

EDUKASI DAN PROMOSI KESEHATAN MATA MELALUI MEDIA LEAFLET DAN VIDEO PADA SISWA SDN 4 MEREMBU

Jihan Maftuuhatas Zuhra*¹, Dewi Yuliana Rizqi², Eniza Anggraini³, Lalu Rizki Fauzi⁴, Riwayati Malika⁵

^{1,2,3,4}Institut Kesehatan YARSI Mataram

⁵Universitas Qamarul Huda Badaruddin

*e-mail: jihanzahra.1997@yahoo.co.id

ABSTRAK

Kesehatan mata merupakan salah satu faktor penting yang mendukung proses belajar pada anak usia sekolah. Rendahnya pengetahuan mengenai kesehatan mata dan meningkatnya penggunaan perangkat digital dapat meningkatkan risiko terjadinya gangguan penglihatan pada anak. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa SDN 4 Merembu mengenai kesehatan mata melalui edukasi dan promosi kesehatan menggunakan media leaflet dan video. Kegiatan dilaksanakan pada 22 siswa berusia 7–10 tahun yang terdiri atas 15 siswa laki-laki dan 7 siswa perempuan. Metode yang digunakan meliputi pre-test, penyampaian materi kesehatan mata menggunakan leaflet dan video, diskusi interaktif, pembagian buah sumber vitamin A, pemberian vitamin A, serta post-test. Evaluasi dilakukan menggunakan kuesioner pengetahuan kesehatan mata yang terdiri atas 10 pernyataan benar-salah. Hasil menunjukkan bahwa rata-rata tingkat pengetahuan siswa meningkat dari 51,36% pada pre-test menjadi 70,00% pada post-test. Peningkatan terbesar terjadi pada indikator mengenai pengaruh penggunaan *handphone* berlebihan terhadap mata merah dan bengkak, yaitu dari 31,8% menjadi 63,6%. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mata menggunakan kombinasi media leaflet dan video efektif meningkatkan pengetahuan siswa mengenai kesehatan mata. Kegiatan serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan untuk mendukung upaya promotif dan preventif kesehatan mata pada anak usia sekolah.

Kata kunci: Kesehatan mata; leaflet; video; edukasi

ABSTRACT

Eye health is an important factor supporting the learning process among school-age children. Limited knowledge regarding eye health and increasing use of digital devices may increase the risk of visual impairment in children. This community service program aimed to improve eye health knowledge among students of SDN 4 Merembu through health education and promotion utilizing leaflets and videos. The activity involved 22 students aged 7–10 years, consisting of 15 boys and 7 girls. The program included a pre-test, eye health education using leaflets and videos, interactive discussions, distribution of vitamin A-rich fruits, vitamin A supplementation, and a post-test. Evaluation was conducted using a 10-item true-false eye health knowledge questionnaire. The results showed that the average knowledge level increased from 51.36% in the pre-test to 70.00% in the post-test. The highest improvement was observed in the item related to the effects of excessive smartphone use on red and swollen eyes, increasing from 31.8% to 63.6%. These findings indicate that eye health education using a combination of leaflets and videos effectively improves students' knowledge regarding eye health. Similar programs should be implemented continuously to support promotive and preventive eye health efforts among school-age children.

Keywords: eye-health; leaflet; video; education

1. PENDAHULUAN

Kesehatan mata merupakan salah satu faktor penting yang mendukung keberhasilan proses belajar pada anak usia sekolah karena sebagian besar informasi pembelajaran diterima melalui fungsi penglihatan. Gangguan kesehatan mata yang tidak terdeteksi sejak dini dapat berdampak pada penurunan kemampuan akademik, konsentrasi belajar, dan kualitas hidup anak (Harvey et al., 2024). Perkembangan teknologi digital turut meningkatkan penggunaan perangkat elektronik seperti telepon pintar, tablet, dan komputer pada anak usia sekolah. Penggunaan perangkat digital secara berlebihan dapat menyebabkan kelelahan mata (*eye strain*), mata kering, penglihatan kabur, serta ketegangan otot mata yang berpotensi

menimbulkan berbagai gangguan kesehatan mata apabila tidak disertai perilaku penggunaan yang sehat dan terkontrol (Kaur et al., 2022; Chu et al., 2023). Oleh karena itu, edukasi kesehatan mata sejak usia sekolah dasar menjadi salah satu upaya promotif dan preventif yang penting dilakukan.

