

INTISARI

Latar Belakang: Era digitalisasi di masa pandemi COVID-19 membuat seseorang mengakses perangkat digital rata-rata lebih dari 8 jam. *Computer Vision Syndrome* merupakan sekelompok masalah atau gejala berhubungan dengan mata yang erat kaitannya dengan penggunaan yang adiktif. Dengan segala pembelajaran yang dilakukan secara daring, pelajar dan mahasiswa menjadi lebih rentan untuk mengalami sindrom tersebut. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan keseluruhan tentang CVS dan praktik pencegahannya masih kurang. Sementara salah satu cara yang dapat mengurangi gejala tersebut adalah tingkat kesadaran akan perlunya pengetahuan, pemahaman, dan wawasan mengenai istilah dan faktor penyebab sindrom itu sendiri sebagai tindakan pencegahan dan perawatan kesehatan mata.

Tujuan: Untuk mengetahui adanya hubungan antara pengetahuan kesehatan mata dan durasi penggunaan teknologi digital terhadap kejadian *Computer Vision Syndrome* pada mahasiswa UGM.

Metode Penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan pendekatan *cross-sectional study* yang melibatkan 68 mahasiswa UGM. Sampel diambil dengan teknik pengambilan *Purposive Sampling*. Instrumen dalam penelitian ini berupa kuesioner *online* yang berisi tentang *screen-time using*, praktik ergonomis, pengetahuan tentang CVS, dan keluhan yang dirasakan responden. Hasil yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan *Chi-squared Fisher Exact Test*, dan *Wilcoxon Test*.

Hasil: Hubungan pengetahuan tentang CVS dan durasi penggunaan teknologi digital; pengetahuan tentang CVS dengan kejadian CVS; dan durasi penggunaan teknologi digital dengan kejadian CVS memiliki p-value $> 0,05$. Rutinitas istirahat dengan kejadian CVS memiliki hubungan yang signifikan dengan $p = 0,048$. Sementara penggunaan kacamata, jarak pandang antara mata dan layar, posisi duduk, posisi layar, pencahayaan ruangan, kecerahan layar, penggunaan filter anti-silau memiliki p-value $> 0,05$.

Kesimpulan: CVS umum terjadi dikalangan mahasiswa. Dalam penelitian ini, pengetahuan tentang CVS, faktor risiko, dan cara pencegahannya masih kurang. Dari beberapa variabel yang diuji hubungannya, hanya rutinitas istirahat yang mempengaruhi kejadian CVS.

Kata Kunci: *Computer Vision Syndrome*, Pengetahuan, Durasi, Mahasiswa Universitas Gadjah Mada

ABSTRACT

Background: The digitalization era during COVID-19 has made a person access digital devices for more than 8 hours. Computer Vision Syndrome (CVS) is a group of problems or symptoms related to the eye that are closely related to addictive use. Online-based learning process make students become more vulnerable to experiencing this syndrome. Several studies have shown that knowledge about CVS and its prevention practices is lacking. While one way that can reduce these symptoms is the level of awareness of the knowledge, understanding, and insight about terms and factors that influence the syndrome itself as a preventive measure and eye health care.

Purpose: This study aimed to determine the relationship between knowledge and duration of use of digital technology on the Incidence of Computer Vision Syndrome in UGM students.

Method: This research is an analytic study with cross-sectional which approach 68 UGM students. Samples were taken by using purposive sampling technique. The instrument in this study was an online questionnaire containing scree-time using, ergonomic practices, knowledge of CVS, and complaints felt by respondents. The results were analyzed using the Chi-squared, Fisher Exact Test and Wilcoxon Test.

Results: Relationship of knowledge about CVS and duration of digital technology use; knowledge of CVS with CVS incidence; and the duration of the use of digital technology with CVS events has a p -value > 0.05 . Rest routine with CVS incidence has a significant relationship with $p = 0.048$. Meanwhile, the use of glasses, the distance between the eyes and the screen, sitting position, screen position, room lighting, screen brightness, and the use of anti-glare filters have p -value > 0.05 .

Conclusion: CVS is common among college students. On this study, knowledge about CVS, risk factors, and ways to prevent it is still lacking. From several variables that were tested for the relationship, only the rest routine affected the incidence of CVS.

Keywords: Computer Vision Syndrome, Knowledge, Duration, Gadjah Mada University Students