

# FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELUHAN KELELAHAN MATA PADA PEKERJA PENGGUNA KOMPUTER DI BAGIAN ADMINISTRASI DI PT. X TAHUN 2019

Meiga Nurul Fajriah<sup>1</sup>, Cut Alia Keumala Muda<sup>2</sup>, Putri Handayani<sup>2</sup>, Ira Marti Ayu r<sup>2</sup>  
Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Esa Unggul,  
DKI Jakarta

[meiganurul@gmail.com](mailto:meiganurul@gmail.com)

## ABSTRAK

Kelelahan mata adalah gangguan yang dialami mata karena otot - ototnya yang dipaksa bekerja keras terutama saat harus melihat objek dekat dalam jangka waktu lama. Gejalanya mata terasa pegal biasanya akan muncul setelah beberapa jam kerja. Pada saat otot mata menjadi letih, mata akan menjadi tidak nyaman atau sakit. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui faktor – faktor yang berhubungan dengan keluhan kelelahan mata pada pekerja pengguna komputer di PT. X tahun 2019. Desain penelitian yang digunakan adalah desain penelitian observasional dengan pendekatan cross sectional. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara umur dengan keluhan kelelahan mata dengan Prevalensi Ratio (PR) 1,778 dengan CI 95% (1,249-2,530), ada hubungan antara kelainan refraksi dengan keluhan kelelahan mata dengan PR 1,875 dengan CI 95% (0,988-3,559), tidak ada hubungan antara istirahat mata dengan keluhan kelelahan mata dengan PR 0,832 dengan CI 95% (0,579-1,196), ada hubungan antara jarak monitor dengan keluhan kelelahan mata dengan PR 1,717 dengan CI 95% (1,056-2,791) dan ada hubungan antara tingkat pencahayaan dengan keluhan kelelahan mata dengan PR 1,700 dengan CI 95% (0,988-2,925).

**Kata Kunci** : Keluhan Kelelahan Mata, Usia, Kelainan Refraksi, Istirahat Mata, Jarak Monitor, Tingkat Pencahayaan.

**FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELUHAN KELELAHAN MATA PADA PEKERJA PENGGUNA KOMPUTER DI BAGIAN ADMINISTRASI DI PT. X TAHUN 2019**

Meiga Nurul Fajriah<sup>1</sup>, Cut Alia Keumala Muda<sup>2</sup>, Putri Handayani<sup>2</sup>, Ira Marti Ayu<sup>r2</sup>  
Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Esa Unggul,  
DKI Jakarta

[meiganurul@gmail.com](mailto:meiganurul@gmail.com)

**ABSTRACT**

*Eye fatigue is a disorder experienced by the eye because of the muscles that are forced to work hard, especially when you have to see objects close for a long time. Symptoms of eye aches usually appear after a few hours of work. When the eye muscles become tired, the eyes will become uncomfortable or sore. The purpose of this study was to determine the factors associated with complaints of eye fatigue in computer user workers at PT. X year 2019. The research design used was an observational research design with cross sectional approach. The results showed that there was a relationship between age and complaints of eye fatigue with Prevalence Ratio (PR) 1.778 with 95% CI (1,249-2,530), there was a relationship between refractive abnormalities with eye fatigue complaints with PR 1,875 with 95% CI (0.988-3.559) , there is no relationship between eye rest with complaints of eye fatigue with PR 0.832 with 95% CI (0.579-1.196), there is a relationship between monitor distance with eye fatigue complaints with PR 1,717 with 95% CI (1.056-2.791) and there is a relationship between levels lighting with complaints of eye fatigue with 1,700 PR with 95% CI (0.988-2.925).*

**Keywords:** *Eye Fatigue Complaints, Age, Refraction Abnormalities, Eye Rest, Monitor Distance, Lighting Level.*