

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Salah satu penyebab terjadinya astenopia adalah bermain Game online yang sangat menarik perhatian remaja dan orang dewasa karena tampilan, gaya bermain, grafis permainan dan resolusi gambar yang menarik. Bermain game online dengan intensitas lama dapat menimbulkan kebingungan antara kenyataan dan ilusi, mempengaruhi daya konsentrasi, dan akan berdampak pada gangguan penglihatan (Mosi, 2023). Adanya game online pada gadget memberikan manfaat sebagai hiburan (Moawad RAM, 2017), namun disisilain, kebiasaan ini dapat menyebabkan dampak negative pada kesehatan misalnya pada kesehatan mata (Arizona M, 2021). Hal ini merupakan salah satu tantangan yang di hadapi dalam dunia pendidikan, pendidikan harus mampu memperbaiki sikap mahasiswa yang belakangan ini semakin buruk (Ganang Ramadhani FS, 2020). Oleh karena itu remaja sangat tertarik dengan game online dan menghabiskan waktu bermain game tersebut dalam jangka waktu yang panjang. Bermain dalam jangka waktu yang Panjang berkemungkinan akan mempengaruhi kesehatan mata, baik dalam pekerjaan, kehidupan sosial maupun Kesehatan.

Mata merupakan salah satu indra manusia yang paling penting. Mata manusia dapat menyerap lebih dari 80% informasi visual untuk berbagai aktivitas. Namun, berbagai gangguan penglihatan dapat terjadi (Kemenkes, 2018). Astenopia adalah penyakit yang dialami oleh mata karena otot mata (otot siliaris) dipaksa bekerja keras, terutama saat harus melihat objek dekat dalam waktu yang lama (Chandra & Kartadinata, 2018). Astenopia atau sering disebut sebagai kelelahan visual merupakan kelainan yang ditandai dengan gejala somatik atau persepsi seperti sakit kepala, penglihatan kabur, mata kering dan sensasi benda asing disekitar mata (Guo et al., 2018). Masalah Kesehatan seringkali menjadi keluhan paling umum yang dikeluhkan salah satunya Kesehatan mata. Hal ini disebabkan karena kuat pencahayaan, waktu

papar terhadap objek terang, usia lanjut, dan adanya kelainan refraksi dari penggunaan online game (Assagaf AR,2021). Penurunan kondisi penglihatan yang ditimbulkan, biasanya berawal dari mata lelah (astenopia) dan kering. Astenopia merupakan sekumpulan gejala pada mata dengan manifestasi yang tidak spesifik, seperti mata perih, berair, nyeri kepala, dan penglihatan ganda namun gejala tersebut dapat berkurang dengan beristirahat atau tidak melanjutkan aktivitas (Tahali T,2017).

Dampak dari astenopia dapat menyebabkan terjadinya penurunan kemampuan akomodasi. Penurunan kemampuan akomodasi yang akan membuat mata lemah dalam memfokuskan bayangan yang diterima oleh retina. Gejala yang spesifik yang bisa timbul yaitu fotofobia, diplopia, mata gatal, mata kering, penglihatan buram dan sensasi seperti benda asing didalam mata. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian Astenopia yaitu penggunaan perangkat digital sehari-hari seperti komputer, gadget, suhu lembab dalam ruangan dan pencahayaan (Fernanda & Amalia, 2018). Penggunaan gadget yang berlebihan memaksa fungsi otot mata untuk bekerja terus menerus akan meningkatnya ketegangan mata sehingga mengakibatkan terjadinya astenopia (Putri et al., 2022). Kemungkinan kejadian astenopia dapat terjadi pada penggunaan gadget dengan durasi yang lama (Long et al., 2017).

Angka kejadian astenopia di Indonesia cukup tinggi yaitu mencapai 69,7% (Fernanda & Amalia, 2018). Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) 2021 berdasakan survey yang dilakukan didapatkan peningkatan penggunaan internet di Indonesia sebesar 88% yaitu sebesar 143,26 jiwa ini setara dengan 54,68 % dari total populasi penduduk Indonesia 262 juta orang dan yang mendominasi penggunaan internet yakni penduduk yang berusia 12-34 tahun (64%). Rata-rata waktu penggunaan internet per hari yaitu 1-7 jam. Hasil survey We Are Social dan Hootsuite's didapatkan hasil 4.39 milyar pengguna internet pada tahun 2019 terdapat pertambahan \pm 367 jutapengguna atau 9.1% dari tahun 2018 (We Are Social, 2019). Pada tahun 2017, 43.7 juta orang menjadi gamers diIndonesia sehingga membuat Indonesia menjadi 16 besar pemain game aktif. Usia pemain game di Indonesia

adalah 21-35 tahun sebanyak 47%, 10-20 tahun 36% dan 36-50 tahun 17% (Sari, 2019).

