

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA DENGAN INTERVENSI SENAM MATA DAN KOMPRES HANGAT UNTUK MENGURANGI KELELAHAN MATA PADA ANAK DI KOTA DEPOK

Lestarie Luhur

Abstrak

Kelelahan mata atau astenopia merupakan salah satu kondisi yang sering dialami oleh anak usia sekolah di Indonesia. Pengendalian kelelahan mata atau astenopia dapat dilakukan melalui berbagai pendekatan, salah satunya dengan terapi non farmakologis melalui senam mata dan kompres hangat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas senam mata dan kompres hangat untuk menurunkan atau mengurangi Tingkat kelelahan mata pada anak usia sekolah yang mengalami astenopia. Penelitian dirancang melalui studi kasus dengan durasi intervensi selama enam kali pertemuan dalam dua minggu. Tingkat kelelahan mata diobservasi menggunakan 16 pertanyaan melalui Computer Vision Syndrome Questionare (CVSQ) yang diukur baik sebelum maupun setelah pemberian intervensi. Metode ini merupakan uji klinis dengan meneliti 2 klien, hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan Tingkat kelelahan mata pada klien kelolaan dari skor 10 (Positif *Digital Eye Strain*) mengalami kelelahan mata menjadi 5 (Negatif *Digital Eye Strain*) tidak mengalami kelelahan mata. Berdasarkan temuan ini menunjukkan bahwa terapi senam mata dan kompres hangat merupakan intervensi yang efektif dalam mengurangi Tingkat kelelahan mata pada anak usia sekolah sehingga berimplikasi dapat menjadi bagian dari asuhan keperawatan keluarga yang diterapkan sehari-hari.

Kata Kunci : Anak Usia Sekolah, Astenopia, Kompres Hangat, Senam Mata.

ANALYSIS OF FAMILY NURSING CARE WITH EYEXERCISES AND WARM COMPRESS INTERVENTIONS TO REDUCE EYE FATIGUE IN CHILDREN IN DEPOK CITY

Lestarie Luhur

Abstract

Eye fatigue or asthenopia is one of the conditions often experienced by school-age children in Indonesia. Controlling eye fatigue or asthenopia can be done through various approaches, one of which is with non-pharmacological therapy through eye exercises and warm compresses. This study aims to determine the effectiveness of eye exercises and warm compresses to reduce or reduce the level of eye fatigue in school-age children who experience asthenopia. The study was designed through a case study with an intervention duration of six meetings in two weeks. The level of eye fatigue was observed using 16 questions through the Computer Vision Syndrome Questionnaire (CVSQ) which was measured both before and after the intervention. This method is a clinical trial by examining 2 clients, the results showed a decrease in eye fatigue levels in managed clients from a score of 10 (Positive Digital Eye Strain) experiencing eye fatigue to 5 (Negative Digital Eye Strain) not experiencing eye fatigue. Based on these findings, it shows that eye exercise therapy and warm compresses are effective interventions in reducing eye fatigue levels in school-age children, which implies that they can be part of family nursing care that is applied daily.

Keywords: *Astenopia, Eye exercise, School-age Children, Warm Compress.*