



UNIVERSITAS ANDALAS

**DETERMINAN PERILAKU PENGGUNAAN PERANGKAT DIGITAL DENGAN
KELUHAN KETEGANGAN MATA DIGITAL PADA PENGAJAR SMA NEGERI 1
KOTA LHOKEUMAWE PADA TAHUN 2024.**



OLEH:

ATHIQA FAZILLA

NIM: 1911211018

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2025



UNIVERSITAS ANDALAS

**DETERMINAN PERILAKU PENGGUNAAN PERANGKAT DIGITAL DENGAN
KELUHAN KETEGANGAN MATA DIGITAL PADA PENGAJAR SMA NEGERI 1
KOTA LHOKSEUMAWE PADA TAHUN 2024**

OLEH;

ATHIQA FAZILLA

No. BP. 1911211018

**Diajukan Sebagai Pemenuhan Syarat Untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat**

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2025

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

Skripsi, Januari 2025

ATHIQA FAZILLA, No. BP.1911211018

**DETERMINAN PERILAKU PENGGUNAAN PERANGKAT DIGITAL DENGAN
KELUHAN KETEGANGAN MATA DIGITAL PADA PENGAJAR SMA NEGERI 1
KOTA LHOKSEUMAWE PADA TAHUN 2024**

xiv + 83 halaman, 21 tabel, 4 gambar, 8 lampiran

ABSTRAK

Tujuan

Penggunaan perangkat digital telah menjadi kebutuhan utama, namun penggunaan yang berlebihan dapat menyebabkan Ketegangan Mata Digital (DES), dengan gejala seperti mata kering dan sakit kepala.

Metode

Penelitian ini menganalisis hubungan perilaku penggunaan perangkat digital dengan keluhan DES pada pengajar SMA Negeri 1 Kota Lhokseumawe. Menggunakan desain kuantitatif cross-sectional, sampel terdiri dari 50 pengajar yang dipilih melalui total sampling. Data dikumpulkan dengan kuesioner yang diuji validitas dan reliabilitasnya, lalu dianalisis menggunakan uji chi-square.

Hasil

56,9% pengajar mengalami DES. Durasi penggunaan perangkat >4 jam, kurangnya istirahat mata, dan tidak memakai kacamata rabun serta anti radiasi berhubungan signifikan, sedangkan variabel usia, jenis kelamin, dan masa kerja tidak berhubungan.

Kesimpulan

Durasi penggunaan perangkat digital yang tinggi dan kurangnya istirahat mata adalah faktor utama keluhan DES. Edukasi mengenai pengelolaan penggunaan perangkat digital diperlukan.

Daftar Pustaka : 73 (2005–2024)

Kata Kunci : Ketegangan Mata Digital, Perangkat Digital, Durasi Penggunaan, Istirahat Mata, Kacamata Rabun, kacamata Anti Radiasi, Masa Kerja, Pengajar.

FACULTY OF PUBLIC HEALTH

UNIVERSITAS ANDALAS

Undergraduate thesis, January 2025

ATHIQA FAZILLA, No. BP. 1911211018

DETERMINANTS OF DIGITAL DEVICE USAGE BEHAVIOR AND DIGITAL EYE STRAIN COMPLAINTS AMONG TEACHERS AT SMA NEGERI 1 KOTA LHOKSEUMAWE IN 2024

xiv + 83 pages, 21 tables, 4 figures, 8 appendices

ABSTRACT

Objective

This study aimed to explore the impact of excessive digital device use on Digital Eye Strain (DES), with symptoms like dry eyes and headaches.

Method

A cross-sectional quantitative design was employed, involving 50 teachers from SMA Negeri 1 Kota Lhokseumawe, selected via total sampling. Data were gathered using a validated questionnaire and analyzed using chi-square tests.

Result

Showed that 56.9% of teachers suffered from DES. Significant factors included device use >4 hours, lack of eye rest, and not using corrective or anti-radiation glasses. Age, gender, and work duration were not significant.

Conclusion

High digital device usage and insufficient eye rest are the main factors contributing to DES complaints. Education on managing digital device usage is essential.

References : 73 (2005–2024)

Keywords : Digital Eye Strain, Digital Devices, Usage Duration, Eye Rest, Prescription Glasses, Anti-Radiation Glasses, Work Duration, Teachers.