

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Mata merupakan satu dari enam indra yang dimiliki oleh manusia. Mata sendiri digunakan manusia untuk melihat lingkungan sekitarnya dan tentunya digunakan dalam menggunakan gawai.¹ Pada keadaan sekarang, dimana terjadi peningkatan penggunaan gawai, banyak orang yang mengabaikan kesehatan matanya. Gangguan kesehatan mata yang sering terjadi seiring meningkatnya penggunaan gawai adalah sindroma mata kering.

Sindrom mata kering ialah terjadi perubahan pada lapisan air mata, hal ini terjadi dikarenakan adanya defisiensi dari penguapan air mata yang berlebih. Nama lain dari sindrom mata kering ialah Keratokonjungtivitis Sicca (KS). Gejala yang dikeluhkan pasien biasanya mata terasa panas, sensasi adanya benda asing pada mata, nyeri, pandangan kabur, dan fotofobia. Sindrom mata kering sendiri dapat menimbulkan gejala dari ringan sampai berat. Gejala-gejala yang ditimbulkan dapat membuat seseorang yang mengalaminya merasa sulit dalam melakukan aktivitas sehari-hari.²

Gawai adalah perangkat bisa juga disebut instrumen yang memiliki fungsi praktis dan dengan teknologi yang lebih canggih. Gawai menghasilkan cahaya biru yang dapat terlihat oleh mata, cahaya biru yang dipaparkan oleh gawai sangat mempengaruhi kesehatan dari pengguna gawai sendiri. Salah satu masalah yang diakibatkan karena penggunaan gawai adalah sindroma mata kering. Biasanya sindrom mata kering terjadi pada usia >40 tahun, namun perkembangan zaman yang terus maju dan penggunaan gawai yang semakin meningkat, maka sindrom mata kering dapat terjadi pada usia <40 tahun. Hal ini dapat disebabkan karena meningkatnya penggunaan gawai pada usia <40 tahun, terlebih pada masa pandemi COVID-19 yang diharuskan pembelajaran jarak jauh dan menggunakan gawai.³

Di Amerika Serikat, 25% pasien pergi ke klinik mata dengan keluhan adanya gejala mata kering misalnya adanya gatal atau seperti ada benda asing

dimata, air mata tidak dapat dihasilkan, terasa panas, mata merah, sakit, dan susah menggerakkan kelopak mata (palpebra). Sindrom mata kering yang terjadi di Amerika dan sekitarnya 7.8% dari seluruh populasi yang ada, dan di Asia sindrom mata kering tercatat 93.2% dari seluruh populasi yang ada. Di Asia sindrom mata kering banyak dikarenakan dua faktor yaitu, lokasi geografi dan juga banyaknya populasi pada suatu daerah. Sindrom mata kering dapat disebabkan oleh berbagai hal, seperti faktor individu dan faktor lingkungan. Faktor individu penyebab sindrom mata kering dapat berupa usia, jenis kelamin, riwayat penyakit sistemik, dan refleks berkedip yang kurang. Faktor lingkungan dapat berupa pencahayaan, tingkat kelembaban, ruangan yang menggunakan *air conditioner* (AC) atau yang menggunakan penghangat ruangan, menggunakan gawai dalam jangka waktu tertentu.⁴

Pada perkembangan kehidupan modern, penggunaan gawai terbilang sangat penting terlebih bagi kalangan anak muda. Gawai sendiri merupakan sebuah perangkat dimana gawai akan dirancang lebih spesifik dan memiliki fungsi yang lebih praktis untuk digunakan. Gawai dikategorikan sebagai suatu barang yang canggih dan gawai sendiri menyediakan banyak aplikasi yang dapat digunakan contohnya seperti jejaring sosial, hiburan, *game* hingga berita dalam kanca nasional hingga internasional. Penggunaan gawai sendiri, tidak dapat terlepas dari kehidupan modern saat ini, sehingga tidak memungkinkan seseorang dapat menggunakan gawai sepanjang hari. Manfaat dari gawai sendiri dapat kita rasakan setiap waktu dan dapat berupa manfaat positif maupun dampak negatif. Dijaman sekarang dimana penggunaan gawai sudah terbilang seperti kebutuhan pokok, banyak orang dapat mengalami kerusakan mata dini. Dapat dikarenakan karena durasi dari penggunaan gawai yang lama.⁵

Dari data penelitian yang dilakukan pada tahun 2018 oleh Pertiwi dkk menyatakan bahwa penggunaan gawai dalam sehari yang diisi oleh responden rata-rata adalah 2-3 jam (50%), namun yang menggunakan gawai diatas 4 jam juga hampir setengah, yaitu sebanyak 25%.⁶

Berdasarkan dari keadaan diatas, pemakaian dari gawai dalam jangka waktu tertentu dan jarak yang sangat dekat dengan gawai dapat mengakibatkan kesehatan mata pengguna gawai menurun. Dampak yang disebabkan oleh penggunaan gawai dan tingginya pengguna gawai serta prevalensi dari sindroma mata kering yang terbilang banyak di Asia membuat penulis mempunyai keinginan untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan Penggunaan Gawai terhadap *Dry Eye Syndrome* pada Mahasiswa FK UKI”.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dipaparkan di atas, maka penulis merumuskan masalah penelitian sebagai berikut:

Adakah hubungan penggunaan gawai terhadap *dry eye syndrome* pada mahasiswa FK UKI?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui apakah ada hubungan penggunaan gawai dan sindroma mata kering.

1.3.2. Tujuan Khusus

Yang menjadi tujuan khusus dalam penelitian ini adalah:

- a. Mengetahui hubungan penggunaan gawai rata-rata dalam satu hari dengan derajat keparahan *dry eye syndrome*.
- b. Mengetahui rata-rata usia yang paling banyak mengalami *dry eye syndrome* pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran UKI Prodi Sarjana Kedokteran.

1.4. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1.4.1. Bagi Peneliti

Dapat mengetahui hubungan penggunaan gawai terhadap *dry eye syndrome* sehingga bisa menjadi landasan dalam memberikan edukasi di kemudian hari.

1.4.2. Bagi Pembaca

Data atau informasi pada hasil penelitian ini dapat sebagai informasi bagi pengguna gawai yang mengalami *dry eye syndrome*, sehingga diharapkan kejadian sindroma mata kering dapat dihindari selama penggunaan gawai dalam hal mengatur waktu istirahat dan mengontrol waktu dalam penggunaan gawai agar tidak mengganggu kesehatan mata.

1.4.3. Bagi Akademik

Data atau informasi penelitian ini dapat memperkokoh landasan ilmu kedokteran terkhususnya dibidang oftalmologi, tentang hubungan penggunaan gawai terhadap *dry eye syndromes*.

1.4.4. Bagi Para Peneliti

Dapat menjadi masukan data bagi para peneliti lain yang ingin menggali lebih dalam dan jauh tentang topik *dry eye syndrome*.

1.5. Hipotesis

Adanya hubungan antara penggunaan gawai terhadap kejadian *dry eye syndrome* pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran UKI Prodi Sarjana Kedokteran.