

HUBUNGAN PENCAHAYAAN, LAMA PAPARAN RADIASI MONITOR DAN POSISI STASIUN KERJA DENGAN KELUHAN KELELAHAN MATA

FANI PRADITA SITORUS – 25010114140337

(2018 - Skripsi)

Kelelahan mata adalah upaya yang berlebihan dari kondisi penglihatan yang kurang untuk memperoleh ketajaman dalam melihat. Salah satu penyebab kelelahan mata ini adalah karena penggunaan komputer dalam aktivitas sehari-hari. Jika terus menerus menggunakan komputer secara monoton setiap harinya maka dalam jangka panjang akan menimbulkan kerusakan pada mata. Tujuan dari penelitian ini adalah Menganalisis hubungan antara pencahayaan, lama paparan radiasi monitor dan posisi stasiun kerja dengan keluhan kelelahan mata pada pegawai administrasi kantor X. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah keluhan kelelahan mata dengan variable bebas yaitu intensitas pencahayaan, lama paparan radiasi monitor, jarak monitor, waktu istirahat mata, usia, dan jenis kelamin. Jenis penelitian ini adalah cross-sectional dan observasional analitik. Sampel dalam penelitian ini ada sebanyak 32 orang sesuai dengan criteria inklusi yaitu pegawai yang selalu menggunakan komputer di bagian Kantor X. Analisis statistic dilakukan dengan uji chi square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa intensitas pencahayaan (p Value=0,024), Lama kerja di depan komputer (p Value=0,001), dan Durasi istirahatmata (p Value=0,018) mempunyai hubungan dengan keluhan kelelahan mata. Sedangkan jenis kelamin (p Value=0,637), usia (p Value = 0,387) dan jarak monitor komputer (p Value=0,248) tidak mempunyai hubungan dengan keluhan kelelahan mata. Perusahaan sebaiknya memperbaiki pencahayaan dengan cara manambah lampu dan menaikkan watt, manata tata letak meja, membuat pengaturan tentang jam istirahat pegawai setelah bekerja selama 1 jam di depan komputer secara terus-menerus, dan melakukan pemeriksaan berkala terhadap kesehatan mata

Kata Kunci: Intensitas pencahayaan, lama paparan radiasi monitor, jarak monitor dan istirahat mata