

**EDUKASI DAN PEMERIKSAAN KESEHATAN MATA PADA WARGA
DI PERUMAHAN GODEAN JOGJA HILLS GODEAN SLEMAN
YOGYAKARTA****Education And Eye Health Examinations at Godean Jogja Hills Housing Area
Sleman Yogyakarta****Diah Pujiastuti^{1*}***ISTIKES Bethesda Yakkum,
Yogyakarta*email: diah@stikesbethesda.ac.id**Kata Kunci:**Edukasi
Kesehatan mata
Pemeriksaan mata**Keywords:**Education
Eye health
Eye examination**Abstrak**

Mata merupakan organ penting dalam kehidupan manusia namun sering diabaikan. *World Health Organization* menyebutkan bahwa 217 juta orang mempunyai gangguan penglihatan. Dalam rangka menjaga kesehatan mata masyarakat perlu dilakukan tindakan promotif dan preventif. Tindakan promotif yang dilakukan adalah dalam bentuk pendidikan kesehatan mata dengan diberikan penyuluhan dan tanya jawab tentang kesehatan mata. Tindakan preventif yang dilakukan adalah dengan pemeriksaan kesehatan mata pada warga. Masalah yang diidentifikasi pada warga di adalah warga belum mengetahui tentang kesehatan mata dan belum pernah ada kegiatan deteksi gangguan penglihatan atau pemeriksaan mata. Selama ini warga hanya mengeluh mata sering pedih dan berair saat melihat handphone terlalu lama, dan pandangan lama-lama tampak kabur. Tujuan kegiatan ini adalah memberikan edukasi tentang kesehatan mata dan melakukan deteksi dini gangguan penglihatan dengan bekerja sama dengan OPTIK ARSEN dengan alat yang disebut dengan refraktor. Kegiatan ini meliputi pemberian edukasi tentang kesehatan mata dan pemeriksaan kesehatan mata yang meliputi persiapan, pelaksanaan, dan penutupan. Hasil kegiatan ini adalah terdapat 10 warga miopi, 6 hipermetropi, dan 10 astigmatisme. Diantara jumlah tersebut ada 9 warga yang terdeteksi miopi sekaligus astigmatisme. Ada 3 warga yang masih normal hasil pemeriksaannya, yaitu pada kategori anak-anak. Setelah kegiatan edukasi dan pemeriksaan kesehatan selesai, dilakukan *post-test*. Hasilnya terdapat perbedaan rerata skor sebelum (5,7) dan setelah pemberian edukasi kesehatan mata (7,9), dengan selisih skor 2,2. Peningkatan nilai ini menunjukkan bahwa meningkatkan pemahaman warga setelah dilakukan edukasi kesehatan mata dengan penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan mata.

Abstract

The eyes are an important organ in human life but are often neglected. WHO states that 217 million people have vision impairment. To maintain people's eye health, promotive and preventive actions. It is in the form of eye health education. The preventive action taken is eye health checks on residents. The problem identified is that residents didn't know about eye health and there have never been any visual impairment detection activities or eye examinations. So far, residents have only complained that their eyes often hurt and water when they look at their cellphones for too long, and their vision looks blurry after a while. The aim to provide education about eye health and carry out early detection of vision problems by collaborating with ARSEN OPTICS with a tool called a refractor. This activity includes providing education about eye health and eye examinations which include preparation, implementation and closing. The results of it were 10 people myopia, 6 hypermetropia and 10 astigmatisms. Among this number, there were 9 residents who had myopia and astigmatism. There are 3 whose examination results are still normal, it's the children category. After the educational activities and health examination are completed, a post-test is carried out. The results showed a difference in the mean score before (5.7) and after education (7.9), with a score difference of 2.2. This increase in value shows that residents' understanding has increased after eye health education was carried out with counseling and eye health examinations.

© year The Authors. Published by Penerbit Forind. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). Link: <https://jurnal.forindpress.com/index.php/jamas>

Submit: 13-10-2023

Accepted: 19-10-2023

Published: 23-10-2023

PENDAHULUAN

Mata merupakan organ penting dalam kehidupan manusia namun sering diabaikan (Djajanti, et. al., 2020).

Hal ini mengakibatkan manusia sering mengalami gangguan, tidak teratasi, dan akhirnya menyebabkan kelainan refraksi (Depkes RI, 2013). Gangguan mata

sering sekali terjadi mulai dari yang ringan hingga berat (Khumadi, *et. al.*, 2019). Keluhannya bisa dari mata pedih, merah, gatal dan gangguan penglihatan hingga kebutaan (Ichsan, 2022). Gangguan penglihatan ini sudah terjadi selama pandemi COVID-19 yang lalu (Putri, *et. al.*, 2021).