World Health Organization (WHO) menunjukkan angka kejadian astenopia di dunia mencapai 40% hingga 90%. Dalam studi di Iran prevelensi astenopia adalah 49,4%. Prevelensi astenopia tinggi juga ditemukan di antara banyak mahasiswa di berbagai negara seperti Cina 53,5%, Malaysia 89,9%, Mesir 86% dan baru-baru ini di Iran di temukan 70,9% prevelensi astenopia (Sawaya1 et al., 2020). Hasil penelitian yang dilakukan seluruh provinsi di Indonesia melibatkan 2.933 remaja didapatkan 59% mengaku mengalami peningkatan durasi bermain internet selama 11,6 jam per hari pada masa pandemi Covid-19 (Siste et al., 2020).

National Institute for Occupational Safety and Health (NIOSH) menyatakan, dari pengguna komputer selama tiga jam atau lebih dalam satu hari hampir 90% mengeluhkan gangguan penglihatan. Keadaan tersebut juga ditemukan hampir satu juta kasus keluhan mata lelah ditempat kerja yang menggunakan komputer sebesar 70%-90% setiap tahunnya. di India mengalami peningkatan dari 19% menjadi 23% terjadinya keluhan mata lelah. Penggunaan gadget memiliki dampak terkait kesehatan seperti sakit kepala, kesulitan untuk berkonsentrasi, kehilangan ingatan, kehilangan pendengaran, dan kelelahan karena penggunaan telepon genggam yang terlalu lama (Principal & College, 2018). Hasil penelitian Kumar & Sherkhane, (2018) pengguna gadget memiliki dampak 39% masalah pendengaran dan 20% telah mengurangi aktivitas fisik, tidur terganggu, 10,5% berkonsentrasi atau masalah berpikir , 57,5% memiliki masalah yang berkaitan dengan penglihatan.

Masalah kesehatan seperti astenopia disebabkan oleh penggunaan durasi gadget yang buruk dapat di cegah dengan mengistirahatkan mata sekitar 15 menit saat menggunakan gadget setelah 2 jam pada penggunaan berturut-turut. Hal ini bermanfaat untuk menghentikan kelelahan pada mata sehingga meningkatkan kenyamanan bagi pengguna gadget (Putri et al., 2022). Menggunakan teknik 20- 20-20 yang artinya, saat menggunakan gadget selama 20 menit lalu alihkan pandangan dari layar gadget dengan melihat objek lain

pada jarak 20 kaki (6 meter) selama 20 detik untuk mencegah terjadinya gejala astenopia (Medelin & Merylin, 2020).

Penggunaan game online sebenarnya juga memberikan dampak negatif dalam kehidupan. Beberapa sumber mengatakan bahwa, penggunaan game online terlalu lama dapat menimbulkan kebingungan antara kenyataan dan ilusi, mempengaruhi daya konsentrasi, berdampak terhadap penurunan berat badan, dan kondisi penglihatan terganggu (Surbakti, 2017). Penurunan kondisi penglihatan yang ditimbulkan, biasanya berawal dari mata lelah (astenopia) dan kering. Asthenopia atau biasa disebut dengan kelelahan pada visual merupakan kelainan yang ditandai dengan adanya gejala somatik dan persepsi seperti sakit kepala, penglihatan kabur, mata kering, dan sensasi adanya benda asing pada sekitar mata (Guo et al., 2018). Hal tersebut terjadi karena melihat kearah monitor komputer atau smartphone terlalu lama yang akan mengakibatkan frekuensi mengedip berkurang. Keadaan ini menyebabkan timbulnya gejala kekeringan pada mata. Gejala tersebut sering muncul setelah membaca, bekerja di depan komputer, bermain game terlalu lama dan aktivitas jarak dekat lainnya yang mengakibatkan mata berakomodasi.

Dari hasil kajian dan wawancara sepintas pada 8 mahasiswa yang mayoritasnya senang dan sering meluangkan waktunya hampir setiap hari untuk bermain game online dan tidak meluangkan waktu untuk berinteraksi dengan kerabat atau temannya di karenakan menurut mereka bermain game menjadi sesuatu yang sangat penting untuk di lakukan dari pada mementingkan kesehatan diri dan bersosialisasi dengan orang lain. Diketahui ada sebanyak 5 dari 8 mahasiswa yang bermain game online seperti diantaranya menyatakan menghabiskan waktunya dengan bermain game online sudah merasakan mata perih, berair, nyeri kepala, dan penglihatan ganda namun gejala tersebut dapat berkurang dengan beristirahat atau tidak melanjutkan aktivitas dan 3 dari 8 masiswa universitas strada indonesia kediri yang bermain game online tidak mengalami gejala Astenopia karena mereka membagi waktu dengan baik dan beristirahat dengan cukup tidak di pengaruhi bermain game online.

