Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Kelelahan Mata Pada Pengguna Komputer Di PT Baruna Raya Logistics Jakarta Tahun 2016

Siti Mulyanah

Deskripsi Lengkap: http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=74300&lokasi=lokal

---

Abstrak

Penggunaan komputer secara berlebihan akan meningkatkan risiko gangguan kesehatan kerja. Salah satunya adalah gangguan kesehatan mata. Gangguan kesehatan pada mata terjadi akibat mata mengalami kelelahan. Kelelahan mata muncul karena otot-otot mata dipaksa bekerja keras terutama dalam melihat objek dekat dengan jangka waktu lama seperti pengguna komputer. Selain itu juga gelombang elektromagnetik yang dihasilkan layar komputer menyebabkna radiasi dan bisa menggangu kesehatan mata yang menimbulkan kelelahan mata. Oleh karena itu, permasalahan yang akan dikaji dalam penelitian ini adalah faktor-faktor yang berhubungan dengan keluhan kelelahan mata pada pengguna komputer.

Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan desain studi Cross-Sectional. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan total sampling dengan jumlah sampel 60 pekerja. Penelitian ini dilakukan di PT. Baruna Raya Logistics Jakarta jl. Melati No. 37 Jakarta Utara. Pengumpulan data dilakukan pada bulan Oktober 2016. Data penelitian didapat dengan menggunakan angket yang diisi sendiri oleh masing-masing pekerja untuk mengetahui keluhan kelelahan mata secara subjektif dan karakteristik pekerja. Sedangkan pengukuran tingkat pencahayaan dan jarak monitor diukur menggunakan lux meter dan penggaris.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar pekerja pengguna komputer mengalami kelelahan mata sebanyak 63,3%. Keluhan yang paling banyak adalah mata berair (56%). Bedasarkan hasil uji statistik diketahui bahwa variabel yang berhungan dengan keluhan kelelahan mata adalah variabel istirahat mata (P value 0,000), kelainan refraksi mata (P value 0,004), tingkat pencahayaan (P value 0,003), jarak monitor (P value 0,009), dan durasi penggunaan komputer (P value 0,011). Sedangkan usia tidak berhubungan dengan keluhan kelelahan mata.

Untuk mengurangi kelelahan mata pada pekerja, saran yang diajukan untuk pekerja adalah memasukkan program program untuk mengingatkan istirahat mata pada komputer, melakukan pemeriksaan mata secara berkala, meningkatkan kualitas pencahayaan sesuai standar yang dianjurkan, menata kembali ruangan, melakukan perawatan lampu, dan memasang filter pada monitor.