

PROFIL PENGGUNA LENSA KONTAK PADA PELAJAR SEKOLAH MENENGAH ATAS DI KECAMATAN DENPASAR UTARA

Pande Made Gita Wedayanti¹, I Wayan Eka Sutyan², Ari santi Tri Handayani², Anak Agung Mas Putrawati Triningrat²

¹Program Studi Sarjana Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana

²Departemen Ilmu Kesehatan Mata, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana

e-mail: gitawedayanti@gmail.com

ABSTRAK

Penggunaan lensa kontak khususnya pada remaja semakin meningkat, baik untuk keperluan kosmetik maupun untuk memperbaiki kelainan refraksi. Namun, peningkatan ini tidak diikuti oleh perilaku yang baik sehingga rentan mengalami gangguan pada mata. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui profil pengguna lensa kontak pada pelajar Sekolah Menengah Atas di Kecamatan Denpasar Utara. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif observasional dengan pendekatan potong lintang yang diikuti oleh 35 orang pelajar dengan riwayat penggunaan lensa kontak. Seluruh subjek penelitian mengisi kuesioner mengenai perilaku dalam penggunaan lensa kontak setelah mendapat persetujuan dari orang tua/wali. Diperoleh data yang menunjukkan bahwa populasi pelajar pengguna lensa kontak didominasi oleh perempuan (94,29%). Seluruh responden menggunakan jenis lensa kontak lunak dan sebagian besar responden menggunakan lensa kontak dengan alasan untuk memperbaiki kelainan refraksi (65,71%). Jadwal penggantian lensa kontak didominasi oleh jadwal penggantian bulanan (54,29%). Lebih dari setengah responden pada penelitian ini telah menggunakan lensa kontak selama ≥ 6 bulan (54,29%) dan didominasi oleh durasi penggunaan < 6 jam dalam sekali pemakaian (48,58%). Penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak 62,86% responden memiliki perilaku penggunaan lensa kontak yang termasuk dalam kategori cukup. Sebanyak 42,86% pelajar memiliki riwayat keluhan terkait penggunaan lensa kontak yang didominasi oleh keluhan mata berair (11,43%). Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar pelajar pengguna lensa kontak belum mengikuti standar penggunaan dan perawatan lensa kontak yang benar. Berdasarkan hasil penelitian ini, perlu adanya edukasi kepada pengguna lensa kontak untuk meningkatkan perilaku penggunaan dan perawatan lensa kontak yang baik sehingga mampu mengurangi keluhan dan komplikasi terkait penggunaan lensa kontak.

Kata kunci : lensa kontak., pelajar., perilaku

ABSTRACT

The use of contact lenses, especially in adolescents, is increasing, both for cosmetic purposes and to correct refractive abnormalities. However, this increase is not followed by good behavior so it is prone to eye disorders. This study was conducted to determine the profile of contact lens users among high school students in North Denpasar District. This study used an observational descriptive method with a cross-sectional approach followed by 35 students with a history of using contact lenses. All study subjects filled out a questionnaire regarding behavior in the use of contact lenses after obtaining consent from a parent/guardian. Data were obtained showing that the student population of contact lens users was dominated by women (94.29%). All respondents used a type of soft contact lenses and most respondents used contact lenses on the grounds of correcting refractive abnormalities (65.71%). The contact lens replacement schedule is dominated by the monthly replacement schedule (54.29%). More than half of respondents in this study had been using contact lenses for ≥ 6 months (54.29%) and were dominated by a duration of use < 6 hours in a single use (48.58%). This study showed that as many as 62.86% of respondents had contact lens use behaviors that fell into the sufficient category. As many as 42.86% of students had a history of complaints related to the use of contact lenses which were dominated by complaints of watery eyes (11.43%). This research shows that most students who use contact lenses have not followed the correct standards of contact lens use and care. Based on the results of this study, it is necessary to educate contact lens users to improve good contact lens use and care behavior so as to reduce complaints and complications related to contact lens use.

