

Hubungan Penggunaan *Gadget* dan Konsumsi Suplemen Vitamin A terhadap Gangguan Kesehatan Mata pada Peserta Didik SD No.58 Inpres Pangale Kabupaten Majene

Irmasari^{1*}, Bastian²

^{1,2} Prodi DIII Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Bangsa Majene

*Email: bastian@stikesbbmajene.ac.id

Pendahuluan: *Gadget* adalah suatu peranti atau instrumen yang memiliki tujuan dan fungsi praktis yang secara spesifik dirancang lebih canggih dibandingkan dengan teknologi yang diciptakan sebelumnya. Suplemen vitamin A merupakan nutrisi paling penting untuk penglihatan, pertumbuhan dan system kekebalan tubuh. Mata adalah salah satu organ tubuh vital manusia. Oleh karena itu, kita harus selalu menjaga dan mencegah hal-hal yang dapat merusak mata. Mata merupakan indra penglihatan pada manusia. Diera globalisasi ini, penggunaan *gadget* sebagai sarana komunikasi sungguh luar /biasa berkembang dengan pesat. Selain sebagai sarana komunikasi *gadget* dibekali dengan berbagai macam fitur yang sangat menarik terutama bagi anak. Tujuan penelitian ini untuk Menganalisis penggunaan *gadget* dan konsumsi suplemen vitamin A terhadap kesehatan mata peserta didik sekolah dasar. **Metode** Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian survei analitik dengan rancangan uji chi square. Jumlah sampel 51 peserta didik. Pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling, didapatkan responden sebanyak 51 responden. **Hasil** uji statistik chi square menunjukkan bahwa ada hubungan antara penggunaan gadget terhadap gangguan kesehatan mata pada peserta didik di SDN No. 58 Inpres Pangale Kabupaten Majene berdasarkan nilai penggunaa gadget dan berisiko rendah 14 responden (27.5%) dan yang berisiko tinggi 30 responden (58.8%). Dari hasil uji chi square di peroleh $p= 0.002$ yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan hubungan penggunaan *gadget* terhadap gangguan kesehatan mata. **Kesimpulan** Konsumsi suplemen vitamin A 21 responden (41,2%) dan yang tidak konsumsi 13 responden (15,7%). Dari hasil *uji chi square* di peroleh $p=0,043$ yang menunjukan terdapat hubungan yang signifikan hubungan konsumsi vitamin A terhadap gangguan kesehatan mata.

Kata kunci: penggunaan *gadget* , suplemen vitamin A, kesehatan mata.

Pendahuluan

Peningkatan teknologi merupakan dampak dari perkembangan peradaban, salah satunya dengan adanya *gadget*, yang akan mempermudah tingkat komunikasi tanpa mengenal jarak dan ruang. *Gadget* digunakan bukan hanya sebagai alat komunikasi, namun juga di gunakan sebagai hiburan. Namun selain memiliki manfaat yang sangat baik, *gadget* juga memiliki dampak negatif, yakni gangguan kesehatan mata akibat (Joan Herly Herwawan, 2022).

Gadget adalah suatu peranti atau instrumen yang memiliki tujuan dan fungsi praktis yang secara spesifik dirancang lebih canggih dibandingkan dengan teknologi yang diciptakan sebelumnya. Usia anak merupakan masa pertumbuhan, jika terlalu lama menggunakan *gadget* bisa berpengaruh pada penglihatan. Pada kondisi seperti itu rentan terjadi *astenopia* atau mata lelah. Jika tidak segera diantisipasi, hal itu bisa merusak saraf retina (Nanang Trihandoko, 2023).

Kebiasaan menggunakan *gadget* dalam jangka waktu yang lama merupakan kebiasaan yang kurang baik. Jika kebiasaan menggunakan *Gadget* dalam waktu yang lama dan terus menerus ini dibiarkan akan memberikan dampak negatif bagi indra penglihatan. Menatap layar gawai dalam waktu yang lama dapat memberikan tekanan tambahan pada mata dan susunan syaraf. Dampak penggunaan *gadget* yang berlebihan menyebabkan mata lelah. Selain itu, efek radiasi *gadget* juga berpengaruh besar pada saraf mata kalau sudah terkena retina berbahaya. Untuk mendeteksi astenopia biasanya mata berair, merah, dan pusing karena kelelahan. Menurutnya, hal itu masih bisa diantisipasi dengan pengobatan. Di samping itu, asupan makanan yang kaya gizi juga penting untuk menunjang mata lelah (Agnes Dwiana, 2021).

