



Penyuluhan Meningkatkan Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Mata

Cicilia Wahyu Djajanti ¹, Paula Aprilia Sukmanto ², Iriene Kusuma Wardhani ³

^{1,2,3} STIKES Katolik St. Vincentius A Paulo Surabaya

INFORMASI

Korespondensi:
yanti_stikesrkz@yahoo.
co.id

Keywords:
Knowledge, Health Educa-
tion, Eye Health

ABSTRACT

Objective: At Lack of information is a risk factor for lack of knowledge on adolescents about the eye health. Phenomenon was obtained by adolescents in Kemala Bhayangkari 4 Waru High School had never received information about eye health. When they were asked didn't know how to keep eye health. The purpose of this study was to identify effect of counseling on the level of knowledge (know) of adolescents about eye health before and after counseling in Kemala Bhayangkari 4 Waru High School.

Methods: Design of this study was Pre Experimental One Group Pre Post Test Design. Sample of this study was grade X students at SMA Kemala Bhayangkari 4 Waru which included as many as 58 inclusion criteria using simple random sampling techniques. Instrument used was a questionnaire.

Results: Data were analyzed using descriptive statistics proportion with results before giving counseling 45% of respondents had a lack of knowledge. After being given counseling more than 50% (65%) of respondents had a good level of knowledge. Wilcoxon test results showed value of $p(0,000) < \alpha(0.05)$.

Conclusion: There is an influence of counseling on the level of knowledge (know) of adolescents about eye health before and after counseling.

Pendahuluan

Mata merupakan organ sensorik kompleks yang mempunyai fungsi untuk melihat (Syaifuddin, 2013). Mata memiliki kemampuan untuk mengorganisasikan informasi di lingkungan sekitar. Mata merupakan salah satu indera yang penting untuk menyerap berbagai informasi visual dan melaksanakan kegiatan. Seseorang memiliki kesempatan lebih luas untuk mengakses informasi dengan tingkat penglihatan yang baik. Hal ini berbeda dengan seseorang yang memiliki gangguan pada mata seperti kelainan refraksi (Jannah, 2016). Gangguan mata yang sering terjadi di usia muda adalah miopia (Sallika, 2014). Upaya pencegahan dan menanggulangi penurunan penglihatan perlu diperhatikan karena melihat banyaknya kejadian miopia diusia remaja (Depkes RI, 2014). Remaja SMA Kemala Bhayangkari 4 mengatakan belum pernah mendapatkan informasi tentang kesehatan mata. Fenomena yang terjadi pada siswa SMA Kemala Bhayangkari 4 Waru adalah kurangnya pengetahuan siswa tentang cara menjaga kesehatan mata.

Tindakan seseorang didasari oleh seberapa jauh pengetahuan yang dimilikinya (Mubarak, 2012). Menurut hasil penelitian Sinaga (2015) terdapat 69% responden memiliki pengetahuan yang cukup tentang kesehatan mata. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa dengan pengetahuan yang cukup maka akan meningkatkan kesadaran akan kesehatan pada mata. Nikodemus (2014) juga melakukan penelitian tentang pengetahuan miopia pada siswa SD dengan hasil 42% siswa memiliki pengetahuan yang kurang, 39% pengetahuan cukup dan 19% memiliki pengetahuan baik. Siswa yang memiliki pengetahuan kurang karena tidak pernah mendapat informasi sebelumnya tentang miopia. Remaja di SMA Kemala Bhayangkari 4 Waru sebanyak 12 orang saat ditanya tentang penyebab mata menjadi minus, semua dari 12 orang (100%) mengatakan tidak tahu penyebab mata minus. 12 (100%) orang mengatakan tidak tahu bagaimana cara merawat mata. 1 orang (8,3%) memakai kacamata dengan lensa minus 2 dioptri dan mengatakan bahwa memiliki kebiasaan membaca sambil tidur. Pada saat ditanya berapa jarak membaca dan bermain *handphone* 8 orang (66,7%) menjawab kurang dari 30 cm, dan 4 orang (33,3%) hanya diam. Hasil yang didapatkan dari penelitian Sofiani & Santik (2016) intensitas penggunaan gadget dalam sekali pemakaian terbagi menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang dan ringan. Kategori ringan selama < 2

jam secara terus menerus terdapat 25 siswa (27,2%). Kategori sedang selama 2-4 jam secara terus menerus Sebanyak 27 siswa (29,3%). Kategori tinggi lebih dari 4 jam secara terus menerus terdapat 40 siswa (43,5%). Menurut Sofiani (2016) jika hal tersebut dibiarkan akan beresiko mengalami miopia. Menurut hasil penelitian Sofiani & Santik (2016) penderita miopia siswa perempuan sebanyak 66 siswa (71,7%) dan siswa laki-laki 26 siswa (28,3%). Derajat miopia dengan kategori ringan pada siswa laki-laki sebanyak 21 siswa (21,5%) dan dengan derajat sedang-berat sebanyak 5 siswa (4,5%), sedangkan untuk siswa perempuan sebanyak 55 siswa (54,5%) masuk dalam kategori derajat miopia ringan, dan sebanyak 11 siswa (11,5%) miopia sedang-berat.

