

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Gambaran Umum Objek Penelitian

Operator fotokopi merupakan individu yang bertanggung jawab untuk mengoperasikan mesin fotokopi serta perangkat pendukungnya, dengan tujuan menghasilkan salinan dokumen yang berkualitas. Peran ini tidak hanya mencakup keterampilan teknis, tetapi juga memerlukan kemampuan manajemen waktu, layanan pelanggan, serta pemahaman mendalam tentang berbagai jenis dokumen dan kebutuhan klien.

Seorang operator fotokopi harus memahami cara kerja mesin fotokopi secara mendetail. Ini termasuk pengaturan resolusi, ukuran kertas, pengaturan warna, dan jenis pencetakan (seperti duplex atau pencetakan dua sisi). Mereka harus mampu melakukan penyesuaian yang diperlukan untuk memenuhi kebutuhan spesifik dari setiap dokumen yang difotokopi.

Operator juga bertanggung jawab untuk pemeliharaan rutin mesin fotokopi. Ini meliputi penggantian toner, membersihkan bagian dalam mesin, dan memastikan bahwa mesin selalu dalam kondisi kerja yang optimal. Pemeliharaan yang baik akan mencegah kerusakan dan memperpanjang umur mesin.

Kemampuan untuk mengatasi masalah teknis yang muncul selama penggunaan mesin sangat penting. Operator fotokopi harus dapat mendiagnosa dan memperbaiki masalah seperti kertas macet, kualitas cetak yang buruk, atau masalah

perangkat lunak yang mungkin terjadi. Keterampilan troubleshooting ini memastikan bahwa operasi fotokopi berjalan lancar tanpa gangguan berarti.

Operator fotokopi sering kali bekerja di lingkungan yang sibuk dengan banyak permintaan untuk fotokopi. Mereka harus mampu mengatur waktu mereka dengan baik untuk menyelesaikan pekerjaan tepat waktu, terutama ketika ada tenggat waktu yang ketat. Mengutamakan pekerjaan dan mengelola beban kerja dengan efektif adalah kunci untuk menjaga kepuasan pelanggan.

: Terkadang, operator harus mengelola jadwal penggunaan mesin fotokopi, terutama jika mesin tersebut digunakan oleh banyak orang atau departemen. Mereka harus memastikan bahwa setiap orang mendapatkan kesempatan yang adil untuk menggunakan mesin sesuai dengan kebutuhan mereka..

4.2. Hasil Penelitian

4.2.1. Uji Univariat

Uji univariat adalah analisis statistik yang digunakan untuk menganalisis data dari satu variabel secara independen. Fokus dari uji univariat adalah pada deskripsi dan penjelasan karakteristik dasar dari satu variabel tanpa mempertimbangkan hubungan atau interaksi dengan variabel lain. Dalam uji univariat, beberapa statistik deskriptif sering digunakan, seperti mean, median, mode, varians, dan standar deviasi. Selain itu, visualisasi data seperti histogram, box plot, atau bar chart juga sering digunakan untuk menggambarkan distribusi data. Tujuan utama dari uji univariat adalah untuk memahami dan menyimpulkan tentang pola, kecenderungan, dan distribusi dari variabel tunggal tersebut. Misalnya, dalam analisis data kesehatan, uji univariat dapat digunakan untuk menganalisis variabel seperti tingkat

tekanan darah atau indeks massa tubuh secara terpisah. Dengan demikian, uji univariat memberikan landasan penting dalam analisis data yang lebih kompleks dan merupakan langkah awal dalam eksplorasi data yang lebih mendalam. Uji univariat yang digunakan oleh peneliti di dalam penelitian ini adalah uji staitisk distribusi frekuensi untyuk mengetahui berapa jumlah responden ayng dilihat dari segi jenis kelamin, usia, durasi kerja, masa kerja, jarak mata ke monitor hingga berapa jumlah orang responden yang mengalami keluhan mata. Berikut adlaah hasil uji univariat yang dilakukan peneliti:

1. Karakteristik responden berdasarkan usia

Usia yang dimaksud di dalam penelitian ini adalah usia pada saat menjaid responden di dalam penelitian. beirkut adalah karakteristik responden berdasarkan usia yang ada di dalam penelitian ini:

Tabel 4. 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Persentase (%)
<40 Tahun	60	87
>40 Tahun	9	13
Total	69	100

Sumber: data diolah peneliti dengan SPSS (2024)

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa jumlah responden yang memiliki usia < 40 Tahun adalah sebanyak 60 orang (87%) sednagkan responden dengan usia >40 Tahun adalah sebanyak 9 orang (13%). Hal ini menunjukkan abwha sebagian besar responden terdiri atas responden dengan usia <40 Tahun. Hal ini dikarenakan karakteristik pekerjaan pada tempat fotocopy yang lebih

banyak membutuhkan karyawan berusia muda

2. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Jenis kelamin yang dimaksud di dalam penelitian ini adalah laki laki atau perempuan. Berikut adalah karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Tabel 4. 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase (%)
Laki Laki	51	74
Perempuan	18	26
Total	69	100

Sumber: data diolah peneliti dengan SPSS (2024)

Tabel di atas menunjukkan bahwa jumlah responden dengan jenis kelamin laki laki adalah sebanyak 51 orang (74%) sedangkan jumlah responden dengan jenis kelamin perempuan adalah sebanyak 18 orang (26%). Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden terdiri atas responden dengan jenis kelamin laki laki. Hal ini dikarenakan karakteristik pekerjaan di tempat fotocopy yang lebih banyak membutuhkan karyawan dengan jenis kelamin laki laki

