

# TERGANGGUNYA FUNGSI PENGLIHATAN AKIBAT PENGGUNAAN GADGET

**Syafi'in, Byba Melda Suhita**

Institut Ilmu Kesehatan Surya Mitra Husada Kediri

Email: syafi67inin@gmail.com

## ABSTRAK

**Latar belakang:** Terganggunya fungsi penglihatan akibat dari penggunaan gadget, yaitu terjadinya *Computer Vision Syndrome*, penurunan tajam penglihatan dan miopia. Dan menjelaskan penggunaan gadget yang baik dan benar, yang dapat menjaga fungsi penglihatan terutama kepada anak-anak dan remaja

**Metode:** Sumber literatur dicari menggunakan *data base* : Google Scholar, Pubmed, Proquest, Science Direct, dan Sinta dengan menggunakan kata kunci : *computer, gadget, portable display, smartphone* dan *eye, miopia, vision, visual*. Dengan *boolean operator* (AND, OR, NOT). Artikel yang didapat adalah terbitan antara Januari 2015 sampai Oktober 2020 untuk dilakukan seleksi sesuai tujuan *literature review* dan didapatkan sebanyak Lima Belas studi yang dimasukkan dalam *literature review* ini.

**Hasil:** Penggunaan gadget dan sejenisnya selama 1 jam atau lebih signifikan berkaitan timbulnya satu atau lebih *Computer Vision Syndrome* terhadap organ mata (7 studi), dan penggunaan gadget dan sejenisnya selama durasi lebih dari 2 jam per hari dengan frekuensi setiap hari dalam seminggu signifikan berkaitan timbulnya penurunan tajam penglihatan dan miopia (8 studi).

**Kesimpulan:** Penggunaan gadget bukan satu-satunya penyebab utama masalah kesehatan, tetapi berkontribusi secara signifikan terhadap berbagai gangguan kesehatan, terutama terganggunya fungsi penglihatan yaitu terjadinya *computer vision syndrome*, penurunan tajam penglihatan, dan miopia. Pengelolaan penggunaan gadget yang tepat dapat terbukti menguntungkan dalam memahami bidang pendidikan dan bidang-bidang yang lain lebih baik sedangkan penggunaan yang berlebihan dapat menyebabkan berbagai gangguan kesehatan.

**Kata kunci :** Gadget, Dampak, Gangguan Penglihatan