

DAMPAK PEMAKAIAN DAN PERAWATAN LENSA KONTAK LUNAK DI OPTIK MANDIRI PADANG

D.I SURYANTA

Akademi Refraksi Optisi YLTPK Padang

Abstract: *This article discusses the impact of using and maintaining soft contact lenses at Optik Mandiri Padang, the use of contact lenses has many negative impacts that users need to be aware of, especially if they do not follow the usage rules. This type of research is descriptive quantitative. The population in this study were all patients wearing soft contact lenses during the study. Sampling in this study is a total sampling technique. The data were collected through a questionnaire, then the data were discussed in accordance with the theory proposed in the literature review. The results showed that respondents did not understand the impact of improper use and care of soft contact lenses, this can be seen as many as 14 respondents (46.7%) knew about the correct use and care of soft contact lenses (soft lenses) for eye health and 16 respondents (53.3%) do not know about the correct way to use and care for soft contact lenses for eye health, 13 respondents (43.3%) know about the impact of wearing and caring for soft contact lenses (soft lenses) that are incompatible with standard and as many as 17 respondents (56.7%) do not know about the impact of wearing and caring for soft contact lenses (soft lenses) that are not in accordance with standards, 11 respondents (36.7%) know about the handling of the use and care of soft contact lenses (contact lenses) and as many as 19 respondents (63.3%) did not know about the handling of the use and care of soft contact lenses (soft lenses). Based on the results of this study, there are several Several suggestions were conveyed, namely for the public when wearing and caring for contact lenses must pay more attention to proper use and care so as not to have an impact on eye health, RO provides information to patients about how to use and care for soft contact lenses (soft lenses) that are correct for health eyes and provide information about the impact of wearing and caring for soft contact lenses (soft lenses) that are not in accordance with standards.*

Keywords: *Soft contact lenses, eye health.*

Abstrak: Artikel ini membahas tentang Dampak Pemakaian dan Perawatan Lensa Kontak Lunak di Optik Mandiri Padang, penggunaan lensa kontak menimbulkan banyak dampak negatif yang perlu di waspadai bagi pengguna, terlebih jika tidak mengikuti aturan pemakaian. Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien pemakai lensa kontak lunak selama penelitian. Pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah dengan teknik total sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner, kemudian data dibahas sesuai dengan teori yang diajukan dalam tinjauan pustaka. Hasil penelitian diperoleh bahwa responden belum memahami dampak dari pemakaian dan perawatan lensa kontak lunak yang tidak benar hal ini terlihat sebanyak 14 responden (46,7%) mengetahui tentang cara pemakaian dan perawatan lensa kontak lunak (softlens) yang benar bagi kesehatan mata dan 16 responden (53,3%) belum mengetahui tentang cara pemakaian dan perawatan lensa kontak lunak (softlens) yang benar bagi kesehatan mata, 13 responden (43,3%) mengetahui tentang dampak dari pemakaian dan perawatan lensa kontak lunak (softlens) yang tidak sesuai dengan standar dan sebanyak 17 responden (56,7%) belum mengetahui tentang dampak dari pemakaian dan

perawatan lensa kontak lunak (softlens) yang tidak sesuai dengan standar, 11 responden (36,7%) mengetahui tentang penanganan dari pemakaian dan perawatan lensa kontak lunak (softlens) dan sebanyak 19 responden (63,3%) belum mengetahui tentang penanganan dari pemakaian dan perawatan lensa kontak lunak (softlens). Berdasarkan hasil penelitian ini, ada beberapa saran yang disampaikan yaitu bagi masyarakat pada saat memakai dan merawat lensa kontak harus lebih memperhatikan cara pemakaian dan perawatan yang benar agar tidak menimbulkan dampak bagi kesehatan mata, RO memberikan informasi kepada pasien tentang cara pemakaian dan perawatan lensa kontak lunak (softlens) yang benar bagi kesehatan mata serta memberikan informasi tentang dampak dari pemakaian dan perawatan lensa kontak lunak (softlens) yang tidak sesuai dengan standar.

Kata Kunci: Lensa kontak lunak, kesehatan mata.

