

# HUBUNGAN INTENSITAS CAHAYA DAN FAKTOR INDIVIDU DENGAN KEJADIAN COMPUTER VISION SYNDROME PADA PEKERJA DI PT. RPE ENGINEERING TAHUN 2024

Salsabila Shinta Maharani

## Abstrak

Di era yang serba digital ini, penggunaan komputer sebagai alat untuk membantu pekerjaan merupakan hal yang sangat umum. Pekerja yang menggunakan komputer memiliki risiko tinggi untuk mengalami *Computer Vision Syndrome*. Pada kebanyakan kasus, gejala dari CVS terjadi dikarenakan tuntutan dari pekerjaan yang ada melebihi batas kemampuan seseorang untuk dapat menatap layar dengan nyaman. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara intensitas cahaya dan faktor individu terhadap kejadian *Computer Vision Syndrome* pada pekerja pengguna komputer di PT. RPE Engineering yang beralamat di Jakarta Selatan. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain studi *cross-sectional*. Sampel pada penelitian ini menggunakan sampel jenuh yakni sebanyak 80 responden. Variabel dalam penelitian ini adalah intensitas pencahayaan setempat, usia, jenis kelamin, kelainan refraksi, penggunaan kacamata, penggunaan lensa kontak, durasi kerja, dan jeda istirahat. Data dianalisis dengan menggunakan uji *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 4 variabel independen yang berhubungan dengan keluhan CVS, yaitu variabel jenis kelamin ( $p=0,006$ ), kelainan refraksi ( $p=0,014$ ), jeda istirahat ( $p=0,003$ ), dan intensitas pencahayaan setempat ( $p=0,006$ ). Pekerja yang mengalami keluhan CVS ialah sebesar 61,3%. Pekerja pengguna komputer disarankan untuk menerapkan aturan 20-20-20, menggunakan *anti-glare filter*, serta lebih sering berkedip untuk menjaga kelembaban mata sebagai tindakan preventif untuk mencegah CVS.

Kata kunci : Computer vision syndrome, pengguna komputer, intensitas cahaya, faktor individu

# **THE RELATIONSHIP BETWEEN LIGHT INTENSITY AND INDIVIDUAL FACTORS WITH THE INCIDENCE OF COMPUTER VISION SYNDROME IN WORKERS AT PT. RPE ENGINEERING IN 2024**

**Salsabila Shinta Maharani**

## **Abstract**

In this digital era, the use of computers as a tool to help with work is very common. Workers who use computers have a high risk of developing Computer Vision Syndrome. In most cases, the symptoms of CVS occur because the demands of the job exceed one's ability to stare at the screen comfortably. The purpose of this study was to determine the relationship between light intensity and individual factors on the incidence of Computer Vision Syndrome in computer-using workers at PT RPE Engineering located in South Jakarta. This research is a quantitative study using a cross-sectional study design. The sample in this study used a saturated sample of 80 respondents. The variables in this study were local lighting intensity, age, gender, refractive errors, use of glasses, use of contact lenses, duration of computer use, and work breaks. Data were analyzed using the chi-square test. The results showed that there were 4 independent variables associated with CVS complaints, namely gender ( $p=0.006$ ), refractive error ( $p=0.014$ ), rest pause ( $p=0.003$ ), and local lighting intensity ( $p=0.006$ ). Workers who experienced CVS complaints were 61.3%. Computer-using workers are advised to apply the 20-20-20 rule, use anti-glare filters, and blink more often to maintain CVS.

**Keyword:** Computer vision syndrome, computer workers, lighting intensity, individual factors.