

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELUHAN *COMPUTER VISION SYNDROME* PADA PEKERJA PENGGUNA KOMPUTER DI KANTOR WALIKOTA ADMINISTRASI JAKARTA SELATAN TAHUN 2025

Diaz Syahidah Marwah

Abstrak

Penggunaan perangkat digital khususnya komputer di lingkungan kerja semakin meningkat dan memicu masalah kesehatan, salah satunya *Computer Vision Syndrome* (CVS). Tingginya beban kerja dan durasi paparan layar yang panjang dapat berdampak pada penurunan kenyamanan kerja, produktivitas, dan kualitas hidup pekerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan keluhan CVS pada pekerja pengguna komputer di Kantor Walikota Administrasi Jakarta Selatan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Populasi penelitian adalah pekerja yang menggunakan komputer minimal 2 jam per hari. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah responden sebanyak 106 orang. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner CVS-Q, PSQI, *laser distance meter*, dan *lux meter*. Analisis data dilakukan secara bivariat menggunakan uji *chi-square* dan multivariat dengan regresi logistik berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 80 pekerja (75,5%) mengalami keluhan CVS. Analisis bivariat menunjukkan bahwa variabel jenis kelamin, kelainan refraksi, durasi penggunaan komputer, penerapan pola istirahat 20-20-20, dan intensitas pencahayaan lokal berhubungan signifikan dengan kejadian CVS ($p < 0,05$). Hasil analisis multivariat menunjukkan bahwa jenis kelamin ($aPOR = 16,072$; 95% CI: 3,001–86,069) merupakan faktor dominan terhadap keluhan CVS. Oleh karena itu, disarankan adanya upaya pencegahan melalui penerapan metode istirahat 20-20-20, pengaturan pencahayaan kerja yang memadai, serta edukasi ergonomi kerja.

Kata Kunci: *Computer Vision Syndrome*, Durasi Penggunaan Komputer, Jenis Kelamin, Masa Kerja, Pekerja Kantor

FACTORS ASSOCIATED WITH *COMPUTER VISION SYNDROME* COMPLAINTS IN COMPUTER USING WORKERS AT THE SOUTH JAKARTA ADMINISTRATIVE MAYOR'S OFFICE IN 2025

Diaz Syahidah Marwah

Abstract

The increasing use of digital devices, particularly computers, in the workplace has triggered various health problems, one of which is *Computer Vision Syndrome* (CVS). High workloads and prolonged screen exposure can negatively impact employees' work comfort, productivity, and quality of life. This study aimed to identify factors associated with CVS complaints among computer users at the South Jakarta City Mayor's Office. This research employed a quantitative approach with a cross-sectional design. The study population consisted of employees who used a computer for at least 2 hours per day. A total of 106 respondents were selected using purposive sampling. The instruments used included the CVS-Q questionnaire, the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI), a laser distance meter, and a lux meter. Data were analyzed using bivariate chi-square tests and multivariate multiple logistic regression. The results showed that 80 employees (75.5%) experienced CVS complaints. Bivariate analysis indicated that gender, refractive disorders, duration of computer use, implementation of the 20-20-20 break rule, and local lighting intensity were significantly associated with CVS ($p < 0.05$). Multivariate analysis revealed that gender (aPOR = 16.072; 95% CI: 3.001–86.069) was the dominant factor for CVS complaints. Therefore, preventive efforts such as applying the 20-20-20 break method, providing adequate workplace lighting, and ergonomic education are recommended to reduce CVS risk and maintain employee productivity.

Keyword: Computer Vision Syndrome, Computer Use Duration, Gender, Length of Service, Office Workers