3. Karakteristik Responden Berdasarkan Masa Kerja

Masa kerja yang dimaksud di dalam penelitian ini adalah masa kerja pada saat karyawan menjadi responden di dalam penelitian. berikut adalah karakteristik responden berdasarkan masa kerja:

Tabel 4. 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Masa Kerja

Masa Kerja	Jumlah	Persentase (%)
< 4 Tahun	53	77
> 4 Tahun	16	23
Total	69	100

Sumber: data diolah peneliti dengan SPSS (2024)

Tabel di atas menunjukkan bahwa jumlah responden dengan masa kerja < 4 Tahun adalah sebanyak 53 orang (77%) sedangkan jumlah responden dengan masa kerja > 4 Tahun adalah sebanyak 16 orang (23%). Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden terdiri dari responden dengan masa kerja < 4 Tahun. Hal ini dikarenakan karakteristik pekerjaan pada tempat fotocopy yang tidak membutuhkan karyawan dengan pengalaman yang banyak

4. Karakteristik responden berdasarkan Durasi Penggunaan Komputer

Durasi penggunaan komputer yang dimaksud di dalam penelitian ini adalah Waktu yang dihabiskan para pekerja dalam sehari ketika menggunakan komputer. Berikut adalah karakteristik responden berdasarkan durasi penggunaan komputer:

Tabel 4. 4 Karakteristik Responden Berdasarkan Durasi Penggunaan Komputer

Durasi Kerja	Jumlah	Persentase (%)
< 4 Jam	42	61
> 4 Jam	27	39
Total	69	100

Sumber: data diolah peneliti dengan SPSS (2024)

Tabel di atas menunjukkan bahwa jumlah responden dengan durasi penggunaan komputer < 4 jam adalah sebanyak 42 orang (61%) sedangkan jumlah responden dengan durasi penggunaan komputer selama > 4 jam adalah sebanyak 27 orang (39%). Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden menggunakan komputer ketika bekerja selama < 4 jam. Hal ini dikarenakan karakteristik pekerjaan di tempat fotocopy yang tidak membutuhkan waktu banyak untuk menggunakan komputer.

5. Keluhan Mata

Keluhan mata yang dimaksud di dalam penelitian ini adalah Pernyataan dan keluhan mata yang dialami pekerja setelah menggunakan komputer. Berikut adalah karakteristik responden berdasarkan ada atau tidaknya keluhan mata setelah bekerja menggunakan komputer:

Tabel 4. 5 Keluhan Mata

Keluhan Mata	Ada	%	Tidak Ada	%	Total	%
Mata Perih	4	6%	65	94%	69	100%
Mata Berair	10	14%	59	86%	69	100%
Mata Merah	18	26%	51	74%	69	100%
Mata Berdenyut	45	65%	24	35%	69	100%
Penglihatan Kabur	32	46%	37	54%	69	100%
Penglihatan Ganda	34	58%	25	42%	59	100%
Sulit Fokus dalam Melihat	41	59%	28	41%	69	100%
Sakit Kepala	35	51%	34	49%	69	100%
Pusing dan Mual	60	87%	9	13%	69	100%

Sumber: data diolah peneliti dengan SPSS (2024)

Berdasarkan data yang diperoleh dari operator fotokopi di Medan Baru, mayoritas responden melaporkan mengalami beberapa keluhan mata yang berhubungan dengan kelelahan mata. Dari 69 responden, keluhan yang

paling banyak dirasakan adalah pusing dan mual, dengan 60 responden (87%) mengalami gejala tersebut. Selain itu, 45 responden (65%) mengalami mata berdenyut, menunjukkan bahwa ketegangan mata yang signifikan adalah masalah umum di kalangan operator. Keluhan lain yang sering dilaporkan adalah penglihatan ganda (58%) dan sulit fokus dalam melihat (59%), yang mengindikasikan bahwa aktivitas pekerjaan yang melibatkan penggunaan mata secara intensif mempengaruhi kualitas penglihatan. Keluhan penglihatan kabur juga dilaporkan oleh 32 responden (46%), sementara sakit kepala dialami oleh 35 responden (51%). Keluhan mata merah dilaporkan oleh 18 responden (26%), dan mata berair oleh 10 responden (14%). Namun, keluhan mata perih hanya dialami oleh 4 responden (6%), menunjukkan bahwa meskipun kelelahan mata umum terjadi, jenis keluhan yang dialami dapat bervariasi di antara individu.

4.2.2. Uji Bivariat

Uji bivariat adalah metode analisis statistik yang digunakan untuk mengevaluasi hubungan antara dua variabel. Uji ini sering digunakan dalam penelitian untuk menentukan apakah ada korelasi atau asosiasi antara dua variabel yang sedang diteliti. Misalnya, uji bivariat dapat digunakan untuk mengidentifikasi hubungan antara tingkat pendidikan dan pendapatan, atau antara kebiasaan merokok dan kesehatan jantung. Metode ini melibatkan berbagai jenis uji statistik, seperti uji t untuk membandingkan rata-rata dua kelompok, uji chi-square untuk menguji asosiasi antara variabel kategoris, dan koefisien korelasi Pearson untuk mengukur kekuatan dan arah hubungan linier antara dua variabel kontinu. Uji

bivariat penting dalam penelitian karena memberikan wawasan awal tentang hubungan antara dua variabel sebelum melanjutkan ke analisis yang lebih kompleks, seperti analisis multivariat yang melibatkan lebih dari dua variabel. Hasil dari uji bivariat dapat digunakan untuk membuat kesimpulan awal dan hipotesis yang kemudian dapat diuji lebih lanjut dengan metode statistik yang lebih canggih. uji bivariat yang dilakukan oleh peneliti di dalam penelitian ini menggunakan uji *chi square* dengan bantuan aplikasi SPSS. Berikut adalah hasil uji bivariat yang dilakukan oleh peneliti:

