

ABSTRAK

PENGARUH DURASI PENGGUNAAN *GADGET* TERHADAP KEJADIAN RABUN JAUH (MYOPIA) DI MTS AL HAMIDI JEMBER

Oleh: YOSIA DITA KARUNIA SUPANDI

Seiring berkembangnya zaman teknologi informasi dan komunikasi juga ikut berkembang. *Gadget* merupakan salah satu hasil dari perkembangan teknologi pengetahuan dan informatika baik di Indonesia maupun di berbagai negara lainnya.

Menurut laporan dari kementerian komunikasi dan informatika Republik Indonesia, durasi penggunaan *gadget* dikalangan anak dan remaja di Indonesia mencapai 3 jam 26 menit, melebihi standar penggunaan internasional yaitu 2 jam 16 menit.

Penggunaan *gadget* merupakan salah satu aktivitas yang membutuhkan konsentrasi dan jarak penglihatan mata yang cukup dekat sehingga mampu meningkatkan resiko rabun jauh (myopia) dan menyebabkan kelelahan mata.

Beberapa sekolah di Indonesia sekarang menggunakan berbagai macam fasilitas sesuai dengan kemajuan pengetahuan, teknologi dan informasi untuk memudahkan metode belajar mengajar. Sehingga siswa tidak terlepas dari penggunaan *gadget* dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan penelitian dengan 40 siswa dari MTS Al-Hamidi Jember diketahui bahwa kebiasaan menggunakan *gadget* dalam durasi yang lama yaitu >2jam/hari sebanyak 36 responden (90%). Dan mengalami kejadian myopia sebanyak 21 responden (47,5%)

Dengan adanya survey penggunaan *gadget* yang berdampak pada kesehatan mata terutama rabun jauh (myopia) pada anak dan remaja di MTS Al-Hamidi Jember. Diharapkan dapat dijadikan pantauan terhadap guru maupun orang tua agar selalu memberikan pengawasan yang baik dalam durasi penggunaan *gadget*.

Kata Kunci: *gadget*, myopia, durasi