

Pemeriksaan Kesehatan Mata Di Lingkungan Ldikti Wilayah I Sumatera Utara

Syahru Romadhon¹, Roy Candra Nainggolan², Zulianti³, Khairuna Irma⁴

^{1,2,3,4}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Binalita Sudama

*penulis korespondensi : syahrurumadhon@gmail.com

Abstrak. Penyakit yang menyerang mata, dikarenakan oleh hubungan manusia terhadap lingkungan sekitar, terutama interaksi yang dilakukan manusia terhadap kemajuan teknologi di era global ini, terutama gadget yang memberikan dampak negatif terhadap kesehatan mata seperti kelainan mata miopia (Rabun Jauh). (riaupos/ berita dampak gadget bagi kesehatan mata).Anak-anak yang terbiasa menggunakan *gadget* untuk mengakses Internet dan belajar bisa mengalami gangguan pada kesehatan mata mereka. Banyak anak yang matanya minus akibat menggunakan *gadget*. "Sekitar 80 persen anak yang menggunakan kacamata karena penggunaan *gadget*". (Dewanto Samodro/AntaraNews). Rabun jauh, atau disebut juga miopi, adalah kondisi penglihatan di mana Anda tidak mampu melihat benda dalam jarak jauh, tapi mampu melihat benda terdekat dengan jelas. Jika Anda rabun jauh, Anda akan kesulitan melihat benda jauh. Kondisi ini dapat berkembang secara perlahan atau dengan cepat, sering kali memburuk selama masa kanak-kanak dan remaja. (Eye Health and Nearsightedness.).

Abstract. Diseases that attack the eyes, are caused by the relationship between humans and the surrounding environment, especially interactions made by humans with technological advances in this global era, especially gadgets that have a negative impact on eye health such as myopia eye disorder (Nearsightedness). (riaupos/ news about the impact of gadgets on eye health). Children who are used to using gadgets to access the Internet and study can experience problems with their eye health. Many children have minus eyes due to using gadgets. "About 80 percent of children who use glasses because of the use of gadgets." (Dewanto Samodro/AntaraNews). Farsightedness, or also called myopia, is a vision condition in which you are unable to see objects that are far away, but are able to see nearby objects clearly. If you are nearsighted, you will have a hard time seeing distant objects. This condition can develop slowly or rapidly, often worsening during childhood and adolescence.

Historis Artikel:

Diterima : 23 Juli 2023

Direvisi : 03 Agustus 2023

Disetujui : 07 Agustus 2023

Kata Kunci:

Pemeriksaan mata, Kesehatan Mata.

PENDAHULUAN

Pemeriksaan penglihatan adalah pemeriksaan indikasi seseorang penglihatan seseorang dan pengukuran seberapa baik seseorang melihat objek. Untuk mengetahui tajam penglihatan seseorang dapat dilakukan dengan kartu snellen dan bila penglihatan kurang mata tajam penglihatan diukur dengan menentukan kemampuan melihat jumlah jari atau hitung jari, lambaian tangan ataupun proyeksi sinar. Untuk besarnya kemampuan mata membedakan bentuk dan rician di tentukan dengan kemampuan melihat benda yang terkecil yang masih dapat dilihat pada jarak tertentu . untuk mengukur ketajaman visus. Jarak antara penempatan poster snellen dengan subjek/orang yang di periksa sejarak 6 meter. Berhubung ada perbedaan antara sitem pengukuran yang di pakai di indonesia (juga di pakai sebagian negara lain di dunia) dan Amerika serikat, snellen chart ini pun terdapat dalam dua versi angka metrik dan yang satu dalam imperial. Snellen chart metrik dalam perbandingan 6 meter (6/6, 6/9, 6/12 dan seterusnya sampai 6,60). sedangkan snellen chart imperial angka yang dinyatakan dalam perbandingan 20 kaki (20/20) sampai (20/200). Apakah sama dengan 6 meter ?sebenarnya tidak : 20 kaki sama dengan 6 meterlebih 10cm Oleh WHO, seseorang yang tidak dapat membaca huruf teratas pada snellen chart setelah di bantu dengan kacamata sudah dianggap buta secara umum. Di pihak lain cukup banyak orang miopia yang tidak mampu membaca huruf teratas pada snellen chart tanpa bantuan kacamata.

