

## PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG “MATA SEHAT, BELAJAR SEMANGAT: KENALI DAN ATASI SAKIT MATA” DI SMK IT SUBULUSSALAM SAMARINDA

Tri Ratnasari<sup>1</sup>, Jihaan Nazhiirah Ilham<sup>2</sup>, Barolym Tri Pamungkas<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Profesi Apoteker, Fakultas Farmasi, Universitas Mulawarman, Samarinda, Indonesia.

[triratnasari862@gmail.com](mailto:triratnasari862@gmail.com)<sup>1</sup>, [jihan17122@gmail.com](mailto:jihan17122@gmail.com)<sup>2</sup>, [barolym@farmasi.unmul.ac.id](mailto:barolym@farmasi.unmul.ac.id)

### Abstrak

Indonesia sebagai negara beriklim tropis memiliki potensi tinggi terhadap penyebaran penyakit menular, termasuk konjungtivitis atau radang selaput mata. Lingkungan padat hunian seperti pondok pesantren dan sekolah berasrama menjadi tempat yang rentan terhadap penularan penyakit ini akibat interaksi yang intens dan kebersihan yang kurang optimal. Berdasarkan berbagai studi, prevalensi konjungtivitis cukup tinggi pada remaja, khususnya di lingkungan pendidikan berbasis asrama. Kondisi ini tidak hanya mengganggu kenyamanan, tetapi juga berdampak pada proses belajar dan ibadah santri. Sebagai bentuk upaya promotif dan preventif, dilakukan penyuluhan kesehatan dengan tema “Mata Sehat, Belajar Semangat: Kenali dan Atasi Sakit Mata” di SMK IT Subulussalam Samarinda. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang penyebab, cara penularan, serta pencegahan konjungtivitis, dengan harapan dapat mendorong perubahan perilaku menuju hidup bersih dan sehat. Penyuluhan dilaksanakan melalui metode ceramah interaktif, diskusi, dan tanya jawab. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa mengenai pentingnya menjaga kesehatan mata dan lingkungan. Diharapkan, kegiatan ini dapat menjadi kontribusi nyata profesi apoteker dalam mendukung terciptanya lingkungan belajar yang sehat dan produktif di kalangan remaja.

**Kata Kunci :** Konjungtivitis, Kesehatan Mata, Penyuluhan, Santri, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

### Abstract

Indonesia, as a tropical country, has a high potential for the spread of infectious diseases, including conjunctivitis, or inflammation of the eye membranes. Densely populated residential environments such as Islamic boarding schools and boarding schools are vulnerable to the transmission of this disease due to intense interaction and suboptimal hygiene. Based on various studies, the prevalence of conjunctivitis is quite high among adolescents, especially in boarding-based educational environments. This condition not only disrupts comfort but also impacts the learning and worship processes of students. As a form of promotive and preventive efforts, a health education program themed "Healthy Eyes, Enthusiastic Learning: Recognize and Treat Eye Pain" was conducted at SMK IT Subulussalam Samarinda. This activity aimed to increase students' knowledge about the causes, transmission, and prevention of conjunctivitis, with the hope of encouraging behavioral changes towards a clean and healthy lifestyle. The education was conducted through interactive lectures, discussions, and question-and-answer methods. The results of the activity showed an increase in students' understanding of the importance of maintaining eye and environmental health. It is hoped that this activity can be a real contribution to the pharmacist profession in supporting the creation of a healthy and productive learning environment among adolescents.

**Keyword :** Conjunctivitis, Eye Health, Counseling, Islamic Boarding School Students, Clean and Healthy Living Behavior

## 1. PENDAHULUAN

Kesehatan mata memiliki peran penting dalam mendukung proses belajar, beribadah, dan beraktivitas sehari-hari, terutama bagi pelajar dan santri yang menjalani rutinitas padat. Salah satu gangguan kesehatan mata yang cukup umum dan memiliki potensi penularan tinggi adalah konjungtivitis, yaitu peradangan pada konjungtiva atau selaput bening mata. Konjungtivitis merupakan peradangan pada jaringan konjungtiva yang dapat berlangsung secara akut maupun kronis. Kondisi ini bisa muncul akibat reaksi hipersensitivitas atau respon imun, perubahan degeneratif, maupun karena adanya infeksi dari berbagai mikroorganisme pada konjungtiva (Vitaloka dkk., 2024). Konjungtivitis dapat disebabkan oleh infeksi bakteri, virus, alergi, maupun iritasi lingkungan. Penyakit ini sangat mudah menyebar, terutama di lingkungan padat hunian seperti sekolah berasrama atau pondok pesantren, yang memiliki tingkat interaksi antar individu yang tinggi dan tingkat kebersihan yang bervariasi.

