



LAPORAN BIMBINGAN TA/SKRIPSI

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

Jl. Diponegoro No 186 Gedanganak - Ungaran Timur, Kab. Semarang - Jawa Tengah
Email: ngudiwaluyo@unw.ac.id, Telp: Telp. (024) 6925408 & Fax. (024) -6925408

Nomor Induk Mahasiswa : 051191045

Nama Mahasiswa : **Novia Isnayanti**

Ketua Program Studi : **Richa Yuswantina, S.Farm,Apt, M.Si**

Dosen Pembimbing (1) : **Niken Dyahariesti, S.Farm,Apt, M.Si**

Dosen Pembimbing (2) : **Niken Dyahariesti, S.Farm,Apt, M.Si**

Judul Ta/Skripsi : **"ANALISIS PENGETAHUAN DAN PERILAKU SISWA SMAN 2 UNGARAN TERKAIT COMPUTER VISION SYNDROME (CVS) SERTA PENGGUNAAN DAN PENYIMPANAN OBAT TETES MATA SEBAGAI PENANGANNANYA"**

Abstrak : Total kasus positif penyebaran COVID-19 di Indonesia terus mengalami kenaikan. Pada Surat Edaran Menteri Sosial Republik Indonesia No 2 Tahun 2020, pemerintah memberikan regulasi terkait Aparatur Sipil Negara (ASN) untuk bekerja dari rumah. Selain pekerja, siswa atau mahasiswa pun diwajibkan melaksanakan aktivitas pembelajaran di rumah yang diatur dalam Surat Edaran Direktur Jenderal Pendidikan Tinggi Nomor 1 tahun 2020. Berdasarkan survei dari Property Consumer Good Industry at MarkPlus, terhadap 124 responden dengan 58,1% berasal dari Jabodetabek, sebanyak 31,4% masyarakat mengalami kenaikan penggunaan panggilan video (videocall) selama masa pandemi. Video conference daring naik 33,5%, sama halnya online video atau movie streaming mengalami kenaikan dari 76,6% menjadi 85,5% (Salsabila, 2020). Kondisi seperti ini dapat menimbulkan masalah pada mata yang meningkatkan risiko mengalami Computer Visual Syndrome (CVS).

Perkembangan teknologi khususnya tehknologi informasi semakin maju lebih dari 20 tahun, tidak heran jika dikatakan bahwa komputer merupakan salah satu penemuan teknologi terpenting. Pemakaian komputer saat ini sudah semakin luas. Hampir setiap kegiatan manusia tidak terlepas dari pemakaian komputer. Manusia seolah-olah sudah sangat tergantung pada kemampuan komputer yang memang diciptakan untuk membantu aktivitas manusia. Meskipun sudah banyak manfaat yang dapat diperoleh dari pemakaian komputer, namun belum banyak yang menyadari bahwa pemakaian komputer juga dapat menimbulkan masalah tersendiri, terutama bila mengerjakan tugas, main game, movie streaming atau bekerja dengan komputer dalam waktu yang lama dan terus-menerus.

Mengkaji dari energi radiasi, dalam hal ini radiasi komputer, sebenarnya tidak menimbulkan efek berbahaya bagi manusia secara langsung. Namun yang harus diperhatikan ialah durasi paparan radiasi terhadap tubuh, khususnya mata. Intensitas yang rendah tetapi dalam waktu lama bisa menimbulkan gangguan fisiologis. Kumpulan gangguan fisik yang menyerang pengguna komputer disebut dengan Computer Vision Syndrome (CVS). Sekitar 88 - 90 % pengguna komputer mengalami CVS. Sindrom ini disebabkan oleh berkurangnya aliran air mata ke mata atau

disebabkan oleh terlalu besarnya refleksi maupun imbas silau dari komputer. Ketika menatap komputer, maka kedipan mata berkurang sebesar 2/3 kali dibandingkan kondisi normal, yang mengakibatkan mata menjadi kering, teriritasi, tegang dan lelah. Pencahayaan dari komputer yang tidak tepat juga akan mengakibatkan ketegangan dan kelelahan pada mata. Kejadian CVS juga dinyatakan mengalami peningkatan dari tahun ke tahun.

Komputer adalah suatu alat elektronik yang mampu melakukan tugas menerima input dan menyediakan output berupa hasil komputasi yang akan dikonversi menjadi data visual yang dapat dilihat dengan menggunakan monitor atau Video Display Terminal (Humaidi dan Alam, 2005). Komputer sudah menjadi bagian yang tidak dapat terpisahkan dan kehidupan bagi warga modern, penggunaan komputer selama berjam-jam tidak lagi terbatas pada manusia. Penggunaan komputer dapat menimbulkan sejumlah masalah penglihatan dan mata yang disebut Computer Vision Syndrome (CVS) (Barthakur, 2013).