Selain hal tersebut, apabila melihat pada peradaban sekarang ini yang mengacu pada era 4.0, beragam kegiatan beralih dalam sebuah perangkat lunak. Hampir semua kalangan usia, mulai dari anak-anak hingga lansia berhadapan dengan layar, baik gawai maupun komputer atau laptop. Hal ini tentunya memberikan efek positif dan negatif (Kemenkes, 2017). Berhadapan dengan monitor dalam waktu yang lama, tentunya bukan hal yang menyehatkan untuk mata. Dampak dari penggunaan tersebut akan bisa saja terjadi pada siapapun. Gangguan penglihatan pasti akan terjadi apabila manusia tidak dapat mengatur dengan bijak penggunaan gawai pada waktu bekerja. Perlu ada kesadaran secara internal, pemahaman ilmu, dan penerapan tindakan menjaga kesehatan mata guna mengurangi atau mencegah terjadinya gangguan mata (Dewi, Sitorus, & Hasyim, 2010 *cit.* Ichsan, 2022).

World Health Organization (WHO) pada acara *The International Agency for the Prevention of Blindness* (2019) menyebutkan bahwa 217 juta orang mempunyai gangguan penglihatan. Penyebab terbanyak adalah disebabkan karena kelainan refraksi yang tidak terkoreksi, katarak dan degenerasi macular dengan faktor usia. WHO juga menyebutkan bahwa 89% gangguan ini dialami pada penduduk di negara miskin dan berkembang. Data Kemenkes RI (2017) menyebutkan bahwa Indonesia memiliki prevalensi kebutaan dan gangguan penglihatan nomor dua tertinggi di dunia setelah Ethiopia. Data dari Kemenkes RI (2017) menunjukkan bahwa 15 provinsi di Indonesia penyebab utamanya adalah kelainan refraksi 10-15% dan katarak 70-80%.

Prioritas pada pemerintahan Presiden Joko Widodo pada bidang kesehatan adalah peningkatan upaya

promotif dan preventif selain pada peningkatan akses pada pemberian pelayanan kesehatan bagi masyarakat (Kemenkes, 2020). Dalam rangka menjaga kesehatan mata masyarakat perlu dilakukan tindakan promotif dan preventif. Tindakan promotif yang dilakukan adalah dalam bentuk pendidikan kesehatan mata dengan diberikan penyuluhan dan tanya jawab tentang kesehatan mata. Tindakan preventif yang dilakukan adalah dengan pemeriksaan kesehatan mata pada warga. Perumahan Godean Jogja Hills merupakan perumahan subsidi yang baru saja berkembang di daerah Godean, Sleman, Yogyakarta. Kelengkapan sarana kesehatan utama juga belum begitu ada dan banyak. Masalah yang diidentifikasi pada warga di Perumahan Godean Jogja Hills adalah warga belum mengetahui tentang kesehatan mata dan belum pernah ada kegiatan deteksi gangguan penglihatan atau pemeriksaan mata. Selama ini warga hanya mengeluh mata sering pedih dan berair saat melihat handphone terlalu lama, dan pandangan lama-lama tampak kabur. Padahal memahami kesehatan mata sangat penting untuk menjaga mata tetap sehat di usia produktif (Mayarani, *et.al.*, 2020).

Kegiatan ini dilakukan dengan bekerja sama dengan OPTIK ARSEN yang dalam hal ini melakukan pemeriksaan mata dengan alat yang disebut dengan refraktor. Alat ini akan dapat mendeteksi kelainan mata yaitu miopi, hipermetropi, presbiopi, astigmatisme, dan katarak. Hal tersebut mendorong penulis untuk melakukan edukasi tentang kesehatan mata dan pemeriksaan kesehatan mata pada warga di Perumahan Godean Jogja Hills, Godean, Sleman, Yogyakarta.

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memberikan edukasi tentang kesehatan mata kepada warga dan melakukan deteksi dini gangguan penglihatan dengan pemeriksaan mata dengan refraktor sehingga warga dapat memahami tentang kesehatan mata dan waspada jika terdapat gangguan penglihatan yang terjadi pada dirinya atau dalam keluarganya.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan dilaksanakan meliputi pemberian edukasi tentang kesehatan mata dan pemeriksaan kesehatan mata dengan bekerja sama dengan OPTIK ARSEN. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui tahapan sebagai berikut:

1. Persiapan

Persiapan yang dilakukan pada awal adalah adanya permohonan dari Ketua Peranan Wanita Perumahan Godean Jogja Hills, Godean, Sleman, Yogyakarta. Koordinasi dengan Ketua Peranan Wanita tentang kegiatan penyuluhan tentang kesehatan mata dilanjutkan dengan pemeriksaan kesehatan mata oleh OPTIK ARSEN dengan menggunakan alat pemeriksaan mata canggih yang disebut dengan refraktor. Penyuluhan dilakukan dengan memberikan edukasi secara langsung dan masing-masing warga diberikan modul tentang kesehatan mata.