Penelitian yang dilakukan oleh Julian dan Rasyid (2024) di Pondok Pesantren Tarbiyatul Qur'an Al-Faqihiyah menunjukkan bahwa sebanyak 82,8% santri pernah mengalami konjungtivitis. Studi tersebut juga mengungkapkan adanya hubungan yang signifikan antara perilaku personal hygiene dengan angka kejadian konjungtivitis, di mana prevalensi penyakit ini jauh lebih tinggi pada santri dengan kebersihan diri buruk (95,8%) dibandingkan dengan santri yang memiliki kebersihan baik (44,9%). Temuan ini menunjukkan bahwa perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), khususnya dalam menjaga kebersihan mata dan alat pribadi, sangat berpengaruh dalam mencegah penularan konjungtivitis di lingkungan padat.

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan upaya promotif dan preventif melalui edukasi kesehatan untuk meningkatkan kesadaran remaja tentang pentingnya menjaga kebersihan diri dan mengenali gejala serta cara penularan konjungtivitis. Kegiatan penyuluhan bertema "*Mata Sehat, Belajar Semangat: Kenali dan Atasi Sakit Mata*" yang dilaksanakan di SMK IT Subulussalam Samarinda bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada siswa mengenai penyakit konjungtivitis serta langkah-langkah pencegahannya. Selain itu, kegiatan ini menjadi wujud nyata peran apoteker dalam meningkatkan literasi kesehatan di masyarakat, khususnya di lingkungan pendidikan berasrama.

## **2. METODE PENELITIAN**

Metode penyuluhan yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi tiga tahapan utama. Pertama, dilakukan pengukuran tingkat pengetahuan peserta mengenai konjungtivitis melalui pemberian pre-test sebelum penyuluhan dimulai. Kedua, dilakukan kegiatan penyuluhan dengan metode ceramah interaktif yang dilengkapi dengan pembagian leaflet berisi informasi tentang konjungtivitis, meliputi penyebab, cara penularan, gejala, serta upaya pencegahan. Setelah materi disampaikan, kegiatan dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab untuk memperkuat pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan. Ketiga, untuk mengevaluasi efektivitas penyuluhan, dilakukan post-test menggunakan pertanyaan yang sama seperti pada pre-test.

Hasil dari pre-test dan post-test kemudian dibandingkan untuk melihat sejauh mana peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti penyuluhan. Nilai yang diperoleh dianalisis menggunakan Microsoft Excel untuk menghitung rata-rata skor serta persentase jawaban benar. Data yang telah diolah disajikan dalam bentuk diagram batang guna mempermudah visualisasi perubahan tingkat pengetahuan siswa. Perbandingan nilai pre-test dan post-test menjadi indikator keberhasilan kegiatan penyuluhan dalam meningkatkan kesadaran siswa terhadap pentingnya menjaga kesehatan mata dan mencegah penularan konjungtivitis di lingkungan sekolah.

## **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan promosi kesehatan bertema "*Mata Sehat, Belajar Semangat: Kenali dan Atasi Sakit Mata*" yang dilaksanakan di SMK IT Subulussalam pada tanggal 15 September 2025 berhasil dilaksanakan dengan jumlah peserta sebanyak 17 orang. Evaluasi terhadap efektivitas kegiatan dilakukan melalui pre-test dan post-test yang diberikan sebelum dan sesudah sesi edukasi. Pengukuran ini bertujuan untuk melihat peningkatan pengetahuan siswa-siswi mengenai penyakit mata, termasuk aspek penyebab, gejala, cara penularan, pencegahan, hingga penggunaan obat mata yang benar.

Penatalaksanaan pada pasien konjungtivitis terutama yang disebabkan oleh mikroorganisme adalah dengan mengajarkan cara mencegah penularan ke mata sehat maupun ke orang lain. Pasien dianjurkan untuk tidak menggosok mata yang sakit lalu menyentuh mata sehat, serta selalu mencuci tangan setelah memegang mata yang