Penggunaan *gadget* yang tidak terkontrol atau secara terus menerus akan memberikan efek kelelahan pada mata, mata menjadi kering, bahkan akan muncul kelainan refraksi seperti mata minus (Sindonews.com, 2018). Menurut Sofiani & Santik (2016) derajat miopia siswa berhubungan dengan lama penggunaan *gadget* Iswidharmanjaya (2014) mengatakan seseorang yang cenderung membaca teks di *handphone* atau tablet dengan jarak yang dekat dengan mata, dapat membuat otot-otot cenderung bekerja lebih keras karena mata akan berusaha memfokuskan pada teks di *handphone* atau tablet. Jika dibiarkan terlalu lama maka akan menyebabkan sakit kepala dan tegang di daerah mata.

Menurut teori Green (1980) dikutip oleh Notoatmodjo (2010) perilaku kesehatan seseorang ditentukan oleh pengetahuan, sikap, kepercayaan dan tradisi dari orang yang bersangkutan. Pengetahuan merupakan dasar dari respon dan perbuatan seseorang. Pengetahuan dapat dipengaruhi oleh tujuh faktor yaitu pendidikan, pekerjaan, usia, minat, pengalaman, kebudayaan lingkungan sekitar dan informasi. Pengetahuan seseorang dapat diperoleh melalui informasi yang diberikan (Mubarak, 2012). Seorang pengguna *gadget* jika mengetahui tentang cara mencegah terjadinya miopia atau cara menjaga kesehatan mata maka tindakan yang akan dilakukan adalah bisa memelihara kesehatan mata (Alamsyah & Muliawati, 2013).

Penurunan penglihatan atau miopia pada dasarnya dapat dicegah dengan cara seseorang harus tahu terlebih dahulu tentang kesehatan mata. Salah satu faktor seseorang tidak dapat menjaga kesehatan mata karena pengetahuan yang kurang. Kurangnya pengetahuan bisa saja karena kurangnya informasi

yang didapatkan. Pengetahuan dapat ditingkatkan dengan pemberian informasi atau penyuluhan kesehatan (Notoatmodjo, 2010). Informasi yang diperoleh seseorang akan memberikan pengaruh dan menghasilkan perubahan dan meningkatkan pengetahuan seseorang (Budiman & Riyanto, 2014). Penurunan tajam penglihatan merupakan salah satu masalah yang muncul karena mengabaikan kesehatan mata (Ilyas, 2004).

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang kesehatan mata.

Metode

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pra Experimental* dengan rancangan *one group pre-post test design*. Ijin penelitian berasal dari Kepala Sekolah SMA Kemala Bhayangkari. Penelitian ini sudah melalui proses uji Kelayakan Etik. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja di SMA Kemala Bhayangkari 4 Waru. Populasi terjangkau dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X SMA Kemala Bhayangkari 4 Waru berjumlah 68 siswa, dengan kriteria inklusi: 1) Belum pernah mendapatkan informasi tentang kesehatan mata 2) Bersedia hadir pada saat penyuluhan kesehatan 3) Bersedia menjadi responden 4) Belum pernah menjadi responden dengan teknik sampling *Simple Random Sampling* dan jumlah sampel sebanyak 58 responden. Pengambilan data dilakukan di tempat penelitian, siswa yang masuk sebagai responden penelitian diminta mengisi kuesioner yang sudah disediakan sebelum dan sesudah penyuluhan. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner mengenai kesehatan mata. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 18 April 2019. Uji statistik yang digunakan adalah uji *Wilcoxon* dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0.05$.