Keywords : contact lenses., students., behavior

PENDAHULUAN

Pada tahun 2015, diperkirakan dari 7,33 miliar penduduk di dunia, 253 juta orang di antaranya mengalami gangguan penglihatan. Gangguan penglihatan terbesar di dunia disebabkan oleh gangguan refraksi yang tidak terkoreksi.¹ Dalam mengatasi kelainan refraksi mata, kacamata menjadi alat bantu yang aman digunakan untuk mencapai penglihatan normal. Penggunaan kacamata yang kurang praktis membuat banyak penggunanya beralih ke penggunaan lensa kontak dalam membantu penglihatan.² Seiring dengan perkembangan pengetahuan dan teknologi, pemakaian lensa kontak tidak hanya untuk mengatasi kelainan refraksi, tetapi juga sebagai penunjang penampilan khususnya bagi kalangan remaja. Penggunaan lensa kontak dinilai lebih mudah dan nyaman terutama saat beraktivitas seperti berolahraga serta dapat memberikan lapang pandang yang lebih luas dibanding kacamata.³ Terdapat lebih dari 140 juta pengguna lensa kontak di seluruh dunia. Pada tahun 2016, diperkirakan 3,6 juta remaja dengan usia 12-17 tahun menggunakan lensa kontak.⁴

Berdasarkan bahan dasar pembuatnya, lensa kontak dibedakan menjadi dua, yaitu lensa kontak lunak atau *soft contact lens* (SCL) dan *rigid gas-permeable lens* (RGP). SCL memiliki sifat yang fleksibel sehingga bisa menyesuaikan bentuk mata pengguna dengan lebih cepat dibandingkan dengan lensa RGP. Berdasarkan jangka waktu pemakaiannya, lensa kontak dibedakan menjadi *extended wear contact lens* dan *disposable (replacement schedule) contact lens*.⁴

Lensa kontak dapat memberikan manfaat bagi penggunanya jika digunakan dan dirawat dengan cara yang benar. Namun, banyak pengguna lensa kontak yang tidak memperhatikan hal tersebut sehingga lebih rentan mengalami gangguan pada mata. Kesalahan yang paling sering dilakukan oleh pengguna lensa kontak adalah kurangnya higienitas dalam menggunakan, melepas, dan merawat lensa kontak.⁵ Beberapa efek samping yang dapat timbul akibat penggunaan lensa kontak yang kurang tepat di antaranya rasa tidak nyaman pada mata, keratitis, neovaskularisasi kornea, mata kering, ulkus kornea, ptosis, konjungtivitis, dan *superior epithelial arcuate lesion*.⁶

Berdasarkan permasalahan ini, melihat semakin meningkatnya penggunaan lensa kontak pada remaja dan kurangnya perilaku penggunaan lensa kontak yang baik pada remaja, maka penulis ingin mengetahui profil pengguna lensa kontak pada pelajar sekolah menengah atas di Kecamatan Denpasar Utara.

BAHAN DAN METODE

Jenis rancangan penelitian yang digunakan adalah deskriptif observasional dengan pendekatan *cross sectional* (penelitian potong lintang). Pengumpulan data dilakukan sebanyak satu kali dalam satu waktu tanpa adanya *follow up* pada subjek. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui profil pengguna lensa kontak pada pelajar sekolah menengah atas di Kecamatan Denpasar Utara.

Pada penelitian ini populasi target merupakan seluruh pelajar sekolah menengah atas di Kecamatan Denpasar Utara yang menggunakan lensa kontak. Sampel penelitian adalah pengguna lensa kontak pada pelajar kelas XI sekolah menengah atas di Kecamatan Denpasar Utara yang memenuhi kriteria inklusi yaitu pelajar kelas XI yang memiliki riwayat penggunaan lensa kontak dan bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusi penelitian ini adalah pelajar pengguna lensa kontak yang tidak mengumpulkan kuesioner. Total pelajar kelas XI yang bersedia menjadi responden penelitian dan sesuai dengan kriteria inklusi adalah 35 sampel.

Bahan dan instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner. Pengumpulan data diperoleh melalui kuesioner cetak dan kuesioner *online* yang disebarakan menggunakan *google form*.

Data kuesioner yang telah terhimpun kemudian dianalisis menggunakan SPSS versi 26 yang ditampilkan dalam bentuk kategorik dan numerik. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik (*Ethical Clearance*) dari Komisi Etik Fakultas Kedokteran Universitas Udayana nomor 952/UN14.2.2.VII.14/LT/2022.

