



UNIVERSITAS ANDALAS

FAKTOR RISIKO KELUHAN **DIGITAL EYE STRAIN (DES)**

PADA TENAGA PENDIDIK SMA NEGERI 1

KOTA SUNGAI PUENUH TAHUN 2022

Oleh :

SUCI DWI SETIAWATI

No. BP. 1811211025

Pembimbing I : Novia Wirna Putri, SKM., MPH

Pembimbing II : Luthfil Hadi Anshari, SKM., M.Sc

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2022

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

Skripsi, Juli 2022

SUCI DWI SETIAWATI, No. BP. 1811211025

FAKTOR RISIKO KELUHAN DIGITAL EYE STRAIN (DES) PADA TENAGA PENDIDIK SMA NEGERI 1 KOTA SUNGAI PENUH TAHUN 2022

xi + 71 halaman, 12 tabel, 2 gambar, 8 lampiran

ABSTRAK

Tujuan

Digital Eye Strain merupakan kombinasi masalah mata yang disebabkan oleh penggunaan jangka panjang komputer, tablet, *e-reader*, dan *smartphone*. Berdasarkan studi pendahuluan, 7 dari 10 tenaga pendidik di SMA Negeri 1 Sungai Penuh mengalami gejala DES (kelelahan mata, sensitif terhadap cahaya serta mata kering). Rata-rata tenaga pendidik menghabiskan waktu >3 jam di depan perangkat digital tanpa melakukan istirahat mata. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan signifikan antara faktor risiko keluhan DES pada tenaga pendidik SMAN 1 Sungai Penuh.

Metode

Desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari sampai Juli 2022 dengan jumlah sampel sebanyak 52 responden. Metode pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan *T-test*.

Hasil

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai rata-rata keluhan DES pada tenaga pendidik SMA Negeri 1 Sungai Penuh yaitu sebesar 21,64. Hasil uji statistik menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara usia dan keluhan DES ($p=0,287$) serta terdapat perbedaan yang signifikan antara durasi penggunaan perangkat digital ($p=0,005$) dan istirahat mata ($p=0,000$) dengan keluhan DES.

Kesimpulan

Adanya perbedaan signifikan antara durasi penggunaan perangkat digital dan istirahat mata dengan keluhan DES. Tenaga pendidik disarankan melakukan istirahat mata dengan *rules 20-20-20* serta menggunakan *bluelight filter* pada perangkat digital.

Daftar Pustaka : 61 (1991-2022)

Kata Kunci : DES, perangkat digital, tenaga pendidik

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH
ANDALAS UNIVERSITY**

Undergraduate Thesis, July 2022

SUCI DWI SETIAWATI, No. BP. 1811211025

RISK FACTORS OF DIGITAL EYE STRAIN (DES) ON THE TEACHERS OF SMA NEGERI 1 KOTA SUNGAI PENUH 2022

xi + 71 pages, 12 tables, 2 pictures, 8 appendices

ABSTRACT

Objectives

Digital Eye Strain is a combination of eye problems caused by long-term use of computers, tablets , *e-readers*, and *smartphone*. Based on preliminary studies, at SMA Negeri 1 Sungai Penuh 7 of 10 teachers experience DES symptoms (such as eye fatigue, sensitivity to light and dry eyes). Educators spend >3 hours in front of digital devices without taking eye breaks. This study aims to determine significant differences of DES complaints between risk factors for DES complaints in educators at SMAN 1 Sungai Penuh.

Method

The research design is quantitative with a *cross-sectional*. This research was conducted from January to July 2022 with a total sample of 52 respondents. The method is taking the sample using *simple random sampling*. Data analysis was carried out univariate and bivariate using T-test.

Result

The results of this study indicate that the average value of DES complaints on educators at SMA Negeri 1 Sungai Penuh is 21,64. The statistical test results showed that there was no significant difference between age and DES complaints ($p=0.287$) and there was a significant difference between the duration of using digital devices ($p=0.005$) and eye rest ($p=0.005$, $p=0.000$) with DES complaints.

Conclusion

There is a significant difference between the duration of the use of digital devices and eye rest with DES complaints. Educators are advised to take eye breaks with the 20-20-20 rules and use bluelight filters on digital devices.

References : 61 (1991-2022)

Keywords : DES, *digital devices*, *educators*