Penggunaan *gadget* yang salah seperti frekuensi penggunaan *gadget* yang berlebihan, posisi yang tidak benar dan intensitas pencahayaan yang tidak baik, akan berdampak terhadap penurunan tajam penglihatan, yang akan berefek pada karir, sosial ekonomi, pendidikan bahkan juga tingkat kecerdasan. Selain itu, semakin bertambahnya miopia pada anak juga akan meningkatkan berbagai risiko komplikasi, seperti gangguan permanen visual (kebutaan), katarak dan glaucoma. Kesehatan mata anak sekolah dasar merupakan aspek penting yang harus diperhatikan oleh orang tua, guru, dan masyarakat pada umumnya. Paparan layar *elektronik* seperti televisi, komputer, dan perangkat seluler secara terus-menerus dapat meningkatkan risiko gangguan mata pada anak. Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan teknologi digital secara berlebihan dapat menyebabkan berbagai kondisi mata seperti mata kering, kemerahan, mata lelah, dan masalah refraksi seperti miopia (Amanda Vivi Sefianti, 2023). Data WHO, ada lebih dari 285 juta penduduk dunia mengalami gangguan penglihatan dan 39 juta diantaranya mengalami kebutaan, 124 juta dengan *low vision* serta 153 juta mengalami gangguan penglihatan karena kelainan refraksi yang tidak terkoreksi. Sebanyak 90 persen penyandang gangguan penglihatan dan kebutaan ini hidup di negara dengan pendapatan rendah, yang jika dibiarkan begitu saja tanpa ada tindakan apapun, maka jumlah penderita gangguan penglihatan dan kebutaan ini akan membengkak menjadi dua kali lipat pada tahun 2020 (Yunia Irawati, 2022).

Berdasarkan survey terhadap 2500 orang tua di Singapura, Thailand, Indonesia, Malaysia, dan Filipina, beberapa temuan yang menarik adalah 98% responden memperbolehkan anaknya menggunakan *gadget*/tablet dan sebanyak 99% mereka menggunakannya di rumah, di mana Singapura menempati urutan teratas untuk jumlah anak-anak yang menggunakan *gadget* orangtuanya. Pada umumnya orang tua memperbolehkan anaknya menggunakan *gadget*/tablet untuk keperluan edukasi (80%). Selain itu, alasan lainnya adalah untuk hiburan (57%), pengenalan teknologi sejak dini (68%), serta untuk membuat mereka tenang atau sibuk (55%). Namun pada kenyataannya anak-anak biasanya menggunakan *gadget*/tablet untuk keperluan bermain game (72%), video 60%, aplikasi pendidikan 57%, dan aplikasi buku 14% (Agung Ayu Githasari Dewi, 2021). Deputi Tumbuh Kembang Anak, Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak RI, Leni Rosaline mengatakan, di Indonesia sekitar 10 persen dari 66 juta anak usia sekolah (5-19 tahun), mengalami gangguan mata akibat penggunaan *gadget* yang berlebihan. Sekitar 4,6 persen dari total populasi penduduk Indonesia memakai kacamata refraksi dan lensa mata, atau dengan kata lain kacamata minus. Berdasarkan survei yang dilakukan Riset Kesehatan Dasar tahun 2020 prevalensi kebutaan sebesar 0,4%, kemudian divalidasi oleh Persatuan Dokter Spesialis Mata Indonesia (Perdami) sebesar 0,6%. Berdasarkan kelompok umur angka *severe low vision* tertinggi pada kelompok umur ≥ 75 tahun dengan 13,90%. Sedangkan pada kelompok umur 5-14 tahun sebesar 0,03% (Dwi Rohmawati, 2023). Berdasarkan laporan dari *We Are Social*, *GSMA Intelligence* mencatat bahwa pada Januari 2020 terjadi peningkatan jumlah penggunaan *gadget* sebesar 43 juta yang menunjukkan adanya peningkatan pengguna sebesar 1% dari tiga bulan terakhir. Pada bulan April 2020 terjadi peningkatan pengguna *gadget* yang sangat tinggi yaitu 5 miliar atau 4,96 miliar yang artinya $\frac{3}{4}$

dari populasi penduduk dunia telah memiliki *gadget* (Bawelle, Lintong and Rumampuk, 2022).