HASIL

Data deskriptif pada penelitian ini terkait karakteristik subjek penelitian berdasarkan usia, jenis kelamin, dan asal sekolah dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Demografi Sampel Penelitian

Variabel	N	%
Usia (tahun)		
16	6	17,14
17	28	80,00
18	1	2,86
Jenis kelamin		
Laki-laki	2	5,71
Perempuan	33	94,29
Asal sekolah		
SMAN 7 Denpasar	26	74,29
SMAN 8 Denpasar	9	25,71

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa pengguna lensa kontak didominasi oleh pelajar dengan usia

17 tahun (80%). Sebanyak 33 pelajar (94,29%) yang menggunakan lensa kontak berjenis kelamin perempuan dan sebanyak 2 pelajar (5,71%) berjenis kelamin laki-laki. Dari

35 pelajar yang menggunakan lensa kontak, didapatkan sejumlah 26 pelajar (74,29%) di antaranya berasal dari SMAN 7 Denpasar dan sebanyak 9 pelajar (25,71%) berasal dari SMAN 8 Denpasar.

Tabel 2. Perilaku Penggunaan Lensa Kontak

Variabel	N	%
Alasan penggunaan lensa kontak		
Memperbaiki kelainan refraksi	23	65,71
Memperbaiki gangguan pada kornea	0	0,00
Kosmetik	12	34,29
Jenis lensa kontak yang digunakan berdasarkan bahan dasarnya		
Lensa kontak lunak (<i>soft lens</i>)	35	100,00
Lensa kontak keras (<i>RGP lens</i>)	0	0,00
Jenis lensa kontak yang digunakan berdasarkan jadwal penggantian		
Harian	6	17,14
Mingguan	3	8,57
Bulanan	19	54,29
Tahunan	7	20,00
Riwayat penggunaan lensa kontak		
<6 bulan	16	45,71
≥6 bulan	19	54,29
Durasi penggunaan lensa kontak dalam 1 kali pemakaian		
<6 jam	17	48,58
6-12 jam	16	45,71
>12 jam	2	5,71
Tempat memperoleh lensa kontak		
Dokter	2	5,71
Optik	18	51,43
Online shop	15	42,86

Berdasarkan tabel di atas, responden menggunakan lensa kontak dengan alasan memperbaiki kelainan refraksi sebanyak 23 orang (65,71%) dan kosmetik sebanyak 12 orang (34,29%). Jenis lensa kontak yang digunakan oleh responden berdasarkan bahan dasarnya didominasi oleh lensa kontak lunak (*soft lens*) yaitu sebanyak 35 orang (100%). Jenis lensa kontak yang digunakan oleh responden berdasarkan jadwal penggantianannya yaitu sebanyak 6 orang (17,14%) menggunakan lensa kontak harian, sebanyak 3 orang (8,57%) menggunakan lensa kontak mingguan, sebanyak 19 orang (54,29%) menggunakan lensa kontak bulanan, dan sebanyak 7 orang (20,00%) menggunakan

lensa kontak tahunan. Penggunaan lensa kontak pada responden didominasi oleh pengguna yang telah menggunakan lensa kontak selama ≥6 bulan yaitu sejumlah 19 orang (54,29%) sementara sisanya sejumlah 16 orang (45,71%) merupakan pengguna lensa kontak <6 bulan. Durasi penggunaan lensa kontak dalam satu kali pemakaian yakni sebanyak 17 orang (48,58%) menggunakan lensa kontak selama <6 jam, sebanyak 16 orang (45,71%) menggunakan lensa kontak selama 6-12 jam, dan sebanyak 2 orang (5,71%) menggunakan lensa kontak >12 jam dalam satu kali pemakaian.

Tabel 3. Perilaku Pengguna Lensa Kontak dalam Bentuk Kategori

Variabel	N	%
Perilaku penggunaan lensa kontak		
Baik	13	37,14
Cukup	22	62,86
Kurang	0	0,00

Dari 35 responden, 13 orang (37,14%) di antaranya memiliki perilaku pemakaian lensa kontak yang tergolong ke dalam kategori baik sementara 22 orang (62,86%)

lainnya memiliki perilaku pemakaian lensa kontak yang termasuk dalam kategori cukup.

