

SKRIPSI

HUBUNGAN DURASI, POSISI, DAN JARAK PENGUNAAN GADGET TERHADAP KELELAHAN MATA PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI KEDOKTERAN UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA



OLEH

IDA BAGUS PUTU WIARTHA RAMADIPUTRA

NIM 2218011084

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
SINGARAJA**

2025



**HUBUNGAN DURASI, POSISI, DAN JARAK
PENGUNAAN GADGET TERHADAP KELELAHAN
MATA PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI
KEDOKTERAN UNIVERSITAS PENDIDIKAN
GANESHA**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada
Universitas Pendidikan Ganesha
untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam Menyelesaikan
Program Sarjana Kedokteran**

**Oleh
Ida Bagus Putu Wiartha Ramadiputra
NIM 2218011084**

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
SINGARAJA**

2025

SKRIPSI

**DIAJUKAN UNTUK MELENGKAPI TUGAS
DAN MEMENUHI SYARAT-SYARAT UNTUK
MENCAPAI GELAR SARJANA KEDOKTERAN**



dr. Ni Nyoman Sekarsari, Sp. M
NIDK. 8833850017

Dr. dr. Ni Made Sri Dewi Lestari, S.Ked., M.Kes.
NIP. 198207022008122002

Skripsi oleh Ida Bagus Putu Wiartha Ramadiputra dengan judul **“Hubungan Durasi, Posisi, dan Jarak Penggunaan *Gadget* terhadap Kelelahan Mata pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha Angkatan 2022”** ini telah di pertahankan di depan dewan penguji pada

Hari : Kamis

Pada tanggal : 18 Desember 2025

Dewan Penguji,



dr. Ni Nyoman Sekarsari, Sp. M
NIDK. 8833850017

(Ketua)



Dr. dr. Ni Made Sri Dewi Lestari, S.Ked., M.Kes.
NIP. 198207022008122002

(Anggota)



Dr. dr. Komang Hendra Setiawan, S.Ked., M.Kes.
NIP. 198209302009121003

(Anggota)



Diterima oleh Panitia Ujian Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha
guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar sarjana kedokteran

Pada :

Hari : Kamis

Tanggal : 18 Desember 2025

Mengetahui,

Ketua Ujian,

Sekretaris Ujian,



dr. Ni Nyoman Sekarsari, Sp. M
NIDK. 8833850017



Dr. dr. Ni Made Sri Dewi Lestari, S.Ked., M.Kes.
NIP. 198207022008122002

Mengesahkan
Dekan Fakultas Kedokteran,



Prof. Dr. M. Ahmad Djojosugito, dr. Sp. OT(K), MHA, MBA, FICS.
NIR. 1942062720180501380

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis yang berjudul “Hubungan Durasi, Posisi, dan Jarak Penggunaan *Gadget* terhadap Kelelahan Mata Pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan dan pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran atas etika keilmuan atau klaim terhadap karya saya ini.

Singaraja, 18 Desember 2025

Yang membuat pernyataan,



Ida Bagus Putu Wiartha Ramadiputra

NIM. 2218011084

PRAKATA

Puji syukur penyusun panjatkan ke hadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat-Nya-lah, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan Durasi, Posisi, dan Jarak Penggunaan *Gadget* terhadap Kelelahan Mata pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha”**. Skripsi ini disusun guna memenuhi persyaratan mencapai gelar sarjana pendidikan pada Universitas Pendidikan Ganesha.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan baik berupa moral maupun material dari berbagai pihak. Untuk itu, dalam kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. I Wayan Lasmawan, M.Pd. selaku Rektor Universitas Pendidikan Ganesha yang telah memberikan motivasi dan fasilitas dalam penulisan skripsi ini.
2. Prof. Dr. M. Ahmad Djojosugito, dr. Sp.OT(K), MHA, MBA selaku Dekan Fakultas Kedokteran atas motivasi dan fasilitas yang diberikan sehingga penulis bisa menyelesaikan studi sesuai dengan rencana.
3. Dr. dr. Made Kurnia Widiastuti Giri, S.Ked.,M.Kes. selaku Koordinator Program Studi Kedokteran atas motivasi yang diberikan dalam penyelesaian skripsi ini.
4. dr. Ni Nyoman Sekarsari, Sp.M. selaku Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, petunjuk dan motivasi penulis dalam penyelesaian skripsi ini.

