



Edukasi Kesehatan Mata dan Deteksi Dini Gangguan Mata pada Santri di Pondok Pesantren

Moh. Ichsan*

Rumah Sakit Umum Daerah Poso, Poso, Indonesia

*Email: ichsanmoh28@gmail.com

Article History:

Received: 30-05-2022

Accepted: 10-06-2022

Published: 30-06-2022

Kata Kunci:

Kesehatan mata;
Deteksi dini.

ABSTRAK

Gangguan mata adalah hal yang sering terjadi, dapat menyerang siapa saja dan kapan saja. Keluhannya bisa berupa mata merah, gatal, perih, gangguan penglihatan, hingga kebutaan. Untuk mengantisipasinya, perlu dilakukan pemeriksaan mata secara rutin agar penyakit mata cepat terdeteksi dan diobati sedini mungkin. Permasalahan yang didapatkan di Pondok Pesantren Amanah Putra Desa Toini, Santri belum memahami cara menjaga kesehatan mata dan saat libur pondok mereka selalu menghabiskan waktu mereka untuk bermain gadget sehari-hari, oleh karena itu diperlukan kegiatan untuk membangun kesadaran akan pentingnya kesehatan mata. Salah satu cara yang dapat dilakukan yaitu dengan melakukan pemeriksaan mata dan juga edukasi kesehatan mata. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yaitu meningkatkan pengetahuan santri tentang pentingnya kesehatan mata serta dapat mendeteksi sedini mungkin gangguan pada mata. Metode pengabdian dengan memberikan edukasi tentang pentingnya menjaga kesehatan mata dan deteksi dini gangguan mata. Hasil pengabdian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan santri tentang Kesehatan mata dari 92,5% dengan pengetahuan kurang menjadi 80% pengetahuan baik, teridentifikasi gangguan mata lelah sebanyak 21 orang (52,5%), miopia 8 orang (20%), hordeolum 2 orang (5%), kalasion 1 orang (2,5%), low vision 1 orang (2,5%).

Keywords:

Eye health;
Early detection.

ABSTRACT

Eye disorders are things that often happen, can attack anyone and at any time. Complaints can be in the form of red eyes, itching, burning, visual disturbances, to blindness. To anticipate this, it is necessary to carry out regular eye examinations so that eye diseases are quickly detected and treated as early as possible. The problems found in the Amanah Putra Islamic Boarding School in Toini Village, Santri do not understand how to maintain eye health and during their cottage holidays they always spend their time playing gadgets all day, therefore activities are needed to build awareness of the importance of eye health. One way that can be done is by conducting eye examinations and also eye health education. The purpose of community service activities is to increase students' knowledge about the importance of eye health and be able to detect eye disorders as early as possible. The service method is by providing education about the importance of maintaining eye health and early detection of eye disorders. The results of the service showed that there was an increase in students' knowledge about eye health from 92.5% with poor knowledge to 80% good knowledge, 21 people (52.5%). (5%), calation 1 person (2.5%), low vision 1 person (2.5%).



PENDAHULUAN

Mata merupakan organ sensorik kompleks yang mempunyai fungsi untuk melihat (Djajanti et al., 2020). Melalui mata yang sehat, setiap manusia menyimpan sekian banyak memori dalam perjalanan hidupnya (Helisarah et al., 2020). Namun gangguan terhadap penglihatan banyak terjadi, mulai dari gangguan ringan hingga gangguan yang berat (Khumaidi et al., 2019). Hasil *systematic review* dan *meta-analysis* dari data berbasis populasi yang relevan dengan gangguan penglihatan dan kebutaan global yang dipublikasikan tahun 1980-2015 mendapatkan hasil pada tahun 2015 diperkirakan dari 7,33 triliun penduduk dunia terdapat 253 juta orang (3,38%) yang menderita gangguan penglihatan, yang terdiri dari 36 juta orang mengalami kebutaan, 217 juta mengalami gangguan penglihatan sedang hingga berat. Di samping itu terdapat 188 juta orang mengalami gangguan penglihatan ringan. Insiden kebutaan di Indonesia diperkirakan sebesar 0,1% atau 210.000 orang atau setara dengan setiap 1 menit terdapat 1 kebutaan di Indonesia (Kemenkes, 2018).