Mata merupakan alat indra yang berfungsi untuk menerima rangsang berupa cahaya, karena di dalamnya terdapat reseptor yang berfungsi menerima cahaya atau yang disebut fotoreseptor. Mata berbentuk

bola, sedikit pipih dari arah depan ke belakang. Bagian-bagian pokok mata adalah: kornea, pupil, lensa mata, dan retina. Jika suatu benda terkena cahaya, benda akan memantulkan berkas-berkas cahaya tersebut. Pantulan cahaya tersebut masuk melalui lensa mata serta bagian-bagian lainnya menuju ke retina. Pada mata yang normal, bayangan benda akan jatuh tepat di bintik kuning pada retina. Rangsangan cahaya yang diterima oleh retina tersebut selanjutnya akan diteruskan oleh urat saraf penglihatan ke pusat penglihatan di otak untuk diinterpretasikan atau diterjemahkan. Dan akhirnya, kita dapat melihat benda tersebut. Oleh karena itu, kita harus menjaga kesehatan mata karena mata merupakan salah satu organ yang penting pada manusia. (Kadaryanto, dkk. 2006). Penyakit yang menyerang mata, dikarenakan oleh hubungan manusia terhadap lingkungan sekitar, terutama interaksi yang dilakukan manusia terhadap kemajuan teknologi di era global ini, terutama gadget yang memberikan dampak negatif terhadap kesehatan mata seperti kelainan mata miopia (Rabun Jauh). (riaupos/ berita dampak gadget bagi kesehatan mata). Anak-anak yang terbiasa menggunakan *gadget* untuk mengakses Internet dan belajar bisa mengalami gangguan pada kesehatan mata mereka. Banyak anak yang matanya minus akibat menggunakan *gadget*. "Sekitar 80 persen anak yang menggunakan kacamata karena penggunaan gadget". (Dewanto Samodro/AntaraNews).

Rabun jauh, atau disebut juga miopi, adalah kondisi penglihatan di mana Anda tidak mampu melihat benda dalam jarak jauh, tapi mampu melihat benda terdekat dengan jelas. Jika Anda rabun jauh, Anda akan kesulitan melihat benda jauh. Kondisi ini dapat berkembang secara perlahan atau dengan cepat, sering kali memburuk selama masa kanak-kanak dan remaja. (Eye Health and Nearsightedness.). Di Sumatera Utara, angka kebutaan akibat katarak yang tidak dioperasi nyaris mencapai 80% pada penduduk usia 50 tahun ke atas. Katarak dapat terjadi karena kurangnya pengetahuan yang mendalam mengenai perilaku untuk mencegah komplikasi tersebut. Dan perilaku tersebut dapat terbentuk dengan adanya pengetahuan yang baik tentang pencegahan katarak. Apabila pengetahuan penderita mengenai katarak baik, maka perilaku penderita terhadap pencegahan terjadinya katarak pun akan baik. Bahwa yang terpenting dalam pencegahan katarak adalah kesadaran dan kemauan dari masyarakat akan pentingnya kesehatan mata sehingga mau memeriksakan kesehatan matanya ke fasilitas pelayanan kesehatan yang terdekat. Salah satu upaya yang dilakukan adalah dengan memberikan edukasi atau pendidikan kesehatan pada masyarakat mengenai pencegahan katarak. Penyuluhan kesehatan ini sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan masyarakat sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup dan tetap produktif.

Penyuluhan kesehatan mata merupakan kegiatan penambahan pengetahuan yang diperutukkan bagi masyarakat melalui penyebaran pesan yang berhubungan dengan kesehatan mata. (Heri D.J Maulana. 2007. Promosi Kesehatan. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.12-13). Menurut WHO tujuan penyuluhan kesehatan adalah untuk mengubah perilaku perseorangan atau masyarakat dalam bidang kesehatan. (Effendy, 1997). Tujuan kegiatan penyuluhan kesehatan mata yaitu untuk mencapai tujuan hidup sehat dengan cara mempengaruhi perilaku masyarakat baik itu secara individu atau pun kelompok dengan menyampaikan pesan sehingga masyarakat memiliki motivasi dalam menjaga kesehatan matanya. Dampak penggunaan gadget yang berlebihan pada umumnya adalah dapat menimbulkan resiko kerusakan mata akibat terkena radiasi, karena gadget memancarkan sinar radiasi blueray yang dapat merusak mata kita sehingga dapat mengganggu penglihatan kita seperti miopia (rabun jauh), selain itu penggunaan gadget yang berlebihan dapat menimbulkan resiko kesehatan seperti postur duduk yang salah, mata lelah akibat duduk di depan dan menatap layar gadget terlalu lama. (artikel risiko penggunaan gadget berlebihan). Berdasarkan survey awal di Madrasah Tsanawiyah Islamiyah Medan kebanyakan anak-anak tidak banyak yang memakai kacamata meskipun mereka telah memiliki gangguan dalam penglihatan jauh dan dibutuhkan penyuluhan kesehatan mata.

