

# **BAB I PENDAHULUAN**

## **1.1 Latar Belakang**

Kesehatan kerja adalah spesialisasi dalam ilmu kesehatan masyarakat/kedokteran beserta prakteknya yang bertujuan, agar pekerja/masyarakat pekerja memperoleh derajat kesehatan setinggi-tingginya, baik fisik, mental, maupun sosial, dengan usaha-usaha preventif dan kuratif, terhadap penyakit-penyakit/gangguan kesehatan yang diakibatkan faktor-faktor pekerjaan dan lingkungan kerja, serta terhadap penyakit-penyakit umum (Triwibowo dan Pusphandani, 2013:87).

Keselamatan dan kesehatan kerja merupakan dua aspek perlindungan tenaga kerja yang diatur dalam Undang-Undang. Melalui penerapan teknologi pengendalian keselamatan dan kesehatan kerja, diharapkan tenaga kerja akan mencapai ketahanan fisik, daya kerja, dan tingkat kesehatan yang tinggi. Selain itu, keselamatan dan kesehatan kerja dapat diharapkan untuk menciptakan kenyamanan kerja dan keselamatan kerja yang tinggi. Meskipun ketentuan mengenai kesehatan dan keselamatan kerja telah diatur sedemikian rupa, tetapi dalam praktiknya tidak seperti yang diharapkan. Begitu banyak faktor di lapangan yang mempengaruhi kesehatan dan keselamatan kerja seperti faktor manusia, lingkungan dan psikologis. Masih banyak perusahaan yang tidak memenuhi standar keselamatan dan kesehatan kerja yang dapat menyebabkan penyakit akibat kerja (Triwibowo dan Pusphandani, 2013:87). Penyakit akibat kerja adalah penyakit yang disebabkan oleh pekerjaan atau lingkungan kerja. Penyakit ini

artefisial karena timbulnya disebabkan oleh adanya pekerjaan. Berat-ringannya penyakit dan cacat tergantung dari jenis dan tingkat sakit yang dialami. Pada kenyataannya, sering kali terjadi cacat yang berat, sehingga pencegahannya lebih baik daripada pengobatan.

Salah satu penyebab penyakit akibat kerja adalah masalah ergonomi di tempat kerja. Anies (2014:24) menjelaskan bahwa ergonomi berasal dari kata ergo (Yunani) yang berarti kerja. Istilah ergonomi sesuai dengan makna dasar, yaitu ergon atau kerja (*work*) dan nomos atau hukum-hukum alam (*natural laws*). Oleh karena itu, dalam pendekatan ergonomi memerlukan keselarasan antara kemampuan tubuh dan pekerjaan. Sikap tubuh serta aktivitas tertentu terhadap alat kerja, berpotensi menimbulkan sesuatu gangguan kesehatan, bahkan penyakit.

Penyakit akibat kerja yang sering ditemui adalah gangguan kesehatan akibat pemakaian komputer yang dialami oleh pekerja kantoran (operator komputer) yang dalam pekerjaannya mengandalkan bantuan komputer, karena saat ini, rata-rata kantor atau instansi telah menggunakan komputer untuk menyelesaikan pekerjaan mereka (Anies, 2014:161). Penyakit atau gangguan kesehatan tersebut memang tidak terjadi setiap kali mengoperasikan komputer, tetapi jika berada dalam jangka waktu yang lama di depan komputer.

Komputer dapat menimbulkan penyakit akibat kerja. Hal ini terjadi karena komputer sebagai bagian dari teknologi informasi mengalami percepatan yang sangat cepat sejak komputer ditemukan pertama kali, sehingga bagian tubuh manusia ada yang tidak sempat menyesuaikan dengan percepatannya. Pancaran radiasi sinar x dan sinar gamma dari layar komputer akan mengakibatkan

gangguan pada mata yang menyebabkan kerusakan pada sel-sel retina mata. Beberapa sumber penyakit akibat kerja yang disebabkan oleh komputer berasal dari bagian-bagian komputer yang salah satunya adalah layar monitor yang menyebabkan kelelahan mata.