Peningkatan prevalensi gangguan mata menjadi ancaman yang serius dalam pembangunan, karena mengancam pertumbuhan ekonomi nasional (Marbun et al., 2021). Gangguan penglihatan merupakan masalah kesehatan yang penting apalagi selama di masa pandemi. Gangguan kesehatan mata menjadi salah satu penyebab mata tidak bisa berfungsi dengan baik (Marfa et al., 2019). Ada beberapa faktor yang mempengaruhi timbulnya kelelahan pada mata, yaitu faktor lingkungan maupun faktor pekerja. Faktor pekerja dapat berupa kelainan refraksi mata, perilaku beresiko, usia, faktor genetik, dan faktor bekerja yaitu kebiasaan bekerja didepan komputer dan pemakaian gadget yang berlebihan (Supriati, 2012). Gangguan kesehatan mata atau kerusakan pada mata ini dapat menyebabkan hilangnya penglihatan dan dalam kasus yang paling parah bisa mengalami kebutaan (Putri et al., 2021).

Kasus kebutaan maupun keterbatasan penglihatan sangat perlu dilakukan pemeriksaan secara berkala, agar gangguan mata dapat terdiagnosis sejak dini (Dwiana et al., 2021). Pada saat ini banyak anak dan remaja yang mengalami kerusakan mata sampai kebutaan (Djajanti et al., 2020). Era modernisasi saat ini gangguan mata paling banyak ditemukan pada anak dan remaja, kondisi ini dikarenakan penggunaan gadget yang berlebihan (Ermianti et al., 2022). Upaya mencegah dan menanggulangi gangguan penglihatan dan kebutaan perlu mendapatkan perhatian (Dewi et al., 2010). Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan edukasi Kesehatan mata (Ridho et al., 2018). Edukasi guna meningkatkan pengetahuan terkait kesehatan mata dan dapat meningkatkan produktivitas terutama kelompok usia produktif (Yulistanti et al., 2021). Edukasi mengenai kesehatan mata juga dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat terutama remaja (Kurnia et al., 2022).

Masalah yang diidentifikasi pada remaja di Pondok Pesantren Amanah Putra adalah santri belum mengetahui cara menjaga Kesehatan mata, banyak santri yang membaca sambil berbaring, membaca dengan penerangan yang kurang, jika libur sekolah santri menghabiskan waktu dengan menggunakan gadget sehari-hari, beberapa

santri mengatakan penglihatan kabur dan beberapa mengungkapkan mata kadang terasa perih. Memahami Kesehatan mata sangat penting untuk menjaga mata tetap sehat diusia produktif (Mayarani et al., 2020). Untuk itu kegiatan pengabdian masyarakat ini diperlukan dalam meningkatkan pengetahuan serta pemahaman remaja tentang Kesehatan mata melalui kegiatan edukasi kesehatan mata dan deteksi dini gangguan mata pada santri di Pondok Pesantren Amanah Putra Desa Toini.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan deteksi dini gangguan mata di Pondok Pesantren Amanah Putra Poso terdiri dari beberapa tahap yaitu :

1. Koordinasi & Sosialisasi dengan Kepala Pondok Pesantren Amanah Putra Poso
Kegiatan ini dilaksanakan oleh pengabdi dengan berkoordinasi bersama Kepala Pondok Pesantren Amanah Putra Poso. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk mendapatkan arahan dan petunjuk dalam melaksanakan kegiatan Edukasi Kesehatan mata dan deteksi dini gangguan mata pada remaja. Koordinasi ini dilakukan di Pondok Pesantren Amanah Putra Poso dengan membahas dan merencanakan kegiatan yang akan dilaksanakan, kesiapan santri dalam mengikuti kegiatan dan cara yang akan dilakukan untuk mensosialisasikan kegiatan pengabdian kepada santri Pondok Pesantren Amanah Putra Poso.
2. Edukasi Kesehatan Mata
Kegiatan ini dilakukan dengan memberikan edukasi tentang Kesehatan mata pada santri putra Pondok Pesantren Amanah Putra Poso sebanyak 40 orang yang terdiri dari 4 materi yaitu : definisi kesehatan mata, cara menjaga Kesehatan mata, hal-hal yang dapat merusak mata, gangguan mata yang sering terjadi pada remaja dan hal-hal yang harus dihindari dalam rangka menjaga kesehatan mata dan dilanjutkan dengan tanya jawab. Sebelum diberikan edukasi terlebih dahulu dibagikan kuesioner tentang Kesehatan mata untuk mengetahui pengetahuan santri tentang Kesehatan mata dan setelah pemberian edukasi dilakukan pengukuran pengetahuan Kembali.
3. Deteksi dini gangguan mata pada santri
Kegiatan ini dilakukan dengan melakukan pemeriksaan mata yaitu pemeriksaan visus dan refraksi. Pemeriksaan ini dilakukan untuk mengidentifikasi gangguan mata yang dialami oleh santri.
4. Monitoring & Evaluasi
Monitoring dan evaluasi merupakan tahap akhir dari rangkaian kegiatan Pengabmas di Pondok Pesantren Amanah Putra Poso, kegiatan ini dilakukan dengan menilai pengetahuan para santri tentang kesehatan mata dan teridentifikasinya gangguan mata yang dialami oleh santri.