Hasil

Hasil Penelitian

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa karakteristik responden di SMA Kemala Bhayangkari 4 Waru pada usia remaja rata-rata berusia $15,7 \pm 0,5$ tahun. Berdasarkan jenis kelamin responden sebanyak 37 responden perempuan dan 21 responden laki-laki. Ditinjau dari informasi yang pernah didapatkan seluruh responden tidak pernah mendapatkan informasi.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Variabel	Frek. (n)	Prosen. (%)	Mean \pm SD
Usia			
15 tahun	17	29,3	
16 tahun	39	67,2	
17 tahun	2	3,4	
Jenis Kelamin			15,7 \pm 0,5
laki-laki	21	36,2	
Perempuan	37	63,8	
Pernah Mendapat Informasi			
Tidak			
Pernah	58	100	

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Remaja Sebelum dan Sesudah Penyuluhan tentang Kesehatan Mata

Kategori Tingkat Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
	Σ	%	Σ	%
Baik	8	14	38	66
Cukup	24	41	19	33
Kurang	26	45	1	2
Total	58	100	58	100

Hasil uji statistik menggunakan uji *Wilcoxon* dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Hasil yang didapatkan nilai *Asymp. Sig (2-tailed) = 0,000*. *Positive Rank* sebanyak 39 responden, yang berarti sebanyak 39 responden mengalami perubahan tingkat pengetahuan yang dominan ke arah positif (*Positive Ranks*). Nilai $p < \alpha$ sehingga H_0 ditolak yang berarti adanya pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan (tahu) remaja tentang kesehatan mata di SMA Kemala Bhayangkari 4 Waru.

Pembahasan

Hasil penelitian tingkat pengetahuan sebelum diberikan penyuluhan didapatkan terdapat 45% (26 responden) dengan tingkat pengetahuan kurang, ditinjau dari pernah mendapat informasi sebanyak 100% (58 responden) belum pernah mendapat informasi tentang kesehatan mata. Menurut Budiman & Riyanto (2014) informasi yang diperoleh seseorang dari pendidikan formal atau nonformal dapat memberikan pengaruh sehingga dapat menghasilkan sebuah perubahan atau peningkatan pengetahuan. Kemudahan untuk memperoleh suatu informasi dapat mempercepat seseorang memperoleh pengetahuan yang baru (Mubarak, 2012). Hal ini sejalan dengan penelitian Ristraningsih (2017) tentang pengaruh

pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan remaja bahwa tingkat pengetahuan remaja yang kurang juga disebabkan karena kurangnya informasi yang diperoleh. Data tersebut menunjukkan adanya kesesuaian antara teori dan fakta.

Kurangnya informasi kesehatan mata merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kurangnya pengetahuan remaja di SMA Kemala Bhayangkari 4 Waru. Dampak dari kurangnya informasi yang diperoleh adalah kurangnya pengetahuan remaja tentang miopia, cara mencegah miopia, dan cara menjaga kesehatan mata. Tingkat pengetahuan remaja di SMA Kemala Bhayangkari 4 Waru kurang kemungkinan dapat disebabkan belum ada poster maupun madding yang berisi tentang informasi kesehatan mata, serta belum pernah mendapatkan penyuluhan atau informasi dari puskesmas dan kegiatan dari petugas kesehatan di sekolah tentang kesehatan mata.

Berdasarkan hasil penelitian sesudah diberikan penyuluhan didapatkan lebih dari 50% remaja (65%) memiliki tingkat pengetahuan (tahu) baik. Menurut Notoatmodjo (2014) keberhasilan penyuluhan juga melihat pentingnya metode yang sesuai dengan sasaran. Salah satu metode penyuluhan kesehatan adalah ceramah. Metode ceramah merupakan metode yang digunakan untuk kelompok besar dengan menyesuaikan tingkat pendidikan formal dan sasaran. Metode ceramah merupakan metode yang cocok dengan sasaran pendidikan yang tinggi ataupun rendah, dalam metode ceramah banyak hal yang harus disiapkan salah satunya adalah media seperti *slide*, makalah singkat, dan LCD (*Liquid Crystal Display*). *Slide* merupakan salah satu alat bantu yang diproyeksikan untuk menyampaikan pesan atau informasi kesehatan. Alat bantu dalam penyuluhan berfungsi untuk memudahkan informasi yang disampaikan dan mempermudah sasaran untuk menerima informasi kesehatan (Notoatmodjo, 2014). Hal ini sejalan dengan penelitian dari Zainnudin (2017) yang berjudul pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan remaja. Hasil penelitian didapatkan bahwa ada pengaruh penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan remaja. Faktor yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan remaja karena telah diberi materi penyuluhan, remaja dapat mendengarkan dengan baik. Metode yang digunakan dalam penyuluhan adalah ceramah, tanya jawab dan diskusi, metode penyuluhan ini merupakan suatu cara atau strategi yang dilakukan oleh seorang

penyuluh dalam proses pemberian penyuluhan pada remaja untuk mencapai tujuan. Penyuluhan ini menggunakan metode ceramah.