Berdasarkan usia, pengguna *gadget* terbanyak adalah usia 12-24 tahun yaitu sebanyak 31% khususnya pada anak sekolah. Anak sekolah menggunakan *gadget* dalam sehari kurang lebih 3 jam. Penggunaan *gadget* oleh anak sekolah dipengaruhi oleh beberapa faktor meliputi faktor budaya, faktor sosial, faktor pribadi, dan faktor psikologis). Selain itu, faktor yang mempengaruhi anak sekolah dalam penggunaan *gadget* karena adanya iklan yang merajalela di dunia pertelevisian dan di media sosial. Jika faktor-faktor tersebut dibiarkan dan tidak ada perubahan kedepannya, maka akan menimbulkan banyak dampak dari penggunaannya salah satunya adalah Gangguan penglihatan. Gangguan terhadap kualitas ketajaman penglihatan sering terjadi khususnya berkaitan dengan lama penggunaan *gadget* serta jarak pandang terhadap *gadget* (Yureya Nita, 2023).

Pencegahan yang dapat dilakukan untuk mengurangi terjadinya kelelahan mata dapat dilakukan dengan beristirahat selama 20 detik setiap 20 menit dengan melihat sesuatu yang berjarak 20 kaki. Menjaga jarak pandang dengan layar *smartphone* 30-40 cm, posisi duduk yang benar, pencahayaan yang baik perlu diperhatikan karena cahaya yang terlalu terang dan gelap meningkatkan terjadinya kelelahan mata (*American Optometric Association*, 2022). Adapun gerakan senam mata yang dapat dilakukan dirumah seperti menggerakkan mata ke atas dan ke lantai, menggerakkan ke kiri dan ke kanan, menggerakkan dari pojok kanan ke kiri bawah, dan memutar bola mata Menggunakan *gadget* dengan tepat diharapkan kelelahan mata dapat berkurang (Windy Patadungan, 2021).

Menurut data badan pusat statistik (BPS) 2022 hampir seluruh peserta didik sekolah dasar di Indonesia menggunakan *gadget* secara total ada 33,44% peserta didik sekolah dasar menggunakan *gadget* atau gawai nirkabel sementara peserta didik sekolah dasar yang menggunakan akses internet mencapai 24,96% menurut data BPS pada karakteristik kelompok umur persentase yang menggunakan *gadget* pada anak usia 0-4 tahun atau balita hanya 25,5% sementara usia 5-6 tahun sebesar 39,97%

Menurut data badan pusat statistic provinsi Sulawesi barat angka penggunaan *gadget* pada tahun 2021 mencapai 48,8% dan pada tahun 2022 mencapai di angka 55,38% pada tahun 2023 meningkat menjadi 59,89%

Dan data penggunaan *gadget* kabupaten majene pada tahun 2021 48,90% dan pada tahun 2022 mencatat angka penggunaan *gadget* 53,11% pada tahun 2023 angka penggunaan *gadget* 58,64% Hasil studi pendahuluan di Sekolah Dasar 58 Pangale yang berlangsung pada tanggal 10 April 2024 didapatkan bahwa dari 51 siswa mengatakan 21 siswa menggunakan *gadget* lebih dari 2 jam/hari dan mengatakan bahwa kelamaan menggunakan *gadget* mata terasa panas serta penglihatan terasa kabur dan kepala terkadang pusing, lalu 20 siswa diantaranya mengatakan kurang dari 2 jam/hari menggunakan *gadget* dan tidak merasakan mata panas ataupun penglihatan kabur, dan 10 siswa mengatakan bangun tidur kebiasaan langsung memegang *gadget* dan mata langsung terpapar dengan cahaya *gadget*. Pada saat survey awal peneliti menyampaikan testimoni tentang kondisi penglihatan, bahwa mereka merasa ada penurunan ketajaman penglihatan mata. peneliti menduga bahwa penurunan ketajaman penglihatan salah satu sebabnya adalah penggunaan *gadget*. Sehingga itulah alasan peneliti melakukan penelitian dengan judul: **“Hubungan Penggunaan *Gadget* dan Konsumsi Vitamin A Terhadap Gangguan Kesehatan Mata Pada Peserta Didik SDN No. 58 Inpres Pangale Kabupaten Majene.”**

Metode

a. Jenis Dan Desain Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional* dengan melakukan pengumpulan data dari hasil kuesioner yang telah di dapat.

b. Waktu dan lokasi penelitian

1. Waktu Penelitian

Penelitian akan dilaksanakan pada 3 – 17 Juni 2024

2. Lokasi Penelitian

Penelitian dilaksanakan di SDN No.58 Inp. Pangale Kabupaten Majene yang beralamat di Jl. Lettu Muh. Yamin. Banggae Timur, Kabupaten Majene.

c. Populasi Dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan wilayah generalisasi terdapat obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian di tarik kesimpulannya (Sugiyono, 2018).