Sekolah merupakan lingkungan yang strategis untuk pelaksanaan promosi kesehatan karena mampu menjangkau anak secara luas dan berkelanjutan, serta terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku pencegahan gangguan penglihatan pada siswa (Burnett et al., 2018; Harvey et al., 2024). Keberhasilan promosi kesehatan juga dipengaruhi oleh media yang digunakan. Leaflet dapat menjadi sumber informasi yang mudah dipahami dan dibaca kembali oleh siswa, sedangkan video mampu menyampaikan pesan kesehatan secara audiovisual sehingga lebih menarik dan meningkatkan pemahaman peserta. Penggunaan media visual dilaporkan efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan dan pemahaman peserta didik (Mbanda et al., 2020), sementara edukasi kesehatan mata berbasis video terbukti meningkatkan pengetahuan siswa mengenai kesehatan mata (Sasmitha et al., 2020).

Kegiatan pengabdian ini melibatkan 22 siswa SDN 4 Merembu yang terdiri atas 15 siswa laki-laki (68,2%) dan 7 siswa perempuan (31,8%) berusia 7–10 tahun. Hasil pengukuran awal menunjukkan bahwa rata-rata tingkat pengetahuan kesehatan mata siswa hanya mencapai 51,36%, dengan tingkat pemahaman terendah pada aspek dampak penggunaan *handphone* terhadap kemampuan fokus penglihatan (27,3%), pengaruh penggunaan *handphone* berlebihan terhadap mata merah dan bengkak (31,8%), serta ketegangan otot mata akibat menatap layar dalam waktu lama (31,8%). Selain itu, berdasarkan hasil observasi dan koordinasi dengan pihak sekolah, belum pernah dilaksanakan kegiatan edukasi kesehatan mata menggunakan kombinasi media leaflet dan video. Kondisi tersebut menunjukkan masih rendahnya pengetahuan siswa mengenai kesehatan mata dan perlunya intervensi edukatif yang menarik, mudah dipahami, dan sesuai dengan karakteristik anak sekolah dasar. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa SDN 4 Merembu mengenai kesehatan mata melalui edukasi dan promosi kesehatan menggunakan media leaflet dan video sehingga diharapkan dapat mendukung terbentuknya perilaku menjaga kesehatan mata sejak dini.

2. METODE

Sasaran dan Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di SDN 4 Merembu dengan sasaran 22 siswa yang terdiri atas 15 siswa laki-laki (68,2%) dan 7 siswa perempuan (31,8%) berusia 7–10 tahun. Kegiatan bertujuan meningkatkan pengetahuan siswa mengenai kesehatan mata melalui edukasi dan promosi kesehatan menggunakan media leaflet dan video. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan pemberian pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal siswa mengenai kesehatan mata. Selanjutnya dilakukan penyampaian materi secara interaktif menggunakan media leaflet dan video yang memuat informasi mengenai pentingnya menjaga kesehatan mata, dampak penggunaan *handphone* terhadap kesehatan mata, faktor risiko gangguan penglihatan, manfaat vitamin A bagi kesehatan mata, serta upaya pencegahan gangguan penglihatan sejak dini. Setelah sesi edukasi dan diskusi, dilakukan pembagian buah sebagai sumber vitamin A serta pemberian kapsul vitamin A kepada peserta sesuai program yang telah direncanakan. Kegiatan diakhiri dengan

pemberian post-test untuk mengevaluasi perubahan tingkat pengetahuan siswa setelah mengikuti edukasi.