5. Dr. dr. Ni Made Sri Dewi Lestari, S.ked.,M.,Kes. selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan, petunjuk, dan motivasi kepada penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Ida Bagus Made Artawan, S.E. dan Ida Ayu Nyoman Widiani, S.Sos. selaku orang tua penulis yang telah memberikan doa, kasih sayang, perhatian, dukungan moral, serta motivasi yang tiada henti kepada penulis selama menempuh pendidikan hingga penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas segala pengorbanan, kesabaran, dan kepercayaan yang senantiasa menguatkan langkah penulis, karena tanpa semuanya, perjalanan penulis tidak akan sampai pada titik ini.
7. Dengan penuh rasa syukur, penulis mengucapkan terima kasih yang mendalam kepada Komang Ayu Satya Yuanita Andari yang setia menemani sejak langkah awal penyusunan skripsi ini. Terima kasih telah menjadi tempat pulang yang menenangkan, ruang untuk berbagi lelah dan resah, serta sumber kekuatan melalui perhatian, waktu, dan dukungan yang tulus. Tanpa kehadiran dan keteguhan hati yang diberikan, perjalanan panjang penyusunan skripsi ini tidak akan terlewati dengan baik.
8. Dengan penuh rasa syukur, penulis mengucapkan terima kasih yang mendalam kepada seluruh keluarga penulis yang senantiasa hadir dalam setiap proses perjalanan akademik ini. Terima kasih atas doa yang tidak pernah terputus, kasih sayang yang tulus, serta dukungan moral dan emosional yang selalu menguatkan, terutama di saat penulis berada pada titik lelah dan ragu. Keluarga menjadi tempat pulang yang menenangkan, ruang untuk berbagi beban dan harapan, serta sumber kekuatan yang menjaga penulis tetap bertahan dan

melangkah hingga tahap akhir penyusunan skripsi ini. Tanpa kebersamaan, pengertian, dan ketulusan yang diberikan oleh keluarga, perjalanan panjang ini tidak akan dapat dilalui dengan baik.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa apa yang tersaji dalam skripsi ini masih jauh dari kata sempurna karena keterbatasan kemampuan yang penulis miliki. Untuk itu demi kesempurnaan skripsi ini, penulis mengharapkan segala kritik maupun saran yang sifatnya membangun dari berbagai pihak. Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat dan berguna bagi kita semua khususnya bagi pengembangan dunia pendidikan.



Singaraja, 18 Desember 2025

Penulis

DAFTAR ISI

PRAKATA	i
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1 Deskripsi Teori	10
2.1.1 Kelelahan Mata	10
2.1.2 Penggunaan <i>Gadget</i>	16
2.1.3 Hubungan Durasi, Posisi, dan Jarak Penggunaan <i>Gadget</i> terhadap Kelelahan Mata	24
2.2 Kerangka Konsep	29
2.3 Hipotesis	30
BAB III METODE PENELITIAN	31
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian	31
3.2 Desain Penelitian	31
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian	32
3.3.1 Populasi Penelitian	32
3.3.2 Sampel Penelitian	32
3.4 Variabel Penelitian	34
3.4.1 Variabel bebas (<i>independent variable</i>)	34
3.4.2 Variabel terikat (<i>dependent variable</i>)	34
3.5 Definisi Operasional	35
3.6 Alat dan Bahan Penelitian	36
3.6.1 Kuesioner Durasi, Posisi dan Jarak Penggunaan <i>Gadget</i>	36

3.6.2 Visual Fatigue Index (VFI).....	37
3.7 Prosedur Pengambilan atau Pengumpulan Data	39
3.8 Teknik Analisis Data.....	40
3.8.1 Analisis Univariat	40
3.8.2 Analisis Bivariat.....	41
3.8.3 Kerangka Penelitian	42
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	43
4.1 Karakteristik Sampel Penelitian.....	43
4.1.1 Distribusi Responden Berdasarkan Kelompok Usia dan Jenis Kelamin	43
4.2 Distribusi Data Univariat.....	44
4.2.1 Distribusi Kelelahan Mata.....	44
4.2.2 Distribusi Durasi Penggunaan <i>Gadget</i>	45
4.2.3 Distribusi Posisi Penggunaan <i>Gadget</i>	46
4.2.4 Distribusi Jarak Penggunaan <i>Gadget</i>	47
4.3 Analisis Bivariat.....	48
4.3.1 Hasil Analisis Hubungan Durasi Penggunaan <i>Gadget</i> terhadap Kelelahan Mata Pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.....	48
4.3.2 Hasil Analisis Hubungan Posisi Penggunaan <i>Gadget</i> terhadap Kelelahan Mata Pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.....	50
4.3.3 Hasil Analisis Hubungan Jarak Penggunaan <i>Gadget</i> terhadap Kelelahan Mata Pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.....	51
4.4 Analisis Multivariat.....	52
4.4.1 Metode Analisis Regresi Logistik.....	52
BAB V PEMBAHASAN	59
5.1 Prevalensi Durasi Penggunaan <i>Gadget</i> di Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.....	59