Tabel 4. Gambaran Perilaku Pengguna Lensa Kontak

Pertanyaan	Ya		Tidak	
	N	%	N	%
Membaca petunjuk pemakaian lensa kontak sebelum menggunakannya	35	100,00	0	0,00
Mengganti lensa kontak sesuai dengan tanggal kedaluwarsa yang tercantum pada kemasan	29	82,86	6	17,14
Melepaskan lensa kontak saat tidur	35	100,00	0	0,00
Merendam lensa kontak dengan cairan khusus lensa kontak setelah menggunakannya	32	91,43	3	8,57
Membersihkan tempat penyimpanan lensa kontak setiap 24 jam	11	31,43	24	68,57
Mengganti tempat penyimpanan lensa kontak setiap 3 bulan	11	31,43	24	68,57
Melepaskan lensa kontak saat berenang atau mandi	35	100,00	0	0,00
Mencuci tangan dengan sabun sebelum menggunakan lensa kontak	32	91,43	3	8,57
Mengeringkan tempat penyimpanan lensa kontak	31	88,57	4	11,43
Memeriksa mata secara rutin ke dokter spesialis mata	5	14,29	30	85,71

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa perilaku terbanyak yang dilakukan oleh pengguna lensa kontak adalah membaca petunjuk pemakaian lensa kontak sebelum menggunakannya yaitu sebanyak 35 orang (100%), melepaskan lensa kontak saat tidur sebanyak 35 orang

(100%), dan melepaskan lensa kontak saat berenang atau mandi sebanyak 35 orang (100%), sedangkan perilaku yang paling sedikit dilakukan oleh pengguna lensa kontak adalah memeriksa mata secara rutin ke dokter spesialis mata yang hanya dilakukan oleh 5 orang (14,29%).

Tabel 5. Gambaran Riwayat Keluhan Pengguna Lensa Kontak

Riwayat Keluhan	N	%
Mata merah	3	8,57
Mata berair	4	11,43
Nyeri	2	5,71
Pandangan kabur	2	5,71
Mata merah dan rasa gatal atau sensasi terbakar	1	2,86
Mata merah dan mata berair	3	8,57
Tidak ada	20	57,15

Berdasarkan Tabel 5, diketahui bahwa sebanyak 3 orang (8,57%) pelajar mengalami keluhan mata merah, keluhan mata berair sejumlah 4 orang (11,43%), keluhan nyeri sejumlah 2 orang (5,71%), keluhan pandangan kabur sejumlah 2 orang (5,71%), keluhan mata merah dan rasa gatal atau sensasi terbakar sebanyak 1 orang (2,86%), keluhan mata merah dan mata berair sejumlah 3 orang (8,57%), dan sisanya sejumlah 20 orang (57,15%) tidak mengalami keluhan.

PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini didapatkan hasil bahwa lensa kontak paling banyak digunakan oleh pelajar dengan jenis kelamin perempuan. Hasil yang serupa ditemukan pada penelitian yang dilakukan pada pelajar Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri di Kecamatan Tanjung Karang Pusat, Kota Bandar Lampung yang menunjukkan bahwa penggunaan lensa kontak didominasi oleh pelajar berjenis kelamin perempuan.⁷ Hasil serupa juga dijumpai pada penelitian yang dilakukan pada siswa SMA Negeri di Kecamatan Telanaipura, Kota Jambi, yang mendapatkan hasil

bahwa pengguna lensa kontak didominasi oleh responden dengan jenis kelamin perempuan.⁸ Proporsi pengguna lensa kontak perempuan yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki dapat disebabkan oleh adanya perbedaan sikap antar gender terhadap kosmetik secara umum, termasuk dalam penggunaan lensa kontak. Perempuan menggunakan lensa kontak dengan tujuan untuk menghindari penggunaan kacamata dan mereka menganggap bahwa lensa kontak merupakan salah satu barang yang dapat membantu dalam menunjang penampilan sehingga proporsi penggunaan lensa kontak cenderung lebih tinggi pada perempuan. Sedangkan laki-laki justru beranggapan bahwa penggunaan kacamata lebih praktis dibandingkan dengan lensa kontak karena perawatannya yang lebih mudah.⁹

Pada variabel alasan penggunaan lensa kontak, didapatkan hasil bahwa mayoritas pelajar menggunakan lensa kontak dengan alasan untuk memperbaiki kelainan refraksi. Hasil yang berbeda didapatkan pada penelitian yang dilakukan pada siswa SMA Negeri di Kecamatan Telanaipura, Kota Jambi, yang mendapatkan hasil bahwa tujuan terbanyak penggunaan lensa kontak pada pelajar adalah untuk tujuan kosmetik.⁸ Hasil ini dapat disebabkan oleh aktivitas pelajar yang memerlukan banyak pergerakan seperti olahraga dan aktivitas kesenian sehingga

pelajar memilih untuk menggunakan lensa kontak dibandingkan dengan kacamata agar lebih luasa dalam melakukan pergerakan.¹⁰