1. Hubungan Antara Usia dengan Keluhan Mata pada Pekerja Operator Foto Copy di Medan Baru

Berikut adalah hasil uji bivariat yang digunakan oleh peneliti di dalam penelitian ini dengan menggunakan uji *chi square*:

Tabel 4. 6 Hubungan Antara Usia dengan Keluhan Mata pada Pekerja Operator Foto Copy di Medan Baru

	Keluhan				Jumlah N	P Value	OR (95%)
	Ada	%	Tidak Ada	%			
Usia	< 40 Tahun	21	35%	39	65%	0.232 (0.027-1.984)	
	> 40 Tahun	1	11%	8	89%		
	Total	22		47	69		

Sumber: data diolah peneliti dengan SPSS (2024)

Tabel di atas menunjukkan bahwa dari jumlah responden dengan usia < 40 Tahun sebanyak 60 orang terdapat 21 orang (35%) yang mengalami keluhan pada mata sedangkan sisanya sebanyak 39 orang (65%) menyatakan tidak terdapat keluhan pada mata mereka, di sisi lain, dari 9 orang responden

dengan usia >40 tahun terdapat 1 orang responden (11%) yang memiliki keluhan pada mata sedangkan sisanya sebesar 8 orang (89%) tidak mengalami keluhan pada mata. Nilai *p value* adalah 0.254 (*p value*>0.05). Nilai OR adalah 0.232 (0.027-1.984) yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara usia dan keluhan pada mata pada karyawan tempat fotocopy di medan baru.

2. Hubungan Antara Masa Kerja dengan Keluhan Mata pada Pekerja Operator Foto Copy di Medan Baru

Berikut adalah hasil uji bivariat yang digunakan oleh peneliti di dalam penelitian ini dengan menggunakan uji *chi square*:

Tabel 4. 7 Hubungan Antara Masa Kerja dengan Keluhan Mata pada Pekerja Operator Foto Copy di Medan Baru

	Keluhan				Jumlah N	P Value	OR (95%)
	Ada	%	Tidak Ada	%			
Masa Kerja	< 4 Tahun	7	13%	46	87%	53	98.571
	> 4 Tahun	15	94%	1	6%	16	0.000 (11.201 -
	Total	22		47		69	867.849)

Sumber: data diolah peneliti dengan SPSS (2024)

Tabel di atas menunjukkan bahwa dari jumlah responden dengan masa kerja < 4 Tahun sebanyak 53 orang terdapat 7 orang (13%) yang mengalami keluhan pada mata sedangkan sisanya sebanyak 46 orang (87%) menyatakan tidak terdapat keluhan pada mata mereka, di sisi lain, dari 16 orang responden dengan masa kerja >4 tahun terdapat 15 orang responden (94%) yang memiliki keluhan pada mata sedangkan sisanya sebesar 1 orang

(6%) tidak mengalami keluhan pada mata. Nilai *p value* adalah 0.000 (*p value*<0.05).Nilai OR (95%) adalah 98.571 (11.201-867.849) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara masa kerja dan keluhan pada mata pada karyawan tempat fotocopy di medan baru

3. Hubungan Antara Durasi Penggunaan Komputer dengan Keluhan Mata pada Pekerja Operator Foto Copy di Medan Baru

Berikut adalah hasil uji bivariat yang digunakan oleh peneliti di dalam penelitian ini dengan menggunakan uji *chi square*:

Tabel 4. 8 Hubungan Antara Durasi Penggunaan Komputer dengan Keluhan Mata pada Pekerja Operator Foto Copy di Medan Baru

		Keluhan				Jumlah	P Value	OR (95%)
		Ada	%	Tidak Ada	%	N		
Durasi	< 4 Jam	5	12%	37	88%	42	0.000	12.58 (3.723 – 42.503)
	> 4 Jam	17	63%	10	37%	27		
	Total	22		47		69		

Sumber: data diolah peneliti dengan SPSS (2024)

Tabel di atas menunjukkan bahwa dari jumlah responden dengan durasi penggunaan komputer < 4 jam sebanyak 42 orang terdapat 5 orang (12%) yang mengalami keluhan pada mata sedangkan sisanya sebanyak 37 orang (88%) menyatakan tidak terdapat keluhan pada mata mereka, di sisi lain, dari 27 orang responden dengan masa kerja >4 tahun terdapat 17 orang responden (63%) yang memiliki keluhan pada mata sedangkan sisanya sebesar 10 orang (37%) tidak mengalami keluhan pada mata. Nilai *p value* adalah 0.000 (*p value*<0.05).Nilai OR (95%) adalah 12.58 (3.723-42.503)

yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara durasi penggunaan komputer dan keluhan pada mata pada karyawan tempat fotocopy di medan baru

4.3.Pembahasan

4.3.1. Keluhan Mata pada Pekerja Operator Fotocopy Di Medan Baru

Keluhan mata adalah ungkapan atau laporan dari seseorang terkait ketidaknyamanan, gangguan, atau perubahan yang dialami pada fungsi atau kondisi mata. Keluhan ini bisa bervariasi mulai dari gejala ringan seperti mata kering, gatal, atau kemerahan, hingga gejala yang lebih serius seperti penglihatan kabur, nyeri tajam, atau kehilangan penglihatan sebagian maupun total. Penyebab keluhan mata dapat beragam, termasuk faktor lingkungan seperti paparan debu atau cahaya berlebih, kondisi kesehatan seperti infeksi atau penyakit mata tertentu, serta kebiasaan yang tidak sehat seperti terlalu lama menatap layar komputer tanpa istirahat. Mendengar dan memahami keluhan mata sangat penting untuk mencegah atau mengatasi masalah yang lebih serius, sehingga individu dapat mempertahankan kesehatan penglihatan yang optimal (Arianti, 2016).