A. Pendahuluan

Mata merupakan salah satu indera yang penting bagi manusia. Melalui mata manusia menyerap informasi visual yang digunakan untuk melaksanakan berbagai kegiatan. Sebagai organ penglihatan yang penting menjaga kesehatan mata tentu sangat dianjurkan, karena mata merupakan salah satu organ tubuh yang rentan terkena penyakit seperti kelainan organ, kelainan refraksi dan kebutaan. Seiring dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi telah banyak ditemukan alternatif untuk mengatasi masalah-masalah pada organ penglihatan. Selain kacamata, lensa kontak juga dapat digunakan sebagai alat bantu penglihatan. Diperkirakan saat ini terdapat 125 juta orang pengguna lensa kontak yang tersebar di seluruh dunia, baik lensa kontak untuk kepentingan koreksi ataupun untuk kosmetik. Pengguna terbanyak terdapat di benua Asia dan Amerika, dimana 38 juta pengguna berasal dari Amerika Utara kemudian 24 juta pengguna berasal dari Asia dan 20 juta pengguna berasal dari Eropa (Rumpakis, 2010).

Menurut peraturan menteri kesehatan PERMENKES NO 1424/MENKES/SK XI/2002 menyatakan bahwa "lensa kontak adalah lensa yang dipasang menempel pada kornea atau sklera mata untuk memperbaiki tajam penglihatan mata atau rehabilitasi kosmetik". Lensa kontak memiliki kegunaan antara lain, sebagai terapi untuk melindungi atau menyembuhkan kornea, sebagai kosmetik untuk memodifikasi warna bola mata atau untuk meningkatkan penampilan atau menyamarkan kelainan mata.

Menurut *American Optometric Association (AOA)* (2006), penggunaan lensa kontak lebih diminati dibandingkan dengan penggunaan kacamata karena lensa kontak mengikuti pergerakan bola mata dibandingkan dengan kacamata. Sehingga lensa kontak lebih di pakai dalam kehidupan sehari-hari. Tetapi penggunaan lensa kontak menimbulkan banyak dampak negatif yang perlu di waspadai bagi pengguna, terlebih jika tidak mengikuti aturan pemakaian (Dart, 2008). Pengguna lensa kontak sebaiknya mengetahui dan mematuhi cara pemakaian dan perawatan lensa kontak menurut standart yang telah ditetapkan. Hal ini harus diperhatikan karena, bila pemakaian lensa kontak kurang higienis dalam artian cara penggunaan maupun cara perawatan yang salah maka, akan menjadi faktor resiko dalam terjadinya infeksi yaitu komplikasi pada mata.

Sebagai seorang Refraksionis Optisien harus mampu memberi penjelasan terlebih dahulu kepada pasien yang akan memakai lensa kontak. Dimulai dari pemilihan lensa kontak hingga cara pemakaian dan perawatan lensa kontak itu sendiri. Sesuai dengan ketentuan PERMENKES No 544/MENKES/XI/2002 pasal 16 menyatakan bahwa seorang Refraksionis Optisien dalam melaksanakan pekerjaannya berwenang untuk

“menetapkan dan menyiapkan lensa kontak berdasarkan ukuran lensa kontak sesuai dengan kebutuhan dan mengepas (fitting) lensa kontak pada pasien untuk kenyamanan dan keserasian”.

Berdasarkan observasi yang penulis lakukan kepada pasien pemakai lensa kontak lunak di Optik Mandiri Padang pasien mengeluhkan matanya terasa perih, gatal dan merah setelah menggunakan lensa kontak. Setelah dilakukan anamnesa lanjutan diketahui bahwa pasien tidak mencuci tangan sebelum menggunakan lensa kontak lunak, merendam lensa kontak lunak dengan cairan yang sama berkali-kali, dan tidak mengikuti petunjuk pemakaian dan perawatan lensa kontak lunak yang diberikan oleh Refraksionis Optisien. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk membuat penelitian dengan judul “Dampak Pemakaian dan Perawatan Lensa Kontak Lunak di Optik Mandiri Padang”.

