

**FAKTOR RISIKO KELELAHAN MATA  
PADA KARYAWAN PENGGUNA KOMPUTER  
DI PT PLN ICON PLUS  
TAHUN 2023**

**Marsya Kamila Savitri**

**ABSTRAK**

Kelelahan mata memiliki dampak negatif pada karyawan seperti, kehilangan produktivitas. Ditemukan bahwa karyawan di PT PLN Icon Plus memiliki durasi penggunaan komputer lebih dari 4 jam per hari dan pencahayaan yang tidak sesuai standar. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui faktor risiko kelelahan mata pada karyawan pengguna komputer di PT PLN Icon Plus. Desain penelitian ini adalah *cross-sectional*. Populasi penelitian ini berjumlah 80 karyawan dan keseluruhan dijadikan responden. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner kelelahan mata, *laser distance meter*, *lux meter* dan *heat stress meter*. Hasil analisis uji *chi-square* menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara antara masa kerja ( $p\text{-value} = 0,004$ ), durasi kerja ( $p\text{-value} = 0,016$ ) dan pencahayaan ( $p\text{-value} = 0,051$ ) dengan kelelahan mata. Umur, jenis kelamin dan jarak monitor tidak memiliki hubungan dengan kelelahan mata. Disarankan kepada perusahaan untuk menambahkan tirai di setiap jendela agar cahaya yang masuk pada siang hari tidak melebihi standar. Selain itu, karyawan dapat mengunduh aplikasi *screen time* pada komputer untuk melihat berapa lama aktivitas bekerja dalam menggunakan komputer.

**Kata Kunci :** Faktor yang berhubungan, Karyawan, Kelelahan mata, Komputer

**RISK FACTORS OF EYE FATIGUE  
AMONG COMPUTER USER  
AT PT PLN ICON PLUS  
IN 2023**

**MARSYA KAMILA SAVITRI**

**ABSTRACT**

Eye fatigue has a negative impact on workers such as, lost productivity. It was found that workers at PT PLN Icon Plus had a computer usage duration of more than 4 hours per day and lighting that was not up to standard. The purpose of this study was to determine the risk factors for eye fatigue in computer users at PT PLN Icon Plus. The design of this study was *cross-sectional*. The population of this study amounted to 80 workers and all were respondents. The research instruments used eye fatigue questionnaires, laser distance meters, lux meters and heat stress meters. The results of the *chi-square* test analysis showed significant relationship between working time (p-value=0.004), work duration (p-value=0.016) and lighting (p-value=0.051) with eye fatigue. The age, gender and distance of the monitor showed no relationship with eyestrain. It is recommended to companies to add curtains to each window so the light that enters during the day does not exceed the standard. In addition, employees can download a screen time application on the computer to see how long the activity works while using the computer.

**Keyword : computer, correlate, eye fatigue, worker**