

Edukasi Upaya Pencegahan Gangguan Kesehatan Mata di Rumah Sakit Harapan Bunda Kabupaten Lampung Tengah

Muhammad Yusran, Dwi Indria Anggraini, Mukhlis Imanto, Ahmad Fauzi

Fakultas Kedokteran Universitas Lampung

Abstrak

Gangguan penglihatan dan kebutaan merupakan masalah kesehatan dengan prevalensi yang besar diseluruh dunia. Indonesia merupakan salah satu negara dengan prevalensi gangguan penglihatan dan kebutaan yang cukup besar dibandingkan beberapa negara di ASEAN. Prevalensi kebutaan di Indonesia sebesar 3 % dan berkontribusi sebesar 13% terhadap angka kebutaan di negara-negara ASEAN. Gangguan kesehatan mata dapat dicegah dengan melakukan upaya skrining kesehatan mata secara berkala, pembatasan penggunaan gawai dan penggunaan alat pelindung diri di tempat kerja. Rumah Sakit Harapan Bunda Lampung Tengah merupakan rumah sakit rujukan di kabupaten Lampung Tengah dengan populasi penduduk sebagian besar petani yang rentan terjadi penyakit akibat kerja. Evaluasi awal didapatkan pengetahuan yang kurang dalam tindakan pencegahan dan deteksi dini. Penyuluhan tindakan pencegahan gangguan kesehatan mata telah dilakukan dengan metode edukasi di Rumah Sakit Harapan Bunda pada tanggal 13 Oktober 2022 dan diikuti oleh 50 orang keluarga pasien rawat jalan. Hasil evaluasi kegiatan didapatkan peningkatan pengetahuan peserta dalam upaya pencegahan gangguan kesehatan mata..

Kata Kunci: Gangguan mata, Edukasi, Pencegahan

Korespondensi: dr. M. Yusran., M.Sc., Sp.M; Fakultas Kedokteran Universitas Lampung; 081272827216; email: myusran.dr@gmail.com

PENDAHULUAN

Gangguan penglihatan dan kebutaan merupakan masalah kesehatan dengan prevalensi yang besar diseluruh dunia. Penelitian yang dilakukan di 98 negara didapatkan gangguan penglihatan dialami oleh 216 juta penduduk dunia dan 36 juta orang masuk dalam kategori buta. Penyakit yang menyebabkan gangguan penglihatan yaitu kelainan refraksi (116 juta), katarak (56 juta), degenerasi makula yang berhubungan dengan usia (8,4 Juta), glaukoma (4 juta) dan retinopati diabetik(0,2 juta). Penyakit yang menyebabkan kebutaan yaitu katarak (12 juta), kelainan refraksi (7.4 juta), glaukoma (2,9 juta).¹ Kelainan ini diprediksi akan meningkat 3 kali lipat di tahun 2050 jika tidak dilakukan upaya yang sistematis untuk mendeteksi dan tatalaksana awal untuk mencegah keparahan dari penyakit tersebut.

Indonesia merupakan salah satu negara dengan prevalensi gangguan penglihatan dan kebutaan yang cukup besar dibandingkan beberapa negara di ASEAN. Prevalensi kebutaan di Indonesia sebesar 3 % dan berkontribusi sebesar 13% terhadap

angka kebutaan di negara-negara ASEAN.² *International Agency for the Prevention of Blindness* (IAPB) melaporkan sebanyak 35 juta penduduk Indonesia menderita gangguan penglihatan dan 3.7 juta diantaranya masuk dalam kriteria buta. Penyebab utama kebutaan di Indonesia berdasarkan studi di 15 provinsi adalah katarak (81,2%), kelainan refraksi tak terkoreksi (23,8%), penyakit pada segmen posterior mata (6,1%) dan glaukoma (1,8%)³

Kebutaan merupakan penyakit yang dapat dicegah dengan upaya deteksi dini dan tatalaksana segera. Penyakit mata yang menyebabkan kebutaan yang menetap adalah degenerasi makula akibat usia, glaukoma dan retinopati diabetik. Kelainan ini berkontribusi terhadap kebutaan di seluruh dunia dan di Indonesia. Penyakit-penyakit ini dapat dihambat progresivitasnya apabila ditemukan dalam stadium dini dan penerapan kebiasaan pola hidup yang sehat.

Upaya untuk menurunkan angka kebutaan terus dilakukan. *International Agency for the Prevention of Blindness*

mencanangkan *World Sight Day* (WSD) atau hari penglihatan sedunia yang diperingati pada bulan Oktober setiap tahunnya. Peringatan pada tahun ini memfokuskan pada upaya pencegahan dan deteksi dini kelainan pada mata. Pemeriksaan mata secara berkala setiap 1-2 tahun sekali, pembatasan penggunaan gawai sesuai dengan tingkat usia, dan penggunaan alat pelindung diri dari paparan sinar ultra violet merupakan upaya pencegahan yang dapat dilakukan untuk mencegah kebutaan.

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini terdiri dari penyuluhan tentang program 3 P dalam pencegahan gangguan penglihatan dan tanya jawab dengan peserta penyuluhan. Kegiatan ini dilakukan di ruang tunggu poliklinik rawat jalan Rumah Sakit Harapan Bunda Lampung Tengah. Penyampaian materi menggunakan layar monitor televisi selama 15 menit. Pada kegiatan ini dilakukan evaluasi awal dan evaluasi akhir menggunakan kuisioner yang menilai pengetahuan peserta tentang pencegahan gangguan kesehatan mata. Skor nilai pre-test dan post-test akan dibandingkan setelah kegiatan. Kegiatan dianggap berhasil apabila tingkat pengetahuan menjadi lebih baik dengan indikator nilai post-test yang lebih tinggi dibandingkan dengan nilai pre-test.