Berdasarkan hasil penelitian, seluruh pelajar menggunakan jenis lensa kontak lunak (*soft lens*). Hasil serupa ditemukan pada penelitian yang dilakukan pada siswa SMA Negeri di Kecamatan Telanaipura, Kota Jambi, yang mendapatkan hasil bahwa seluruh pelajar yang menjadi responden menggunakan jenis lensa kontak lunak (*soft lens*).⁸ Lensa kontak lunak dipilih karena memiliki beberapa kelebihan seperti mudah untuk diperoleh, lebih ekonomis, dan lebih mudah digunakan dibandingkan dengan lensa RGP.¹¹

Berdasarkan jadwal penggantianannya, mayoritas pelajar menggunakan lensa kontak dengan jadwal penggantian bulanan. Hasil serupa ditemukan pada penelitian yang dilakukan pada siswa SMA Negeri di Kecamatan Telanaipura, Kota Jambi, yang mendapatkan hasil bahwa sebagian besar responden menggunakan jenis lensa kontak dengan jadwal penggantian bulanan.⁸ Penggunaan lensa kontak dengan jadwal penggantian bulanan lebih banyak dipilih karena praktis dan biaya yang dikeluarkan cenderung lebih murah dibandingkan dengan lensa kontak dengan jadwal penggantian harian dan mingguan karena tidak perlu terlalu sering membeli lensa kontak yang baru.¹⁰ Pada penelitian yang dilakukan oleh Sapkota dkk. diperoleh hasil bahwa tidak terdapat hubungan antara jadwal penggantian lensa kontak dengan tingkat kenyamanan penggunaan lensa kontak. Tingkat kenyamanan didapatkan serupa pada penggunaan lensa kontak dengan jadwal penggantian harian dan bulanan.¹²

Pada penelitian ini diperoleh hasil bahwa mayoritas pelajar memiliki riwayat penggunaan lensa kontak selama ≥ 6 bulan. Hasil ini didapatkan serupa dengan penelitian yang dilakukan pada pelajar di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 3 Kota Blitar yang mendapatkan hasil bahwa sebagian besar pelajar telah menggunakan lensa kontak selama ≥ 6 bulan.¹³ Selanjutnya, berdasarkan lama waktu penggunaan lensa kontak dalam satu kali pemakaian didapatkan hasil bahwa sebagian besar pelajar menggunakan lensa kontak dengan durasi < 6 jam. Hasil ini ditemukan berbeda dengan penelitian yang dilakukan pada pelajar SMA Negeri di Kecamatan Tanjung Karang Pusat, Kota Bandar Lampung yang menunjukkan bahwa sebagian besar pelajar menggunakan lensa kontak dengan durasi 6-12 jam dalam satu kali pemakaian.⁷ Penelitian yang dilakukan oleh Alghamdi dkk., menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara lama penggunaan lensa kontak lunak dengan perubahan morfologi dan fungsi kelenjar meibomian.¹⁴ Disfungsi atau penurunan fungsi dari kelenjar meibomian dapat menyebabkan terjadinya *evaporative dry eye* akibat penurunan produksi komponen lipid pada *tear film* yang berfungsi untuk mengurangi evaporasi berlebih dari lapisan *aqueous humor*. Perubahan ini terjadi selama 2 tahun pertama penggunaan lensa kontak, tetapi penggunaan yang lebih lama tidak menunjukkan modifikasi ke arah yang lebih berat.¹⁵

Dari hasil penelitian ditemukan bahwa sebagian besar pelajar memperoleh lensa kontak dari optik. Pada penelitian yang dilakukan pada pelajar sekolah menengah di Malaysia, didapatkan hasil serupa yaitu mayoritas responden mendapatkan lensa kontak dari optik.¹⁶ Hal ini mungkin disebabkan karena lensa kontak banyak ditawarkan oleh optik dan keberadaan optik yang lebih mudah diakses oleh kelompok pelajar.¹⁰