Berdasarkan data yang diperoleh dari operator fotokopi di Medan Baru, mayoritas responden melaporkan mengalami beberapa keluhan mata yang berhubungan dengan kelelahan mata. Dari 69 responden, keluhan yang paling banyak dirasakan adalah pusing dan mual, dengan 60 responden (87%) mengalami gejala tersebut. Selain itu, 45 responden (65%) mengalami mata berdenyut, menunjukkan bahwa ketegangan mata yang signifikan adalah

masalah umum di kalangan operator. Keluhan lain yang sering dilaporkan adalah penglihatan ganda (58%) dan sulit fokus dalam melihat (59%), yang mengindikasikan bahwa aktivitas pekerjaan yang melibatkan penggunaan mata secara intensif mempengaruhi kualitas penglihatan. Keluhan penglihatan kabur juga dilaporkan oleh 32 responden (46%), sementara sakit kepala dialami oleh 35 responden (51%). Keluhan mata merah dilaporkan oleh 18 responden (26%), dan mata berair oleh 10 responden (14%). Namun, keluhan mata perih hanya dialami oleh 4 responden (6%), menunjukkan bahwa meskipun kelelahan mata umum terjadi, jenis keluhan yang dialami dapat bervariasi di antara individu.

4.3.2. Hubungan Usia Pekerja Dengan Keluhan Kelelahan Mata Pada Pekerja Operator Fotocopy Di Medan Baru

Usia pekerja mengacu pada rentang usia di mana individu secara aktif terlibat dalam kegiatan kerja atau pekerjaan. Secara umum, usia pekerja dimulai dari batas minimum usia kerja yang ditetapkan oleh undang-undang ketenagakerjaan, yaitu biasanya sekitar 15 hingga 18 tahun, tergantung pada negara dan jenis pekerjaan. Pada usia ini, individu telah dianggap memiliki kemampuan fisik dan mental yang cukup untuk menjalankan tugas-tugas pekerjaan tertentu dengan pengawasan dan perlindungan yang memadai. Usia pekerja biasanya berlanjut hingga mencapai usia pensiun, yang bervariasi di berbagai negara, namun umumnya berada di kisaran 60 hingga 65 tahun. Selama rentang usia ini, pekerja mengalami berbagai fase dalam karier mereka, mulai dari pemula yang baru memasuki dunia kerja, hingga mencapai

puncak produktivitas, dan akhirnya menuju masa pensiun. Usia pekerja memainkan peran penting dalam perencanaan sumber daya manusia, manajemen tenaga kerja, serta kebijakan sosial dan ekonomi, karena setiap fase usia memiliki karakteristik dan kebutuhan yang berbeda dalam konteks pekerjaan dan produktivitas. (Estu, 2021)

Penelitian mengenai hubungan antara usia dan keluhan pada mata yang dialami oleh operator fotocopy di Medan Baru menunjukkan bahwa dari jumlah responden dengan usia < 40 Tahun sebanyak 60 orang terdapat 21 orang (35%) yang mengalami keluhan pada mata sedangkan sisanya sebanyak 39 orang (65%) menyatakan tidak terdapat keluhan pada mata mereka, di sisi lain, dari 9 orang responden dengan usia >40 tahun terdapat 1 orang responden (11%) yang memiliki keluhan pada mata sedangkan sisanya sebesar 8 orang (89%) tidak mengalami keluhan pada mata. Nilai *p value* adalah 0.254 (*p value*>0.05). Nilai OR adalah 0.232 (0.027-1.984) yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara usia dan keluhan pada mata pada karyawan tempat fotocopy di medan baru

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sunyanti (2019) serta Siagian (2021) yang dalam penelitiannya menyimpulkan bahwa Temuan ini mengindikasikan bahwa usia tidak berfungsi sebagai tolak ukur utama dalam menentukan adanya keluhan mata pada seseorang. Meskipun usia sering diasosiasikan dengan berbagai perubahan fisiologis yang dapat mempengaruhi kesehatan mata, hasil ini menunjukkan bahwa faktor-faktor lain mungkin lebih berperan dalam

mempengaruhi kondisi mata. Oleh karena itu, penting untuk mempertimbangkan variabel lain seperti faktor lingkungan, pola hidup, atau riwayat kesehatan pribadi dalam evaluasi kesehatan mata, daripada hanya berfokus pada usia sebagai indikator utama.

Namun hasil penelitian ini tidak sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Pendra (2021) yang menyatakan bahwa Seiring bertambahnya usia seseorang, perubahan fisiologis yang alami seringkali memengaruhi kemampuan penglihatan. Proses penuaan ini dapat menyebabkan berbagai keluhan visual, seperti penurunan ketajaman visual, kesulitan melihat objek dekat (presbiopia), dan peningkatan risiko gangguan mata seperti katarak dan degenerasi makula. Selama bertambahnya usia, lensa mata mengalami penurunan elastisitas, sehingga kesulitan dalam fokus pada objek dekat menjadi lebih umum. Selain itu, perubahan pada retina dan saraf optik juga dapat mempengaruhi kualitas penglihatan. Akibatnya, seseorang mungkin mengalami penglihatan kabur, kelelahan mata, atau peningkatan sensitivitas terhadap cahaya. Oleh karena itu, pemantauan kesehatan mata secara berkala dan penyesuaian kacamata atau lensa kontak yang tepat dapat membantu mengelola keluhan ini dan menjaga kualitas penglihatan seiring bertambahnya usia.