American Optometric Association menyebutkan, CVS adalah gangguan penglihatan akibat penggunaan komputer dengan durasi yang lama. Gangguan penglihatan ini disebabkan oleh cahaya terang atau sinar biru dari layar komputer yang masuk ke mata karena harus terus menerus memfokuskan penglihatan saat sedang membaca atau melihat sesuatu di monitor. Keluhan yang dialami penderita CVS antara lain ketegangan pada mata, sakit kepala, penglihatan kabur, mata kering, serta nyeri leher dan bahu (AOA, 2020).

Menurut Occupational safety and health administration (OHSA) computer vision syndrome (CVS) adalah sebagai keluhan mata dan penglihatan kompleks yang dialami ketika menggunakan komputer. Menurut Asosiasi Optometrik Amerika, CVS merupakan masalah mata majemuk yang berkaitan dengan pekerjaan jarak dekat yang dialami seseorang ketika menggunakan komputer.

Computer Vision Syndrome sebenarnya bukan merupakan suatu sindrom yang mengancam nyawa. Manifestasi klinis dari sindrom ini mungkin dirasa tidak parah dan tidak mengganggu bagi sebagian orang. Hal tersebut memicu ketidakpedulian masyarakat dalam memeriksakan kesehatannya sehingga sindrom ini tidak mendapatkan penanganan yang tepat. Akibat yang selanjutnya terjadi jika sindrom ini tidak diatasi adalah hambatan dalam aktivitas sehari-hari, penurunan produktivitas belajar seseorang, peningkatan tingkat kesalahan dalam belajar, dan penurunan kepuasan belajar atau bekerja. Dampak-dampak tersebut tentunya merugikan karena dapat menurunkan kualitas hidup seseorang. Cara menangani CVS dapat dilakukan dengan intervensi non-farmakologis atau farmakologis. Intervensi non-farmakologis atau dapat disebut dengan intervensi kebiasaan sehari-hari dengan tidak menggunakan obat-obatan. Beberapa kebiasaan yang harus dilakukan untuk mengatasi sindrom ini adalah menjaga posisi mata 20 - 28 inci dari komputer, mengurangi cahaya yang berasal dari komputer menggunakan teknologi layar antiglare, mengatur posisi duduk dan mengetik yang tepat, melakukan istirahat mata selama 15-20 menit setelah menatap layar selama 2 jam, serta sering mengedipkan mata agar mata tetap lembab (AOA, 2020). Sedangkan, intervensi farmakologis dapat dilakukan dengan pemberian obat-obatan untuk mengurangi gejala yang muncul. Sebagian studi terkait pengobatan CVS telah dilakukan dan didapatkan beberapa pilihan terapi, yaitu air mata

buatan (artificial tears), obat tetes mata herbal, obat golongan analgesik, dan steroid (Akinbinu dan Mashalla, 2014).

Terdapat dua jenis obat tetes mata dalam penggunaannya yaitu obat tetes mata single dose dan multiple dose yang perlu diketahui karakternya masing-masing. Tetapi, penggunaan dan penyimpanan produk obat tetes mata masih belum diketahui oleh masyarakat dan siswa (Julianto et al., 2015). Minimnya kesadaran akan pentingnya cara penggunaan dan penyimpanan obat tetes mata akan mengakibatkan kerusakan yang lebih buruk (Laila et al., 2019). Penelitian mengenai CVS di Indonesia belum banyak dilakukan oleh karena itu peneliti ingin melakukan penelitian kepada siswa yang bersekolah di SMAN 2 Ungaran untuk mengetahui perilaku, pengetahuan terkait CVS dan penggunaan serta penyimpanan obat tetes mata.