Pada variabel perilaku penggunaan lensa kontak, didapatkan bahwa sebagian besar pelajar memiliki tingkat perilaku dalam kategori cukup. Hasil yang berbeda didapatkan pada penelitian yang dilakukan pada pelajar SMA Negeri di Kecamatan Tanjung Karang Pusat, Kota Bandar Lampung yang menunjukkan bahwa sebagian besar pelajar memiliki perilaku penggunaan lensa kontak yang baik.⁷ Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku yang paling sering dilakukan oleh pelajar pengguna lensa kontak adalah membaca petunjuk pemakaian lensa kontak sebelum menggunakannya, melepaskan lensa kontak saat tidur, dan melepaskan lensa kontak saat berenang atau mandi. Penelitian ini mendapatkan sangat sedikit pelajar pengguna lensa kontak yang memeriksakan mata secara rutin ke dokter spesialis mata. Hasil ini serupa dengan penelitian yang dilakukan pada remaja pengguna lensa kontak yang datang ke poli mata di Eka Hospital BSD. Pada penelitian tersebut didapatkan bahwa perilaku berisiko yang paling banyak dilakukan oleh remaja yaitu tidak memeriksakan kesehatan mata secara rutin ke dokter mata.¹⁷

Kurangnya tingkat perilaku dalam menggunakan dan merawat lensa kontak dapat menyebabkan komplikasi seperti inflamasi mata hingga keratitis mikroba. Mikroba yang paling sering dijumpai pada penggunaan lensa kontak adalah *Pseudomonas aeruginosa*, bakteri ini dapat hidup dan berkoloni pada lensa kontak, tempat penyimpanan lensa kontak, dan bakteri ini tahan terhadap disinfektan lensa kontak. Mikroba lain penyebab keratitis adalah *Acanthamoeba*, protozoa ini resisten terhadap klorin dan keberadaannya tidak dapat dieradikasi dari air keran sehingga berenang dan mandi menggunakan lensa kontak menjadi salah satu faktor risiko keratitis. Perilaku berisiko lainnya yang sebaiknya dihindari oleh pengguna lensa kontak adalah tidur menggunakan lensa kontak, perilaku ini dapat meningkatkan risiko terjadinya hipoksia karena difusi oksigen berkurang saat mata tertutup. Hipoksia dapat mengarah pada peningkatan pengikatan *Pseudomonas* ke kornea saat menggunakan lensa kontak.¹⁸

Kunjungan rutin ke dokter mata penting untuk dilakukan khususnya oleh pengguna lensa kontak karena mampu meningkatkan kepatuhan dalam penggunaan lensa kontak. Hal ini juga bisa meminimalisir risiko komplikasi karena intervensi lebih mudah dilakukan oleh dokter, dokter akan memberikan edukasi mengenai perilaku yang baik dalam menggunakan dan merawat lensa kontak, memberikan resep jadwal penggantian lensa kontak, memberikan rekomendasi cairan pembersih lensa kontak, melakukan pemeriksaan mata, dan menjelaskan tata cara penggunaan lensa kontak yang benar.¹⁹

Perilaku yang direkomendasikan dalam penggunaan dan perawatan lensa kontak antara lain, menghindari penggunaan lensa kontak saat tidur, mencuci tangan dan mengeringkan tangan sebelum menggunakan lensa kontak dan melepaskan lensa kontak dari permukaan mata, mengganti lensa kontak sesuai dengan tanggal kedaluwarsanya, mengganti tempat penyimpanan lensa kontak setiap 3 bulan sekali, menghindari penyimpanan lensa kontak dalam air keran, menghindari membilas lensa kontak menggunakan air keran, menghindari mengisi ulang cairan lensa kontak, menghindari penggunaan lensa kontak saat berenang, dan menghindari penggunaan lensa kontak saat mandi.²⁰

Penelitian ini menemukan bahwa jenis keluhan yang paling banyak dialami oleh pengguna lensa kontak adalah mata berair. Hasil yang berbeda didapatkan pada penelitian yang dilakukan

pada pelajar di SMKN 3 Kota Blitar yang mendapatkan hasil bahwa riwayat keluhan yang paling banyak dialami oleh pelajar yang menggunakan lensa kontak adalah mata merah.¹³ Keluhan mata berair merupakan salah satu tanda dari terjadinya iritasi pada mata, keluhan ini dapat terjadi akibat adanya goresan pada kornea terkait dengan penggunaan lensa kontak.²¹ Keluhan mata berair juga merupakan salah satu gejala dari penyakit mata kering (*dry eye*), dimana gejala *dry eye* termasuk iritasi mata yang menyebabkan rasa gatal, mata berair, adanya sensasi benda asing pada mata, dan pandangan kabur yang bersifat sementara.²² Penggunaan lensa kontak lunak (*soft lens*) merupakan faktor risiko dari *dry eye* dan dikaitkan dengan peningkatan risiko kejadian *dry eye* sebesar dua belas kali lipat.²³