Hubungan antara usia dan keluhan pada mata merupakan topik yang dapat kita pahami melalui beberapa ayat Al-Qur'an yang menggambarkan tentang penciptaan manusia, perjalanan hidupnya, serta perubahan fisik yang terjadi seiring bertambahnya usia. Salah satu ayat yang relevan adalah Surah Yasin ayat 68:

وَمَنْ نُعَمِّرْهُ نُنَكِّسْهُ فِي الْخَلْقِ أَفَلَا يَعْقِلُونَ

Terjemahan:

"Dan barangsiapa yang Kami panjangkan umurnya niscaya Kami kembalikan dia kepada kejadian (nya); maka apakah mereka tidak memikirkan?"

Makna:

Ayat ini menunjukkan bahwa seiring dengan bertambahnya usia, manusia mengalami perubahan fisik yang mengarah pada kondisi yang lemah dan berkurangnya fungsi organ tubuh, termasuk mata. Dalam konteks keluhan pada mata, seiring bertambahnya usia, seseorang lebih rentan terhadap berbagai masalah mata seperti presbiopi (penurunan kemampuan mata untuk melihat objek dekat), katarak (keruhnya lensa mata), dan degenerasi makula (penyakit yang menyebabkan hilangnya penglihatan sentral).

Selain itu, Surah Ar-Rum ayat 54 juga memberikan gambaran mengenai tahapan-tahapan kehidupan manusia yang berkaitan dengan kekuatan dan kelemahan:

اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفًا
وَسِيئَةً يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ وَهُوَ الْعَلِيمُ الْقَدِيرُ

Terjemahan:

"Allah, Dialah yang menciptakan kamu dari keadaan lemah, kemudian Dia menjadikan (kamu) setelah keadaan lemah itu menjadi kuat, kemudian Dia menjadikan (kamu) setelah kuat itu lemah kembali dan beruban. Dia menciptakan apa yang dikehendaki-Nya dan Dialah Yang Maha Mengetahui lagi Maha Kuasa."

Ayat ini menekankan bahwa kehidupan manusia melalui siklus kelemahan, kekuatan, dan kembali lagi pada kelemahan. Proses penuaan ini merupakan bagian dari ketetapan Allah yang menunjukkan kebesaran dan

kekuasaan-Nya. Dalam fase kelemahan di usia tua, keluhan pada mata seperti penurunan penglihatan menjadi hal yang wajar terjadi, sebagai bagian dari siklus hidup manusia.

Kedua ayat ini memberikan pemahaman bahwa keluhan mata yang muncul seiring bertambahnya usia adalah bagian alami dari kehidupan manusia yang telah Allah tetapkan. Ini mengingatkan kita untuk selalu bersyukur dan memahami bahwa setiap fase kehidupan memiliki hikmah dan pelajaran tersendiri. Melalui ayat-ayat ini, kita diajak untuk merenungi kebesaran Allah dan ketetapan-Nya serta mempersiapkan diri dalam menjalani setiap fase kehidupan dengan penuh keimanan dan kesabaran.

4.3.3. Hubungan Masa Kerja Dengan Keluhan Kelelahan Mata Pada Pekerja Operator Fotocopy Di Medan Baru

Masa kerja, dalam konteks ketenagakerjaan, merujuk pada periode waktu yang telah dihabiskan oleh seorang karyawan dalam melaksanakan tugas dan tanggung jawabnya di suatu perusahaan atau organisasi. Masa kerja ini dihitung sejak seorang karyawan mulai bekerja hingga waktu tertentu atau

hingga karyawan tersebut berhenti bekerja. Masa kerja sering kali digunakan sebagai dasar untuk berbagai kebijakan dan keputusan perusahaan, termasuk kenaikan gaji, promosi, penentuan hak cuti, dan penghargaan loyalitas. Selain itu, masa kerja juga bisa mempengaruhi manfaat pensiun dan tunjangan lainnya yang diberikan kepada karyawan. Pengalaman kerja yang lebih panjang biasanya dianggap sebagai indikasi dari stabilitas, komitmen, dan kontribusi berkelanjutan seorang karyawan terhadap organisasi, meskipun dalam beberapa kasus, faktor-faktor lain seperti kinerja individu dan kemampuan adaptasi terhadap perubahan juga memainkan peran penting dalam evaluasi keseluruhan (Fithriyana, 2019).

Penelitian mengenai hubungan antara masa kerja dan keluhan pada mata yang dialami oleh operator fotocopy di Medan Baru menunjukkan bahwa dari jumlah responden dengan masa kerja < 4 Tahun sebanyak 53 orang terdapat 7 orang (13%) yang mengalami keluhan pada mata sedangkan sisanya sebanyak 46 orang (87%) menyatakan tidak terdapat keluhan pada mata mereka, di sisi lain, dari 16 orang responden dengan masa kerja >4 tahun terdapat 15 orang responden (94%) yang memiliki keluhan pada mata sedangkan sisanya sebesar 1 orang (6%) tidak mengalami keluhan pada mata. Nilai *p value* adalah 0.000 (*p value*<0.05). Nilai OR adalah 98.571 (11.201-867.849) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara masa kerja dan keluhan pada mata pada karyawan tempat fotocopy di medan baru