Skema 1 Tahap Pelaksanaan Kegiatan

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Edukasi dan diskusi

Kegiatan dilakukan dengan memberikan edukasi tentang pentingnya kesehatan mata. Pengabdian menyampaikan materi tentang definisi kesehatan mata, cara menjaga Kesehatan mata, hal-hal yang dapat merusak mata, gangguan mata yang sering terjadi pada remaja dan hal-hal yang harus dihindari dalam rangka menjaga kesehatan mata (Gambar 1). Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan peserta dan merupakan suatu kegiatan yang mendidik peserta memberi pengetahuan, informasi-informasi dan berbagai kemampuan agar dapat membentuk sikap dan perilaku hidup yang seharusnya. Edukasi ini juga bertujuan untuk mengubah kehidupan masyarakat menjadi lebih baik. Sebelum diberikan edukasi terlebih dahulu dibagikan kuesioner tentang kesehatan mata untuk menilai pemahaman santri tentang Kesehatan mata, selanjutnya diberikan edukasi dan dilanjutkan dengan diskusi. Pengetahuan sebelum dilakukan edukasi yaitu pengetahuan cukup 3 orang (7,5%) dan pengetahuan kurang 37 orang (92,5%). Kegiatan ini berjalan dengan lancar, terlihat dari sesi diskusi dimana peserta antusias dalam memberikan pertanyaan (Gambar 2). Pertanyaan yang diajukan antara lain bagaimana cara menjaga kesehatan mata dan hal-hal yang harus dihindari agar tidak terjadi gangguan mata. Edukasi diberikan menggunakan media leaflet dan LCD proyektor. Setelah pemberian edukasi selanjutnya dilakukan evaluasi. Evaluasi dari rangkaian kegiatan ini dilakukan untuk mengukur pengetahuan dan pemahaman santri di Pondok Pesantren Amanah Putra Poso tentang pentingnya kesehatan mata. Setelah pemberian edukasi didapatkan hasil pengetahuan baik 32 orang (80%) dan pengetahuan cukup 8 orang (20%).



Gambar 1. Penyampaian materi tentang kesehatan mata



Gambar 2. Diskusi tentang kesehatan mata

Tabel 1

Gambaran Pengetahuan Santri Sebelum dan Setelah Edukasi Kesehatan Mata

Pengetahuan	Sebelum Edukasi		Setelah Edukasi	
	n	%	n	%
Baik	0	0	32	80
Cukup	3	7,5	8	20
Kurang	37	92,5	0	0
Jumlah	40	100	40	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa pengetahuan santri sebelum diberikan edukasi paling banyak adalah pengetahuan kurang sebanyak 37 orang (92,5%) dan setelah diberikan edukasi mampu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman santri putra tentang pentingnya menjaga kesehatan mata dengan pengetahuan baik sebanyak 32 orang (80%).