Keluhan terbanyak kedua yang didapatkan pada penelitian ini adalah mata merah. Keluhan mata merah pada pengguna lensa kontak dapat mengarah pada kecurigaan keratitis bakteri, terlebih jika keluhan disertai dengan gejala nyeri, *photophobia*, mata berair, dan pandangan kabur.²⁴ Keratitis dapat terjadi akibat hipoksia yang diinduksi oleh penggunaan lensa kontak, mikrotrauma, dan kontaminasi pada lensa kontak atau cairan lensa kontak. Inokulasi mikroorganisme ke mata secara langsung ketika menggunakan lensa kontak dalam keadaan tangan yang tidak bersih juga dapat menyebabkan terjadinya keratitis.²³

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan usianya, responden didominasi oleh pelajar dengan usia 17 tahun dan berjenis kelamin perempuan. Sebagian besar pelajar menggunakan lensa kontak dengan alasan untuk memperbaiki kelainan refraksi. Seluruh pelajar menggunakan jenis lensa kontak lunak. Berdasarkan jadwal pengantiannya, sebagian besar pelajar menggunakan lensa kontak dengan jadwal penggantian bulanan. Sebagian besar pelajar telah menggunakan lensa kontak selama ≥ 6 bulan, dengan durasi pemakaian didominasi oleh < 6 jam dalam sekali pemakaian. Gambaran perilaku penggunaan lensa kontak pada pelajar sekolah menengah atas di Kecamatan Denpasar Utara didapatkan dari seluruh responden, sebagian besar pelajar memiliki perilaku penggunaan lensa kontak dalam kategori cukup, sedangkan pelajar lainnya memiliki perilaku dalam kategori baik. Sebagian besar pelajar yang mengalami keluhan terkait penggunaan lensa kontak mengalami keluhan berupa mata berair.

Adanya keterbatasan pada penelitian ini yang tidak dapat mengikutsertakan seluruh sekolah menengah atas yang terdapat di Kecamatan Denpasar Utara sehingga tidak dapat menunjukkan keadaan pengguna lensa kontak pada pelajar sekolah menengah atas di Kecamatan Denpasar Utara secara lengkap. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian dengan mengikutsertakan sampel yang lebih besar di wilayah yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenkes. Situasi Gangguan Penglihatan. infodatin. 2018.

2. Idayati R, Mutia F. Gambaran Penggunaan Lensa Kontak (Soft Lens) Pada Mahasiswa Universitas Syiah Kuala Ditinjau Dari Jenis Lensa, Pola Pemakaian, Jangka Waktu Dan Iritasi Yang Ditimbulkan. *J Kedokt Syiah Kuala*. 2016;16(3):129–34.
3. Shahid SM, Ahmed SN, Khan Y. Eye problems in contact lens wearers. *BMJ* [Internet]. 2019;367(November):1–7. Available from: <http://dx.doi.org/doi:10.1136/bmj.l6337>
4. Cope JR, Collier SA, Nethercut H, Jones JM, Yates K, Yoder JS. Risk behaviors for contact lens–related eye infections among adults and adolescents — United States, 2016. *Morb Mortal Wkly Rep*. 2017;
5. Amalia H. Lensa kontak: keamanan dan pencegahan komplikasi. *J Biomedika dan Kesehatan*. 2018;
6. Alipour F, Khaheshi S, Soleimanzadeh M, Heidarzadeh S, Heydarzadeh S. Contact lens-related complications: A review. *Journal of Ophthalmic and Vision Research*. 2017.
7. Inayatullah S, Yusran M, Sari MI, Kedokteran F, Lampung U, Ophthalmologi B, et al. Hubungan Perilaku Penggunaan Lensa Kontak Terhadap Kejadian Mata Merah Pada Pelajar Sekolah Menengah Atas Negeri Di Kecamatan Tanjung Karang Pusat Relationship Of Contact Lenses Wearing Behavior To The Occurrence Of Red Eye On The Students Of Public Senior. 2019;9(42):115–22.
8. Rizky Amelia W, Riasari V, Suzan R, Kusdiyah E. Hubungan Penggunaan Lensa Kontak dengan Derajat Keparahan Dry Eye Syndrome pada Siswa Kelas XI SMA Negeri di Kecamatan Telanaipura, Kota Jambi Januari-Maret 2021. 2021;94–105.
9. Itoi M, Itoi M, Efron N, Morgan P, Woods C. Trends in Contact Lens Prescribing in Japan (2003–2016). *Contact Lens Anterior Eye* [Internet]. 2018;41(4):369–76. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.clae.2018.02.001>
10. Alsqr AM, Al-Zahrani HA, Alghamdi SK. Adolescents' usage and attitude toward contact lenses: A descriptive study in Saudi Arabia. *Niger J Clin Pract* [Internet]. 2021;24(9):1350–9. Available from: <https://njcponline.com/article.asp?issn=1119-3077;year=2021;volume=24;issue=9;spage=1350;epage=1359;aulast=AlSqr>
11. Idayati R, Mutia F. Gambaran Penggunaan Lensa Kontak (Soft Lens) pada Mahasiswa Universitas Syiah Kuala Ditinjau dari Jenis Lensa, Pola Pemakaian, Jangka Waktu, dan Iritasi yang Ditimbulkan. *J Kedokt Syiah Kuala*. 2016;
12. Sapkota K, Franco S, Lira M. Daily versus monthly disposable contact lens: Which is better for ocular surface physiology and comfort? *Contact Lens Anterior Eye* [Internet]. 2018;41(3):252–7. Available from:

