

Efek Ruangan Berpendingin Terhadap Keluhan Sindrom Mata Kering Pada Mahasiswa Program Studi Manajemen Bisnis Sekolah Tinggi Manajemen PPM Angkatan 2014 Ditinjau Dari Sudut Pandang Islam.

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 LATAR BELAKANG

Sindrom mata kering (*Dry Eyes Syndrome*) adalah suatu keadaan dimana air mata tidak dapat melubrikasi permukaan bagian depan kornea. Namun saat ini sindrom mata kering didefinisikan menjadi suatu kelompok gejala dimana mata terasa tidak nyaman, seperti iritasi, perih, berair, seperti ada pasir, lengket, gatal, pegal, merah, cepat merasa mengantuk, cepat lelah, pandangan kabur dan dapat terjadi penurunan tajam penglihatan bila sudah terjadi kerusakan epitel kornea. (Brightman HS, 2000).

Penggunaan pendingin udara (AC) dapat menimbulkan gangguan pada tubuh salah satunya yang tersering adalah mata menjadi kering. Prevalensi pada kasus ini meningkat seiring dengan peningkatan usia, pada orang dewasa usia 40an berkisar 5%, meningkat menjadi 10-15% pada usia diatas 65 tahun. Prevalensi sindrom mata kering ini lebih banyak pada wanita dan cenderung meningkat sesuai dengan peningkatan usia. Peningkatan angka terjadinya sindrom mata kering ini disebabkan oleh adanya peningkatan angka harapan hidup dari populasi di Indonesia.

Empat gejala utama yang terjadi diawali dengan gatal, perih, iritasi, dan kekeringan yang disebabkan oleh primer reaksi sensorik (5 saraf kranial, trigeminus) menyebabkan iritasi mata. Misalnya, kelelahan mungkin disebabkan oleh otot mata, kemerahan mata karena pelebaran pembuluh darah dapat disebabkan oleh peradangan atau kurang tidur, dan udara dingin atau rangsangan emosional menghasilkan lakrimasi. Peradangan (misalnya, posterior blepharitis, konjungtivitis, dan penyakit lainnya) lebih lanjut dapat menyebabkan disfungsi meibom dan disfungsi kelenjar lakrimal (Wolkoff P, et al, 2003).

Saat ini kebiasaan masyarakat Indonesia adalah dengan berada di ruangan ber pendingin dalam waktu yang lama. Pemakaian pendingin ruangan dikehidupan sehari-hari seakan sudah menjadi hal yang biasa bagi masyarakat, terutama bagi mahasiswa Fakultas Bisnis Menejemen PPM. Pada ruang kuliah mahasiswa Fakultas Bisnis Menejemen PPM menggunakan pendingin ruangan sentral yang dapat menjadi resiko sindrom mata kering. Pendingin ruangan digunakan untuk memberikan kenyamanan, namun di sisi lain pendingin ruangan menyebabkan udara dilingkungan sekitar menjadi lebih kering. Pada dasarnya desain AC yang dipakai untuk mengatur suhu ruangan secara kontinu dapat mengeluarkan bahan polutan. Menurut Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 1405/MENKES/SK/XI/2002 tentang persyaratan kesehatan lingkungan kerja perkantoran tertulis bahwa syarat untuk suhu dan kelembapan ruangan suhu $18 - 28^{\circ}\text{C}$. Pertukaran udara ruangan yang menggunakan AC harus dibersihkan saringan atau filter udara secara berkala agar system pertukaran udara berjalan baik. Kadar pollen di dalam ruangan dapat berkurang secara signifikan dengan adanya AC. (Corie I.P, et al, 2005).

Kurangnya pengetahuan mahasiswa Fakultas Bisnis Menejemen PPM tentang sindrom mata kering ini dapat menyebabkan terjadinya peningkatan resiko sindrom mata kering yang disebabkan berada di ruangan berpendingin dalam waktu lama. Posisi tempat duduk juga menentukan angka kejadian sindrom mata kering pada mahasiswa. Selain posisi tempat duduk faktor suhu ruangan juga berpengaruh pada kejadian sindrom mata kering ini. Suhu ruangan tinggi atau pun suhu rendah memiliki efek yang merugikan pada karakteristik *precorneal tear film* menyebabkan gangguan pada *meibom lipid film* berupa perubahan struktural dengan berkurangnya viskoelastisitas atau terjadi perubahan komposisi. (Leiske DL, et al, 2012)