B. Metodologi Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Proses penelitian dilakukan melalui wawancara dengan menyebarkan kuesioner dan menggunakan skala guttmann untuk skala ukurnya. Mengingat populasi yang diteliti kurang dari 100 orang maka sampel dalam penelitian ini adalah seluruh pemakai lensa kontak lunak yang berjumlah 30 orang terdiri dari 4 (empat) orang laki-laki dan 26 (dua puluh enam) orang perempuan yang berusia 17 tahun keatas. Penelitian dilakukan kepada pasien yang memakai lensa kontak lunak di Optik Mandiri Padang

C. Hasil dan Pembahasan

1. Cara Pemakaian dan Perawatan Lensa Kontak Lunak (*Softlens*) Bagi Kesehatan Mata.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Mengetahui Cara Pemakaian dan Perawatan Lensa Kontak Lunak (*Softlens*) yang Benar

Mengetahui Cara Pemakaian dan Perawatan	Frekuensi	Persentase
Ya	14	46.7%
Tidak	16	53.3%
Jumlah	30 orang	100

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa 14 responden (46,7%) mengetahui tentang cara pemakaian dan perawatan lensa kontak lunak yang benar bagi kesehatan mata dan 16 responden (53,3%) yang belum mengetahui tentang cara pemakaian dan perawatan lensa kontak lunak yang benar bagi kesehatan mata, dari tabel di atas dapat disimpulkan bahwa lebih banyak responden yang belum mengetahui tentang cara pemakaian dan perawatan lensa kontak lunak yang benar bagi kesehatan mata.

2. Dampak dari Pemakaian dan Perawatan Lensa Kontak Lunak (*Softlens*) yang Tidak Sesuai Standar.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Mengetahui Dampak dari Pemakaian dan Perawatan Lensa Kontak Lunak (*Softlens*) yang Tidak Sesuai Standar

Mengetahui Dampak dari Pemakaian dan Perawatan	Frekuensi	Persentase
Ya	13	43.3%
Tidak	17	56.7%
Jumlah	30 orang	100%

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa 13 responden (43.3%) mengetahui tentang dampak dari pemakaian dan perawatan lensa kontak lunak (*softlens*) yang tidak sesuai dengan standar dan 17 responden (56.7%) yang belum mengetahui tentang dampak dari pemakaian dan perawatan lensa kontak lunak (*softlens*) yang tidak sesuai dengan standar.

3. Penanganan dari Pemakaian dan Perawatan Lensa Kontak Lunak (*Softlens*).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Mengetahui Penanganan dari Pemakaian dan Perawatan Lensa Kontak Lunak (*Softlens*)

Mengetahui Penanganan dari Pemakaian dan Perawatan Lensa Kontak Lunak	Frekuensi	Persentase
Ya	11	36.7%
Tidak	19	63.3%
Jumlah	30 orang	100

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa 11 responden (36.7%) mengetahui tentang penanganan dari pemakaian dan perawatan lensa kontak lunak (*softlens*) dan 19 responden (63.3%) belum mengetahui tentang penanganan dari pemakaian dan perawatan lensa kontak lunak (*softlens*).

4. Cara Pemakaian dan Perawatan Lensa Kontak Lunak (*Softlens*) Bagi Kesehatan Mata

Prosedur pemakaian lensa kontak lunak yang benar dapat dijabarkan sebagai berikut ini: 1) Cucilah tangan dengan menggunakan sabun dan bilas dengan menggunakan air yang bersih kemudian keringkan; 2) Lensa kontak diletakan diatas telapak tangan kemudian dibilas dengan larutan (*solution*) selama 20 detik, digosok searah dengan menggunakan jari telunjuk dan tidak boleh terbalik; 3) Letakan lensa kontak lunak yang sudah dibilas diatas ujung jari telunjuk dan pastikan lensa kontak tidak terbalik ketika dipasang; 4) Pasien diinstruksikan agar melihat kesamping; 5) Tariklah kelopak mata bagian bawah dengan jari tengah sebelah kanan dan kelopak mata atas jari tengah sebelah kiri. Usahakan tarikan tersebut bersifat tetap sehingga kelopak mata tidak mudah tertutup saat memasang lensa kontak; 6) Pasien dianjurkan untuk melirik kesamping, atas dan bawah kemudian pasien disuruh untuk mengedipkan matanya secara perlahan-lahan; dan 7) Kemudian lihat posisi lensa kontak lunak pada mata, apakah sudah terletak pada posisi yang benar dan tidak terjadi pergeseran saat berkedip.