Populasi dalam penelitian ini adalah 51 semua siswa SDN 58 Inpres Pangale Siswa yaitu kelas IV dan V. Pada Siswa kelas IV ada 26 siswa sedangkan kelas V 25 siswa.

2. Sampel

Sampel adalah seluruh objek penelitian dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoatmojo, 2021).

d. Tehnik Sampling

1. Teknik sampling merupakan cara-cara yang di tempuh dalam pengambilan sampel, agar memperoleh sampel yang benar – benar sesuai dengan keseluruhan subjek penelitian (Nursalam 2021)

2. Teknik Pengambilan Sampel

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan *nonprobability sampling* dengan tehnik pendekatan pengambilan sampel *total sampling*. Total sampling adalah suatu cara dalam penentuan sampel bila semua populasi dijadikan sampel. (Sugiyono, 2018). Di dapatkan jumlah populasi 51 maka jumlah sampel 51 siswa Sekolah dasar.

e. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengumpulkan data (Muti, 2019). Instrumen ini digunakan pada penelitian ini yaitu hubungan bullying terhadap kesehatan mental siswa gambaran. Pada prinsipnya, meneliti merupakan kegiatan pengukuran terhadap fenomena sosial maupun alam. Sehingga memerlukan alat ukur yang baik dan tepat, alat ukur dalam penelitian biasanya dinamakan instrument penelitian, yang di maksud dengan instrument penelitian itu sendiri adalah suatu alat yang di gunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang di amati. Adapun instrument yang akan digunakan dalam penelitian ini ialah kuesioner.

Jenis alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner dengan model inventori yang telah di susun oleh peneliti sebelumnya.kuesioner ini telah di susun berdasarkan pertanyaan yang berhubungan dengan hubungan *bullying* dengan masalah kesehatan mental siswa sekolah dasar Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini merupakan jenis kuesioner tertutup, kuesioner telah berisi pernyataan-pernyataan yang disertai dengan pilihan-pilihan jawaban.Adapun bentuk dan format item dalam kuesioner ini adalah bentuk pernyataan dengan pilihan-pilihan.

1. Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk menguji apakah instrumen yang digunakan valid. Hal ini berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang sebenarnya diukur. Hasil instrumen disebut valid jika data yang terkumpul dengan data yang sesungguhnya

terjadi pada objek yang diteliti. Kuesioner valid jika nilai korelasi R hitung > R tabel (Sugiyono, 2020). Uji validitas dilakukan dengan membandingkan antara nilai r hitung dengan r tabel untuk degree of freedom (df) = n-2, dalam hal ini n adalah jumlah sampel dalam penelitian ini, yaitu (n) = 150. Maka besarnya df dapat dihitung dengan 150-2 = 148. Dengan df = 148 dan alpha = 0,05 didapat r tabel = 0.2097 (dengan melihat r tabel pada df = 148 dengan uji dua sisi). Adapun kaidah yang berlaku adalah apabila nilai r hitung > r tabel (0,2097), maka butir pertanyaan dalam kuesioner tersebut dapat dikatakan valid, begitu sebaliknya.

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas digunakan untuk menguji apakah instrumen yang digunakan reliabel. Reliabel apabila terdapat kesamaan data dalam waktu yang berbeda. Teknik pengujian reliabilitas ini menggunakan teknik analisis yang sudah dikembangkan oleh *Alpha Cronbach*. Pada uji reliabilitas ini, α dinilai reliabel jika lebih besar dari 0,6 (Ghozali, 2005:129). Adapun kaidah untuk menentukan apakah instrumen reliabel atau tidak.

1. Jika angka reliabilitas *Cronbach Alpha* melebihi angka 0,6 maka instrumen tersebut reliabel, kuesioner dapat dipercaya dan dapat digunakan.
2. Jika angka reliabilitas *Cronbach Alpha* kurang dari angka 0,6 maka instrumen tersebut tidak reliabel, kuesioner tidak dapat dipercaya dan tidak dapat digunakan.

Hasil

1. Analisis univariat

Univariat bertujuan untuk mengetahui hasil dari distribusi frekuensi dan persentase pada masing-masing variabel berupa karakteristik responden. Analisis univariat yang digunakan untuk menggambarkan karakteristik variabel yang diteliti. Dapat dilihat dalam tabel dibawah ini :

- a. Distribusi responden berdasarkan kelompok umur

Tabel 1
Distribusi Responden Berdasarkan Umur

| NO | Umur | n | % |
|--------------|------|-----------|--------------|
| 1 | 10 | 27 | 32.5 |
| 2 | 11 | 21 | 25.3 |
| 3 | 13 | 3 | 5.9 |
| TOTAL | | 51 | 100.0 |

Sumber : Analisis data 2024

Berdasarkan tabel 5.1 menunjukkan bahwa dari 51 responden kelompok umur terbanyak 10 tahun 27 responden (32.5%) dan kelompok umur terendah adalah umur 13 tahun 3 responden (5.9%).