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Pando (2022) serta Pabale, *et al* (2022) yang dalam

penelitiannya sama sama menjelaskan bahwa Pekerjaan yang melibatkan interaksi intensif dengan komputer memiliki karakteristik yang cenderung meningkatkan risiko gangguan pada kesehatan mata. Paparan radiasi yang dipancarkan oleh layar komputer dapat memicu berbagai masalah penglihatan, seperti kelelahan mata, penglihatan kabur, dan sindrom penglihatan komputer (CVS). Radiasi ini terutama berasal dari cahaya biru yang dikeluarkan oleh layar, yang dapat menyebabkan ketegangan mata dan mengganggu pola tidur. Kelelahan mata yang kronis akibat penggunaan komputer dalam jangka waktu lama dapat memperburuk kondisi tersebut, dan berpotensi mengarah pada masalah penglihatan yang lebih serius jika tidak ditangani dengan baik. Oleh karena itu, penting bagi individu yang bekerja dengan komputer untuk melakukan tindakan pencegahan, seperti istirahat rutin, penggunaan filter layar, dan pemeriksaan mata secara berkala untuk menjaga kesehatan penglihatan mereka..

Namun hasil penelitian ini bertolak belakang dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Nikah (2023) yang dalam hasil penelitiannya menyimpulkan bahwa Meskipun seringkali penggunaan komputer dikaitkan dengan berbagai keluhan mata seperti kelelahan, iritasi, atau gangguan penglihatan, data penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor lain seperti durasi penggunaan, pencahayaan ruangan, dan kondisi kesehatan umum lebih mempengaruhi keluhan tersebut daripada penggunaan komputer itu sendiri. Hal ini mengindikasikan bahwa meskipun komputer dapat menjadi salah satu faktor yang berkontribusi, tidak ada bukti yang kuat bahwa penggunaan komputer secara langsung menyebabkan keluhan pada mata. Oleh karena itu,

penting untuk mempertimbangkan faktor-faktor tambahan dan menerapkan praktik kerja yang baik, seperti istirahat secara berkala dan pengaturan lingkungan kerja yang memadai, untuk mengurangi potensi masalah kesehatan mata..

Dalam konteks hubungan antara masa kerja dan keluhan pada mata, Al-Qur'an memberikan beberapa petunjuk yang relevan meskipun tidak secara langsung menyebutkan masalah tersebut. Salah satu ayat yang dapat dihubungkan dengan topik ini adalah Surah Al-Isra' ayat 109, yang berbunyi:

وَاخْرُؤًا سَاجِدًا وَيَكُونُوا وَزَادَهُمْ خُشُوعًا

Terjemahan: "Dan mereka jatuh bersujud, dan menangis, dan tambahan mereka menjadi lebih khusyuk."

Makna: Ayat ini menggarisbawahi pentingnya konsentrasi dan kesadaran dalam beribadah serta ketergantungan pada kekuatan Allah dalam mengatasi masalah-masalah pribadi, termasuk yang berhubungan dengan kesehatan. Dalam konteks kerja, ayat ini mengingatkan kita tentang perlunya kesadaran dalam aktivitas kita, termasuk menjaga kesehatan mata dalam jangka panjang.

Menghubungkan ayat ini dengan masa kerja dan keluhan pada mata, kita dapat memahami bahwa kerja yang berkepanjangan tanpa perhatian pada kesehatan tubuh, termasuk mata, bisa mengakibatkan keluhan dan masalah kesehatan. Al-Qur'an menekankan pentingnya menjaga kesehatan dan keseimbangan dalam menjalani aktivitas sehari-hari.

Panjang waktu kerja yang berlebihan, terutama di depan layar komputer atau dalam lingkungan kerja yang tidak memadai, dapat menyebabkan

berbagai masalah kesehatan pada mata, seperti kelelahan mata, gangguan penglihatan, dan ketidaknyamanan. Rasulullah SAW juga mengajarkan pentingnya menjaga kesehatan tubuh dan tidak membebani diri secara berlebihan, sebagaimana dalam hadith yang diriwayatkan oleh Al-Bukhari dan Muslim yang menyebutkan pentingnya menjaga kesehatan fisik.

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "إن لربك عليك حقا، ولنفسك عليك حقا، ولعيناك عليك حقا"
حقا

Terjemahan: "Rasulullah SAW bersabda: 'Sesungguhnya Tuhanmu mempunyai hak atasmu, dirimu sendiri mempunyai hak atasmu, dan matamu mempunyai hak atasmu.'"

Hadith ini menekankan pentingnya hak-hak tubuh dan kesehatan dalam kehidupan sehari-hari. Dalam konteks ini, menjaga kesehatan mata di tempat kerja merupakan bagian dari memenuhi hak tubuh kita dan menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan kesehatan.

Dengan mengintegrasikan prinsip-prinsip ini dalam kehidupan sehari-hari, kita diingatkan untuk selalu memperhatikan kesehatan mata dan menjaga keseimbangan dalam pekerjaan agar terhindar dari keluhan dan masalah kesehatan. Melalui pendekatan ini, kita tidak hanya menjaga kesehatan fisik tetapi juga mendapatkan ridha Allah dalam setiap aktivitas yang kita lakukan.

4.3.4. Hubungan Durasi Penggunaan Komputer Dengan Keluhan Kelelahan Mata Pada Pekerja Operator Fotocopy Di Medan Baru

Durasi penggunaan komputer merujuk pada jumlah waktu yang dihabiskan seseorang untuk berinteraksi dengan komputer dalam satu periode tertentu, baik untuk keperluan pekerjaan, pendidikan, hiburan, atau aktivitas lainnya. Durasi ini dapat bervariasi tergantung pada kebutuhan individu dan jenis aktivitas yang dilakukan. Penggunaan komputer yang terlalu lama tanpa istirahat yang cukup dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, seperti kelelahan mata, nyeri punggung, dan sindrom carpal tunnel. Oleh karena itu, penting bagi pengguna komputer untuk mengatur durasi penggunaan dengan bijak, termasuk mengambil jeda secara berkala untuk mengurangi risiko kesehatan yang terkait dengan penggunaan komputer yang berlebihan. Dalam konteks pendidikan dan pekerjaan, pengaturan durasi penggunaan komputer juga penting untuk menjaga produktivitas dan kualitas pekerjaan yang dihasilkan (Kurniawan, 2020).