Instrumen dan Pengumpulan Data

Instrumen evaluasi yang digunakan berupa kuesioner pengetahuan kesehatan mata yang terdiri atas 10 pernyataan benar-salah. Setiap jawaban benar diberikan skor 1 dan jawaban salah diberikan skor 0 sehingga skor maksimum yang dapat diperoleh adalah 10. Nilai pengetahuan dihitung dalam bentuk persentase dengan membandingkan jumlah jawaban benar terhadap skor maksimum kemudian dikalikan 100%. Kuesioner diberikan sebelum pelaksanaan edukasi (pre-test) dan setelah kegiatan selesai (post-test) kepada seluruh peserta.

Pengukuran Ketercapaian Kegiatan

Tingkat ketercapaian kegiatan diukur berdasarkan perubahan tingkat pengetahuan siswa mengenai kesehatan mata setelah mengikuti kegiatan edukasi. Analisis dilakukan dengan membandingkan nilai rata-rata pre-test dan post-test serta persentase jawaban benar pada setiap indikator pengetahuan. Kegiatan dinyatakan berhasil apabila terjadi peningkatan tingkat pengetahuan siswa setelah pelaksanaan edukasi menggunakan media leaflet dan video. Selain itu, ketercapaian kegiatan secara deskriptif juga ditunjukkan oleh terlaksananya pembagian buah sumber vitamin A dan pemberian vitamin A kepada seluruh peserta sebagai bentuk dukungan terhadap upaya pemeliharaan kesehatan mata pada anak usia sekolah.

Analisis Data

Data hasil pre-test dan post-test dianalisis secara deskriptif dengan menghitung frekuensi, persentase, dan rata-rata skor pengetahuan peserta sebelum dan sesudah intervensi. Hasil analisis kemudian disajikan dalam bentuk tabel dan narasi untuk menggambarkan perubahan tingkat pengetahuan siswa setelah pelaksanaan kegiatan pengabdian.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Peserta

Kegiatan edukasi dan promosi kesehatan mata dilaksanakan pada 22 siswa SDN 4 Merembu yang terdiri atas 15 siswa laki-laki (68,2%) dan 7 siswa perempuan (31,8%) dengan rentang usia 7–10 tahun. Seluruh peserta mengikuti rangkaian kegiatan hingga selesai dan berpartisipasi dalam pengisian pre-test maupun post-test. Sasaran kegiatan dipilih karena berada pada kelompok usia sekolah yang rentan terhadap peningkatan penggunaan perangkat digital serta memerlukan edukasi mengenai pentingnya menjaga kesehatan mata sejak dini. Kegiatan ini dirancang untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai kesehatan mata melalui pendekatan edukatif yang menarik dan sesuai dengan karakteristik anak usia sekolah dasar.

Tabel 1. Karakteristik Peserta Kegiatan Berdasarkan Jenis Kelamin

Karakteristik	Jumlah (n)	Persentase (%)
Laki-laki	15	68,2
Perempuan	7	31,8
Total	22	100,0