Materi penyuluhan yang diberikan meliputi 3 program pencegahan (3 P). Prilaku yang pertama yaitu mengenai edukasi pentingnya pemeriksaan mata secara teratur 1-2 kali setahun walaupun tidak didapatkan keluhan pada mata. Hal ini bermanfaat untuk melakukan deteksi dini terhadap timbulnya penyakit kronik yang asimtomatis seperti penyakit glaukoma dan retinopati diabetik. Perilaku yang ke dua yaitu pembatasan terhadap penggunaan gawai dalam hal batasan usia yang diperbolehkan menggunakan gawai dan batasan waktu penggunaan berdasarkan usia. Perilaku ke tiga yaitu penggunaan alat proteksi diri terhadap paparan sinar matahari yang berbahaya yaitu sinar ultraviolet. Sinar UV dapat menimbulkan dan

memperberat penyakit yang sudah ada seperti pterygium, katarak, dan degenerasi makula akibat usia.

Sasaran kegiatan yaitu keluarga pasien yang berkunjung di poliklinik rawat jalan RS Harapan Bunda sebanyak 50 orang. Pada akhir pemberian materi terdapat sesi tanya jawab berhadiah bingkisan menarik dari RS Harapan Bunda.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Target khalayak sasaran yang mengikuti kegiatan ini sebanyak 50 orang. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 13 Oktober 2022 jam 09.00-11.00 WIB. Kegiatan diawali dengan pemberian kuisioner untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal dari peserta kegiatan terhadap masalah kesehatan mata dan upaya pencegahan yang dapat dilakukan. Hasil dari kuisioner awal menunjukkan 85% peserta melakukan pemeriksaan mata bila terdapat keluhan di mata dan 15 % melakukan pemeriksaan berkala dikarenakan mengikuti program yang ada pada perusahaan tempat bekerja. Peserta yang melakukan pemeriksaan berkala sekali setiap 1-2 tahun sebanyak 5%. Pengetahuan tentang penggunaan gawai yang baik untuk mencegah gangguan kesehatan mata masih rendah yaitu sebanyak 47%. Penggunaan alat pelindung diri dari paparan sinar UV masih rendah yaitu sebanyak 35%.

Pemberian materi edukasi berlangsung selama 30 menit dengan menggunakan media monitor TV. Materi edukasi mencakup penyakit mata yang paling sering dijumpai dan upaya pencegahan penyakit. Upaya pencegahan dengan melakukan pemeriksaan berkala sekali dalam 1-2 tahun untuk mengidentifikasi penyakit kronik yang asimtomatis. Penggunaan gawai dilakukan dengan bijaksana dengan mempertimbangkan usia dan durasi penggunaan. Penggunaan alat pelindung diri penting dilakukan terkait dengan sebagian besar pekerjaan responden sebagai petani. Jenis alat pelindung diri dan manfaatnya dijelaskan menggunakan gambar.

Evaluasi akhir terhadap peserta dilakukan setelah penyampaian materi. Peningkatan pengetahuan tentang pengetahuan pencegahan gangguan kesehatan mata meningkat. Peserta yang memberikan jawaban benar tentang waktu pemeriksaan mata berkala meningkat

menjadi 75%. Pengetahuan penggunaan gawai dan penggunaan alat pelindung diri meningkat menjadi 85% dan 87%. Pemberian materi penyuluhan ini efektif dalam meningkatkan pengetahuan pencegahan terhadap gangguan kesehatan mata.



Gambar 1. Kegiatan penyuluhan kepada keluarga pasien poli rawat jalan Rumah Sakit Harapan Bunda, Lampung Tengah

SIMPULAN

Penyuluhan tindakan pencegahan gangguan kesehatan mata telah dilakukan dengan metode edukasi di Rumah Sakit Harapan Bunda pada tanggal 13 Oktober 2022 dan diikuti oleh 50 orang keluarga pasien rawat jalan. Hasil evaluasi kegiatan didapatkan peningkatan pengetahuan peserta dalam upaya pencegahan gangguan kesehatan mata.

DAFTAR PUSTAKA

1. Flaxman SR, Bourne RRA, Resnikoff S, Ackland P, Braithwaite T, Cicinelli M V, et al. Articles Global causes of blindness and distance vision impairment 1990 – 2020 : a systematic review and meta-analysis. 2020;5(December 2017):1221–
2. Das T. Blindness and visual impairment profile and rapid assessment of avoidable blindness in South East Asia: Analysis of new data. 2017 APAO holmes lecture. In: Asia-Pacific Journal of Ophthalmology. 2018.
3. Ati LR, Halim A, Lestari YD, Moeloek NF, Ati LR. Blindness and Visual Impairment Situation in Indonesia Based on Rapid Assessment of Avoidable Blindness Surveys in 15 Provinces Blindness and Visual Impairment Situation in Indonesia Based on Rapid. Ophthalmic Epidemiol [Internet]. 2020;00(00):1–12. Available from: <https://doi.org/10.1080/09286586.2020.1853178>
- 34.