SOLUSI PERMASALAHAN MITRA

Solusi yang ditawarkan yaitu melakukan pemeriksaan Gratis dan mengkategorikan gangguan Kesehatan mata yang dialami mitra. Selain itu memberikan Edukasi kepada Staff LLDIKTI Wilayah I yang beralamat di Jln. Sempurna No. 8 Tanjung Sari, Kec. Medan Selayang, Kota Medan dalam mengenali gejala gangguan Kesehatan mata dan perlunya menjaga Kesehatan mata.

METODE

Metode dalam pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan cara mengumpulkan para staff LLDIKTI di tempat yang telah di sediakan. Adapun tahapan kegiatan ini adalah sebagai berikut: a). Para praktisi dibantu mahasiswa melakukan pemeriksaan kepada para staff sesuai nomor antrian yang telah di sediakan. b). Dan dilanjutkan dengan menuliskan hasil pemeriksaan di buku laporan yang telah tersedia. c). Mengkategorikan gangguan penglihatan yang di alami oleh mitra. d). Melakukan Evaluasi tentang kegiatan yang dilakukan. e). Setelah itu melakukan Evaluasi terhadap pemeriksaan yang telah dilaksanakan.

A. Jadwal Kegiatan

1. Jadwal Kegiatan

Hari, tanggal : Selasa, 13 Juli 2023

Waktu : 09.00 WIB s.d selesai

Tempat :LLDIKTI Wilayah I Sumatera Utara yang beralamat di Jln. Sempurna No. 8 Tanjung Sari, Kec. Medan Selayang, Kota Medan.

2. Sasaran Peserta Kegiatan

Sasaran kegiatan Program ini adalah para Pegawai dan Staff LLDIKTI Wilayah I

3. Bentuk Kegiatan

Bentuk kegiatan yang dilaksanakan meliputi :

a. Pemeriksaan Kesehatan Mata

b. Menyimpulkan gangguan Kesehatan mata yang dialami mitra.

B. Proses Kegiatan

1. Sebelum Kegiatan

Sebelum kegiatan pemeriksaan mata dimulai, Terlebih dahulu menyiapkan alat-alat yang dibutuhkan dalam pemeriksaan kesehatan mata, meliputi :

- a. 1 set autorefraktometer
- b. 1 botol hand soap
- c. 3 set Trial Lens Set
- d. 2 pack tisu kering

Semua alat-alat yang telah disiapkan di tata rapih sesuai fungsi pada tempatnya. Setelah semuanya siap, praktisi memulai kegiatan pemeriksaan kesehatan mata meliputi registrasi peserta, anamnesa, pemeriksaan refraksi obyektif, pemeriksaan refraksi subjektif menyeluruh dari monokuler sampai dengan pemeriksaan penglihatan binokuler dan membaca dekat. Pasien yang sudah selesai pemeriksaan refraksi subjektif, selanjutnya diarahkan praktisi untuk menghampiri petugas rekap data.

Manfaat Kegiatan

Manfaat dari kegiatan ini adalah tercapainya perubahan perilaku individu dalam memelihara kesehatan mata sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup dan tetap produktif.





HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Tahap Persiapan

Kegiatan pengabdian masyarakat telah dilakukan sesuai dengan uraian yang ada didalam usulan. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memberikan pemahaman mengenai Kesehatan dan gangguan Kesehatan mata. Surat izin terlebih dahulu di ajukan untuk mendapatkan izin dari LLDIKTI. Sesuai dengan kontrak waktu yang disepakati, maka dilakukanlah kegiatan pengabdian masyarakat ini.

2. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan pada hari selasa 13 Juli yaitu mulai jam 09.00 – Selesai. Sesuai dengan metode kegiatan yang telah diuraikan pada tahap persiapan, pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan mempertimbangkan jadwal kegiatan para staff. Pada tahap awal pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat tim mempersiapkan semua peralatan yang digunakan untuk proses pemaparan materi.

3. Evaluasi Kegiatan Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat secara umum mempunyai hasil yang memuaskan dan berjalan dengan lancar, partisipan mengikuti jalannya acara dengan tertib . Semua target kegiatan yang sesuai dengan tujuan pengabdian pada masyarakat dapat terlaksana dengan baik.