Pelaksanaan Edukasi Kesehatan Mata melalui Leaflet dan Video

Kegiatan edukasi dilaksanakan menggunakan kombinasi media leaflet dan video sebagai sarana penyampaian informasi kesehatan mata. Materi yang diberikan meliputi pentingnya menjaga kesehatan mata, dampak penggunaan *handphone* secara berlebihan terhadap kesehatan mata, faktor risiko gangguan penglihatan, manfaat vitamin A bagi kesehatan mata, serta langkah-langkah pencegahan gangguan penglihatan sejak usia dini. Kegiatan diawali dengan pemberian *pre-test*, penyampaian materi, sesi diskusi dan tanya jawab, serta diakhiri dengan *post-test* untuk mengevaluasi pemahaman peserta. Pemilihan media leaflet dan video didasarkan pada karakteristik siswa yang lebih mudah memahami informasi melalui kombinasi media visual dan audiovisual. Penggunaan media leaflet dan video dilaporkan mampu meningkatkan pengetahuan peserta didik setelah pelaksanaan edukasi kesehatan (Hidayati, et al., 2019; Prawito, et al., 2024). Leaflet digunakan sebagai media informasi tertulis yang dapat dibaca kembali oleh siswa setelah kegiatan berlangsung, sedangkan video membantu penyampaian pesan kesehatan melalui kombinasi gambar, teks, dan suara yang lebih menarik. Penggunaan media visual diketahui mampu meningkatkan pemahaman dan daya ingat peserta terhadap informasi kesehatan karena melibatkan lebih dari satu indera dalam proses pembelajaran (Mbanda et al., 2020). Temuan ini sejalan dengan berbagai program edukasi kesehatan mata berbasis sekolah yang menunjukkan bahwa media audiovisual efektif meningkatkan pemahaman siswa mengenai kesehatan mata dan pencegahan gangguan penglihatan (Marbun et al., 2021; Ichsan, 2022).



Gambar 1. Leaflet Kegiatan Pengabdian Masyarakat



Gambar 2. Banner Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Gambar 3. Pelaksanaan Edukasi Pentingnya Menjaga Kesehatan Mata

Gambar 4. Pembagian Leaflet untuk Siswa

Pembagian Buah dan Vitamin A

Selain kegiatan edukasi, dilakukan pembagian buah sebagai sumber vitamin A dan pemberian vitamin A kepada seluruh peserta sebagai bentuk penguatan pesan kesehatan yang telah diberikan. Kegiatan ini bertujuan memperkenalkan kepada siswa bahwa kesehatan mata tidak hanya dipengaruhi oleh kebiasaan penggunaan perangkat digital, tetapi juga oleh asupan gizi yang memadai. Vitamin A merupakan salah satu mikronutrien yang berperan penting dalam menjaga fungsi retina, membantu proses adaptasi penglihatan terhadap cahaya, serta memelihara kesehatan permukaan mata (Awasthi & Awasthi, 2020; Sajovic et al., 2022). Melalui kegiatan ini, siswa memperoleh pemahaman mengenai pentingnya konsumsi makanan bergizi sebagai bagian dari upaya menjaga kesehatan mata sejak usia dini. Pendekatan edukasi yang disertai praktik langsung diharapkan dapat membantu siswa menghubungkan informasi yang diperoleh dengan perilaku kesehatan yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari (Pulimeno et al., 2020).



Gambar 5. Pembagian Buah Sumber Vitamin A kepada Siswa sebagai Pendukung Edukasi Kesehatan Mata



Gambar 6. Siswa Mengonsumsi Buah Sumber Vitamin A

Evaluasi Pengetahuan Kesehatan Mata

Evaluasi dilakukan menggunakan kuesioner pengetahuan kesehatan mata yang terdiri atas 10 pernyataan benar-salah. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah pelaksanaan edukasi dan promosi kesehatan mata. Berdasarkan Tabel 2, rata-rata tingkat pengetahuan siswa meningkat dari 51,36% (*pre-test*) menjadi meningkat menjadi 70,00% (*post-test*).

Tabel 2. Perbandingan Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Kegiatan Edukasi

Parameter	Pre-test	Post-test
Rata-rata skor	5,14	7,00
Persentase pengetahuan	51,36%	70,00%

Analisis per item menunjukkan bahwa hampir seluruh indikator mengalami peningkatan setelah intervensi. Peningkatan terbesar ditemukan pada item 7 mengenai pengaruh penggunaan *handphone* berlebihan terhadap mata merah dan bengkak, yaitu dari 31,8% pada *pre-test* menjadi 63,6% pada *post-test*. Peningkatan yang cukup tinggi juga terjadi pada item 8 mengenai ketegangan otot mata akibat menatap layar *handphone* dalam waktu lama, yaitu dari 31,8% menjadi 59,1%, serta item 10 mengenai dampak paparan sinar biru dan radiasi layar *handphone* terhadap retina yang meningkat dari 54,5% menjadi 81,8%. Sementara itu, item 2 tidak menunjukkan perubahan karena persentase jawaban benar tetap sebesar 86,4%.

Tabel 3. Presentase Jawaban Benar Siswa Per Item Sebelum dan Sesudah Edukasi

Item	Pre-test (%)	Post-test (%)
1	50,0	68,2
2	86,4	86,4
3	36,4	54,5
4	81,8	86,4
5	54,5	72,7
6	27,3	50,0
7	31,8	63,6
8	31,8	59,1
9	59,1	77,3
10	54,5	81,8

Peningkatan pengetahuan yang diperoleh menunjukkan bahwa penggunaan media leaflet dan video efektif dalam membantu siswa memahami materi kesehatan mata. Leaflet memberikan informasi yang dapat dibaca kembali oleh siswa, sedangkan video membantu penyampaian materi secara lebih menarik melalui kombinasi gambar, teks, dan audio. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa media visual dan audiovisual dapat meningkatkan pemahaman peserta terhadap informasi kesehatan karena mampu menyajikan informasi secara lebih menarik dan mudah dipahami, termasuk dalam kegiatan edukasi kesehatan pada anak usia sekolah (Mbanda et al., 2020; Sasmitha et al., 2020; Prawito et al., 2023). Secara keseluruhan, hasil evaluasi menunjukkan bahwa tujuan kegiatan untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan mata pada siswa SDN 4 Merembu telah tercapai.



