



**HUBUNGAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH (PJJ) DENGAN
KELELAHAN MATA PADA MAHASISWA UPN VETERAN
JAKARTA TAHUN 2020**

SKRIPSI

SARAH GEOFANNI

1710713126

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2021**



**HUBUNGAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH (PJJ) DENGAN
KELELAHAN MATA PADA MAHASISWA UPN VETERAN
JAKARTA TAHUN 2020**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat**

SARAH GEOFANNI

1710713126

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2021**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan benar.

Nama : Sarah Geofanni

NRP : 1710713126

Tanggal : 9 Februari 2021

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan persyaratan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 9 Februari 2021

Yang Menyatakan



(Sarah Geofanni)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sarah Geofanni
NRP : 1710713126
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: "Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) dengan Kelelahan Mata Pada Mahasiswa UPN Veteran Jakarta Tahun 2020"

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak cipta,

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 9 Februari 2021

Yang Menyatakan



(Sarah Geofanni)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Sarah Geofanni

NRP : 1710713126

Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

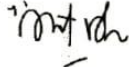
Judul Skripsi : Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) dengan Kelelahan Mata
Pada Mahasiswa UPN Veteran Jakarta

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar sarjana Kesehatan Masyarakat pada Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.


Arga Buntara, SKM., MPH

Ketua Penguji




Yuri Nurdiantami, S.Farm., Apt., MPH
Penguji II (Pembimbing)


Arga Buntara, SKM., MPH
Ka. ProgdI Kesehatan Masyarakat
Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal ujian : 9 Februari 2021

RELATIONSHIP OF DISTANCE LEARNING WITH EYE FATIGUE IN UPN VETERAN JAKARTA STUDENTS IN 2020

Sarah Geofanni

Abstract

Since the determination of the *Corona Virus Disease* (Covid-19) infection as a global pandemic by the *World Health Organization* the large-scale social restrictions set by the government have influenced the world of education where the learning process which is usually done face-to-face must be done through distance learning, this is done to reduce the spread of coronavirus. Changes in learning methods provide convenience, but on the other hand, it has a bad impact, namely eye fatigue. Several factors that affect eye fatigue are individual factors, occupational factors, and environmental factors. The purpose of this study was to analyze the relationship between distance learning and eye fatigue in UPN Veteran Jakarta students. This research was conducted from October 2020 to January 2021. This research is a quantitative analytic study, using a *cross-sectional design*. Sampling used a *proportionate random sampling* technique. The sample was 386 students and the statistical test used was the *Chi-Square test* with a signification of 0.05. Based on the research results showed that 91.2% has experienced eye fatigue. The results of bivariate analysis showed a significant relationship between eye rest (p-value = 0.039), length of time to use electronic devices (p-value = 0.000), distance of electronic devices (p-value = 0.026) and credits load (p-value = 0.034). It is recommended for students to do prevention of eye fatigue with the 20-20-20 rule, activate the *eye protector*, use *anti-glare*, and have regular eye health checks.

Keywords: Covid-19, Eye Fatigue, Student

KATA PENGANTAR

Puji serta syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan yang Maha Esa atas segala karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat dengan judul “Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) dengan Kelelahan Mata Pada Mahasiswa UPN Veteran Jakarta Tahun 2020”

Penulis menyampaikan terima kasih atas seluruh bantuan dalam bentuk apapun yang telah diberikan, baik secara langsung maupun tidak langsung selama proses penyusunan skripsi dari awal hingga akhir. Secara khusus rasa terima kasih tersebut disampaikan kepada Ibu Yuri Nurdiantami, S.Farm., Apt., MPH selaku dosen pembimbing 1 serta Ibu Agustina, SKM, M.Kes. selaku dosen pembimbing 2. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada orang tua, seluruh keluarga, teman-teman kesebelasan, teman-teman bdi dan teman-teman Kesehatan Masyarakat 2017 yang telah memberikan doa dan dukungannya kepada penulis selama proses penulisan skripsi ini.

