

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

American Optometric Association (AOA) mendefinisikan *Computer Vision Syndrome (CVS)* sebagai ketegangan atau ketidaknyamanan pada mata dan penglihatan yang diakibatkan oleh penggunaan *Visual Display Terminal (VDT)*, yaitu monitor komputer, telepon genggam, tablet, laptop, dan lain-lainnya, dalam jangka waktu yang lama. Keluhan yang muncul berupa nyeri kepala, mata tegang, buram, mata kering, mata iritasi, lelah, sensitif terhadap cahaya, penglihatan ganda dan nyeri yang dapat dirasakan pada daerah leher, bagian belakang leher, dan pundak.¹

Prevalensi CVS mencapai 64-90% pada pengguna VDT, di mana diperkirakan ada peningkatan 1 juta kasus baru setiap tahunnya di seluruh dunia. Selain dari itu, penelitian yang dilakukan pada mahasiswa Universitas Trisakti pada tahun 2018 menyatakan prevalensi CVS pada mahasiswa kedokteran sebesar 78.6%.²

AOA mengatakan bahwa kelompok yang paling berisiko terkena CVS adalah orang-orang yang menghabiskan 2 jam atau lebih secara terus-menerus depan layar atau dalam penggunaan perangkat digital sehari-hari.¹

Penggunaan internet oleh masyarakat secara global sekarang menjadi suatu kebutuhan utama, terlebih lagi pada era globalisasi sekarang ini yang telah ditandai dengan perkembangan teknologi yang pesat. Berdasarkan Kementerian Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia

(KOMINFO), data dari hasil survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) menunjukkan bahwa terdapat sekitar 215 juta pengguna internet di Indonesia pada tahun 2022 sampai 2023.³ Lebih lanjut, pada laporan analisis oleh *We Are Social* pada Januari 2023 menyatakan bahwa rata-rata orang Indonesia menggunakan internet selama 7 jam 42 menit setiap harinya di semua perangkat. Dari jumlah tersebut, waktu yang dihabiskan menggunakan internet di komputer adalah 2 jam 49 menit.⁴

Penelitian dari Udiantari dkk, 2018 mengatakan bahwa penggunaan media elektronik terlalu lama dapat berdampak pada kesehatan mata karena media elektronik memancarkan gelombang magnetik dan cahaya biru yang kemudian akan menimbulkan kelelahan pada mata.⁵

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang meneliti mengenai hubungan durasi penggunaan komputer dengan kejadian CVS, didapati bahwa terdapat hubungan yang bermakna. Namun, penelitian tersebut dilakukan saat masa pandemi, dimana mahasiswa diwajibkan untuk melakukan proses pembelajaran daring sehingga menggunakan komputer dari pagi sampai selesainya jadwal kuliah. Berdasarkan keterbatasan dari penelitian tersebut, dicantumkan saran untuk penelitian selanjutnya agar melakukan penelitian ini kembali setelah pandemi berakhir. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk meneliti hubungan antara durasi penggunaan komputer dengan kejadian CVS pasca pandemi COVID-19 dan mahasiswa tetap banyak menggunakan komputer untuk kebutuhan perkuliahan.

1.2 Rumusan Masalah

Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan (FK UPH) menggunakan aplikasi atau situs web daring untuk mengakses materi kuliah, tugas, dan keperluan pembelajaran lainnya. Dengan itu, banyak aktivitas diperlukan untuk dilakukan depan layar sehingga juga meningkatkan durasi mahasiswa menatap layar gadget yang merupakan salah satu faktor utama penyebab CVS. Tetapi, masih sedikit penelitian saat ini yang berdiskusi lebih mengenai durasi penggunaan komputer pada mahasiswa FK UPH dengan kejadian CVS yang terjadi. Terutama dimana mahasiswa menghabiskan banyak waktu dalam aktivitas keseharian untuk berhadapan dengan layar komputer, diluar juga dari jam kuliah. Sehingga, dilakukan penelitian ini untuk mengetahui apabila ada hubungan antara durasi penggunaan komputer dengan kejadian CVS, tidak terkait dengan kewajiban penggunaan komputer durasi panjang pada masa pandemi dan perkuliahan daring.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Apakah terdapat hubungan antara durasi penggunaan komputer terhadap kejadian *Computer Vision Syndrome* (CVS) mahasiswa FK UPH.

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apabila terdapat hubungan antara durasi penggunaan komputer terhadap kejadian *Computer Vision Syndrome* (CVS) mahasiswa FK UPH.

1.4.2 Tujuan Khusus

Terdapat beberapa tujuan khusus pada penelitian ini, yaitu:

1. Mengetahui durasi penggunaan komputer mahasiswa FK UPH.
2. Mengetahui jumlah kejadian *Computer Vision Syndrome* (CVS) pada mahasiswa FK UPH.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Akademik

1. Menjadi referensi untuk penelitian berikutnya terkait durasi penggunaan komputer dan *Computer Vision Syndrome* (CVS) dengan mengetahui rata-rata durasi penggunaan komputer serta angka kejadian yang terjadi pada mahasiswa FK UPH.
2. Meningkatkan pengetahuan pembaca dengan mengetahui akan batas durasi penggunaan komputer yang aman untuk mata dan mengurangi resiko tinggi kejadian CVS, serta gejala-gejala awal CVS seperti gejala mata berair, gatal, dll.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Memberikan informasi mengenai faktor yang memengaruhi terjadinya *Computer Vision Syndrome* (CVS).
2. Memberikan informasi mengenai durasi penggunaan komputer yang mengakibatkan munculnya kejadian *Computer Vision Syndrome* (CVS).

