

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Internet pada era *society* 5.0 digunakan hampir pada semua aspek kehidupan. Sebagian besar kegiatan digunakan untuk penggunaan gadget secara daring. Gadget menurut KBBI merupakan peranti elektronik dengan fungsi praktis meliputi *smartphone*, laptop/ komputer dan *tablet*. Penggunaan gadget dapat meningkatkan kelelahan mata karena aktivitas di depan *smartphone* atau laptop (Tambun & Oktaviannoor, 2021). Selain untuk proses pembelajaran, mahasiswa menggunakan gadget untuk aktivitas lain seperti hiburan dan bersosial media melalui *Tik-tok*, *Facebook*, *Instagram*, *Twitter*. Saat ini gadget sangat membantu aktivitas manusia, namun monitor pada gadget mengeluarkan radiasi dan gelombang seperti sinar ultraviolet dan sinar X yang bila terpapar dalam jangka waktu yang lama akan mengakibatkan gangguan fisiologi pada mata (Arif & Alam, 2015). Indonesia merupakan negara dengan angka lonjakan keluhan mata yang signifikan selama pandemi COVID-19 (Janati et al., 2021).

Computer Vision Syndrome (CVS) bukan merupakan suatu sindrom yang mengancam nyawa, dirasa tidak parah dan tidak mengganggu bagi sebagian orang. Hal tersebut memicu ketidak perdulian dalam mencari informasi mengenai CVS dan memeriksakan kesehatannya sehingga sindrom ini tidak mendapatkan penanganan yang tepat (Permana et al., 2015). Literasi kesehatan atau *health literacy* seharusnya sudah dikenalkan sejak usia dini karena emosional masih rentan, kebanyakan dari mereka hanya mampu menerima informasi kesehatan secara utuh tanpa mencari tahu kebenaran dari informasi kesehatan.

Adanya hal tersebut literasi penting bagi anak usia dini termasuk mahasiswa (Emilia & Wahjuni, 2020). Mahasiswa merupakan masa transisi dari sekolah menengah atas ke perguruan tinggi, mahasiswa memiliki kebebasan yang cenderung lebih besar atas gaya hidup mereka sehingga diperlukannya *health literacy* untuk menjaga perilaku hidup. Oleh sebab itu, kurangnya literasi pada mahasiswa mengenai pencegahan CVS dalam penggunaan gadget pada jangka waktu lama akan menyebabkan peningkatan kejadian CVS. Namun hubungan *health literacy* dengan perilaku pencegahan *computer vision syndrome* dan kejadian *computer vision syndrome* belum dapat dijelaskan dan masih terbatas.

Riset *Global Digital Reports 2020*, Indonesia masuk ke dalam 10 besar negara paling lama mengakses internet setiap harinya. Pengguna gadget berusia 16-64 tahun di Indonesia rata-rata menghabiskan waktu 8 jam 36 menit per hari dalam menggunakan internet. Angka ini melampaui rata-rata waktu penggunaan internet berada di kisaran 6 jam 43 menit per harinya. Seorang individu yang bekerja di depan komputer selama lebih dari atau sama dengan 4 jam secara terus-menerus berisiko dua puluh enam kali lipat menderita CVS dibandingkan dengan bekerja di depan gadget selama kurang dari 4 jam secara terus-menerus (Muchtar & Sahara, 2016). Prevalensi CVS mencapai 64-90% pada pengguna VDT (*Video Display Terminal* atau perangkat elektronik dengan tampilan layar) dengan jumlah penderita di seluruh dunia diperkirakan sebesar 60 juta orang dan setiap tahun akan terus muncul 1 juta kasus baru (Amalia, 2018). Mayoritas menggunakan gadget untuk mengakses *e-mail*, *chatting*, *instant messaging*, *researching*, *shopping*, dan media sosial (Molinos, 2016). Prevalensi CVS pada mahasiswa FKM Universitas Airlangga sebesar 80,72% (Kurniawati, 2021).

Penelitian pada mahasiswa Keperawatan Universitas Syiah Kuala (Febrianti & Bahri, 2018) melaporkan gejala pada permukaan okuler adalah mata berair sebanyak 196 responden (47%). Gejala visual yang paling dominan adalah sensitif terhadap cahaya sebanyak 211 responden (50,6%). Gejala ekstraokuler paling dominan adalah nyeri punggung sebanyak 211 responden (50,6%). Peneliti melakukan wawancara pada tanggal 5 Mei 2022 kepada 20 mahasiswa (5 mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis (FEB), 5 mahasiswa Fakultas Hukum (FH), 5 mahasiswa Fakultas Kedokteran (FK) dan 5 mahasiswa Fakultas Keperawatan (FKP) Universitas Airlangga) didapatkan keluhan gejala CVS dari masing-masing fakultas adalah 20% mahasiswa FEB, 20% mahasiswa FH, 60% mahasiswa FK, dan gejala CVS yang paling tinggi 80% mahasiswa FKP). Hasil wawancara mahasiswa FKP belum mengetahui tentang faktor-faktor, gejala, dan kurangnya perilaku pencegahan CVS (mahasiswa menggunakan gadget > 4 jam). Oleh sebab itu, kurangnya literasi dan penggunaan gadget dengan durasi yang lama pada mahasiswa FKP menyebabkan kejadian CVS.