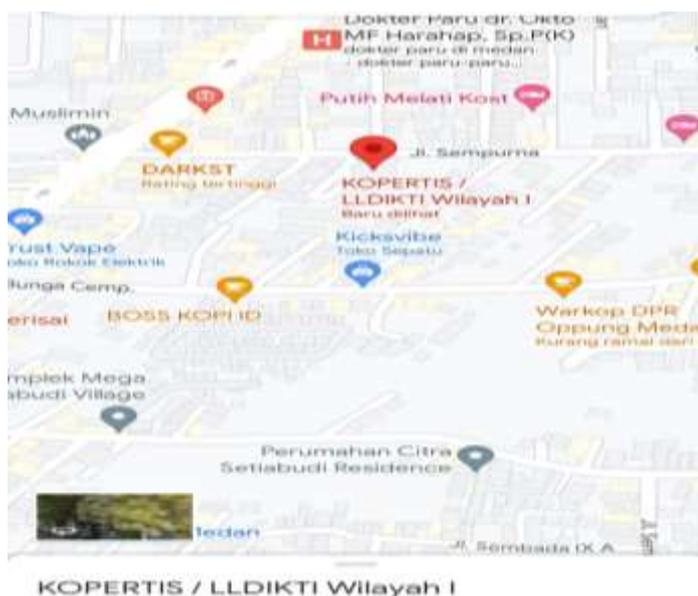
KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian Kepada Masyarakat ini telah terlaksana dengan baik dan berjalan dengan lancar. Peserta memiliki rasa ingin tahu yang besar dan antusias yang tinggi untuk mengetahui mengenai gangguan dan cara menjaga Kesehatan mata. Sebagai staff yang bergelut di bidang layanan public sudah seharusnya kegiatan seperti ini lebih sering di adakan dalam rangka menjaga Kesehatan mata demi menjaga kinerja para staff nya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada kepala LLDIKTI Wilayah I Sumatera Utara yang telah memfasilitasi kegiatan pengabdian ini. Dan juga kepada Para Staff dan juga para pegawai yang telah meluangkan waktu nya untuk turut serta berpartisipasi dalam kegiatan ini dan kepada Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Binalita Sudama yang telah memberikan dukungan terhadap pelaksanaan kegiatan.

Peta Lokasi Mitra Sasaran



DAFTAR PUSTAKA

1. Asaka K,Ishila.2004 Development of Tajam penglihatan.Jurnal Kesehatan
2. Boston,1860,Tajam penglihatan ,id.m.wikipedia.org Ilyas,Sidarta.2006.KELAINAN REFRAKSI dan KACAMATA Edisi Jakarta :Balai Penerbit FKUI MATA,Edisi 5.Jakarta :Balai Penerbit FKUI
3. Sidarta Ilyas ,dkk.2016.Ilmu Penyakit Mata Edisi Kelima,edisi ke 5,Jakarta:FKUI Vaughan,G.1988.opftalmologi Umum Edisi 8.

4. Zainal Azhar, salamun. Sari Ilmu Penyakit Mata. Fakultas Kedokteran U
5. Sudirman, S. (2020). Pengaruh Diabetes Melitus Terhadap Tajam Penglihatan. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, 8(1), 1-7.
6. Sudirman, S. (2019). Pengaruh Pekerjaan Terhadap Tajam Penglihatan. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, 7(2), 37-43.
7. Asiyanto, M. C., Aprilia, C. A., & H3adiwiardjo, Y. H. (2020). FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KETAJAMAN PENGLIHATAN PADA PELAJAR SEKOLAH DASAR NEGERI 07 PONDOK LABU JAKARTA SELATAN. *JAMBI MEDICAL JOURNAL" Jurnal Kedokteran dan Kesehatan"*, 8(2), 111-119.
8. Asiyanto, M. C., Aprilia, C. A., & Hadiwiardjo, Y. H. (2020). FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KETAJAMAN PENGLIHATAN PADA PELAJAR SEKOLAH DASAR NEGERI 07 PONDOK LABU JAKARTA SELATAN. *JAMBI MEDICAL JOURNAL" Jurnal Kedokteran dan Kesehatan"*, 8(2), 111-119.
9. 1AYI MARINI, I. N. A. (2018). HUBUNGAN TAJAM PENGLIHATAN DENGAN KUALITAS HIDUP KLIEN GLAUKOMA DI POLI GLAUKOMA DI PUSAT MATA NASIONAL RUMAH SAKIT MATA CICENDO BANDUNG.
10. Yunard, A., Nusanti, S., & Sidik, M. (2016). Methanol toxic optic neuropathy (characteristic and evaluation of therapy). *Ophthalmologica Indonesiana*, 42(1).
11. Barliana, J. D. (2002). Genetika penurunan tajam penglihatan dan gangguan irama jantung pada pasien Leber's Hereditary Optic Neuropathy (LHON) Mutasi G11778A.
12. Mustopa, Nova. *SISTEM PAKAR DETEKSI RESIKO KATARAK SENILIS DENGAN METODE FUZZY INFERENCE SYSTEM SUGENO*. Diss. Universitas Mercu Buana Yogyakarta, 2018.