

I. PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Penggunaan komputer dapat memberikan efek buruk terhadap kesehatan. Salah satunya yaitu gangguan mata karena penggunaan mata secara terus-menerus untuk menatap monitor komputer. Kumpulan gejala kelelahan mata tersebut oleh *American Optometric Association* (AOA) dinamakan *Computer Vision Syndrome* (CVS) (Affandi, 2005). AOA (2006) mendefinisikan CVS sebagai sekelompok gangguan okuler yang dikeluhkan oleh seseorang yang menggunakan komputer dalam waktu yang cukup lama. Gejala CVS berupa nyeri berdenyut di sekitar mata, mata kabur, mata merah, mata kering dan iritasi, sakit kepala, peka terhadap cahaya serta penglihatan ganda.

Computer Vision Syndrome (CVS) disebabkan oleh berkurangnya aliran air mata ke mata atau disebabkan oleh terlalu besarnya refleksi yang berasal dari komputer. Saat 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 (Faizah, 2008).

Hasil riset yang dilakukan *National Institute of Occupational Safety and Health* (NIOSH) menunjukkan, hampir 88 % dari seluruh pengguna komputer mengalami CVS, yaitu suatu kondisi yang timbul karena terlalu lama memfokuskan mata ke layar komputer. Hasil riset lain juga menyatakan bahwa insidensi dari CVS berkisar antara 64% - 90% dari pengguna komputer di dunia. Setidaknya 60 juta orang di dunia telah mengalami CVS. Survei AOA pada tahun 2004 menunjukkan lebih dari 10 juta pemeriksaan mata pertahun di Amerika Serikat dilakukan untuk masalah CVS dan sebanyak satu juta kasus baru dilaporkan tiap tahunnya (AOA, 2006; Hayes, 2007).

CVS dipengaruhi oleh faktor individual dan faktor komputer. Faktor-faktor individual yang berperan dalam terjadinya CVS antara lain : usia, jenis kelamin, penggunaan lensa kontak, penggunaan kacamata, masa kerja dengan komputer, lama bekerja di depan komputer, dan lama istirahat setelah penggunaan komputer. Faktor-faktor yang berasal dari komputer di antaranya: jarak penglihatan ke komputer, posisi bagian atas monitor terhadap ketinggian horizontal mata, polaritas monitor, dan jenis komputer (Adzkadina, 2012).

Menurut Andriana (2007), CVS dipengaruhi oleh karakteristik individu, karakteristik layar monitor, kondisi lingkungan kerja, dan waktu kerja. Menurut Depita (2014), sindrom ini dapat dipengaruhi oleh gangguan penglihatan, durasi penggunaan komputer, cahaya layar monitor, dan intensitas pencahayaan. Menurut Loh&Reddy (2008), faktor yang mempengaruhi CVS adalah faktor personal, faktor lingkungan, dan faktor komputer. Pada faktor personal antara lain postur duduk yang salah, usia, kelainan refraksi, jarak pandang mata ke monitor dan jenis kelamin. Faktor lingkungan antara lain pencahayaan ruangan, suhu dan kelembapan. Faktor komputer antara lain resolusi dan kontras monitor komputer yang salah.

Beberapa peneliti telah melaporkan hasil penelitiannya mengenai hubungan penggunaan komputer dengan CVS, diantaranya adalah Fadhillah (2013), yang melaporkan bahwa prevalensi CVS pada karyawan pengguna komputer cukup tinggi yaitu sebesar 72% dari total respondennya. Penelitian oleh Rosenfield (2010) melaporkan sebanyak 90% petugas administrasi di Massachusetts, Amerika Serikat yang menggunakan komputer lebih dari dua jam perhari mengalami keluhan CVS dan angka kejadian serta durasi CVS tersebut meningkat seiring bertambah lamanya seseorang bekerja di depan komputer. Penelitian yang dilakukan Kurmasela (2013) terhadap 100 orang responden menunjukkan bahwa responden mulai merasakan keluhan penglihatan paling banyak adalah pada 2-3 jam saat menggunakan komputer.

Sebagian besar penggunaan komputer ditujukan untuk meningkatkan efektifitas kerja. Salah satu perusahaan yang memanfaatkan penggunaan komputer adalah Bank Lampung. Hampir sebagian besar karyawannya menggunakan komputer dalam bekerja. Bank Lampung (PT. Bank Pembangunan Daerah Lampung) merupakan suatu lembaga keuangan di Provinsi Lampung. Saat ini, Bank Lampung telah memiliki 62 jaringan kantor yang tersebar di Provinsi Lampung. .

Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian CVS pada operator komputer di Kantor Pusat PT. Bank Lampung.

1.2 Rumusan Masalah

Penggunaan komputer dapat memberikan efek buruk terhadap kesehatan, salah satunya yaitu gangguan mata karena penggunaan mata secara terus-menerus untuk menatap monitor komputer. Kumpulan gejala kelelahan mata tersebut dinamakan CVS. Gejala yang termasuk dalam CVS berupa mata pegal dan kabur, mata kering dan iritasi, sakit kepala, sakit pada leher dan punggung, peka terhadap cahaya serta penglihatan ganda. CVS dipengaruhi oleh faktor individual, faktor dari komputer, dan lingkungan pekerjaan. Bank Lampung memiliki sejumlah karyawan menggunakan komputer sebagai alat bantu kerja, sehingga menjadikan mereka rentan untuk mengalami gangguan kesehatan akibat penggunaan komputer, khususnya gangguan pada mata.

Dengan demikian maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah faktor-faktor apa sajakah yang berhubungan dengan kejadian CVS pada operator komputer di PT. Bank Lampung?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian CVS pada operator komputer di PT. Bank Lampung.

1.3.2 Tujuan khusus:

1. Mengetahui hubungan usia dengan kejadian CVS pada operator komputer di PT. Bank Lampung.
2. Mengetahui hubungan jenis kelamin dengan kejadian CVS pada operator komputer di PT. Bank Lampung.
3. Mengetahui hubungan lama bekerja di depan komputer dengan kejadian CVS pada operator komputer di PT. Bank Lampung.
4. Mengetahui hubungan frekuensi istirahat mata pada komputer dengan kejadian CVS pada operator komputer di PT. Bank Lampung.
5. Mengetahui hubungan pemakaian kacamata dengan kejadian CVS pada operator komputer di PT. Bank Lampung.

6. Mengetahui hubungan tingkat pencahayaan ruangan dengan kejadian CVS pada operator komputer di PT. Bank Lampung.
7. Mengetahui hubungan jarak pandang mata ke komputer dengan kejadian CVS pada operator komputer di PT. Bank Lampung.

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat :

1. Menambah data dan informasi tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan keluhan CVS.
2. Dapat menjadi sumbangan informasi kepada kantor bank Lampung khususnya kepada para pegawainya untuk melakukan pengaturan waktu istirahat yang tepat guna dan mengontrol jam penggunaan komputer agar tidak mengganggu kesehatan mata dan produktivitas kerja.
3. Sebagai masukan bagi kantor Bank Lampung dalam menetapkan maksimal jam kerja dan waktu istirahat untuk meningkatkan kualitas perlindungan kepada tenaga kerja.
4. Dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya.