

PEDULI KESEHATAN MATA LANSIA DI WILAYAH PAMULANG BARAT KOTA TANGERANG SELATAN

Tri Rahayu^{1*}, Velda Ardia²

^{1,2}Ilmu Komunikasi, Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta

*rahayu.tri444@gmail.com

ABSTRAK

Mata merupakan bagian dari panca indera manusia yang sangat berharga. Melalui mata kita bisa melihat dunia, membaca pengetahuan, dan sebagainya. Melalui mata, kita bisa menyambung kehidupan sehari-hari kita. Lanjut usia merupakan bagian dari proses kehidupan yang tidak dapat dihindari dan akan dialami oleh setiap manusia. Seiring dengan pertambahan usia, banyak lanjut usia mempunyai masalah dengan fungsi fisiologis tubuhnya. Salah satunya perubahan sensoris yang ditandai dengan masalah penglihatan yaitu penurunan penglihatan yang terjadi seiring proses penuaan. Tujuan ini untuk mengetahui kondisi kesehatan mata dan memberikan kemudahan untuk melihat pada lanjut usia di wilayah Pamulang Barat Kota Tangerang Selatan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan observasi dan pendataan lansia, Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil dan pembahasan yang telah kami lakukan dan melakukan kegiatan pemberian kacamata gratis pada lansia yang membutuhkan kacamata dan menemukan adanya katarak pada beberapa lansia di lingkungan Pamulang Barat. Dengan adanya pendataan terhadap lansia, hasil data-data tersebut dapat digunakan untuk menentukan tindakan selanjutnya terhadap para lansia serta dapat digunakan sebagai referensi untuk kegiatan selanjutnya.

Kata Kunci : Penglihatan, Kesehatan Mata, Lanjut Usia.

ABSTRACT

The eye is a very valuable part of the five senses. Through our eyes, we can see the world, read knowledge, and so on. Through the eyes, we can connect our daily lives. The elderly are part of the life process that cannot be avoided and will be experienced by every human being. As we get older, many elderly people have problems with their physiological functions. One of them is sensory changes marked by vision problems, namely decreased vision that occurs with the aging process. The aim is to determine the condition of eye health and make it easy to see the elderly in the West Pamulang area of South Tangerang City. This study uses qualitative methods of observation and data collection in the elderly, data collection techniques in this study using observation, interviews, and documentation techniques. The results and discussion we have done and do free glasses for parents who need glasses and find cataracts in some elderly in Pamulang Barat. By collecting data on the elderly, the results of this data can be used to determine the next action against the elderly and can be used as a reference for further activities.

Keywords: Vision, Eye Health, Elderly.

1. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mata merupakan bagian dari panca indera manusia yang sangat berharga. Melalui mata kita bisa melihat dunia, membaca pengetahuan, dan sebagainya. Melalui mata, kita bisa menyambung kehidupan sehari-hari kita. Lanjut usia merupakan bagian dari proses kehidupan yang tidak dapat dihindari dan akan dialami oleh setiap manusia. Pada

tahap ini manusia mengalami banyak perubahan baik secara fisik maupun mental, dimana terjadi kemunduran dalam berbagai fungsi dan kemampuan yang pernah dimilikinya. Lanjut Usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas.¹

Masalah-masalah kesehatan yang sering terjadi pada lansia berbeda dari orang dewasa, yang sering disebut dengan sindroma geriatri yaitu kumpulan gejala-gejala mengenai kesehatan yang sering dikeluhkan oleh para

lanjut usia dan atau keluarganya (istilah 14 I), diantara 14 masalah itu, salah satunya adalah gangguan penglihatan. Gangguan penglihatan bisa disebabkan gangguan refraksi, katarak atau komplikasi dari penyakit lain misalnya DM, HT dll, penatalaksanaan dengan memakai alat bantu kacamata atau dengan operasi pada katarak.

Estimasi jumlah orang dengan gangguan penglihatan di seluruh dunia pada tahun 2010 adalah 285 juta orang atau 4,24% populasi, sebesar 0,58% atau 39 juta orang menderita kebutaan dan 3,65% atau 246 juta orang mengalami low vision. Sekitar 65% orang dengan gangguan penglihatan dan 82% dari penyandang kebutaan berusia 50 tahun atau lebih. Penyebab gangguan penglihatan terbanyak di seluruh dunia adalah gangguan refraksi yang tidak terkoreksi, diikuti oleh katarak dan glaukoma. Sebesar 18% tidak dapat ditentukan dan 1% adalah gangguan penglihatan sejak masa kanak-kanak. Sedangkan penyebab kebutaan terbanyak di seluruh dunia adalah katarak, diikuti oleh glaukoma dan Age related Macular Degeneration (AMD). Sebesar 21% tidak dapat ditentukan penyebabnya dan 4% adalah gangguan penglihatan sejak masa kanak-kanak. Prevalensi kebutaan pada usia 55-64 tahun sebesar 1,1%, usia 65-74 tahun sebesar 3,5% dan usia 75 tahun ke atas sebesar 8,4%. Meskipun pada semua kelompok umur sepertinya prevalensi kebutaan di Indonesia tidak tinggi, namun di usia lanjut masih jauh di atas 0,5% yang berarti masih menjadi masalah kesehatan masyarakat (Kementerian Kesehatan RI, 2015).

