

KEBIASAAN MELAKUKAN AKTIVITAS MELIHAT DEKAT DAN KURANGNYA AKTIVITAS FISIK DI LUAR RUANGAN SEBAGAI FAKTOR RISIKO MIOPI PADA SISWA SMPN I JEPARA

RISTIANA PRAFITASARI -- E2A007108
(2011 - Skripsi)

Miopi adalah kelainan refraksi yang paling umum dijumpai dan merupakan faktor risiko kebutaan akibat *neovascular macular degeneration*. Kebiasaan melakukan aktivitas melihat dekat dapat meningkatkan risiko miopi. Studi mengindikasikan bahwa anak penderita miopi selalu melihat objek dalam jarak dekat. Usia sekolah merupakan usia yang penting dalam perkembangan miopi. Berdasarkan hasil observasi, ada 83 siswa SMPN I Jepara yang mengalami miopi. Tujuan penelitian ini adalah untuk membuktikan bahwa kebiasaan melakukan aktivitas melihat dekat dan kurangnya aktivitas fisik di luar ruangan merupakan faktor risiko miopi pada siswa SMPN I Jepara. Jenis penelitian ini adalah studi analitik dengan pendekatan kasus kontrol. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMPN I Jepara dengan sampel yang terdiri dari 45 kasus dan 45 kontrol yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Analisis data menggunakan uji *Chi Square* dengan taraf signifikansi 5% dan analisis berstrata dengan *Chi Square Mantel Haenszel* untuk mengetahui peran *confounding*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata responden berusia 13,4 tahun. Hasil analisis statistik membuktikan bahwa membaca sambil tiduran/tengkurap/membungkuk (nilai $p=0,009$ dan $ORMH=3,2$), melakukan aktivitas melihat dekat ≥ 8 jam/hari (nilai $p=0,034$ dengan $ORMH=2,5$), melakukan aktivitas *outdoor* 7,5 jam seminggu (nilai $p=0,001$ dengan $ORMH=7,1$) merupakan faktor risiko miopi. Sementara membaca >2 jam/hari, membaca jarak dekat, menggunakan komputer ≥ 2 jam/hari, menggunakan komputer jarak dekat, menonton tv $\geq 2,58$ jam/hari dan menonton tv jarak dekat tidak terbukti sebagai faktor risiko miopi pada siswa SMPN I Jepara. Diharapkan kepada orang tua untuk mengingatkan anak agar tidak beraktivitas melihat dekat dalam waktu yang lama dan mendorong anak untuk berolahraga dan bermain di luar ruangan.

Kata Kunci: Miopi, Melihat Dekat, Siswa SMP