5.2 Prevalensi Posisi Penggunaan <i>Gadget</i> di Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.....	61
5.3 Prevalensi Jarak Penggunaan <i>Gadget</i> di Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.....	62
5.4 Hubungan Durasi Penggunaan <i>Gadget</i> Terhadap Kelelahan Mata	64
5.5 Hubungan Posisi Penggunaan <i>Gadget</i> Terhadap Kelelahan Mata	67
5.6 Hubungan Jarak Penggunaan <i>Gadget</i> Terhadap Kelelahan Mata.....	70
5.7 Hubungan Durasi, Posisi dan Jarak Penggunaan <i>Gadget</i> Terhadap Kelelahan Mata	73
5.8 Keterbatasan Penelitian	75
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	77
6.1 Kesimpulan.....	77
6.2 Saran.....	78
DAFTAR PUSTAKA.....	80
LAMPIRAN	85



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi Operasional	35
Tabel 4.1	Distribusi Responden Berdasarkan Kelompok Usia	43
Tabel 4.2	Distribusi Responden Berdasarkan Kelelahan Mata	44
Tabel 4.3	Distribusi Responden Berdasarkan Durasi Penggunaan <i>Gadget</i>	45
Tabel 4.4	Distribusi Responden Berdasarkan Durasi Penggunaan <i>Gadget</i>	46
Tabel 4.5	Distribusi Responden Berdasarkan Jarak Penggunaan <i>Gadget</i>	47
Tabel 4.6	Uji <i>Chi-Square</i> Durasi Penggunaan <i>Gadget</i> Terhadap Kelelahan Mata	49
Tabel 4.7	Uji <i>Chi-Square</i> Posisi Penggunaan <i>Gadget</i> Terhadap Kelelahan Mata	50
Tabel 4.8	Uji <i>Chi-Square</i> Jarak Penggunaan <i>Gadget</i> Terhadap Kelelahan Mata	51
Tabel 4.9	Hasil uji <i>Chi-Square</i> dan Regresi Logistik Biner.....	53
Tabel 4.10	<i>Omnibus Tests of Model Coefficients</i>	54
Tabel 4.11	<i>Hosmer and Lemeshow Test</i>	55
Tabel 4.12	<i>Model Summary</i>	56
Tabel 4.13	Matriks Klasifikasi	57
Tabel 4.14	Koefisien Regresi Individual dan Risiko	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konsep	29
Gambar 3.1 Kerangka Penelitian.....	42
Gambar 4.1 Distribusi Kelelahan Mata.....	45
Gambar 4.2 Distribusi Durasi Penggunaan <i>Gadget</i>	46
Gambar 4.3 Distribusi Posisi Penggunaan <i>Gadget</i>	47
Gambar 4.4 Distribusi Jarak Penggunaan <i>Gadget</i>	48



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Kegiatan	86
Lampiran 2. Formulir Persetujuan Responden Penelitian.....	87
Lampiran 3. Kuesioner Penelitian	88
Lampiran 4. Kuesioner Penelitian	89
Lampiran 5. Surat Pengantar Kelaikan Etik.....	94
Lampiran 6. Surat Pernyataan Penelitian	95
Lampiran 7. Surat Keterangan Pembebasan Etik	96
Lampiran 8. Data Hasil Penelitian.....	98
Lampiran 9. Data Hasil Penelitian.....	99
Lampiran 10. Daftar Hadir Bimbingan Skripsi Dosen Pembimbing I	104
Lampiran 11. Daftar Hadir Bimbingan Skripsi Dosen Pembimbing II	106
Lampiran 12. Dokumentasi Penelitian.....	108
Lampiran 13. Riwayat Hidup	109

