

# 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 *boolen 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