- <https://doi.org/10.1016/j.clae.2017.12.005>
13. Sunarti S, Setianingsih W. Perilaku Remaja Pengguna Lensa Kontak (Soft Lens) dalam Perawatan Kesehatan Mata di SMKN 3 Kota Blitar. *J Ners dan Kebidanan (Journal Ners Midwifery)*. 2017;4(3):218–23.
 14. Alghamdi WM, Markoulli M, Holden BA, Papas EB. Impact of duration of contact lens wear on the structure and function of the meibomian glands. *Ophthalmic Physiol Opt*. 2016;36(2):120–31.
 15. Arita R, Fukuoka S, Morishige N. Meibomian gland dysfunction and contact lens discomfort. *Eye Contact Lens*. 2017;43(1):17–22.
 16. Mohd-Ali B, Tan XL. Patterns of use and knowledge about contact lens wear amongst teenagers in rural areas in Malaysia. *Int J Environ Res Public Health*. 2019;16(24).
 17. Nibroos N. Gambaran Perilaku Pemakai Lensa Kontak di Eka Hospital BSD Tahun 2018. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta; 2018.
 18. Stellwagen A, Macgregor C, Kung R, Konstantopoulos A, Hossain P. Personal hygiene risk factors for contact lens-related microbial keratitis. *BMJ Open Ophthalmol*. 2020;5(1):1–8.
 19. García-Ayuso D, Moya-Rodríguez E, Valiente-Soriano FJ, Galindo-Romero C, Sobrado-Calvo P, Di Pierdomenico J. University students fail to comply with contact lens care. *Contact Lens Anterior Eye* [Internet]. 2022;45(2):101411. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.clae.2021.01.006>
 20. Konne NM, Collier SA, Spangler J, Cope JR. Healthy Contact Lens Behaviors Communicated by Eye Care Providers and Recalled by Patients — United States, 2018. *MMWR Morb Mortal Wkly Rep*. 2019;68(32):693–7.
 21. Elfia M. Dampak Penggunaan Lensa Kontak (Softlens) Pada Pelanggan Remaja Optik Akses Padang. *Lentera Kesehat 'Aisyiyah*. 2019;2(2):185–90.
 22. Verjee MA, Brissette AR, Starr CE. Dry Eye Disease: Early Recognition with Guidance on Management and Treatment for Primary Care Family Physicians. *Ophthalmol Ther* [Internet]. 2020;9(4):877–88. Available from: <https://doi.org/10.1007/s40123-020-00308-z>
 23. Lim CHL, Stapleton F, Mehta JS. Review of contact lens-related complications. *Eye and Contact Lens*. 2018.
 24. Watson S, Cabrera-Aguas M, Khoo P. Common eye infections. *Aust Prescr*. 2018;41(3):67–72.

