 lux. Age, sex, education background, kinds of occupation, length of work, and illumination factors are not significant risk factors to eye fatigue. The changes after intervention are significant ($p=0.000$).

Conclusion: This study found significant changes between eye fatigue before and after intervention.