2. Pelaksanaan

Kegiatan penyuluhan tentang kesehatan mata dan pemeriksaan mata dilakukan di Pendopo Perumahan Godean Jogja Hills, Godean, Sleman, Yogyakarta. Waktu dan tempat sesuai dengan rencana. Subjek kegiatan ini adalah warga yang tinggal di Perumahan Godean Jogja Hills, Godean, Sleman, Yogyakarta.

3. Penutupan

Acara ditutup dengan hasil kesepakatan bersama bahwa akan ada tindak lanjut dari masing-masing warga untuk mau mengenali dan memantau kesehatan mata di Perumahan Godean Jogja Hills, Godean, Sleman, Yogyakarta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Acara diawali dengan registrasi kedatangan dengan menuliskan nama dan tanda tangan. Setelah sudah 90% yang hadir maka penyuluhan dimulai. Sebelum diberikan materi tentang kesehatan mata, maka diawali dengan pemberian pretest sebanyak 10 *item* pertanyaan

(terlampir) untuk warga. Kegiatan *pre-test* dilakukan untuk melihat tingkat pengetahuan warga tentang kesehatan mata.

Setelah itu memasuki kegiatan inti diawali dengan apersepsi tentang bagian-bagian dari mata, gangguan pada mata, dan cara menjaga mata agar tetap sehat. Setelah apersepsi langsung dilanjutkan pemberian edukasi kesehatan kesehatan mata selama 25 menit. Media yang digunakan adalah modul tentang kesehatan mata. Warga sangat antusias dalam kegiatan ini.

Kegiatan deteksi dini gangguan mata dilakukan dengan pemeriksaan mata dengan alat pemeriksaan modern yaitu refraktor yang bekerja sama dengan OPTIK ARSEN. Warga yang hadir adalah total 43 warga, tetapi yang bersedia memeriksakan kesehatan mata hanya 23 warga yang terdiri dari 8 laki-laki dan 15 perempuan. Selain itu untuk warga yang bersedia diperiksa adalah pada kategori usia dewasa awal dan paling sedikit adalah balita serta remaja awal. Hasil dari kegiatan ini adalah terdapat 10 warga yang dengan hasil miopi, 6 warga dengan hasil pemeriksaan hipermetropi, dan 10 warga dengan astigmatisme. Diantara jumlah tersebut ada 9 warga yang terdeteksi miopi sekaligus astigmatisme. Ada 3 warga yang masih normal hasil pemeriksaannya, yaitu pada kategori anak-anak.

Setelah kegiatan edukasi dan pemeriksaan kesehatan selesai, dilakukan *post-test* untuk menilai pengetahuan setelah diberikan edukasi kesehatan mata. Hasilnya adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Gambaran pengetahuan warga sebelum dan setelah edukasi kesehatan mata

Tingkat Pengetahuan	Rerata	Δ
<i>Pre_Test</i>	5,7	
<i>Post_Test</i>	7,9	2,2

Tabel 1 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan rerata skor sebelum dan setelah pemberian edukasi kesehatan mata. Nilai rerata sebelum edukasi didapatkan skor 5,7 dari total skor 10. Hal ini dapat dilihat dari seluruh soal *pre-test* punya nilai rentang nilai 0-10 dari masing-masing peserta. Hal ini dapat dilihat berdasarkan hasil *pre-test* bahwa masih rendahnya pemahaman warga

tentang kesehatan mata dan ruang lingkungannya. Nilai rerata setelah edukasi didapatkan skor 7,9 dari total skor 10. Hal ini dapat dilihat bahwa seluruh warga dapat menjawab dengan benar hal-hal yang berkaitan dengan nilai rentang 4-10 dari skor total 10. Peningkatan nilai ini menunjukkan bahwa meningkatkan pemahaman warga setelah dilakukan edukasi kesehatan mata dengan penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan mata.

Menurut Kemenkes RI (2018), ada tujuh cara dalam menjaga kesehatan mata, yaitu rutin memeriksakan mata, mengonsumsi makanan bergizi, mempunyai Batasan waktu dalam menatap layar elektronik, memakai kacamata hitam, tidak merokok, membuang *make-up* lama, dan rajin berolahraga.

Dalam kegiatan ini juga melakukan pemeriksaan kesehatan mata yaitu salah satu cara yang dapat menjaga kesehatan mata.

RENCANA TINDAK LANJUT

Dari kegiatan ini perlu diadakan kegiatan lanjutan yaitu perlunya agenda pemeriksaan kesehatan mata rutin. Harapannya adalah warga dapat memahami sehingga muncul kesadaran untuk mempertahankan kesehatan mata dan mencegah penyakit yang muncul yang bisa dideteksi melalui kesehatan mata.