- b. Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin

Tabel 2
Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin

| NO | Jenis kelamin | n | % |
|----|---------------|----|------|
| 1 | Laki-laki | 17 | 20.5 |
| 2 | Perempuan | 32 | 30.5 |

| | | |
|--------------|-----------|--------------|
| Total | 51 | 100.0 |
|--------------|-----------|--------------|

Sumber : Analisis data 2024

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa dari 51 responden jumlah jenis kelamin laki laki 17 responden (20.5%) sedangkan jumlah responden jenis kelamin perempuan berjumlah 32 responden (30.5%).

- c. Distribusi responden menggunakan *gadget*

Tabel 3.
Ditribusi responden menggunakan *gadget*

| NO | Gadget | n | % |
|--------------|---------------|-----------|--------------|
| 1 | Resiko rendah | 21 | 25.3 |
| 2 | Resiko tinggi | 30 | 36.1 |
| Total | | 51 | 100.0 |

Sumber : Analisis data 2024

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan bahwa jumlah resiko penggunaan *gadget* pada SDN INP 58 pangale beresiko rendah 21 responden (25.3%) Sedangkan jumlah yang berisiko tinggi 30 responden (36.1%).

- d. Distribusi responden kesehatan mata

Tabel 4. Distribusi responden kesehatan mata anak

| NO | Kesehatan mata | n | % |
|--------------|----------------|-----------|--------------|
| 1 | Normal | 30 | 36.1 |
| 2 | Tidak normal | 21 | 25.3 |
| Total | | 51 | 100.0 |

Sumber : Analisis data 2024

Berdasarkan tabel 5.4 menunjukkan bahwa jumlah responden yang memiliki kesehatan mata yang tidak normal 21 responden (25.3%) dan jumlah responden yang memiliki penglihatan yang normal sebanyak 30 responden (36.1%).

2. Analisis bivariante

- a. Hubungan penggunaan *gadget* dan konsumsi suplemen vitamin A terhadap kesehatan mata peserta didik

Tabel 5. Hubungan penggunaan *gadget* terhadap gangguan kesehatan mata pada peserta didik di SDN No. 58 inpres pangale

| NO | P. Gadget | Kesehatan mata | | | | Total | P |
|--------------|------------|----------------|--------------|----|----------|----------------|-------|
| | | Normal | Tidak normal | | | | |
| | | N | % | n | % | n% | |
| 1 | R. Rendah | 14 | 27.5 | 7 | 13.7 | 21(41.2) | 0.002 |
| 2 | R . Tinggi | 7 | 13.7 | 23 | 45.1 | 30(58.8) | |
| Total | | | 41% | | % | 51(100) | |

Sumber : Analisis data 2024

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 51 responden yang menggunakan *gadget* dan berisiko rendah 14 responden (27.5%) dan yang berisiko tinggi

30 responden (58.8%). Dari hasil uji chi square di peroleh $p= 0.002$ yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan hubungan penggunaan *gadget* terhadap gangguan kesehatan mata pada peserta didik di SDN 58 INP pangale.

Tabel.6 Hubungan konsumsi suplemen vitamin A terhadap gangguan kesehatan mata pada peserta didik di SDN No. 58 inpres pangale

| NO | Komsumsi Suplemen Vitamin A | Kesehatan mata | | | | P | |
|--------------|-----------------------------|----------------|------------|--------------|----------|----------------|-------|
| | | Normal | | Tidak normal | | | Total |
| | | N | % | n | % | | n% |
| 1 | Ya | 21 | 41.2 | 8 | 15.7 | 51(56.9) |).043 |
| 2 | Tidak | 13 | 25.5 | 9 | 17.6 | 22(43.1) | |
| Total | | | 41% | | % | 51(100) | |

Sumber : Analisis data 2024

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 51 responden yang konsumsi suplemen vitamin A 21 responden (41,2%) dan yang tidak konsumsi 13 responden (15,7%). Dari hasil *uji chi square* di peroleh $p=0,043$ yang menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan hubungan konsumsi suplemen vitamin A terhadap gangguan kesehatan mata pada peserta didik di SDN No. 58 INP Pangale.