Kelelahan berhubungan erat dengan kebosanan dalam hal dampaknya terhadap perilaku, meskipun sebab-sebab yang menimbulkan kedua kondisi tersebut sangat berbeda. Anies (2014:186) menyebutkan bahwa ada dua jenis kelelahan, yaitu kelelahan fisiologis dan psikologis. Kelelahan fisiologis terjadi karena penggunaan yang berlebihan dari otot-otot badan, sedangkan kelelahan psikologis biasanya bersumber pada kebosanan. Kedua jenis kelelahan tersebut dapat mengganggu pekerjaan, menurunkan produktivitas, meningkatkan kesalahan, bahkan berpotensi mengakibatkan kecelakaan kerja.

Kurniawan (2014) juga menyebutkan bahwa kelelahan mata masuk dalam kelelahan fisiologis yang dapat menyebabkan gangguan mata. Mata adalah indera yang digunakan untuk melihat lingkungan sekitarnya dalam bentuk gambar sehingga mampu untuk mengenali benda-benda yang ada disekitarnya dengan cepat. Mata merupakan indera penglihat yang menerima rangsang berupa cahaya (fotooreseptor). Mata tersusun dari alat tambahan mata, bola mata, otot bola mata, dan saraf optik II. Mata bekerja saat melihat objek. Tanpa cahaya, mata tidak dapat menjalankan fungsinya. Cahaya memasuki mata melalui pupil. Lensa mata mengarahkan cahaya sehingga benda jatuh pada retina. Kemudian, ujung-ujung saraf penerima yang ada di retina menyampaikan bayangan itu ke otak. Setelah diproses di otak, kita dapat melihat benda itu.

Gangguan akibat kelelahan mata adalah masalah yang sering dialami oleh pekerja kantoran yang menggunakan komputer dalam menyelesaikan pekerjaannya. Pengguna komputer dalam melakukan pekerjaan tentu mengandalkan mata untuk melihat obyek pada layar monitor komputer. Hal tersebut membuat orang bekerja di depan komputer selama berjam-jam tanpa istirahat. Sehingga akan menimbulkan rasa tidak nyaman pada mata meliputi rasa pedih, gatal dan pandangan jadi kabur.

Belum banyak penelitian yang dilakukan mengenai hubungan penggunaan komputer terhadap kelelahan mata. Kurmasela, dkk (2013) menemukan bahwa ada hubungan antara lama waktu jeda penggunaan laptop dan lama waktu mulai merasakan keluhan penglihatan dengan keluhan penglihatan, sedangkan jenis kelamin, riwayat pemakaian laptop, dan pengguna kacamata tidak berhubungan secara signifikan dengan keluhan penglihatan.

Puspita (2013) dalam penelitiannya menemukan bahwa ada hubungan antara istirahat mata, intensitas pencahayaan komputer dan jarak pandang ke komputer dengan kelelahan mata yang dialami oleh operator Sistem Informasi Akademik Terpadu (SIAT) program studi yang ada di Universitas Negeri Gorontalo tahun 2013. Hal ini membuktikan adanya hubungan dari penggunaan komputer dengan kelelahan mata. Namun, saat ini masyarakat belum begitu memahami akan pengaruh penggunaan komputer dengan kelelahan mata, serta dampak yang ditimbulkannya. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk melihat pengaruh tersebut untuk semakin menambah dan memperkuat temuan yang ada.

Penelitian ini dilakukan pada Pegawai Kantor Pelayanan Pajak Pratama Gorontalo. Kantor Pelayanan Pajak Pratama Gorontalo merupakan kantor yang melakukan penyelesaian administrasi perpajakan masyarakat. Kantor Pelayanan Pajak Pratama Gorontalo melakukan pelayanan berbasis *online*, sehingga mengharuskan penggunaan komputer selama jam kerja yang dapat menimbulkan gangguan kesehatan khususnya kesehatan mata. Hasil observasi dan wawancara awal di lingkungan kerja ditemukan 10 responden dari jumlah total 83 pegawai yang merasakan kelelahan mata dengan gejala-gejala seperti letih pada bagian mata, rasa pegal, dan nyeri pada mata serta rasa mengantuk yang sering terjadi karena berhadapan dengan komputer dalam jangka waktu yang lama.