Prosedur pemakaian lensa kontak lunak yang benar dapat dijabarkan sebagai berikut ini: 1) Pemeriksaan lensa didalam mata sebelum dilepas, jika penglihatan pemakaian agak buram, hal ini berkemungkinan lensa bergeser dari tempatnya atau bahkan terlepas; 2) Cuci tangan sampai bersih lalu keringkan; 3) Siapkanlah tempat penyimpanan lensa kontak lunak dalam keadaan bersih dan isilah dengan larutan perendam (*solution*); 4) mulailah dengan lensa sebelah kanan terlebih dahulu; 5) Dengan pandangan lurus pada cermin dan deengan posisi kepala menunduk; 6) Jari telunjuk kanan menyentuh lensa kemudian geserlah kebawah bagian mata yang berwarna putih; 7) Ambil lensa dengan menggunakan jari telunjuk dan ibu jari secara perlahan-lahan dan pastikan kuku jari tidak menyentuh lensa; 8) Sebelum lensa dimasukan kedalam kotak penyimpanan, pastikan lensa kontak dalam keadaan bersih; dan 9) Ulangi tahap pelepasan lensa kontak lunak yang disebelah kiri.

Perawatan lensa kontak lunak bagi kesehatan mata. Perawatan lensa kontak dimulai dengan memilih cairan perendam, menyimpan dan merawat kotak penyimpan

lensa kontak dengan tepat. Cairan perendam bermanfaat untuk membersihkan lensa kontak dari kotoran dan mikroorganisme sehingga menurunkan risiko infeksi. Cairan perendam menjaga lensa kontak tetap lembab sehingga tidak kering dan nyaman digunakan. Air kran tidak boleh digunakan membersihkan lensa kontak karena air tidak steril dapat mengandung *Acanthamoeba* yang dapat menyebabkan keratitis cairan perendam lensa kontak bermacam-macam. Selain itu Wu Y1, Carnt N, Willcox M, Stapleton F (2010) mengemukakan bahwa perawatan lensa kontak dimulai dengan memilih cairan perendam, menyimpan, dan merawat kotak penyimpanan lensa kontak dengan tepat. Cairan perendam bermanfaat untuk membersihkan lensa kontak dari kotoran dan mikroorganisme sehingga menurunkan risiko infeksi. Cairan perendam menjaga lensa kontak tetap lembab sehingga tidak kering dan nyaman digunakan. Air kran tidak boleh digunakan membersihkan lensa kontak karena air tidak steril dapat mengandung *Acanthamoeba* yang dapat menyebabkan keratitis (Young G, Canavan K, Jones S, Hunt C, 2012).

5. Dampak dari Pemakaian dan Perawatan Lensa Kontak Lunak (*Softlens*) yang Tidak Sesuai Standar

Mata merah akut. Lensa kontak dapat menebalkan mata dan sebagai tanda adanya inflamasi stroma difus dan reaksi pada anterior chamber. Manifestasi klinisnya adalah rasa nyeri, fotopobia, injeksi dan berair baik akut maupun kronik. Hal ini sesuai dengan pendapat Idiyanti dan Mutia (2016) bahwa pemakaian lensa kontak lunak dapat menyebabkan mata merah dan mengalami iritasi mata.

Acanthamoeba keratitis. Merupakan infeksi yang sulit untuk diterapi. Sumber infeksi ini berasal dari larutan lensa kontak, dimana tempat larutan tersebut telah terkontaminasi oleh *acanthamoeba*.

Radang kornea. Memakai lensa kontak terlalu sering juga bisa mengakibatkan radang pada kornea mata yang mengakibatkan mata merah. Mata memerah akibat pembuluh darah melebar.

Sindrom mata kering. Penggunaan lensa kontak bisa memicu sindrom mata kering. Sindrom ini merupakan kondisi umum ketika air mata terlalu cepat mengering, atau gangguan dalam memproduksi cukup air mata. Akibatnya, bisa memicu peradangan dan iritasi pada mata. Banyak orang yang mengidap mata kering karena menggunakan *softlens* dalam jangka waktu yang panjang. Sebab dalam penggunaannya, *softlens* ini bisa mengganggu lapisan air mata yang sebetulnya berfungsi untuk melindungi permukaan mata. Inilah yang nantinya akan membuat mata terbakar atau berpasir.