Studi yang dilakukan oleh *Eye Disease Research Group* (2004) memperkirakan bahwa pada tahun 2020 jumlah penderita penyakit mata dan kebutaan di dunia akan mencapai 55 juta jiwa. Studi ini menyebutkan juga bahwa penyakit mata dan kebutaan akan meningkat terutama bagi mereka yang telah berumur diatas 65 tahun. Seseorang yang berumur 80 tahun ke atas yang merupakan 8% dari total penduduk, mengalami kebutaan sebanyak 9 %.

Seiring dengan pertambahan usia, banyak lanjut usia mempunyai masalah dengan fungsi fisiologis tubuhnya. Salah

satunya perubahan sensoris yang ditandai dengan masalah penglihatan yaitu penurunan penglihatan yang terjadi seiring proses penuaan. Masalah penglihatan merupakan faktor yang turut berperan dalam perubahan gaya hidup yang bergerak ke arah ketergantungan yang lebih besar.

Penurunan penglihatan mungkin merupakan keluhan yang besar bagi lanjut usia, sebab respon-respon perseptual terhadap lingkungan berhubungan dengan rasa aman. Penurunan penglihatan (*low vision*) dan fungsi penglihatan yang dianggap normal seiring proses penuaan termasuk fisiologi penglihatan yang berkurang, penurunan kemampuan mata untuk membaca dan penglihatan warna.

B. RUMUSAN MASALAH

Penurunan penglihatan mungkin merupakan keluhan yang besar bagi lanjut usia, sebab respon-respon perseptual terhadap lingkungan berhubungan dengan rasa aman. Penurunan penglihatan (*low vision*) dan fungsi penglihatan yang dianggap normal seiring proses penuaan termasuk fisiologi penglihatan yang berkurang, penurunan kemampuan mata untuk membaca dan penglihatan warna. Dengan ini kami, adanya yang ingin kami bahas “Gambaran Kesehatan Mata Pada Lansia Di Pamulang Barat”. Berdasarkan latar belakang di atas maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut : Gambaran Kesehatan Mata Pada Lanjut Usia di wilayah Pamulang Barat Kota Tangerang Selatan?

C. TUJUAN

Untuk untuk mengetahui kondisi kesehatan mata dan memberikan kemudahan untuk melihat pada lanjut usia di wilayah Pamulang Barat Kota Tangerang Selatan.

Tinjauan Pustaka

A. Mata

Mata merupakan alat indra yang terdapat pada manusia yang secara konstan menyesuaikan pada jumlah cahaya yang masuk, memusatkan perhatian pada objek yang dekat dan jauh serta menghasilkan gambaran yang kontinu yang dengan segera dihantarkan pada otak. Mata memiliki fotoreseptor yang mampu mendeteksi cahaya, tetapi sebelum cahaya mengenai reseptor yang bertanggung jawab untuk deteksi ini,

cahaya harus difokuskan ke retina (ketebalan 200 um) oleh kornea dan lensa.²

B. Kesehatan Mata

Menurut Supriyantoro (2012), Salah satu masalah kesehatan yang di hadapi masyarakat Indonesia adalah gangguan penglihatan dan kebutaan. Katarak merupakan penyebab utama 50% kebutaan di Indonesia. Dengan meningkatnya usia harapan hidup. Maka prevalensi gangguan penglihatan dan kebutaan juga akan cenderung semakin meningkat karena menjadi salah satu masalah kesehatan utama pada lanjut usia.

Gangguan kesehatan mata yang umum terjadi adalah penurunan fungsi penglihatan, dan mata merah dengan fungsi penglihatan turun. Sampai saat ini, penyakit mata yang diderita adalah katarak, glukoma dan infeksi.

C. Lanjut Usia

World Health Organisation (WHO), lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun keatas. Lansia merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya. Kelompok yang dikategorikan lansia ini akan terjadi suatu proses yang disebut Aging Process atau proses penuaan.

Lansia merupakan salah satu kelompok atau populasi berisiko (population at risk) yang semakin meningkat jumlahnya. Allender, Rector, dan Warner (2014) mengatakan bahwa populasi berisiko (population at risk) adalah kumpulan orang-orang yang masalah kesehatannya memiliki kemungkinan akan berkembang lebih buruk karena adanya faktor-faktor risiko yang memengaruhi.

D. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mata

Menurut Pheasan (1991) dalam Hanum (2008) kemudahan seseorang untuk melihat benda pada suatu objek kerja di lingkungan mempunyai beberapa faktor, antara lain:

a. Usia

Semakin bertambahnya usia maka lensa mata semakin kehilangan kekenyalan dan kapasitas melengkungnya semakin berkurang, akibatnya titik dekat menjauhi

mata sedangkan titik jauh umumnya tetap, berikut titik dekat rata-rata: a. 16 thn= 8

b. 32 thn= 12,5cm

c. 44 thn= 25cm

d. 50 thn= 50cm

e. 60 thn= 100cm (Guyton, 1991)

b. Lama melihat

Melihat dalam waktu lama beresiko terkena mata lelah atau *astenopia* (Afandi, 2002). Dalam bekerja yang memerlukan waktu lama, biasanya disertai dengan kondisi yang tidak nyaman (Pheasant, 1991)

c. Jarak pandang

Melihat objek dari dekat dengan sesuatu yang kecil akan menyebabkan kelelahan mata, selain itu bila dilakukan dalam waktu yang lama dapat menyebabkan kelelahan mata (Hanum, 2008).

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan observasi dan pendataan lansia yang membutuhkan kacamata atau yang telah berkurang penglihatan. pendekatan ini dipilih dengan alasan bahwa dengan waktu yang singkat dapat mendapatkan catatan penglihatan lansia yang ada di wilayah Pamulang Barat dengan usia 50 tahun sampai 65 tahun ke atas. Lokasi Penelitian yakni di Pamulang Barat kota Tangerang Selatan dan tempat cek kesehatan mata di Aula Kelurahan Pamulang Barat Kota Tangerang Selatan. Adapun waktu pelaksanaan penelitian ini akan dilaksanakan pada Agustus 2019.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi. Penarikan informan akan dilakukan kurang lebih 5 informan berdasarkan Purposive yang terdiri : Kepala Lurah Pamulang Barat, Ketua RW, Ketua RT, dan sepuluh orang masyarakat. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian tersebut dengan tahapan pengumpulan data, Reduksi Data, Penyajian data, Penarikan kesimpulan. Uji Keabsahan Data dilakukan dengan Triangulasi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Semakin bertambahnya usia maka lensa mata semakin kehilangan kekenyalan dan kapasitas melengkungnya semakin berkurang sehingga penglihatan pun berkurang. Di Wilayah Pamulang Barat ada 13.146 lansia, dan data usia yang telah kami ambil yang memiliki penglihatan yang berkurang untuk lansia dari empat RW ada 200 lansia yang memiliki penglihatan kurang. Dari data tersebut, kami membuat program cek kesehatan mata dan pemberian kacamata gratis yang bekerja sama dengan salah satu Lembaga Swadaya Masyarakat yaitu Sejuta Kacamata untuk Indonesia. Adanya antusias dari warga dengan adanya program tersebut dan bantuan dari beberapa pihak. Namun pada saat waktu pelaksanaan ada 140 lansia datang untuk mengecek kesehatan mata dan mendapatkan kacamata gratis, tidak sesuai dengan target karena ada beberapa keterbatasan dari lansia tersebut.

Pada saat pelaksanaan kesehatan mata berlangsung, kami menemukan kasus mata katarak yang terdapat di Pamulang Barat sebanyak 7 lansia sejalan dengan Supriyantoro (2012), Salah satu masalah kesehatan yang di hadapi masyarakat Indonesia adalah gangguan penglihatan dan kebutaan. Katarak merupakan penyebab utama 50% kebutaan di Indonesia. Lansia-lansia yang menderita katarak ini diberi perhatian khusus dan akan diberi tindakan khusus untuk kedepannya.

4. KESIMPULAN

Kesehatan mata sangat perlu di perhatikan terhadap lansia karena membuat penglihatan berkurang dan mengganggu aktifitas lansia.

Dengan adanya pendataan terhadap lansia, hasil data-data tersebut dapat digunakan untuk menentukan tindakan selanjutnya terhadap para lansia serta dapat digunakan sebagai referensi untuk kegiatan selanjutnya.

Untuk kedepannya harus dapat memastikan jumlah kacamata yang sesuai dengan jumlah warga, selanjutnya pemeriksaan mata dapat dilakukan dengan lebih cepat.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kementerian Kesehatan RI. (2015). Infodatin Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. Situasi Gangguan Penglihatan dan Kebutaan. Jakarta Selatan.
2. <http://www.yankes.kemkes.go.id/read-masalah-kesehatan-pada-lansia-4884.html> (diakses pada tanggal 23 Agustus 2019, pukul 18.06)
3. Supriyantoro. 2014. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2013*. Jakarta : Kementrian Kesehatan RI
4. Pheasant S. 1991. *Ergonomic, Works and Health*. USA : Aspen Publisher
5. Hanum. I. 2008. *Efektivitas Penggunaan Screen pada Monitir Komputer Untuk Mengurangi Kelelahan Mata Pekerja Call Centre di PT. Indosat NSR Tahun 2008*
6. Rumah Sakit Umum Daerah. 2018 artikel-kesehatan-mata-penjelasan-lengkap-secara-<https://bulelengkab.go.id/detail/artikel/artikel-kesehatan-mata-penjelasan-lengkap-secara-umu-12> diakses pada 08 Januari 2018

Lampiran

Berikut dokumentasi cek kesehatan mata dan pemberian kacamata gratis di wilayah Pamulang Barat.

