



Menjaga Kesehatan Mata untuk Penglihatan yang Optimal

Zita Atzmardina^{1*}, Dian Hafsari Fitri², Cornelia Kartika Matthew³, Anissa Rachavidia⁴, Muhamad Daffa Alfarisi⁵

^{1*}Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara, Jakarta

²⁻⁵Mahasiswa Program Studi Profesi Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara, Jakarta

Korespondensi penulis: zitaa@fk.untar.ac.id

Article History:

Received: Juni 16, 2025;

Revised: Juni 30, 2025;

Accepted: Juli 15, 2025;

Published: Juli 19, 2025

Keywords: Conjunctivitis, Eye Infection, Hand Washing, Community Diagnosis, Blum Paradigm

Abstract: Conjunctivitis is an inflammation of the conjunctiva commonly affecting individuals of all ages. In Indonesia, its rising prevalence raises concerns due to its impact on quality of life and potential for community transmission. This program aimed to improve public awareness and prevention of conjunctivitis, particularly in the Puskesmas area. Cause analysis was conducted using Blum's Paradigm, with data collected via a mini-survey. Problem prioritization applied the non-scoring Delphi method, and root causes were identified using a fishbone diagram. The intervention focused on health education and proper handwashing demonstrations. Evaluation was conducted using the PDCA (Plan-Do-Check-Act) cycle and a continuous monitoring system. Results showed an increase in post-test scores following education sessions, indicating improved community understanding of proper hand hygiene to prevent conjunctivitis transmission. The initiative is expected to continue as part of community health promotion and prevention efforts.

Abstrak

Konjungtivitis merupakan peradangan pada konjungtiva yang sering terjadi dan dapat menyerang semua usia. Di Indonesia, prevalensinya meningkat dan menimbulkan kekhawatiran karena dapat menurunkan kualitas hidup dan meningkatkan risiko penularan. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang konjungtivitis dan upaya pencegahannya, khususnya di wilayah kerja Puskesmas. Analisis penyebab dilakukan menggunakan Paradigma Blum, dengan data diperoleh melalui mini-survei. Prioritas masalah ditentukan melalui metode Delphi non-skoring, dan akar masalah dianalisis menggunakan diagram fishbone. Intervensi berupa edukasi dan demonstrasi mencuci tangan dilakukan sebagai upaya pencegahan. Evaluasi menggunakan pendekatan PDCA serta sistem monitoring dan evaluasi. Hasil menunjukkan peningkatan nilai post-test setelah penyuluhan, menandakan peningkatan pemahaman masyarakat tentang pentingnya cuci tangan yang benar dalam mencegah penularan konjungtivitis. Program ini diharapkan berlanjut sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif kesehatan masyarakat.

Kata Kunci: Konjungtivitis, Infeksi Mata, Cuci Tangan, Diagnosis Komunitas, Paradigma Blum

1. PENDAHULUAN

Konjungtivitis, yang secara umum dikenal sebagai "mata merah", merupakan kondisi peradangan pada konjungtiva, yaitu membran transparan yang melapisi bagian depan bola mata dan permukaan bagian dalam kelopak mata. Gejala yang umum muncul meliputi kemerahan, pembengkakan, rasa tidak nyaman atau nyeri, serta keluarnya sekret dari mata (Almas, 2023). Meskipun sering dianggap sebagai gangguan ringan, jika tidak ditangani dengan tepat,

konjungtivitis berpotensi menyebabkan komplikasi dan gangguan penglihatan yang lebih serius.

Penyebab konjungtivitis bervariasi, antara lain infeksi virus atau bakteri, reaksi alergi, iritasi akibat benda asing, maupun penggunaan lensa kontak yang tidak higienis. Sebagian besar kasus bersifat ringan dan dapat sembuh secara spontan, namun beberapa jenis infeksi—terutama yang disebabkan oleh bakteri seperti *Staphylococcus* atau *Streptococcus*—dapat berkembang bila konjungtiva mengalami kerusakan dan sistem pertahanan alami mata melemah. Mekanisme pertahanan tersebut mencakup lapisan epitel, air mata yang mengandung imunoglobulin dan lisozim, serta refleks berkedip dan produksi air mata.

Meskipun konjungtivitis bakteri sering kali dapat sembuh tanpa pengobatan, penggunaan antibiotik topikal seperti salep eritromisin atau tetes mata kombinasi trimetoprim-polimiksin B dapat mempercepat proses penyembuhan. Salep mata biasanya direkomendasikan untuk anak-anak atau individu yang kesulitan menggunakan obat tetes, meskipun dapat menyebabkan gangguan penglihatan sementara. Sebaliknya, tetes mata lebih disukai oleh pasien dewasa karena kemudahan penggunaan dan efek samping yang minimal terhadap fungsi visual.