Pembahasan

1. Hubungan penggunaan *gadget* terhadap gangguan kesehatan mata pada peserta didik di SDN Inp 58 Pangale

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 51 responden yang menggunakan *gadget* dan berisiko rendah 14 responden (27.5%) dan yang berisiko tinggi 30 responden (58.8%). Dari hasil uji chi square di peroleh $p= 0.002$ yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan hubungan penggunaan *gadget* terhadap gangguan kesehatan mata pada peserta didik di SDN 58 INP pangale.

Berdasarkan hasil penelitian dapat di lihat bahwa dari 51 responden yang memiliki *gadget* dan mempunyai resiko tinggi gangguan kesehatan mata sebesar (58.85%) 30 responden. sedangkan yang memiliki resiko rendah gangguan kesehatan mata sebanyak (27.5%) 14 responden.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah bahwa dari 51 responden yang konsumsi suplemen vitamin A 21 responden (41,2%) dan yang tidak konsumsi 13 responden (15,7%). Dari hasil *uji chi square* di peroleh $p=0,043$ yang menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan hubungan konsumsi suplemen vitamin A terhadap gangguan kesehatan mata pada peserta didik di SDN 58 INP Pangale.

Kebiasaan menggunakan *gadget* dalam jangka waktu yang lama merupakan kebiasaan yang kurang baik. Jika kebiasaan menggunakan *Gadget* dalam waktu yang lama dan terus menerus ini dibiarkan akan memberikan dampak negatif bagi indra penglihatan. Menatap layar gawai dalam waktu yang lama dapat memberikan tekanan tambahan pada mata dan susunan syaraf. Dampak penggunaan *gadget* yang berlebihan menyebabkan mata lelah. Selain itu, efek radiasi *gadget* juga berpengaruh besar pada saraf mata kalau sudah terkena retina berbahaya. Untuk mendeteksi astenopia biasanya mata berair, merah, dan pusing karena kelelahan. Menurutnya, hal itu masih bisa diantisipasi dengan pengobatan. Di samping itu, asupan makanan yang kaya gizi juga penting untuk menunjang mata lelah.

Penggunaan *gadget* yang salah seperti frekuensi penggunaan *gadget* yang berlebihan,

posisi yang tidak benar dan intensitas pencahayaan yang tidak baik, akan berdampak terhadap penurunan tajam penglihatan, yang akan berefek pada karir, sosial ekonomi, pendidikan bahkan juga tingkat kecerdasan. Selain itu, semakin bertambahnya miopi pada anak juga akan meningkatkan berbagai risiko komplikasi, seperti gangguan permanen visual (kebutaan), katarak dan glaucoma. Kesehatan mata anak sekolah dasar merupakan aspek penting yang harus diperhatikan oleh orang tua, guru, dan masyarakat pada umumnya. Paparan layar *elektronik* seperti televisi, komputer, dan perangkat seluler secara terus-menerus dapat meningkatkan risiko gangguan mata pada anak.

Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan teknologi digital secara berlebihan dapat menyebabkan berbagai kondisi mata seperti mata kering, kemerahan, mata lelah, dan masalah refraksi seperti miopia (Amanda Vivi Sefianti, 2023).

Data WHO, ada lebih dari 285 juta penduduk dunia mengalami gangguan penglihatan dan 39 juta diantaranya mengalami kebutaan, 124 juta dengan *low vision* serta 153 juta mengalami gangguan penglihatan karena kelainan refraksi yang tidak terkoreksi. Sebanyak 90 persen penyandang gangguan penglihatan dan kebutaan ini hidup di negara dengan pendapatan rendah, yang jika dibiarkan begitu saja tanpa ada tindakan apapun, maka jumlah penderita gangguan penglihatan dan kebutaan ini akan membengkak menjadi dua kali lipat pada tahun 2020 (Yunia Irawati, 2022).

Berdasarkan survey terhadap 2500 orang tua di Singapura, Thailand, Indonesia, Malaysia, dan Filipina, beberapa temuan yang menarik adalah 98% responden memperbolehkan anaknya menggunakan *gadget/tablet* dan sebanyak 99% mereka menggunakannya di rumah, di mana Singapura menempati urutan teratas untuk jumlah anak-anak yang menggunakan *gadget* orangtuanya. Pada umumnya orang tua memperbolehkan anaknya menggunakan *gadget/tablet* untuk keperluan edukasi (80%). Selain itu, alasan lainnya adalah untuk hiburan (57%), pengenalan teknologi sejak dini (68%), serta untuk membuat mereka tenang atau sibuk (55%). Namun pada kenyataannya anak-anak biasanya menggunakan *gadget/tablet* untuk keperluan bermain game (72%), video 60%, aplikasi pendidikan 57%, dan aplikasi buku.