Penatalaksanaan untuk sindrom mata kering dapat dilakukan dengan langkah pertama adalah menggunakan air mata artifisial (buatan), gel, atau salep mata tertentu untuk melembabkan permukaan bola mata. Obat-obat ini untuk sementara waktu dapat mengurangi keluhan dan menyediakan penggantian penting air mata pada pasien yang mengalami defisiensi air mata. Bila akan

digunakan untuk jangka panjang atau bila penggunaan lebih dari 4 kali dalam sehari, hindari penggunaan obat yang mengandung pengawet atau mengandung preparat yang menyebabkan penyempitan pembuluh darah. Menggunakan kaca mata yang memiliki bentuk bingkai mengikuti kontur wajah atau kaca mata dengan pelindung di sisi kiri-kanan lensa akan membantu mengurangi penguapan air mata. Penggunaan alat pelembab udara (humidifier) dalam ruangan juga bermanfaat meningkatkan kelembaban udara yang berakibat menurunkan penguapan air mata. Hindari keadaan lingkungan dengan udara kering dan biarkan mata beristirahat ketika melakukan aktivitas-aktivitas yang mengharuskan mata bekerja atau menetap untuk periode waktu yang lama. Teteskan obat tetes mata lubrikan ketika melakukan kegiatan seperti ini. (Silaen Hendrik K, 2014)

Menurut pandangan Islam konsep menjaga kesehatan mata dapat ditinjau dari kitab suci Al Qur'an. Islam mengajarkan untuk senantiasa menjaga kesehatan sesuai dengan sebuah hadis Bukhari yang diriwayatkan oleh Ibnu Abbas, Rasulullah bersabda, “ Dua nikmat yang sering tidak diperhatikan oleh kebanyakan manusia yaitu kesehatan dan waktu luang”. (Shihab Q, 2007)

Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis mencoba mengkaji mengenai pengaruh ruangan berpendingin terhadap kejadian sindrom mata kering pada mahasiswa Fakultas Bisnis Menejemen PPM ditinjau dari sudut pandang Islam.

1.2 PERUMUSAN MASALAH

Kota DKI Jakarta merupakan kota dengan faktor resiko yang tinggi pada kasus sindrom mata kering, terutama mahasiswa yang sering berada di ruangan berpendingin. Bila kondisi ini tidak cepat ditangani maka akan terjadi peningkatan resiko pada sejumlah mahasiswa khusus nya di Fakultas Bisnis Menejemen PPM berupa kerusakan pada penglihatan. Kondisi penyakit ini dapat bersifat kronis, tidak dapat disembuhkan tapi dapat di atasi gejala-gejalanya (symptomatic treatment). Penanganan disini juga sangat bergantung dengan penyebab dari sindrom mata kering tersebut.

1.3 PERTANYAAN PENELITIAN

1. Bagaimana efek ruangan berpendingin terhadap sindrom mata kering?
2. Berapa suhu berada diruangan berpendingin yang dapat menyebabkan keluhan sindrom mata kering?
3. Bagaimana pandangan Islam mengenai efek ruangan berpendingin pada mahasiswa?

1.4 TUJUAN PENELITIAN

1. Mengetahui efek ruangan berpendingin terhadap sindrom mata kering.
2. Mengetahui frekuensi suhu berada di dalam ruangan berpendingin.
3. Mengetahui dan menjelaskan ada tidaknya efek ruangan berpendingin pada mahasiswa Program Studi Manajemen Bisnis Sekolah Tinggi Manajemen PPM Angkatan 2014 yang ditinjau dari sudut pandang Islam.

1.5 MANFAAT PENELITIAN

Beberapa manfaat yang dapat diperoleh dalam penelitian ini antara lain adalah

1. Manfaat Bagi Peneliti

Penelitian diharapkan dapat menjadi pengalaman dan pengetahuan tentang proses penelitian, khususnya tentang pengaruh ruangan berpendingin terhadap sindrom mata kering pada mahasiswa Fakultas Bisnis Manajemen PPM.

2. Manfaat Bagi Institusi Pendidikan

Menjadi bahan pustaka dan literature bagi Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi.

3. Manfaat Bagi Masyarakat

Meningkatkan pengetahuan mahasiwa Fakultas Bisnis Manajemen PPM untuk mencegah terjadinya mata kering akibat ruangan berpendingin.