Individu mengalami gejala CVS seringkali tergantung pada tingkat kemampuan penglihatan dan jumlah waktu yang dihabiskan untuk melihat layar digital. Banyak gejala yang dialami pengguna hanya bersifat sementara dan akan menurun setelah menghentikan penggunaan komputer atau penggunaan perangkat digital. Namun, beberapa orang mengalami penurunan kemampuan visual yang berkelanjutan, seperti penglihatan jarak jauh yang kabur, bahkan setelah berhenti bekerja di depan komputer. Jika tidak ada yang dilakukan upaya untuk mengatasi faktor masalah, gejalanya akan terus berulang dan mungkin memburuk dengan

penggunaan layar digital di masa mendatang (American Optometric Association (AOA), 2021).

Faktor pendukung dalam perilaku yaitu *health literacy*. *Health literacy* dikaitkan dengan kejadian penyakit tidak menular, salah satunya yaitu penyakit *computer vision syndrome*. Pemahaman yang rendah tentang kesehatan disebabkan karena *health literacy* individu yang rendah dalam memahami, memanfaatkan dan menerapkan berbagai informasi yang ada untuk merawat kesehatannya (Kim et al, 2016 didalam (Hidayah, 2018). Akibat *health literacy* yang tidak memadai menyebabkan kesulitan dalam memahami informasi kesehatan, pengetahuan yang terbatas tentang penyakit dan kepatuhan pengobatan yang lebih rendah, yang berkontribusi pada kesehatan yang buruk, risiko kematian yang tinggi, penggunaan layanan kesehatan yang tidak memadai dan tidak efektif, dan kesenjangan kesehatan (Sørensen et al., 2012). Perilaku pencegahan diperlukan dalam menangani CVS seperti menjaga posisi mata dari komputer, mengatur posisi duduk, dan melakukan istirahat mata, serta sering mengedipkan mata agar mata tetap lembab (American Optometric Association (AOA), 2021).

Penelitian ini menggunakan teori *PRECEDE-PROCEED* model yang diadaptasi dari konsep Lawrence Green (1991). Model ini mengkaji masalah perilaku manusia dan faktor-faktor yang mempengaruhinya, serta cara menindaklanjutinya dengan berusaha mengubah, memelihara, atau meningkatkan perilaku tersebut kearah yang lebih positif. Kualitas hidup adalah sasaran utama yang ingin dicapai, derajat kesehatan adalah sesuatu yang ingin dicapai dalam bidang kesehatan. Perilaku terbentuk dari tiga faktor yaitu faktor predisposisi (*predisposing factors*), faktor pendukung (*enabling factors*), dan faktor pendorong

(*reinforcing factors*) (Nursalam, 2020). Faktor predisposisi yaitu usia, pengetahuan, kebiasaan, keyakinan, kepercayaan, norma dan tradisi. Faktor pendukung yaitu sarana prasarana, fasilitas penggunaan gadget dan *health literacy*. Ketiga adalah faktor pendorong yaitu keluarga, petugas kesehatan, teman sebaya, dan tokoh masyarakat. *Health literacy* mempunyai empat dimensi yaitu pencarian, pemahaman, penilaian dan penerapan informasi kesehatan yang dapat melindungi diri dari perilaku yang menyebabkan kejadian CVS. Perilaku pencegahan terbagi dalam tiga domain yaitu pengetahuan (*cognitive domain*), sikap (*affective domain*) dan tindakan (*psychomotor domain*) (Notoatmodjo, 2014). Perilaku pencegahan CVS seperti pengaturan penggunaan gadget dan postur tubuh saat di depan gadget. Gejala CVS meliputi gejala astenopia, okuler, visual dan ekstraokuler/muskuloskeletal. Berdasarkan uraian diatas, peneliti berpikir bahwa perlu diteliti hubungan *health literacy* dengan perilaku pencegahan *computer vision syndrome* dan kejadian *computer vision syndrome*.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan *health literacy* dengan perilaku pencegahan *computer vision syndrome* dan kejadian *computer vision syndrome* ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Menganalisis hubungan *health literacy* dengan perilaku pencegahan *computer vision syndrome* dan kejadian *computer vision syndrome*.

1.3.2 Tujuan khusus

Tujuan Khusus dalam penelitian ini adalah :

1. Menganalisis hubungan *health literacy* dengan perilaku pencegahan *computer vision syndrome*
2. Menganalisis hubungan perilaku pencegahan *computer vision syndrome* dengan kejadian *computer vision syndrome*

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Teoritis

Manfaat teoritis dalam penelitian ini adalah sebagai sumber baru dan informasi baru dalam bidang keperawatan khususnya ranah pendidikan mengenai hubungan *health literacy* dengan perilaku pencegahan *computer vision syndrome* dan kejadian *computer vision syndrome* dengan pendekatan teori *PRECEDE-PROCEED* oleh Lawrence Green.

1.4.2 Praktis

1. Bagi responden

Penelitian ini dapat meningkatkan wawasan mengenai hubungan *health literacy* dengan perilaku pencegahan *computer vision syndrome* dan kejadian *computer vision syndrome*.

2. Bagi Instansi/Fakultas

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan instansi terkait dalam upaya penanganan dan pengendalian *computer vision syndrome* (CVS).

3. Bagi Peneliti Lainnya

Penelitian ini dapat digunakan sebagai data dasar bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian mengenai hubungan *health literacy* dengan perilaku pencegahan *computer vision syndrome* dan kejadian *computer vision syndrome*.