

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Perkembangan teknologi digital yang pesat telah memengaruhi hampir semua aspek kehidupan manusia, termasuk di kalangan remaja dan pelajar. Penggunaan gawai seperti *smartphone*, tablet, dan komputer telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari, baik untuk kegiatan belajar maupun aktivitas hiburan. Di lingkungan sekolah, siswa/i sering kali menggunakan gawai tidak hanya untuk mengakses bahan belajar, tetapi juga untuk bersosialisasi di media sosial, menonton video, hingga bermain *game*. (Rahayu Z et al., 2022; Susilo, 2019)

Indonesia merupakan urutan keempat pengguna Gawai tertinggi di dunia, 90% Gawai yang sering digunakan adalah *smartphone* dan tablet. Dari 171,11 juta orang Indonesia 60,80% yang menggunakan Gawai adalah berusia 5-19 tahun. Rata-rata seseorang menggunakan Gawai 6-9 jam perhari (Ardiyani et al., 2021)

Dalam Islam, teknologi dipandang sebagai hasil akal dan ilmu pengetahuan yang merupakan nikmat Allah SWT. Karena itu, penggunaannya harus diarahkan untuk kemaslahatan dan tidak boleh melampaui batas yang dapat mendatangkan mudharat. Islam menekankan pentingnya menjaga kesehatan sebagai bagian dari bentuk syukur atas nikmat jasmani yang diberikan Allah, termasuk menjaga mata sebagai salah satu indera terpenting. Penggunaan gawai secara berlebihan tanpa disertai kesadaran spiritual dan tanggung jawab akan berisiko merusak kesehatan tubuh, serta dapat menjauhkan seseorang dari nilai-nilai moderat (*wasatiyah*) dalam hidup. Oleh sebab itu, penting bagi umat

Muslim, termasuk para pelajar, untuk menggunakan teknologi secara seimbang, proporsional, dan bertanggung jawab demi kebaikan dunia dan akhirat.

Mata memiliki peran yang sangat vital bagi manusia, namun seringkali kesehatannya kurang mendapatkan perhatian, Secara global, kelainan refraksi merupakan penyebab utama gangguan penglihatan, mencakup sekitar 48,99% kasus. Berdasarkan data dari *World Health Organization*, diperkirakan terdapat 18,9 juta anak di bawah usia 15 tahun yang mengalami gangguan penglihatan.(Aditya & Asthiningsih, 2021)

Berbagai penelitian mengungkapkan bahwa durasi serta intensitas penggunaan Gawai memiliki hubungan signifikan dengan penurunan fungsi penglihatan. Gawai memancarkan berbagai jenis radiasi seperti sinar ultraviolet, gelombang *microwave*, sinar-X, dan radiasi elektromagnetik. Sinar-X terbentuk akibat benturan fosfor dengan aliran elektron di dalam layar unit tampilan visual. Radiasi dari Gawai diterima oleh kornea dan kemudian disalurkan ke lensa mata, di mana tingginya paparan radiasi ini dapat menyebabkan penurunan Tajam atau gangguan penglihatan.

Salah satu masalah kesehatan mata yang muncul adalah penurunan Tajam penglihatan. Gangguan ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti paparan cahaya terang, durasi terpapar benda bercahaya, usia, dan kelainan refraksi. (Santosa & Sundari, 2018)

Misalnya, anak-anak dan remaja yang menggunakan Gawai secara terus-menerus tanpa jeda cenderung mengalami gangguan penglihatan lebih cepat dibandingkan mereka yang penggunaannya lebih terbatas. Selain itu, siswa yang belajar di depan komputer dalam waktu lama tanpa memperhatikan posisi duduk dan pencahayaan juga berisiko mengalami penurunan Tajam penglihatan.(Aulia et al., 2021)

Namun, intensitas penggunaan gawai yang tinggi berpotensi menimbulkan dampak negatif, salah satunya terhadap kesehatan mata. Siswa/i yang menghabiskan banyak waktu di depan layar cenderung mengalami kelelahan mata, gangguan penglihatan, hingga risiko miopia (rabun jauh) (Siska Mardiana et al., 2018; Yasinta Meilita Kloatubun, 2019). Di SMA Al Azhar 2 Pejaten, fenomena ini juga mulai menjadi perhatian seiring dengan meningkatnya intensitas penggunaan gawai di kalangan siswa/i. Kondisi ini memunculkan kekhawatiran terkait dampak jangka panjang terhadap Tajam penglihatan mereka.