Penelitian mengenai hubungan antara durasi penggunaan komputer ketika bekerja dan keluhan pada mata yang dialami oleh operator fotocopy di Medan Baru menunjukkan bahwa dari jumlah responden dengan durasi penggunaan komputer < 4 jam sebanyak 42 orang terdapat 5 orang (12%) yang mengalami keluhan pada mata sedangkan sisanya sebanyak 37 orang (88%) menyatakan tidak terdapat keluhan pada mata mereka, di sisi lain, dari 27 orang responden dengan masa kerja >4 tahun terdapat 17 orang responden (63%) yang memiliki keluhan pada mata sedangkan sisanya sebesar 10 orang

(37%) tidak mengalami keluhan pada mata. Nilai *p value* adalah 0.000 (*p value*<0.05). Nilai OR adalah 12.58 (3.723-42.503) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara durasi penggunaan komputer dan keluhan pada mata pada karyawan tempat fotocopy di medan baru.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Estu (2021) serta Arianti (2016) yang dalam hasil penelitiannya sama sama memberikan kesimpulan bahwa Ada hubungan yang sangat signifikan antara durasi penggunaan komputer dan keluhan pada mata, di mana semakin lama seseorang menggunakan komputer, semakin tinggi pula kemungkinan munculnya keluhan pada mata. Hal ini disebabkan oleh peningkatan paparan sinar radiasi yang dihasilkan oleh layar komputer. Radiasi ini, dalam jangka waktu yang panjang, dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan pada mata, seperti ketegangan mata, kekeringan, dan penglihatan kabur. Durasi penggunaan komputer yang lama membuat mata terus-menerus terpapar radiasi layar, yang pada gilirannya mengganggu kenyamanan visual dan meningkatkan risiko gangguan kesehatan mata. Oleh karena itu, penting untuk memperhatikan durasi penggunaan komputer dan mengambil langkah-langkah pencegahan yang tepat untuk melindungi kesehatan mata, seperti istirahat secara berkala dan menggunakan perlindungan layar yang sesuai..

Namun hasil penelitian ini bertolak belakang dengan hasil penelitian yang sebelumnya dilakukan oleh Kurniawan (2020) yang menyatakan bahwa meskipun seseorang menghabiskan waktu yang lama di depan komputer, tidak selalu berhubungan langsung dengan peningkatan frekuensi atau

intensitas keluhan mata seperti kelelahan, penglihatan kabur, atau iritasi. Hal ini mengindikasikan bahwa faktor-faktor lain, seperti kualitas monitor, pencahayaan ruangan, posisi duduk, dan kebiasaan istirahat, mungkin berperan lebih besar dalam mempengaruhi kesehatan mata pengguna komputer daripada durasi penggunaan itu sendiri. Oleh karena itu, penting untuk mempertimbangkan faktor-faktor tersebut secara keseluruhan untuk mengurangi risiko keluhan mata dan meningkatkan kenyamanan saat bekerja di depan komputer.

Penggunaan komputer dalam durasi yang panjang dapat menimbulkan berbagai keluhan pada mata seperti mata lelah, kering, perih, dan bahkan masalah penglihatan jangka panjang. Kondisi ini dikenal sebagai Computer Vision Syndrome (CVS) yang terjadi akibat paparan layar komputer yang berkepanjangan tanpa istirahat yang cukup. Keluhan ini berkaitan dengan kebiasaan manusia yang sering mengabaikan kesehatan mata mereka demi efisiensi dan produktivitas kerja. Dalam Islam, menjaga kesehatan adalah bagian dari amanah yang harus dipertanggungjawabkan kepada Allah SWT. Hal ini ditegaskan dalam Al-Qur'an, di mana Allah SWT berfirman dalam Surah Al-Baqarah ayat 195

وَأَنْفِقُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

Artinya: "Dan belanjakanlah (harta bendamu) di jalan Allah, dan janganlah kamu menjatuhkan dirimu sendiri ke dalam kebinasaan, dan berbuat baiklah, karena sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang berbuat baik." (QS. Al-Baqarah: 195).

Ayat ini mengandung makna bahwa kita diperintahkan untuk tidak

menjerumuskan diri kita ke dalam kehancuran atau bahaya. Menggunakan komputer dalam durasi yang panjang tanpa memperhatikan kesehatan mata merupakan salah satu bentuk tindakan yang dapat menjerumuskan kita ke dalam kebinasaan. Oleh karena itu, dalam konteks modern, menjaga kesehatan mata dengan mengatur durasi penggunaan komputer, melakukan istirahat yang cukup, dan menerapkan teknik-teknik perlindungan mata merupakan upaya untuk menghindari kebinasaan yang diakibatkan oleh kebiasaan buruk tersebut.

Selain itu, Al-Qur'an juga mengajarkan kita untuk memperhatikan tanda-tanda kekuasaan Allah yang ada di sekeliling kita, termasuk menjaga tubuh yang telah Allah amanahkan kepada kita. Dalam Surah Al-Mulk ayat 23, Allah SWT berfirman:

قُلْ هُوَ الَّذِي أَنْشَأَكُمْ وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ ۗ قَلِيلًا مَّا تَشْكُرُونَ

Artinya: "Katakanlah: 'Dialah yang menciptakan kamu dan menjadikan bagi kamu pendengaran, penglihatan dan hati'. (Tetapi) amat sedikit kamu bersyukur.'" (QS. Al-Mulk: 23).