Penelitian ini sejalan dengan Jurnal pertama dari Siprianus Abdu, dkk (2021) menyatakan bahwa Penelitian ini dilakukan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar, pada bulan Februari sampai Maret 2021. Populasi pada penelitian ini semua mahasiswa STIK Stella Maris Makassar. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik non-probability sampling dengan pendekatan accidental sampling dengan ukuran sampel 60 responden. Dari hasil uji statistik chi square diperoleh p value untuk mata kanan dan mata kiri masing-masing p kanan = 0,647 dan p kiri = 0,462, sehingga p value < 0,05 yang artinya bahwa penggunaan *gadget* tidak berdampak signifikan terhadap penurunan ketajaman penglihatan baik pada mata kanan ataupun mata kiri.

2. Hubungan konsumsi suplemen vitamin A terhadap gangguan kesehatan mata pada peserta didik di SDN No. 58 Inpres pangale

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 51 responden yang konsumsi suplemen vitamin A 21 responden (41,2%) dan yang tidak konsumsi 13 responden (15,7%). Dari hasil *uji chi square* di peroleh $p=0,043$ yang menunjukan terdapat hubungan yang signifikan hubungan konsumsi suplemen vitamin A terhadap gangguan kesehatan mata pada peserta didik di SDN 58 INP Pangale.

Suplemen vitamin A merupakan salah satu vitamin yang sangat penting untuk kesehatan mata. Kekurangan vitamin A dapat menyebabkan rendahnya respon imun, kesuburan, gangguan pada pertumbuhan dan rendahnya perkembangan mental, untuk mengetahui cakupan pemberian suplemen vitamin A pada balita maka dilakukan penelitian mengenai factor-faktor apa saja yang mempengaruhi pemberian suplemen vitamin A pada anak.

Menurut WHO, sebanyak 250 juta anak pra-sekolah mengalami kejadian kekurangan vitamin A, dengan jumlah angka kejadian anak yang mengalami kebutaan setiap tahun diperkirakan 250.000 sampai 500.000 (1%-2%), serta dalam jangka waktu 12 bulan separuh anak meninggal akibat dari kekurangan vitamin A (WHO, 2014)

Dari hasil penelitian yang dilakukan SDN 58 INPRES PANGALE dapatkan dari responden tidak ada pemberian suplemen vitamin A dalam lingkungan. Dari jumlah responden sebanyak 51 dari sebagian siswa mengatakan suplemen vitamin A di berikan orang tua di rumah.

Kekurangan vitamin A pada balita bisa mengakibatkan gangguan penglihatan sampai dengan menimbulkan penyakit lain, oleh karena itu pemberian suplemen vitamin A sangat penting bagi balita. Jika dikatakan kekurangan vitamin A pada balita apabila kandungan serum retinol dalam darah kurang dari 20 mikrogram/desiliter. Menurut WHO apabila jumlah populasi balita sebanyak 15% mengalami kekurangan vitamin A maka hal tersebut dikategorikan suatu masalah, sedangkan di Jawa Barat sendiri angka kejadian balita dengan kekurangan vitamin A masih cukup tinggi.

Pada penelitian ini balita yang berikan vitamin A dan ibu mendapatkan informasi dari tenaga kesehatan sebanyak 21 (60,0%) sedangkan yang di berikan vitamin A dan informasinya dari non tenaga kesehatan sebanyak 6 (40,0%). Hasil uji chi- square pada $\alpha = 0,05$ di peroleh nilai $p = 0,04$) $< 0,005$ yang bererti ada hubungan antara konsumsi vit A dengan gangguan kesehatan mata.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SDN 58 INP Pangale Kabupaten Majene Tahun 2024 dapat di tarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada hubungan antara penggunaan *gadget* dengan suplemen vitamin A berdasarkan nilai $p = 0,043$. Hal ini dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini, ada hubungan pada penggunaan *gadget* dengan suplemen vitamin A peserta didik di SDN 58 INP pangale Kabupaten Majene.
2. Ada hubungan antara penggunaan *gadget* dengan kesehatan mata berdasarkan nilai $p = 0,002 < 0,05$ Hal ini dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini ,ada hubungan pada penggunaan *gadget* dengan kesehatan mata peserta didik di SDN 58 INP Pangale Kabupaten Majene.