2. Deteksi dini gangguan mata pada santri

Kegiatan ini dilakukan dengan melakukan pemeriksaan visus, refraksi (Gambar 4) dan pemeriksaan buta warna (Gambar 5) pada santri putra Pondok Pesantren Amanah Poso. Tujuan dari pemeriksaan mata ini yaitu untuk mendeteksi gangguan mata yang dialami santri putra dan segera melakukan pemeriksaan dan pengobatan pada fasilitas pelayanan Kesehatan terdekat. Kegiatan pemeriksaan mata ini dilakukan dengan caramemeriksa fokus penglihatan dan jarak pandang dengan alat bantu *snellen chart*, pemeriksaan buta warna dan pemeriksaan refraksi. Berdasarkan pemeriksaan didapatkan gangguan mata lelah sebanyak 21 orang (52,5%), miopia 8 orang (20%), hordeolum 2 orang (5%), kalasion 1 orang (2,5%), dan *low vision* 1 orang (2,5%). Berdasarkan hasil pemeriksaan santri yang mengalami gangguan miopia, hordeolum, kalasion dan *low vision* dianjurkan untuk melakukan pemeriksaan lebih lanjut di unit pelayanan kesehatan

terdekat. Sedangkan santri yang mengalami gangguan mata lelah dianjurkan untuk melakukan senam mata secara rutin untuk mengatasi gangguan mata lelah yang dialami.



Gambar 4 Pemeriksaan refraksi dan visus



Gambar 5 Pemeriksaan buta warna

3. Monitoring dan Evaluasi

Monitoring dan evaluasi merupakan tahap akhir dari rangkaian kegiatan di Pondok Pesantren Amanah Putra Poso. Dilakukannya evaluasi untuk melihat dan mengukur pengetahuan santri mengenai pentingnya menjaga kesehatan mata agar gangguan kesehatan mata dapat dideteksi dan diatasi sedini mungkin. Berdasarkan hasil pemeriksaan mata masih banyak santri putra yang mengalami gangguan mata sehingga pengabdian menganjurkan kepada santri yang mengalami gangguan mata untuk melakukan pemeriksaan lebih lanjut ke unit pelayanan kesehatan terdekat untuk mendapatkan penanganan yang lebih baik.

SIMPULAN DAN SARAN

Setelah dilakukan sosialisasi dan edukasi tentang pentingnya menjaga kesehatan mata untuk mencegah dan mengatasi gangguan pada mata sedini mungkin pada santri putra Pondok Pesantren Amanah Putra Poso didapatkan hasil 80% santri memiliki pengetahuan yang baik, mampu menjawab pertanyaan yang diberikan oleh pengabdian dengan benar. Kerjasama oleh semua pihak-pihak terkait sangat diperlukan dalam meminimalisir terjadinya gangguan mata pada para santri putra di Pondok Pesantren Amanah Poso. Hendaknya Kepala Pondok Pesantren beserta guru meningkatkan monitoring gangguan mata pada para santri secara berkala sehingga gangguan mata pada para santri dapat diatasi sedini mungkin.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, Y. K., Sitorus, R. J., & Hasyim, H. (2010). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Mata pada Operator Komputer di Kantor Samsat Palembang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 1(01), 35–38. <https://repository.unsri.ac.id/60094/1>
- Djajanti, C. W., Sukmanto, P. A., & Wardhani, I. K. (2020). Penyuluhan Meningkatkan

- Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Mata. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(1), 248–252. <https://doi.org/10.30651/jkm.v5i1.4208>
- Dwiana, A., Lestari, C., & Astuty, L. (2021). Hubungan Pengetahuan Siswa Tentang Kesehatan Mata Dengan Sikap Penggunaan Gadget Yang Berlebihan Di SDN 13 Engkasan Kalimantan Barat. *Avicenna: Journal of Health Research*, 4(1), 1–8. <https://doi.org/10.36419/avicenna.v4i1.453>
- Ermianti, Danuarsyah, A., Putri, A. S., Alya, F. Y. S. H., Yasmin, Marzuuqoh, H., Taqiyya, K., Indriani, N. N., Novi, S., Ayu, R., Pawestri, R., Muslimah, S. N., & Putri, Z. A. (2022). Peningkatan pengetahuan pelajar dan mahasiswa dalam kesehatan mata di masa pandemi covid-19 melalui edukasi kesehatan mata. *Prosiding Seminar Nasional PkM: Masyarakat Tangguh*, 1, 227–232. <https://ocs.unism.ac.id/index.php/semnaspkm/article/view/788>
- Helisarah, D. U., Lestari, A., Syafikiani, D., Faza, F. R., Miranti, N., Kurniawan, N. F., Nanariain, A., Apriyani, D., Ramadan, I., Casmana, M. T., Aulia, R. N., & Helisarah. (2020). Kegiatan Skrining dan Deteksi Dini Penglihatan serta Edukasi Pendidikan Kesehatan Mata di Stikes Jenderal Achmad Yani Kota Cimahi. *Jurnal ABDI MASADA*, 1(1), 57–62. <http://abdimasada.stikesdhhb.ac.id/index.php/AM/article/view/20>
- Kemkes, R. (2018). Infodatin Situasi Gangguan Penglihatan. In N. Kurniasih (Ed.), *Kementrian Kesehatan RI* (2018 ed.). Infodatin Pusat Data dan Informasi kementerian kesehatan RI. <https://pusdatin.kemkes.go.id/article/view/19111100001/situasi-gangguan-penglihatan-2018.html>
- Khumaidi, M. A., Rachman, O. J., Santoso, P. B., & K, S. O. G. (2019). Pentingnya Menjaga Kesehatan Mata. *Jurnal Kedokteran Indonesia*, 5(4), 124. <https://doi.org/http://journal.ui.ac.id/index.php>
- Kurnia, Z. A., Kurniawan, P. A. P., Intan, N. A., & Sari, D. R. (2022). Kebiasaan dan Pengetahuan Masyarakat Usia Produktif Mengenai Kesehatan Mata Selama Pandemi Covid-19. *Syntax Literate; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 7(1), 604–616. <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v7i1.5663>
- Marbun, R., Widi, W., & Dea, V. (2021). Edukasi Kesehatan Dalam Upaya Pencegahan dan Pengendalian Kesehatan Mata Pada Anak. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 4(4), 907–913. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v4i4.4033>
- Marfa, F. P., Yulius, Y., & Halim, B. (2019). Kampanye Kesadaran Diri Pentingnya Menjaga Kesehatan Mata Sejak Dini Tahun 2018. *Jurnal Seni Desain dan Budaya*, 4(4), 153–158. <http://ejournal.uigm.ac.id/index.php/Besaung/article/view/795/961>
- Mayarani, Sarifudin, G., Sari, D. P., Azzahra, F., Habieb, N. M., Farisi, S. Al, Lestari, Y., Taufik, C., Ilmiyati, E. N., Nurwanda, M., Rabbani, N. H., & Yuliana, R. (2020). Kegiatan Skrining dan Deteksi Dini Penglihatan serta Edukasi Pendidikan Kesehatan Mata di Rumah Zakat Turangga Kota Bandung. *Jurnal ABDI MASADA*, 1(1), 57–62. <http://abdimasada.stikesdhhb.ac.id/index.php/AM/article/view/22>
- Putri, A. K., Reynanda, S. aulia, & Raisa, R. roro. (2021). Pengaruh Pembelajaran Daring terhadap Kesehatan Mata di Masa Pandemi. *Jurnal Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 3(2), 26–38. <https://doi.org/10.36090/jkkm.v3i2.1122>
- Ridho, A., Pradana, T. D., Pradana, T. D., Mayarestya, N. P., & Mayarestya, N. P. (2018). Pengaruh Media Komik Terhadap Pengetahuan Kesehatan Mata Pada Anak. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 3(2), 1–6. <https://doi.org/10.30602/jvk.v3i2.38>
- Supriati, F. (2012). Faktor-Faktor yang Berkaitan dengan Kelelahan Mata pada

Karyawan Bagian Administrasi di PT. Indonesia Power UBP Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 1–11. <http://ejournals1.undip.ac.id/index.php/jkm>

Yulianti, Y., Rahmalina, Hastuti, Yuniarti, H., & Yulianti, I. (2021). Pendampingan Kader Kesehatan dalam Pemeriksaan Kesehatan Mata pada Anak Usia Sekolah di Kota Magelang. *Prosiding Pengabdian Masyarakat Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya*, 48–54.

<https://doi.org/http://ejurnal.poltekkestasikmalaya.ac.id/index.php/Pengmas/article/view/760>