Ayat ini mengingatkan kita akan pentingnya bersyukur atas nikmat penglihatan yang Allah berikan. Salah satu bentuk syukur adalah dengan menjaga kesehatan mata kita. Dengan demikian, durasi penggunaan komputer harus diatur sedemikian rupa agar tidak merugikan kesehatan mata. Disarankan untuk mengikuti aturan 20-20-20, yaitu setiap 20 menit melihat

layar komputer, sebaiknya beristirahat selama 20 detik dengan melihat objek yang berjarak 20 kaki (sekitar 6 meter) untuk mengurangi ketegangan mata.

4.4.Kajian Islam

Kajian Islam mengenai pentingnya menjaga kesehatan mata adalah topik yang kaya dan mendalam, mencakup aspek-aspek teologis, moral, dan kesehatan yang terintegrasi dalam ajaran agama Islam. Menjaga kesehatan mata tidak hanya merupakan tanggung jawab individu terhadap dirinya sendiri tetapi juga merupakan bentuk pengabdian dan syukur kepada Allah SWT atas nikmat penglihatan yang diberikan. Mata merupakan salah satu indera yang sangat berharga dan penting dalam kehidupan sehari-hari, serta memiliki peran vital dalam menjalankan berbagai aktivitas dan ibadah. Dalam Al-Qur'an, banyak ayat yang menekankan pentingnya menjaga kesehatan mata serta menunjukkan betapa besar nikmat penglihatan yang telah Allah anugerahkan kepada manusia. Salah satu ayat yang menyinggung pentingnya penglihatan adalah Surah

Al-Mulk ayat 23:

قُلْ هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ قَلِيلًا مَّا تَشْكُرُونَ

"Katakanlah, 'Dialah yang menciptakan kamu dan menjadikan bagi kamu pendengaran, penglihatan dan hati.' Tetapi sedikit sekali kamu bersyukur."

Ayat ini menegaskan bahwa pendengaran, penglihatan, dan hati adalah anugerah dari Allah yang harus dijaga dan disyukuri. Menjaga kesehatan mata merupakan bentuk syukur atas nikmat tersebut. Selain itu, dalam Surah An-Nahl ayat 78 disebutkan:

وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ

"Dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam keadaan tidak mengetahui sesuatu pun, dan Dia memberi kamu pendengaran, penglihatan, dan hati, agar kamu bersyukur."

Ayat ini kembali menekankan pentingnya bersyukur atas nikmat penglihatan dan mendengarkan, serta menyiratkan bahwa menjaga kesehatan mata adalah bagian dari rasa syukur tersebut.

Secara medis, Islam juga sangat mendorong umatnya untuk menjaga kesehatan sebagai bagian dari tanggung jawab dan amanah yang diberikan Allah. Dalam hadis yang diriwayatkan oleh Ibnu Abbas, Nabi Muhammad SAW bersabda:

"Sesungguhnya mata adalah salah satu anugerah yang besar dari Allah, dan barangsiapa yang menjaga dan memeliharanya, maka ia telah mensyukuri nikmat yang diberikan oleh Allah."

Menjaga kesehatan mata dalam perspektif Islam tidak hanya terbatas pada aspek fisik tetapi juga mencakup menjaga pandangan dari hal-hal yang haram dan tidak baik. Dalam Surah An-Nur ayat 30-31, Allah SWT memerintahkan kaum mukminin untuk menjaga pandangan mereka:

قُلْ لِّلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَٰلِكَ أَرَادَ لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ. وَقُلْ لِّلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ

"Katakanlah kepada laki-laki yang beriman agar mereka menahan pandangannya dan memelihara kemaluannya; yang demikian itu adalah lebih suci bagi mereka. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang mereka perbuat. Dan katakanlah kepada perempuan yang beriman agar mereka menahan pandangannya dan memelihara kemaluannya."

Ayat ini menunjukkan bahwa menjaga pandangan adalah salah satu cara untuk menjaga kesehatan mata dari gangguan psikologis dan spiritual yang dapat mempengaruhi kesehatan secara keseluruhan.

Dalam konteks modern, menjaga kesehatan mata melibatkan berbagai tindakan seperti menghindari membaca dalam kondisi cahaya yang kurang, menghindari paparan langsung ke sinar matahari tanpa pelindung, menggunakan layar digital dengan bijak, dan rutin memeriksakan kesehatan mata ke dokter spesialis mata. Tindakan-tindakan ini sejalan dengan prinsip Islam yang mendorong umatnya untuk menjaga kesehatan dan keselamatan diri.

Secara keseluruhan, Islam menekankan pentingnya menjaga kesehatan mata sebagai bagian dari tanggung jawab individu terhadap nikmat yang diberikan Allah. Dengan menjaga kesehatan mata, seorang Muslim tidak hanya memenuhi kewajibannya sebagai hamba Allah tetapi juga menunjukkan rasa syukur dan penghargaan atas anugerah yang telah diberikan. Ajaran ini mencakup berbagai aspek kehidupan, dari menjaga pandangan dari hal-hal yang haram hingga menerapkan gaya hidup sehat yang dapat mencegah berbagai penyakit mata. Dengan demikian, kajian Islam mengenai pentingnya menjaga kesehatan mata menawarkan panduan yang komprehensif dan holistik untuk menjalani kehidupan yang sehat dan seimbang sesuai dengan ajaran agama.