Referensi

- Agnes Dwiana, C. L. (2021). Hubungan pengetahuan siswa tentang kesehatan mata dengan sikap penggunaan gadget yang berlebihan di sd n 13 engkasan kalimantan barat. *Ournal Of Health Research*, 1-8.
- Agnes Dwiana, C. L. (2021). Hubungan pengetahuan siswa tentang kesehatan mata dengan sikap penggunaan gadget yang berlebihan di sd n 13 engkasan kalimantan barat. *Journal Of Health Research*, 1 - 8.
- Agnes Dwiana, C. L. (2021). Hubungan pengetahuan siswa tentang kesehatan mata dengan sikap penggunaan gadget yang berlebihan di sd n 13 engkasan kalimantan barat. *Avicenna : Journal Of Health Research*, 1-8.
- Agung Ayu Githasari Dewi, N. M. (2021). Situasi Analisis Pelayanan Kesehatan Mata Di Propensi Bali. *Published By Intisari Sains Medis | Intisari Sains Medis*, 952-957.
- Alisyahbana, A. T. (2023). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Kesehatan Mata Remaja. *SEHAT RAKYAT (JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT)*, 582-589.

- Amanda Vivi Sefianti, A. M. (2023). Strategi Menjaga Kesehatan Mata Anak SD Di Era Digital. *: Journal Of Primary And Children's Education*, 134-144.
- Chairiah, S. B. (2022). Hubungan Penggunaan Gadget Dengan Gejala Sindrom Mata Kering Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Syiah Kuala. *Jurnal Kedokteran Nanggroe Medika*, 22-30.
- Dwi Rohmawati, P. S. (2023). Factors associated with subjective complaints of eye fatigue in tailor workers at the children's palace market, jambi city. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 7525-7530.
- Jalilah, S. R. (2022). Analisis Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Fisik Dan Perubahan Perilaku Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmu Pendidikan* , 28-37.
- Joan Herly Herwawan, V. Y. (2022). Hubungan Penggunaan Gadget Dengan Kesehatan Mata Anak Usia Sekolah Di SD Negeri 142 Maluku Tengah. *MOLUCCAS HEALTH JOURNAL*, 83-87.
- Karla Sasia, F. I. (2021). Edukasi dan pemeriksaan kesehatan mata sejak dini untuk mengatasi peningkatan kasus miopia pada siswa sma di jabodetabek. *Seri Seminar Nasional Universitas Tarumanagara Implementasi MBKM*, 102-109.
- Muhammad Ismail Al Birru, W. M. (2023). edukasi bahaya kecanduan smartphome dan tips menjaga kesehatan mata pada siswa sd negri 1 sikunang wonosobo. *Wikrama Parahita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 95-104.
- Mutia. (2021). characteristics of children age of basic education. *fitrah*, 114-131.
- Nanang Trihandoko, A. E. (2023). Analisis hubungan penggunaan gadget dengan ketajaman penglihatan pada siswa smp kelas iv. *Prodi D3 Perekam Dan Informasi Kesehata*. 52
- Riska Wandini, L. N. (2020). Hubungan Penggunaan Gadget Terhadap Kesehatan Mata Anak Di Sekolah Dasar Al Azhar I Bandar Lampung. *MANUJU: MALAHAYATI NURSING JOURNAL*, 810-819.
- Sabani, F. (2019). Perkembangan Anak-Anak Selama Masa Sekolah Dasar (6 – 7 Tahun). *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 89-100.
- Salsa Putri Irayani, D. N. (2022). Menjaga Kesehatan Mata Dari Penggunaan Gadget. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 119-124.
- Siti Nur Solikah, T. T. (2022). hubungan durasi penggunaan gadget dengan ketajaman mata pada anak usia 10-12 tahun dimasa pandemi covid -19. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 835-844.
- Thesa Yuri, N. N. (2022). Pengaruh Penggunaan Gadget Dengan Kejadian Mata Lelah Pada Siswa SMA Selama Masa Pandemi. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala* , 60-65.
- Tutik Emi Tafiyah, S. H. (2021). Hubungan penggunaan gadget dengan penurunan ketajaman penglihatan pada anak usia sekolah di poliklinik mata rsi sunan kodus. *Jurnal Profesi Keperawatan*, 127-142.
- Windy Patadungan, S. I. (2021). Pengaruh Lama Terpapar Cahaya Smartphone Terhadap Ketajaman Penglihatan Dan Mata Kering Pada Siswa/I Sekolah Dasar Al-Irsyad Kota Surakarta. *SMART MEDICAL JOURNAL*, 172-180.
- Yunia Irawati, J. D. (2022). Screening Kesehatan Mata Anak Pada Komunitas Kusta Dalam Era Pandemi COVID-19. *Media Karya Kesehatan*, 54-67
- Yureya Nita, D. P. (2023). edukasi bahaya penggunaan gadget bagi kesehatan mata anak. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat*, 39-42.