Berdasarkan fenomena tersebut, penting untuk melakukan penelitian mengenai korelasi antara intensitas penggunaan gawai dengan Tajam penglihatan pada siswa/i SMA Al Azhar 2 Pejaten. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman lebih mendalam mengenai dampak penggunaan gawai terhadap kesehatan mata, serta memberikan rekomendasi untuk upaya pencegahan dan penanganan gangguan penglihatan yang lebih efektif di kalangan remaja.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk meneliti apakah terdapat hubungan intensitas penggunaan gawai dengan Tajam penglihatan siswa/i SMA Al Azhar 2 Pejaten.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana tingkat intensitas penggunaan gawai di kalangan siswa/i SMA Al Azhar 2 Pejaten?
2. Bagaimana tingkat Tajam penglihatan siswa/i SMA Al Azhar 2 Pejaten?
3. Apakah terdapat korelasi yang signifikan antara intensitas penggunaan gawai dengan Tajam penglihatan siswa/i SMA Al Azhar 2 Pejaten?

4. Bagaimana etika Islam memberikan solusi dalam pengelolaan intensitas penggunaan gawai agar tetap sejalan dengan nilai kesehatan dan menjaga penglihatan yang dianugerahkan Allah SWT?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui apakah terdapat korelasi antara intensitas penggunaan gawai dengan Tajam penglihatan pada siswa/i SMA Al Azhar 2 Pejaten.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran karakteristik tingkat Tajam penglihatan siswa/i SMA Al Azhar 2 Pejaten.
2. Mengetahui hubungan antara intensitas penggunaan gawai dengan Tajam penglihatan siswa/i SMA Al Azhar 2 Pejaten.
3. Mengidentifikasi frekuensi dan durasi penggunaan gawai oleh siswa/i SMA Al Azhar 2 Pejaten, baik untuk keperluan akademis maupun hiburan.
4. Menganalisis pandangan Islam terhadap penggunaan gawai berlebihan serta dampaknya terhadap kesehatan penglihatan sebagai bentuk tanggung jawab menjaga amanah Allah SWT.

1.5 Manfaat penelitian

1.5.1 Manfaat Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada siswa/i mengenai dampak penggunaan gawai terhadap kesehatan mata mereka. Melalui hasil penelitian ini, siswa/i akan lebih sadar tentang pentingnya menjaga intensitas dan durasi penggunaan gawai agar tidak memengaruhi Tajam penglihatan mereka. Penelitian ini juga akan menambah wawasan siswa/i tentang cara menjaga kesehatan mata di era digital.

1.5.2 Manfaat Bagi Institusi

Penelitian ini memberikan data ilmiah yang dapat digunakan oleh pihak sekolah untuk menyusun kebijakan yang lebih baik terkait penggunaan gawai oleh siswa/i, baik dalam konteks akademis maupun non-akademis. Sekolah juga dapat memanfaatkan hasil penelitian ini untuk meningkatkan program-program kesehatan yang berkaitan dengan kesehatan mata, seperti penyuluhan dan edukasi mengenai penggunaan teknologi secara bijak.

1.5.3 Manfaat Bagi Peneliti

Penelitian ini memberikan kesempatan bagi peneliti untuk belajar dan menerapkan metode penelitian ilmiah, mulai dari penyusunan proposal, pengumpulan data, hingga analisis hasil penelitian. Selain itu, peneliti juga dapat memperdalam wawasan mengenai dampak teknologi terhadap kesehatan fisik, khususnya kesehatan mata, dan bagaimana korelasi antara intensitas penggunaan gawai dan Tajam penglihatan.

1.5.4 Manfaat Bagi Lokasi Penelitian

Penelitian ini akan memberikan informasi berharga bagi SMA Al Azhar 2 Pejaten mengenai kondisi kesehatan mata siswa yang terpapar penggunaan gawai secara intensif. Hasil penelitian dapat digunakan oleh sekolah untuk meninjau dan memperbaiki kebijakan terkait penggunaan gawai, serta meningkatkan kesadaran siswa/i dan guru tentang pentingnya menjaga kesehatan mata di lingkungan sekolah.