

Kelelahan Mata Berdasarkan Intensitas Pencahayaan, Jenis Pekerjaan Dan Kelainan Refraksi Mata

(Studi Pada Pekerja Konveksi X Di Kota Semarang)

Sofa Khaerun Nisak,¹ Didik Sumanto¹ Ulfa Nurullita¹

¹Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Semarang

ABSTRAK

Latar belakang : Kelelahan mata merupakan ketegangan pada mata akibat bekerja menggunakan kemampuan mata dalam waktu lama disertai pandangan tidak nyaman. Observasi awal di konveksi X ditemukan intensitas pencahayaan kurang, dan sebagian pekerja mengeluh mata terasa lelah, kering, dan mengantuk. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara jenis pekerjaan, intensitas pencahayaan dan kelainan refraksi mata dengan kelelahan mata pada pekerja konveksi. **Metode:** Jenis penelitian ini bersifat analitik menggunakan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian ini adalah 32 pekerja konveksi, sampel yang digunakan penelitian ini 32 pekerja konveksi. Instrumen menggunakan kuesioner, lux meter dan snallen chart, analisis data menggunakan *chi-square*. **Hasil:** sebesar 65,6% intensitas pencahayaan tidak sesuai NAB, 56,3% pekerja tidak mengalami kelainan refraksi mata, pekerja dengan jenis pekerjaan penjahitan adalah 81,3%, Kelelahan mata dialami oleh 71,9% pekerja konveksi. Pekerja yang mengalami kelelahan mata sebesar 85,7% pada intensitas pencahayaan tidak sesuai NAB, pekerja dengan jenis pekerjaan penjahitan 73,1% mengalami kelelahan mata, dan pekerja dengan kelainan refraksi mata 92,9% mengalami kelelahan mata. Berdasarkan uji *chi-square*, pencahayaan dengan kelelahan mata diperoleh *p value* 0,035, pada jenis pekerjaan dengan kelelahan mata diperoleh *p value* 1,000 dan kelainan refraksi mata dengan kelelahan mata diperoleh *p value* 0,044. **Simpulan:** Ada hubungan yang signifikan antara pencahayaan, kelainan refraksi dengan kelelahan mata, dan tidak ada hubungan antara jenis pekerjaan dengan kelelahan mata.

Kata Kunci: Kelelahan mata, intensitas pencahayaan, jenis pekerjaan, kelainan refraksi mata.

Eye Fatigue Based on Lighting Intensity, Job Type and Eye Refraction

Abnormalities

(Study on Convection Workers X in Semarang City)

ABSTRACT

Background: Eye fatigue is a strain on the eyes due to working using the ability of the eye for a long time with an uncomfortable view. Early observations at convection X found less lighting intensity, and some workers complained that the eyes felt tired, dry, and sleepy. The purpose of this study was to determine the relationship between types of work, lighting intensity and eye refraction abnormalities with eye fatigue in convection workers. **Method:** This type of research is analytic using a cross sectional approach. The population of this study were 32 convection workers, the sample used in this study were 32 convection workers. The instrument uses a questionnaire, lux meter and snallen chart, data analysis using chi-square. **Results:** 65.6% of the lighting intensity did not match the NAB, 56.3% of workers did not experience eye refraction abnormalities, workers with this type of sewing work were 81.3%. Eye fatigue was experienced by 71.9% of convection workers. Workers who experience eye fatigue of 85.7% in lighting intensity do not match the NAB, workers with type of sewing work 73.1% experience eye fatigue, and workers with eye refraction abnormalities 92.9% experience eye fatigue. Based on the chi-square test, lighting with eye fatigue obtained *p value* 0.035, in the type of work with eye fatigue obtained *p value* 1,000 and refraction of the eye with eye fatigue obtained *p value* 0.044. **Conclusion:** There is a significant relationship between lighting, refractive abnormalities and eye fatigue, and there is no relationship between types of work and eye fatigue.

Keywords: Eye fatigue, lighting intensity, type of work, eye refraction disorder.