Tanggal Pengajuan : **08/10/2022 15:18:02**

Tanggal Acc Judul : 25/10/2022 10:17:07

Tanggal Selesai Proposal : 30/12/2022 20:14:33

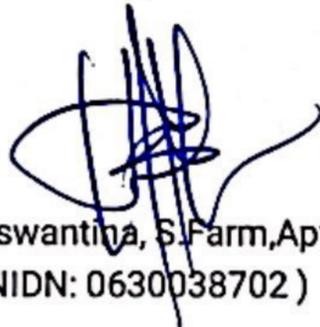
Tanggal Selesai TA/Skripsi : 01/02/2023 09:25:50

No	Hari/Tgl	Keterangan	Dosen/Mhs
BIMBINGAN PROPOSAL			
1	Senin,05/12/2022 10:04:24	Assalamualaikum wr.wb selamat pagi ibu sebelumnya mohon maaf mengganggu waktunya. Saya Novia Isnayanti (051191045) bimbingan skripsi ibu, ingin mengonsultasikan bab 1-3 bu. Mohon arahan dan bimbingannya bu	Novia Isnayanti
2	Selasa,06/12/2022 11:33:31	Assalamualaikum wr.wb selamat pagi ibu sebelumnya mohon maaf mengganggu waktunya. Saya Novia Isnayanti (051191045) bimbingan skripsi ibu, ingin mengonsultasikan bab 1-3 yang sudah direvisi minggu kemarin. Mohon arahan dan bimbingannya bu	Novia Isnayanti
3	Selasa,06/12/2022 11:39:11	perbaiki kerangka konsep, kisi-kisi kuesioner dan analisa data dilengkapi	Niken Dyahariesti, S.Farm,Apt, M.Si

4	Selasa,13/12/2022 16:30:46	Assalamualaikum wr.wb selamat sore ibu sebelumnya mohon maaf mengganggu waktunya. Saya Novia Isnayanti (051191045) bimbingan skripsi ibu, ingin mengonsultasikan bab 1-3 yang sudah direvisi minggu kemarin. Mohon arahan dan bimbingannya bu	Novia Isnayanti
5	Rabu,21/12/2022 21:32:34	diperbaiki queionernya dan kisi-kisi nya	Niken Dyahariesti, S.Farm,Apt, M.Si
6	Jumat,23/12/2022 14:44:50	Assalamualaikum wr.wb selamat siang ibu sebelumnya mohon maaf mengganggu waktunya. Saya Novia Isnayanti (051191045) bimbingan skripsi ibu, ingin mengonsultasikan bab 1-3 yang sudah direvisi minggu kemarin. Mohon arahan dan bimbingannya bu	Novia Isnayanti
7	Minggu,25/12/2022 20:26:25	silahkan diurus ethical clearensnya	Niken Dyahariesti, S.Farm,Apt, M.Si
8	Kamis,29/12/2022 12:32:42	Proposal di Acc dospem	Novia Isnayanti
BIMBINGAN TA/SKRIPSI			
9	Jumat,27/01/2023 01:31:09	Assalamualaikum wr.wb selamat pagi ibu sebelumnya mohon maaf mengganggu waktunya. Saya Novia Isnayanti (051191045) bimbingan skripsi ibu, ingin mengonsultasikan bab 4-5 bu. Mohon maaf ibu untuk kekurangan-kekurangannya saya segera lengkapi bu	Novia Isnayanti
10	Sabtu,28/01/2023 15:36:45	banyak lampiran yang kosong, dan jelaskan mengapa hubungannya CVS dan tetes mata	Niken Dyahariesti, S.Farm,Apt, M.Si
11	Minggu,29/01/2023 03:37:49	Assalamualaikum wr.wb selamat pagi ibu sebelumnya mohon maaf mengganggu waktunya. Saya Novia Isnayanti (051191045) ingin mengonsultasikan revisi kemarin bu. Mohon arahan dan bimbingannya bu	Novia Isnayanti

12	Senin,30/01/2023 09:04:06	silahkan dilengkapi abstrak dan lampirannya	Niken Dyahariesti, S.Farm,Apt, M.Si
13	Selasa,31/01/2023 21:33:50	Assalamualaikum wr.wb selamat malam ibu sebelumnya mohon maaf mengganggu waktunya. Saya Novia Isnayanti (051191045) ingin mengonsultasikan Abstrak bu. Mohon maaf bu untuk surat lampirannya masih menunggu pihak sekolah. Mohon arahan dan bimbingannya bu	Novia Isnayanti
14	Rabu,01/02/2023 09:25:41	kata kunci abstrak max 5 , silahkan buat lembar persetujuan	Niken Dyahariesti, S.Farm,Apt, M.Si

Mengetahui,
Ketua Program Studi



Richa Yuswantina, S.Farm,Apt, M.Si
(NIDN: 0630038702)

Semarang , 02 Pebruari 2023



Novia Isnayanti
(NIM: 051191045)

Dosen Pembimbing (1)



Niken Dyahariesti, S.Farm,Apt, M.Si
(NIDN: 0609118702)

Dosen Pembimbing (2)



Niken Dyahariesti, S.Farm,Apt, M.Si
(NIDN: 0609118702)