

**Hubungan Antara Posisi Duduk dan Intensitas Penggunaan
Komputer Dengan Keluhan CVS (Computer Vision Syndrome) Pada
Pegawai Monitoring dan Pengembangan Dinas Pendidikan Kota
Semarang Tahun 2015**

RISKA VALENTINE SOANDE

*Program Studi Kesehatan Masyarakat - S1, Fakultas
Kesehatan, Universitas Dian Nuswantoro Semarang*

URL : <http://dinus.ac.id/>

Email : 411200800828@mhs.dinus.ac.id

ABSTRAK

Penggunaan komputer diseluruh dunia mengalami peningkatan dari waktu ke waktu. Dengan adanya komputer, pekerjaan dapat diselesaikan dengan mudah dan cepat. Namun penggunaan komputer juga memberikan efek terhadap kesehatan. Gangguan kesehatan lain yang paling banyak dilaporkan akibat pengguna komputer adalah gangguan penglihatan. Gangguan penglihatan yang disebabkan karena penggunaan komputer, oleh The American Optometric Association dinamakan Computer Vision Syndrome (CVS). Bidang Monitoring dan Pengembangan Dinas Pendidikan Kota Semarang merupakan seksi monitoring dan pelaporan, seksi data dan informasi, serta seksi analisa dan pengembangan. Sarana kerja menggunakan sistem komputerisasi secara keseluruhan. Tujuan dilakukan penelitian adalah untuk mendeskripsikan dan menganalisis hubungan posisi duduk dan intensitas penggunaan komputer terhadap keluhan gangguan CVS (Computer Vision Syndrome) pada Pegawai Monitoring dan Pengembangan Dinas Pendidikan Kota Semarang Tahun 2015.

Penelitian menggunakan metode survei dengan pendekatan Cross Sectional, dimana peneliti melakukan pengambilan data sampel dengan observasi dan kuesioner sebagai alat pengumpul data. Uji statistik yang digunakan untuk mengetahui hubungan variabel bebas dan terikat adalah dengan uji Rank Spearman. Sampel dan populasi yang digunakan yaitu sebanyak 24 orang berdasarkan jumlah keseluruhan populasi.

Hasil penelitian dengan menggunakan uji Rank Spearman menunjukkan bahwa tidak ada hubungan posisi duduk terhadap keluhan CVS pada pegawai Monitoring dan Pengembangan Dinas Pendidikan Kota Semarang ($r = 0,089$, $p\text{-value } 0,678 > 0,05$) dan tidak ada hubungan intensitas penggunaan komputer terhadap keluhan CVS pada pegawai Monitoring dan Pengembangan Dinas Pendidikan Kota Semarang ($r = -0,078$, $p\text{-value } 0,716 > 0,05$).

Kepada pegawai dalam bekerja menggunakan komputer sebaiknya untuk jarak mata ke monitor ? 50 cm. Relaksasi yang baik untuk dilakukan pegawai adalah relaksasi berjalan. Relaksasi mata 10-20 menit selama 2 jam bekerja agar mata tidak menjadi lelah.

Kata Kunci : Posisi duduk, intensitas penggunaan komputer, keluhan CVS

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SITTING POSITION AND INTENSITY
OF USES A COMPUTER WITH CVS (COMPUTER VISION SYNDROME)
AMONG MONITORING AND DEVELOPMENT EMPLOYEE OF THE
EDUCATION DEPARTMENT IN SEMARANG 2015**

RISKA VALENTINE SOANDE

*Program Studi Kesehatan Masyarakat - S1, Fakultas
Kesehatan, Universitas Dian Nuswantoro Semarang*

URL : <http://dinus.ac.id/>

Email : 411200800828@mhs.dinus.ac.id

ABSTRACT

The applying of computer around the world has increased. With the computer, work can be completed easily and quickly. However, the uses of computer also have an effect on health. Other health problems most commonly reported as a result of computer users. Other health problems most frequently reported consequence is vision impaired computer users. Visual impairment caused by the use of a computer, by The American Optometric Association called Computer Vision Syndrome (CVS). Monitoring and development sector of Department of Education in Semarang is monitoring and reporting section, data and information, analysis and development section. Work facilities using a computerized system as whole. The purpose of this study was to describe and analyze the relation between the sitting position and intensity uses a computer with CVS (Computer Vision Syndrome) among Monitoring and Development Employee of the Education Department in Semarang 2015.

This study was survey and cross sectional study design, the research instrument used questionnaire. The statistical test used to determine the relation of independent and dependent variables were the Rank Spearman test. Sample and population used 24 people based on the total population.

The results using Spearman Rank test showed that there was no relation between the sitting position with CVS on Monitoring and Development employees of the Education Department in Semarang ($r = 0.089$, $p\text{-value } 0.678 > 0.05$). And there was no relation between the intensity uses a computer with CVS on Monitoring and Development employees of the Education Department in Semarang ($r = -0.078$, $p\text{-value } 0.716 > 0.05$).

To employees in the work should be to use a computer monitor to eye distance ? 50 cm. Relaxation good thing to do employee is relaxation by walking. Relaxing for 10 or 20 minutes in every 2 hours of work with computer.

Keyword : sitting position, intensity uses a computer, CVS