KESIMPULAN

Keismpulan dari kegiatan ini adalah seluruh warga menyampaikan kegiatan ini sangat bermanfaat. Harapannya adalah warga dapat melakukan deteksi dini gangguan mata dengan memberikan perhatian lebih kepada kesehatan mata secara pribadi maupun di ruang lingkup keluarga.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih penulis sampaikan kepada seluruh warga Perumahan Godean Jogja Hills, Godean, Sleman, Yogyakarta, kepada Ketua Paguyuban dan Ketua PKK

Perumahan Godean Jogja Hills, kepada kepada Ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, kepada OPTIK ARSEN dalam kerjasamanya pada kegiatan pemeriksaan kesehatan mata serta seluruh pengurus kegiatan Pengabdian.

REFERENSI

- Djajanti, C. W., Sukmanto, P. A., & Wardhani, I. K. (2020). Penyuluhan Meningkatkan Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Mata. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(1), 248–252. <https://doi.org/10.30651/jkm.v5i1.4208>
- Departemen Kesehatan RI. (2013). *Upaya Kesehatan Kerja Sektor Informal di Indonesia*. Jakarta.
- Ichsan, M. (2022). Edukasi kesehatan mata dan deteksi dini gangguan mata pada santri di pondok pesantren. *Madago Community Empowerment For Health Journal*. Vol 1, No. 2, Tahun 2022. Website: <http://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/mce>
- Kementerian Kesehatan RI. (2017). *Menkes Luncurkan Peta Jalan Penanggulangan Gangguan Pengelihatan*. Retrieved from <http://www.depkes.go.id/article/view/17101200004/minister-of-health-launches-road-map-to-visual-impairment-handling.html>
- Kemenkes RI. (2018). Bagaimana tanda-tanda mata sehat. Available from: [Bagaimana tanda-tanda mata sehat? - Direktorat P2PTM \(kemkes.go.id\)](http://www.kemkes.go.id/direktorat-p2ptm/bagaimana-tanda-tanda-mata-sehat)
- Kemenkes RI. (2018). [Apa itu Mata Lelah? - Direktorat P2PTM \(kemkes.go.id\)](http://www.kemkes.go.id/direktorat-p2ptm/apa-itu-mata-lelah) Website: [Cara Menjaga Kesehatan Mata - Direktorat P2PTM \(kemkes.go.id\)](http://www.kemkes.go.id/direktorat-p2ptm/cara-menjaga-kesehatan-mata)
- Kemenkes RI. (2018). Infodatin Situasi Gangguan Pengelihatan. In N. Kurniasih (Ed.), *Kemntrian Kesehatan RI (2018 ed.)*. Infodatin Pusat Data dan Informasi kementerian kesehatan RI. Website: <https://pusdatin.kemkes.go.id/article/view/19111100001/situasi-gangguan-pengelihatan-2018.html>

Kemenkes RI. (2020). Apa saja akibat paparan gawai yang terlalu lama terhadap mata? Website: [Apa saja akibat paparan gawai yang terlalu lama terhadap mata? - Direktorat P2PTM \(kemkes.go.id\)](http://www.kemkes.go.id)

Khumaidi, M. A., Rachman, O. J., Santoso, P. B., & K, S. O. G. (2019). Pentingnya Menjaga Kesehatan Mata. *Jurnal Kedokteran Indonesia*, 5(4), 124. <https://doi.org/http://journal.ui.ac.id/index.php>

Mayarani, Sarifudin, G., Sari, D. P., Azzahra, F., Habieb, N. M., Farisi, S. Al, Lestari, Y., Taufik, C., Ilmiyati, E. N., Nurwanda, M., Rabbani, N. H., & Yuliana, R. (2020). Kegiatan Skrining dan Deteksi Dini Penglihatan serta Edukasi Pendidikan Kesehatan Mata di Rumah Zakat Turangga Kota Bandung. *Jurnal ABDI MASADA*, 1(1), 57–62. <http://abdimasada.stikesdhhb.ac.id/index.php/AM/article/view/22>

Putri, A. K., Reynanda, S. aulia, & Raisa, R. roro. (2021). Pengaruh Pembelajaran Daring terhadap Kesehatan Mata di Masa Pandemi. *Jurnal Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 3(2), 26–38. <https://doi.org/10.36090/jkkm.v3i2.1122>

The International Agency for the Prevention of Blidness. (2019a). Global Vision Impairment Fact. Retrieved from The International Agency for the Prevention of Blidness (IAPB) website: <https://www.iapb.org/vision-2020/who-facts/>

The International Agency for the Prevention of Blidness. (2019b). World Sight Day. Retrieved from The International Agency for the Prevention of Blidness website: <https://www.iapb.org/advocacy/world-sight-day/>