Gambar 7. Pelaksanaan Pre-Test Kegiatan

Gambar 8. Penutupan Kegiatan Edukasi Menjaga Kesehatan Mata di SDN 4 Merembu

4. KESIMPULAN

Kegiatan edukasi dan promosi kesehatan mata melalui media leaflet dan video pada siswa SDN 4 Merembu berhasil meningkatkan pengetahuan siswa mengenai kesehatan mata. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan rata-rata tingkat pengetahuan dari 51,36% sebelum intervensi menjadi 70,00% setelah intervensi. Peningkatan pengetahuan juga terlihat pada hampir seluruh indikator yang diukur, terutama terkait dampak penggunaan *handphone* terhadap kesehatan mata. Penggunaan kombinasi media leaflet dan video menjadi kelebihan kegiatan ini karena mampu menyampaikan informasi secara menarik, mudah dipahami, serta sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar. Selain itu, pembagian buah sumber vitamin A dan pemberian vitamin A turut memperkuat pesan mengenai pentingnya gizi dalam menjaga kesehatan mata. Keterbatasan kegiatan ini adalah jumlah peserta yang relatif sedikit dan evaluasi yang hanya berfokus pada aspek pengetahuan sehingga belum dapat menggambarkan perubahan sikap maupun perilaku siswa dalam menjaga kesehatan mata. Oleh karena itu, pengembangan kegiatan selanjutnya dapat dilakukan dengan melibatkan jumlah peserta yang lebih besar, melakukan pemantauan jangka panjang terhadap perubahan perilaku kesehatan mata, serta mengintegrasikan program edukasi kesehatan mata secara berkelanjutan melalui kerja sama dengan pihak sekolah dan tenaga kesehatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada SDN 4 Merembu yang telah memberikan izin dan dukungan selama pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada mahasiswa yang terlibat dalam pelaksanaan kegiatan, yaitu Ahmad Qashidi, Arisa Supiani, Baiq Triana Sauma O., Ingka Hildayani, Liza Hardianti, Muslihadi, dan Juwita Meidagara atas bantuan dan partisipasinya dalam mendukung kelancaran kegiatan. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Program Studi Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Institut Kesehatan YARSI Mataram atas dukungan dan fasilitas yang diberikan sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Awasthi, S., & Awasthi, A. (2020). *Role of vitamin A in child health and nutrition. Clinical Epidemiology and Global Health*, 8(4), 1031–1035. <https://doi.org/10.1016/j.cegh.2020.03.016>
- Burnett, A. M., Yashadhana, A., Lee, L., Serova, N., Brain, D., Naidoo, K., & Keefte, J. (2018). Interventions to improve school-based eye-care services in low- and middle-income countries: A systematic review. *Bulletin of the World Health Organization*, 96(10), 682–694. <https://doi.org/10.2471/BLT.18.212332>
- Chu, G. C. H., Chan, L., Do, C., Tse, A. C. Y., Cheung, T., Szeto, G., So, B., Lee, R., & Lee, P. H. (2023). Association between time spent on smartphones and digital eye strain: A 1-year prospective observational study among Hong Kong children and adolescents. *Environmental Science and Pollution Research*, 30(27), 58428–58435. <https://doi.org/10.1007/s11356-023-26258-0>
- Harvey, A.-A., Morjaria, P., & Tousignant, B. (2024). *Priorities in school eye health in low and middle-income countries: A scoping review. Eye*, 38(11), 1988–2002. <https://doi.org/10.1038/s41433-024-03032-1>
- Hidayati, I. R., Pujiana, D., & Fadillah, M. (2019). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap siswa tentang bahaya merokok kelas XI SMA Yayasan Wanita Kereta Api Palembang tahun 2019. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 125–135.
- Ichsan, M. (2022). Edukasi kesehatan mata dan deteksi dini gangguan mata pada santri di pondok pesantren. *Madago Community Empowerment for Health Journal*, 1(2), 74–79. <https://doi.org/10.33860/mce.v1i2.658>
- Kaur, K., Gurnani, B., Nayak, S., Deori, N., Kaur, S., Jethani, J., Singh, D., Agarkar, S., Hussaindeen, J., Sukhija, J., & Mishra, D. (2022). Digital eye strain—A comprehensive review. *Ophthalmology and Therapy*, 11(5), 1655–1680. <https://doi.org/10.1007/s40123-022-00540-9>
- Marbun, R., Widi, W., & Dea, V. (2021). Edukasi kesehatan dalam upaya pencegahan dan pengendalian kesehatan mata pada anak. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 4(4), 907–913. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v4i4.4033>
- Mbanda, N., Dada, S., Bastable, K., Ingalill, G.-B., & Schlosser, R. W. (2020). *A scoping review of the use of visual aids in health education materials for persons with low-literacy levels. Patient Education and Counseling*, 104(5), 998–1017. <https://doi.org/10.1016/j.pec.2020.11.034>
- Prawito, Ibura, D., & Zatihulwani, E. Z. (2024). *The influence of health education through leaflets and video media on knowledge about the dangers of smoking in students of Junior High School 1 Peterongan. Lentera Husada Kesehatan*, 8(3). <https://doi.org/10.60050/lkh.v8i3.58>
- Pulimeno, M., Piscitelli, P., Colazzo, S., Colao, A., & Miani, A. (2020). School as ideal setting to promote health and wellbeing among young people. *Health Promotion Perspectives*, 10(4), 316–324. <https://doi.org/10.34172/hpp.2020.50>
- Sajovic, J., Meglič, A., Glavač, D., Markelj, Š., Hawlina, M., & Fakin, A. (2022). *The role of vitamin A in retinal diseases. International Journal of Molecular Sciences*, 23(3), 1014. <https://doi.org/10.3390/ijms23031014>
- Sasmitha, N. R., Hasnah, & Sutria, E. (2020). Health education about clean and healthy living behavior (PHBS) to increased knowledge of school age children: A systematic review. *Journal of Nursing Practice*, 3(2), 205–210. <https://doi.org/10.30994/jnp.v3i2.96>