Pada saat penyuluhan dilakukan, seluruh responden kondusif saat mendengarkan penyuluhan. Penyuluh memberikan kesempatan pada responden untuk berpartisipasi dalam diskusi tanya jawab tentang kesehatan mata. Beberapa responden menanyakan hal yang tidak dipahami pada penyuluh. Antusias responden dalam diskusi tanya jawab cukup baik, yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan responden tentang kesehatan mata. Peneliti berpendapat hal tersebut dapat diasumsikan bahwa, informasi yang diberikan tersampaikan dengan baik kepada remaja dengan metode yang sesuai dengan sasaran kelompok, sehingga terjadi peningkatan yang signifikan dari jumlah remaja yang tidak tahu menjadi tahu tentang materi yang diberikan.

Penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan pada remaja setelah diberikan penyuluhan tentang kesehatan mata. Hal ini dibuktikan dengan hasil uji *Wilcoxon* sebanyak 39 responden mengalami perubahan tingkat pengetahuan yang dominan ke arah positif (*Positive Ranks*). Menurut (Waryana, 2016) penyuluhan di bidang kesehatan adalah untuk menumbuhkan perubahan yang lebih terarah dalam aktivitas perilaku hidup sehat, perubahan tersebut meliputi pengetahuan, sikap dan tindakan yang akan membentuk masyarakat yang aktif, kreatif dan dinamis. Menurut teori Green (1980) yang dikutip Notoatmodjo (2010) bahwa pengetahuan seseorang dapat ditingkatkan dengan pemberian informasi melalui penyuluhan kesehatan. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Nikodemus (2014) tentang perbedaan tingkat pengetahuan anak usia sekolah sebelum dan setelah diberikan penyuluhan bahwa terjadi peningkatan tingkat pengetahuan setelah diberikan penyuluhan mengenai miopia. Peneliti berpendapat bahwa hal ini dapat terjadi karena adanya transfer informasi yang diberikan secara lengkap materi yang disajikan, selain itu responden juga berpartisipasi dalam diskusi sehingga terjadi komunikasi 2 arah antara penyuluh dan responden dimana dengan ikut berpartisipasi diskusi tanya jawab maka responden dapat lebih mengingat materi yang disampaikan. Selain itu juga penggunaan media seperti LCD (*Liquid Crystal Display*) dengan beberapa *slide power point* yang berisi teks dan gambar dapat merangsang stimulus dan membantu penyerapan informasi

Kesimpulan

Ada pengaruh penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan (tahu) remaja tentang kesehatan mata dimana peningkatan pengetahuan terjadi setelah dilakukan penyuluhan.

Saran

Kepala sekolah dapat bekerjasama dengan puskesmas terdekat untuk menerapkan hasil penelitian ini dalam melakukan penyuluhan kesehatan dengan topik yang lain menggunakan metode yang sama dengan menyesuaikan kelompok sasaran untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesehatan.

Daftar Pustaka

- Alamsyah, Dedi . Muliawati, R. (2013). *Pilar Dasar Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Depkes RI. (2014). Situasi Gangguan Penglihatan dan Kebutaan. *Kementerian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Iswidharmanjaya, D. & B. A. (2014). *Bila Si Kecil Bermain Gadget: Panduan Bagi Orang Tua Untuk Memahami Factor-Factor Penyebab Anak Kecanduan Gadget*. Bogor: Bisakimia.
- Jannah, R. (2016). *Segala Gangguan Mata & Penyakit Mata Faktor Penyebab, Gejala, Diagnosa & Tatalaksananya*. Cibubur: Guepedia.
- Mubarak, W. I. (2012). *Promosi Kesehatan untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nikodemus. (2014). *Perbedaan Tingkat Pengetahuan (Tahu) Siswa-Siswi Sekolah Dasar Sebelum dan Sesudah Diberi Penyuluhan Kesehatan Mengenai Miopia*. STIKES Katholik St. Vincentius A Paulo.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Promosi Kesehatan Teori & Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ristraningsih, G. P. (2017). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Pda Siswi kelas VIII Di SMP Negeri 28 Semarang*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Sofiani, A., & Santik, Y. D. P. (2016). Faktor-faktor yang mempengaruhi derajat miopia pada remaja (studi di Sma Negeri 2 Temanggung Kabupaten Temanggung). *Unnes Journal of Public Health*, 5(2), 176–185. <https://doi.org/10.1177/1403494814549494>
- Syaifuddin. (2013). *Anatomi Fisiologi: Kurikulum*

Berbasis Kompetensi Untuk Keperawatan & Kebidanan. Jakarta: EGC.

Waryana. (2016). *Promosi Kesehatan, Penyuluhan Dan Pemberdayaan Masyarakat*. Yogyakarta: Nuha Medika.