

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sindroma Mata Kering (*Dry Eyes Syndrome*) adalah kekeringan mata yang berhubungan dengan gangguan keseimbangan lapisan air mata (*aqueous*, musin dan lemak), kelainan permukaan kelopak mata dan kelainan epitel pada kornea mata.¹ Pasien dengan mata kering paling sering mengeluhkan sensasi gatal atau berpasir. Gejala umum lainnya adalah sekresi lendir yang berlebihan, ketidakmampuan untuk mengeluarkan air mata, sensasi terbakar, fotosensitifitas, kemerahan, nyeri dan kesulitan dalam menggerakkan kelopak mata.¹ Terdapat sebuah penelitian yang dilakukan oleh Miki Uchina dkk di Jepang bahwa pasien dengan mata kering sebesar 10,1% dari 2640 subjek pria dan 21,5% dari 909 subjek wanita.² Pada sebuah penelitian yang dilakukan oleh Yousef Shanti dkk di Palestina, pasien dengan mata kering sebesar 64% dari 768 subjek dengan usia diantara 18-90 tahun.³ Di Indonesia sendiri, pada tahun 2001 tercatat pasien dengan sindroma mata kering dengan umur dibawah 21 tahun mencapai 27,5%; pada umur 21-29 tahun mencapai 19,2%; dan pada umur lebih dari 60 tahun mencapai 30,0% dari sejumlah 1.058 subjek.⁴

Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) merupakan regulasi yang ditetapkan oleh Kementerian Pendidikan dan Budaya (KEMENDIKBUD) selama pandemi COVID-19 masih berlangsung sampai dengan waktu yang belum ditentukan. Kebijakan tersebut bertujuan untuk mencegah penyebaran infeksi COVID-19 karena sesuai dengan

himbauan dari WHO (*World Health Organization*) bahwa semua masyarakat perlu berpartisipasi dalam pencegahan, dan juga untuk meminimalkan dampak dari COVID-19 itu sendiri. Maka, institusi pendidikan meniadakan adanya pembelajaran tatap muka melainkan pembelajaran jarak jauh.⁵ Akses terhadap internet, ponsel canggih, tablet dan gawai lainnya telah membuat hidup kita jauh lebih mudah dan praktis, apalagi dengan adanya sistem pemerintahan saat ini, yaitu pembelajaran jarak jauh sehingga membuat hal tersebut menjadi sarana pembelajaran yang lebih interaktif dan juga sederhana.

Era digitalisasi membuat hidup kita lebih mudah, tetapi terdapat juga kelemahan dikarenakan mata kita tidak diciptakan untuk menatap layar seharian penuh, walaupun pada sistem pembelajaran jarak jauh saat ini mengharuskan kita untuk menatap layar seharian penuh. Efek samping dari menatap layar seharian penuh yaitu seperti mata kering, lelah, pegal-pegal dan juga mata yang memerah. Hal tersebut dapat diakibatkan eksposur yang berlebih oleh layar digital tersebut seperti cahaya yang teralu terang/ gelap, mata yang teralu dekat dengan layar, ukuran font yang teralu kecil dan juga berkurangnya mata dalam berkedip. Gejala tersebut berhubungan dengan *Computer Vision Syndrome* (CVS) yang juga berhubungan dengan sindrom mata kering.⁶ Rekomendasi menurut *American Academy of Pediatrics* anak-anak di bawah 18 bulan disarankan untuk menghindari penggunaan media layar; untuk anak-anak dengan usia 2-5 tahun dibatasi penggunaan layar hingga 1 jam perhari; dan anak-anak dengan usia 6 tahun ke atas untuk diberikan batasan yang konsisten pada waktu yang dihabiskan untuk penggunaan media.⁷

1.2 Rumusan Masalah

Sindrom mata kering merupakan salah satu kondisi yang sangat sering terjadi pada pemakaian layar digital dengan durasi yang lama. Sampai saat ini belum ada penelitian yang meneliti secara langsung hubungan Pembelajaran Jarak Jauh dengan sindroma mata kering, sehingga masih minim ilmu masyarakat mengenai faktor-faktor terjadinya mata kering dengan layar digital. Pada umumnya orang yang terpapar layar digital secara terus-terusan akan memiliki efek samping berupa penglihatan kabur, mata terasa lebih kering dan perih dan juga mata akan terasa pegal dan lelah.⁸

Pada tahun 2018 terdapat penelitian yang dilakukan oleh Akkaya dkk mengenai efek penggunaan komputer jangka panjang pada mata kering. Penelitian tersebut menggunakan kuesioner *Ocular Surface Disease Index (OSDI)* dan hasil pada penelitian tersebut mengatakan tidak ada perbedaan yang signifikan secara statistik antara kelompok studi dalam skor OSDI dalam penelitian tersebut.⁹ Sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh Aurora Gajta dkk pada tahun 2015 yang juga menggunakan kuesioner OSDI dengan judul gejala mata kering pada pengguna komputer mengatakan bahwa hasil dari penelitian tersebut ada hubungannya bekerja di depan komputer dengan stabilitas dan kualitas pada air mata yang dapat menyebabkan sindrom mata kering.¹⁰ Dikarenakan masih terdapat perbedaan pada kedua penelitian diatas, maka saya ingin melakukan penelitian yang serupa untuk melihat apakah terdapat hubungan yang signifikan antara eksposur terhadap layar digital selama Pembelajaran Jarak Jauh dengan Sindroma Mata Kering.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1.3.1. Apakah pembelajaran jarak jauh selama satu bulan dapat menyebabkan sindroma mata kering pada mahasiswa FK UPH angkatan 2018?

1.3.2. Bagaimana prevalensi sindroma mata kering pada mahasiswa FK UPH angkatan 2018?

1.3.3. Seberapa besarkah dampak dari pembelajaran jarak jauh terhadap kejadian sindroma mata kering pada mahasiswa FK UPH Angkatan 2018?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui apakah ada hubungannya sindrom mata kering dengan pembelajaran jarak jauh pada mahasiwa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan selama pandemi COVID-19 sedang berlangsung, untuk mengetahui seberapa parah dampak yang diakibatkan oleh pembelajaran jarak jauh terhadap sindroma mata kering pada mahasiswa FK UPH, prevalansi sindroma mata kering pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.4.2 Tujuan Khusus

1.4.2.1. Untuk mengetahui apakah terdapat kejadian sindroma mata kering pada Mahasiswa FK UPH selama satu bulan pembelajaran jarak jauh

1.4.2.2. Untuk mengetahui seberapa besar dampak pembelajaran jarak jauh dapat berpengaruh terhadap sindroma mata kering

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Akademik

1.5.1.1. Menambah jumlah publikasi dari Universitas

1.5.1.2. Meningkatkan minat mahasiswa untuk melakukan penelitian

1.5.2 Manfaat Praktis

1.5.2.1. Menyebarluaskan informasi mengenai dampak era digitalisasi terhadap mata.

1.5.2.2. Sebagai sumber referensi bagi para peneliti lainnya.