Berdasarkan hasil penelitian dari Choi et al. (2020), bahwasanya 35%

diantaranya bermain game online > 4 jam / hari memiliki resiko lebih tinggi mengalami kelelahan mata (astenopia).Penelitian serupa oleh Rahman dan Amin (2019) menunjukkan bahwa paparan cahaya biru dari layar perangkat digital dapat menyebabkan kerusakan retina dalam jangka panjang.hasil yang diperoleh bahwasanya sebanyak 89 responden (77,4%) pada tingkat intensitas tinggi dengan rata-rata bermain game online lebih dari 3 jam (> 3 jam) mengalami astenopia, dan 26 responden (22,6%) pada tingkat intensitas rendah dengan rata-rata bermain game online kurang dari 3 jam (< 3jam) tidak mengalami astenopia.Responden melaporkan berbagai keluhan kesehatan mata akibat bermain game online 68% mengalami mata lelah (astenopia),52% melaporkan gejala mata kering, 41% mengalami pandangan kabur setelah bermain dalam waktu lama, 28% mengeluhkan sakit kepala yang diindikasikan sebagai efek samping dari penggunaan perangkat digital yang berlebihan.Responden yang menghabiskan lebih dari 4 jam per hari untuk bermain game online cenderung mengalami keluhan kesehatan mata, seperti mata lelah (astenopia),mata kering, dan pandangan kabur. Gejala ini lebih sering dialami oleh pelajar dan mahasiswa yang menjadi kelompok dominan dalam penelitian ini.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk mengambil penelitian tentang “Analisis Pengaruh Bermain Game Online terhadap gangguan Astenopia Mahasiswa Di Kampus Universitas Strada Indonesia Kediri”.

1.2 Rumusan masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana pengaruh bermain game online terhadap gangguan Astenopia mahasiswa di kampus Universitas Strada Indonesia Kediri?

1.3 Tujuan penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Untuk mengetahui pengaruh permainan game online terhadap gangguan Astenopia mahasiswa di kampus Universitas Strada

Indonesia Kediri

1.3.2 Tujuan khusus

1.3.2.1 Mengidentifikasi Lama bermain game online pada mahasiswa di kampus Universitas Strada Indonesia Kediri

1.3.2.2 Mengidentifikasi frekuensi game online pada mahasiswa di kampus Universitas Strada Indonesia Kediri

1.3.2.3 Mengidentifikasi Frekuensi bermain game terhadap gangguan astenopia pada mahasiswa di kampus Universitas Strada Indonesia Kediri

1.3.2.4 Mengidentifikasi Astenopia pada mahasiswa yang bermain game online di kampus Universitas Strada Indonesia Kediri

1.3.2.5 Menganalisis pengaruh bermain game online terhadap gangguan Astenopia pada mahasiswa di kampus Universitas Strada Indonesia Kediri

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Secara teoretis, penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat gambaran tentang pengaruh game online terhadap online terhadap gangguan Astenopia mahasiswa di kampus Universitas Strada Indonesia Kediri.

1.4.2 Manfaat praktis

1.4.2.1 Bagi mahasiswa

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan wawasan pada mahasiswa tentang pengaruh bermain game online dapat merusak atau online terhadap gangguan Astenopia dan peneliti berharap agar mahasiswa dapat mengurangi kegiatan bermain game online

1.4.2.2 Bagi peneliti

Dapat menambah wawasan dan pengalaman langsung mengenai

pengaruh game online terhadap online terhadap gangguan Astenopia serta peneliti mampu menerapkan bagaimana menindaklanjuti mahasiswa yang interaksi sosialnya kurang.

1.4.2.3 Bagi institut akademik

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi, informasi, dan bahan kajian tentang pengaruh game online terhadap online terhadap gangguan Astenopia mahasiswa.

1.4.2.4 Bagi pemerintah

Hasil penelitian ini diharapkan agar pemerintah memberiakan himbauan terhadap pengaruh bermain gameonline terhadap masyarakat khususnya mahasiwa untuk mengurangi kegiatan bermain game online dan memperbanyak kegiatan sosial atau interaksi sosial terhadapsesama.

1.5 Keaslian penelitian

No	Tahun	Peneliti	Judul	Perbedaan dengan Penelitian sekarang
1	2023	Moch Malik Satria Khubbul Waton	Hubungan Antara Frekuensi Bermain Game Online Dengan Kejadian ASTENOPIA Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes	Perbedaan penetian ini dan penelitian sebelumnya berfokus pada frekuensi dampak game online sedangkan penelitian sekarangberfokus pada pengaruh game online terhadap gangguan astenopia terhadap mahasiswa

			Maharani Malang	
2	2023	Moh. Amin Mosi	Hubungan Intensitas Bermain Game Online Terhadap Kejadian Asthenopia pada Pelajar	Perbedaan penelitian sebelumnya terdapat pada variable dependen dimana yang di kaji adalah intensitas bermain game online sedangkan penelitian sekarang yang di kaji adalah pengaruh game online terhadap gangguan asthenopia pada Mahasiswa
3	2021	Arizona M	Hubungan Lamanya Bermain Game Online Dengan Keluhan Kelelahan Mata Pada Siswa SMA Negeri 1 Deli Tua	Perbedaan penelitian sebelumnya terdapat pada variable dependen di mana mengkaji lamanya bermain game terhadap keluhan kelelahan mata, sedangkan penelitian sekarang mengkaji pengaruh game online terhadap gangguan asthenopia pada mahasiswa