Menurut data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), konjungtivitis menyumbang sekitar 15–40% dari seluruh kasus gangguan mata secara global setiap tahunnya. Di wilayah dengan kepadatan penduduk tinggi dan sanitasi yang buruk, angka kejadian cenderung lebih tinggi. Di Indonesia, Kementerian Kesehatan mencatat lebih dari 1,2 juta kasus konjungtivitis pada tahun 2023, mengalami peningkatan sebesar 15% dibandingkan tahun sebelumnya. Peningkatan serupa juga tercatat di sejumlah wilayah kerja Puskesmas dalam beberapa bulan terakhir. Kondisi ini paling sering dialami oleh individu berusia 1 hingga 25 tahun, dengan anak-anak usia prasekolah dan sekolah dasar menjadi kelompok yang paling rentan akibat rendahnya kesadaran akan kebersihan pribadi. Selain itu, konjungtivitis alergi dilaporkan menyerang sekitar 20% populasi setiap tahunnya.

Dalam rangka merespons peningkatan kasus tersebut, diperlukan upaya intervensi berbasis komunitas yang bertujuan untuk mengidentifikasi faktor penyebab dan menyusun strategi penanggulangan yang sesuai. Melalui pemetaan masalah secara menyeluruh dan pelaksanaan intervensi yang terarah, diharapkan terjadi penurunan angka kejadian serta peningkatan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya upaya pencegahan dan penanganan dini terhadap konjungtivitis.

2. METODE PELAKSANAAN PKM

Diagnosis komunitas merupakan suatu proses terstruktur yang bertujuan untuk mengidentifikasi dan memetakan permasalahan kesehatan di tingkat keluarga dalam konteks komunitas. Tujuan utama dari proses ini adalah untuk menemukan permasalahan utama yang dapat dijadikan dasar dalam pengambilan keputusan dan penyusunan strategi pemecahan masalah secara tepat (Hadisaputro et al., 2011).

Pelaksanaan diagnosis komunitas menekankan pentingnya partisipasi aktif masyarakat guna memastikan bahwa hasil identifikasi masalah bersifat kontekstual dan relevan dengan kondisi lokal. Melalui keterlibatan langsung warga, diagnosis ini tidak hanya menjadi sarana untuk mengenali masalah kesehatan, tetapi juga menjadi upaya pemberdayaan masyarakat dalam merancang solusi yang berkelanjutan (Musfirah & Setyani, 2022).

Tahapan awal dalam proses ini dimulai dengan identifikasi masalah menggunakan pendekatan Paradigma Blum, yang dilanjutkan dengan penentuan prioritas masalah melalui metode Delphi tanpa skoring. Berdasarkan hasil diskusi dengan pihak Puskesmas—meliputi kepala Puskesmas, penanggung jawab program konjungtivitis, dan tenaga medis umum—disepakati bahwa rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat merupakan faktor utama yang berkontribusi terhadap tingginya kasus konjungtivitis di wilayah tersebut.

Berdasarkan hasil diagnosis tersebut, intervensi yang dirancang berfokus pada peningkatan aspek pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat dalam upaya pencegahan konjungtivitis. Intervensi dilaksanakan melalui kegiatan edukatif dan demonstrasi langsung sebagai sarana pembelajaran praktis yang diharapkan mampu mengubah perilaku masyarakat ke arah yang lebih sehat dan preventif.



Gambar 1. *Flow Chart Kegiatan*

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penentuan kegiatan ini didasarkan pada rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat mengenai konjungtivitis. Oleh karena itu, direncanakan pelaksanaan penyuluhan tentang konjungtivitis disertai praktik langsung cara mencuci tangan yang benar. Kegiatan diawali dengan registrasi peserta, dilanjutkan dengan pelaksanaan pre-test untuk mengukur pengetahuan awal peserta. Materi penyuluhan meliputi definisi, penyebab, gejala, cara penularan, serta langkah-langkah pencegahan konjungtivitis, kemudian diikuti oleh sesi praktik mencuci tangan yang benar. Setelah sesi tanya jawab, peserta diminta mengerjakan post-test sebagai evaluasi peningkatan pengetahuan, dan kegiatan diakhiri dengan penyampaian kesimpulan serta ucapan terima kasih.

Dari total 50 peserta yang hadir, terdapat 18 peserta dengan nilai pre-test di bawah 7. Setelah pelaksanaan kegiatan, hanya 1 peserta yang masih memperoleh nilai post-test di bawah 7. Sebanyak 29 peserta mengalami peningkatan nilai minimal 20% dibandingkan pre-test.

Beberapa kendala yang ditemui selama kegiatan meliputi suasana yang kurang kondusif akibat kurangnya antusiasme sebagian peserta, partisipasi yang minim pada sesi tanya jawab, serta pencahayaan ruangan yang kurang memadai sehingga menyulitkan peserta dalam mengisi soal.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Variabel	Jumlah (%)
Total	N = 50
Umur	
< 20 Tahun	4 (8)
21–30 Tahun	2 (4)
31-40 Tahun	9 (18)
41-50 Tahun	11 (22)
> 50 Tahun	24 (48)
Pekerjaan	
Buruh	1 (2)
Ibu Rumah Tangga	19 (38)
Karyawan	4 (8)
Pedagang	6 (12)
PNS/TNI/POLRI	2 (4)
Pegawai Swasta	1 (2)
Pelajar	4 (8)
Petani	6 (12)
Wiraswasta	4 (8)
Tidak Bekerja	2 (4)
Lain-lain	1 (2)
Pendidikan	
Tidak Sekolah/Tidak Tamat SD	10 (20)
SD	20 (40)
SMP	8 (16)
SMA	9 (18)
Perguruan Tinggi/Akademi	3 (6)
Status Pernikahan	
Sudah	45 (90)
Belum	5 (10)
Keluhan Mata	
Ya	29 (58)
Tidak	21 (42)
Keluhan Lingkungan Tentang Mata	
Ya	20 (40)
Tidak	30 (60)
Nilai Pre-test	
< 7	18 (36)
≥ 7	32 (64)
Nilai Post-test	

< 7	1 (2)
≥ 7	49 (98)

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan edukasi ini terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai konjungtivitis serta pentingnya perilaku hidup bersih, seperti mencuci tangan. Seluruh peserta menunjukkan peningkatan pengetahuan tentang konjungtivitis, sehingga intervensi ini dapat dinyatakan berhasil. Selain itu, beberapa peserta terpilih juga mampu mencapai pemahaman yang baik mengenai teknik mencuci tangan yang benar dan dapat mempraktikkannya dengan tepat. Untuk menilai keberhasilan intervensi secara objektif, evaluasi dari pihak eksternal sangat disarankan.

Diharapkan kegiatan serupa dapat terus dilaksanakan di sekolah-sekolah maupun wilayah lain untuk memperluas kesadaran masyarakat sebagai upaya promotif dan preventif, khususnya dalam pengendalian penyakit mata. Selain itu, penyegaran materi bagi kader dan tenaga kesehatan perlu dilakukan secara berkala agar angka kasus konjungtivitis dapat ditekan secara signifikan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada pihak sekolah dan LPPM Untar atas dukungan penuh terhadap terselenggaranya kegiatan ini.

REFERENSI

- Alberdi-Erice, M. J., Martinez, H., & Rayón-Valpuesta, E. (2021). A participatory community diagnosis of a rural community from the perspective of its women, leading to proposals for action. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(18), 9661. <https://doi.org/10.3390/ijerph18189661>
- Azar MJ, Dhaliwal DK, Bower KS, et al. (1996). Possible consequences of shaking hands with your patients with epidemic keratoconjunctivitis. *Am J Ophthalmol* 121:711.
- Bennett, J. E., Dolin, R., & Blaser, M. J. (2014). *Mandell, Douglas, and Bennett's Principles and Practice of Infectious Diseases*. 8th ed. Philadelphia.
- Blum, H. L. (1974). *Planning for Health: Development and Application of Social Change Theory*. Human Sciences Press, 72 Fifth Avenue, New York, New York 10011 (No price quoted).

- Crum NF, Barrozo CP, Chapman FA, et al. (2004) An outbreak of conjunctivitis due to a novel unencapsulated *Streptococcus pneumoniae* among military trainees. *Clin Infect Dis* 39:1148.
- Friedlaender MH. (1995). A review of the causes and treatment of bacterial and allergic conjunctivitis. *Clin Ther*: 17:800.
- Ilie, G., & Ciocoiu, C. N. (2010). Application of fishbone diagram to determine the risk of an event with multiple causes.
- Ilyas & Yulianti. (2019). Ilmu Penyakit Mata. Edisi Empat.
- Martin M, Turco JH, Zegans ME, et al. (2003). An outbreak of conjunctivitis due to atypical *Streptococcus pneumoniae*. *N Engl J Med*: 348:1112.
- Rietveld RP, ter Riet G, Bindels PJ, et al. (2004). Predicting bacterial cause in infectious conjunctivitis: cohort study on informativeness of combinations of signs and symptoms.
- Roba LA, Kowalski RP, Gordon AT, et al. (1995). Adenoviral ocular isolates demonstrate serotype-dependent differences in in vitro infectivity titers and clinical course. *Cornea* 14:388.
- Wandini, dkk (2022). Konjungtivitis: Kajian Anatomi, Histologi, dan Etiologi Pada Kesehatan Mata. <https://locus.rivierapublishing.id/index.php/jl>