6. Penanganan dari Pemakaian dan Perawatan Lensa Kontak Lunak (*Softlens*)

Penanganan dari Pemakaian Lensa Kontak Lunak: 1) Selalu cuci tangan sebelum menyentuh lensa kontak; 2) Cuci dan disinfeksi lensa kontak setiap kali setelah pemakaian; 3) Tempat penyimpanan lensa kontak dicuci dan dibiarkan kering setiap hari. Seminggu sekali, tempat lensa kontak didisinfeksi dengan air mendidih. Gantilah tempat penyimpanan lensa kontak secara teratur; 4) Ikutilah petunjuk pemakaian dan perawatan lensa kontak yang diberikan oleh Dokter Mata atau Refraksionis Optisien; 5) Buanglah cairan yang telah dipakai dengan segera, janganlah digunakan untuk kedua kalinya; 6) Janganlah menggunakan cairan saline yang dibuat sendiri; 7) Jangan menyimpan lensa kontak dalam cairan yang tidak steril seperti air keran atau air *distilasi*; 8) Jangan memakai lensa kontak yang rusak atau sudah lama; 9) Periksa mata anda secara teratur (minimal sekali enam bulan).

Selain itu Sitompul (2015) mengemukakan bahwa pengguna lensa kontak perlu melakukan pemeriksaan awal untuk mengetahui kelainan mata seperti mata kering, infeksi mata, katarak, glaukoma, serta penggunaan obat yang dapat menurunkan produksi air mata. Kondisi lain yang perlu diperhatikan adalah alergi, diabetes melitus, kehamilan, menopause, infeksi saluran napas kronik dan kondisi immunocompromised.

Penanganan dari Perawatan Lensa Kontak Lunak. Membilas, mengelap dan menggosok lensa kontak dengan *solution disinfektan* lebih baik dari hanya merendam kerana dapat menghindar dan menurunkan perlekatan mikroba patogen. Penggunaan solusi lensa kontak serbaguna pada rutin pencucian secara manual dengan menggosoknya lebih efektif untuk melepaskan lekatan deposit yang longgar dan mikroba patogen dari lensa kontak lunak berbanding dengan hanya membilasnya saja.

D. Penutup

Sebanyak 14 dari 30 responden atau (46.7%) mengetahui tentang cara pemakaian dan perawatan lensa kontak lunak (*softlens*) yang benar bagi kesehatan mata. Sebanyak 13 dari 30 responden atau (43.3%) mengetahui tentang dampak dari pemakaian dan perawatan lensa kontak lunak (*softlens*) yang tidak sesuai dengan standar. Sebanyak 11 dari 30 responden atau (36.7%) mengetahui tentang penanganan dari pemakaian dan perawatan lensa kontak lunak (*softlens*).

Daftar Rujukan

- American Optometric Association (AOA). (2006). Luxottica and VSP fund 44 state projects for Healthy Eyes Healthy People™ 2006. *American Optometric Association News. Vpl. 44. No. 13. pp. 1-28.*
- Dart., JK., Radfor, C.F., Minassian, Detal. (2008). *Risk Factors for Microbial Keratitis with Contemporary Contact Lenses : a case-control study. Ophthalmology, 115, pp. 1647-1654.*
- Idiayanti, R. dan Mutia, F. (2016). Gambaran Penggunaan Lensa Kontak (Soft Lens) pada Mahasiswa Universitas Syiah Kuala Ditinjau dari Jenis Lensa, Pola Pemakaian, Jangka Waktu dan Iritasi yang Ditimbulkan. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala. Vol. 16 No. 3. pp. 129-134.*
- Permenkes No 544/MENKES/XI/2002. tentang Registrasi dan Izin Kerja Refraksionis Optisien.
- Permenkes, NO 1424/MENKES/SK XI/2002. *Pedoman Penyelenggaraan Optik.*
- Sitompul, R. (2015). Perawatan Lensa Kontak untuk Mencegah Komplikasi. *eJKI. Vol.3. No. 1.*
- Wu Y1, Carnt N, Willcox M, Stapleton F. (2010). Contact lens and lens storage case cleaning instructions: whose advice should we follow? *Eye Contact Lens.. Vol. 36 No. 2. pp:68-72.*
- Young G, Canavan K, Jones S, Hunt C. (2012). Predisposing factors for solution-induced corneal staining. *Optom Vis Sci. Vol. 89. No. 11. pp 1582-1589.*