Beragam variabel dari penggunaan komputer mempengaruhi gejala kelelahan mata yaitu posisi duduk penggunaan komputer yang tidak sesuai (posisi badan cenderung mendekat ke monitor dan tidak diselingi istirahat) Anies (2014:28), tingkat kecerahan komputer yang tidak sesuai (tidak mengatur tingkat kecerahan layar komputer (Lauralee, 2002 dalam Nugrahanto 2011) dan tidak menggunakan anti glare Ilyas (2004:47)), penerangan yang tidak sesuai Standar Nasional  $< 300 \text{ lux}$  dan  $> 500 \text{ lux}$  KEPMENKES RI. No. 1405/MENKES/SK/XI/02, jarak monitor komputer dengan mata yang tidak sesuai (jarak posisi monitor dengan mata yang terlalu dekat dengan komputer Anies (2014:168)), masa kerja yang lebih dari 4 tahun dikatakan lebih mudah mengalami kelelahan mata karena terlalu sering terkena radiasi komputer, dan lama kerja dari penggunaan komputer yang tidak sesuai (pemakaian komputer

melebihi 4 jam (Anshell, 2002 dalam Rachmawati 2011) dan selama bekerja untuk beristirahat mengikuti pola/jam istirahat kantor Anies (2014:169)).

Hal ini tentunya menjadi perhatian bersama, yaitu penggunaan komputer yang terlalu lama sudah pasti dapat menyebabkan adanya gangguan kelelahan mata. Oleh karena itu, pemilihan lokasi penelitian Kantor Pelayanan Pajak Pratama Gorontalo dipandang sesuai dengan tujuan penelitian yang ingin mengetahui “Pengaruh Penggunaan Komputer terhadap Kelelahan Mata pada Pegawai Kantor Pelayanan Pajak Pratama Gorontalo”.

### **1.2 Identifikasi Masalah**

Adapun identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Kantor Pelayanan Pajak Pratama Gorontalo merupakan kantor yang melakukan pelayanan berbasis *online*, sehingga mengharuskan penggunaan komputer lebih dari 4 jam yang dapat menimbulkan gangguan kesehatan khususnya kesehatan mata.
2. Berdasarkan wawancara awal dengan 10 Pegawai Kantor Pelayanan Pajak Pratama Gorontalo, diketahui 10 pegawai tersebut merasakan kelelahan mata dengan gejala-gejala seperti letih pada bagian mata, rasa pegal, dan nyeri pada mata serta rasa mengantuk yang sering terjadi karena berhadapan dengan komputer dalam jangka waktu yang lama.

### **1.3 Rumusan Masalah**

Apakah ada pengaruh penggunaan komputer terhadap kelelahan mata pada Pegawai Kantor Pelayanan Pajak Pratama Gorontalo ?

## **1.4 Tujuan**

### 1.4.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui Pengaruh Penggunaan Komputer terhadap Kelelahan Mata pada Pegawai Kantor Pelayanan Pajak Pratama Gorontalo.

### 1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi kelelahan mata pada Pegawai Kantor Pelayanan Pajak Pratama Gorontalo
2. Mengidentifikasi penggunaan komputer pada Pegawai Kantor Pelayanan Pajak Pratama Gorontalo
3. Menganalisis pengaruh penggunaan komputer terhadap kelelahan mata pada Pegawai Kantor Pelayanan Pajak Pratama Gorontalo

## **1.5 Manfaat**

### 1.5.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan data teraktual terkait pengaruh penggunaan komputer terhadap kelelahan mata pada Pegawai Kantor Pelayanan Pajak Pratama Gorontalo.

### 1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat bermanfaat sebagai bahan masukan atau perbandingan bagi peneliti berikutnya tentang pengaruh penggunaan komputer terhadap kelelahan mata.

2. Bagi peneliti

Untuk mengetahui sejauh mana keberhasilan peneliti dalam proses belajar dan memperoleh pengalaman dalam penelitian kesehatan masyarakat khususnya

tentang pengaruh penggunaan komputer terhadap kelelahan mata pada Pegawai Kantor Pelayanan Pajak Pratama Gorontalo

### 3. Bagi Perusahaan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi perusahaan mengenai pengaruh penggunaan komputer terhadap kelelahan mata pada Pegawai Kantor Pelayanan Pajak Pratama Gorontalo, sehingga dapat dilakukan tindakan pencegahan agar pegawai merasa aman dan nyaman dalam bekerja.