Penulis sepenuhnya menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, saran dan kritik yang bersifat membangun sangat diharapkan dalam penyempurnaan skripsi ini. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi seluruh pembaca maupun pihak-pihak yang terlibat.

Jakarta, 9 Februari 2021

Penulis



Sarah Geofanni

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	5
I.3 Tujuan.....	5
I.4 Manfaat.....	6
I.5 Ruang Lingkup	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
II.1 Mata.....	8
II.2 Kelelahan Mata.....	11
II.3 Faktor-Faktor Kelelahan Mata.....	14
II.4 Pencegahan Kelelahan Mata.....	21
II.5 Pembelajaran Jarak Jauh.....	21
II.6 Penelitian Terkait.....	24
II.7 Kerangka Teori	29
BAB III METODE PENELITIAN.....	30
III.1 Kerangka Konsep.....	30
III.2 Hipotesis Penelitian	30
III.3 Definisi Operasional	31
III.4 Desain Penelitian	33
III.5 Tempat dan Waktu Penelitian.....	33
III.6 Populasi dan Sampel Penelitian.....	33
III.7 Metode Pengumpulan Data.....	36
III.8 Instrumen Penelitian	36
III.9 Uji Validitas dan Uji Reliabilitas.....	37
III.10 Pengolahan Data	40
III.11 Metode Analisis Data	41
III.12 Etika Penelitian.....	42

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	43
IV.1 Gambaran Umum UPN Veteran Jakarta.....	43
IV.2 Hasil Univariat.....	43
IV.3 Hasil Bivariat.....	49
IV.4 Pembahasan	52
IV.5 Keterbatasan Penelitian	67
BAB V PENUTUP.....	68
V.1 Kesimpulan.....	68
V.2 Saran	69
DAFTAR PUSTAKA	71
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Korelasi antara Usia dan Daya Akomodasi	15
Tabel 2	Penelitian Terkait	24
Tabel 3	Definisi Operasional (DO)	31
Tabel 4	Jumlah Mahasiswa Pada Setiap Fakultas	33
Tabel 5	Jumlah Sampel Tiap Fakultas	35
Tabel 6	Hasil Uji Validitas Variabel Kelelahan Mata	38
Tabel 7	Hasil Uji Validitas Variabel Pembelajaran Jarak Jauh	38
Tabel 8	Hasil Pengujian Reliabilitas	39
Tabel 9	Distribusi Frekuensi Karakteristik Individu Mahasiswa	44
Tabel 10	Distribusi Frekuensi Keluhan Kelelahan Mata Pada Mahasiswa UPN Veteran Jakarta Tahun 2020	45
Tabel 11	Distribusi Frekuensi Gejala Keluhan Kelelahan Mata Pada Mahasiswa UPN Veteran Jakarta Tahun 2020	45
Tabel 12	Pendapat Mahasiswa Terhadap Pelaksanaan PJJ	46
Tabel 13	Distribusi Frekuensi Pembelajaran Jarak Jauh	47
Tabel 14	Analisis Hubungan Antara Variabel Independen dengan Kelelahan Mata Pada Mahasiswa UPN Veteran Jakarta Tahun 2020	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Mekanisme Kelelahan Mata.....	14
Gambar 2	Kerangka Teori.....	29
Gambar 3	Kerangka Konsep	30

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan dan Penelitian
- Lampiran 2 Surat Balasan Studi Pendahuluan dan Penelitian
- Lampiran 3 Surat Ethical Clearance
- Lampiran 4 Surat Balasan Ethical Clearance
- Lampiran 5 Lembar Penjelasan Penelitian
- Lampiran 6 Informed Consent
- Lampiran 7 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 8 Output Analisis Univariat dan Bivariat
- Lampiran 9 Master Tabel
- Lampiran 10 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 11 Surat Pernyataan Plagiarism