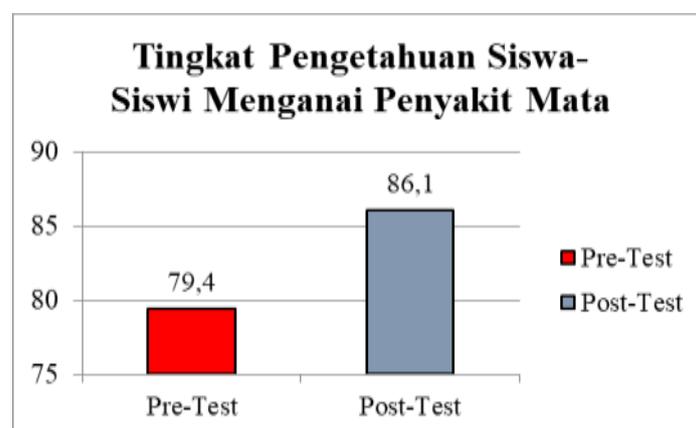
terinfeksi. Hindari penggunaan bersama kain lap, handuk, atau sapu tangan, dan gunakan yang bersih serta terpisah untuk membersihkan mata. Penderita sebaiknya membuang tisu setelah dipakai, mengganti sarung bantal dan handuk setiap hari, serta menjaga kebersihan area sekitar mata. Selain itu, disarankan menghindari angin kencang, memakai kacamata, melakukan kompres dingin untuk meredakan gatal, dan tidak menggunakan lensa kontak sampai kondisi sembuh (Hartati dkk., 2021).

Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Promosi Kesehatan di SMK IT Subulussalam



Berdasarkan hasil pre-test, seluruh peserta telah memiliki pengetahuan dasar yang tergolong baik menurut klasifikasi Julian & Rasyid (2024), dengan skor berkisar antara 65 hingga 85 dan rata-rata nilai sebesar 79,4. Setelah mengikuti penyuluhan, nilai post-test meningkat secara signifikan, dengan rentang skor antara 85 hingga 100 dan rata-rata nilai mencapai 86,1. Seluruh peserta tetap berada dalam kategori "Baik", namun adanya peningkatan nilai menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan mampu memperkuat dan memperluas pemahaman peserta terhadap materi.

Gambar 2. Diagram Tingkat Pengetahuan Siswa-Siswi Mengenai Penyakit Mata

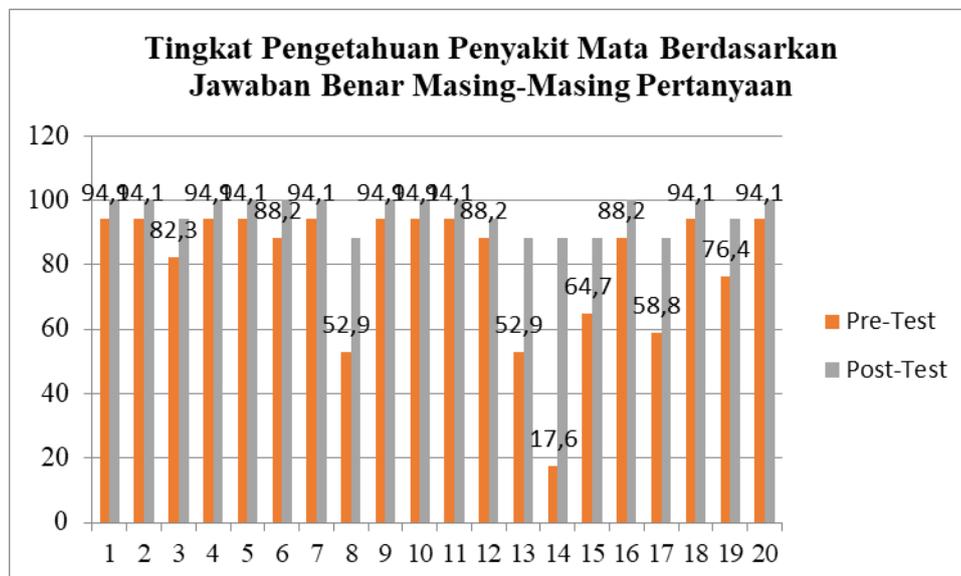


Analisis lebih lanjut terhadap 20 butir soal menunjukkan bahwa sebagian besar peserta telah memahami beberapa aspek dasar sejak awal, seperti pada pernyataan

nomor 1, 2, 4, 5, 7, 9, 10, 11, dan 18, yang mencapai tingkat jawaban benar sebesar 94,1% pada tahap pre-test. Hal ini mengindikasikan bahwa topik-topik umum seperti gejala mata merah, rasa gatal, serta pentingnya menjaga kebersihan tangan sudah cukup dikenal oleh peserta. Namun, beberapa aspek yang lebih teknis dan spesifik masih menunjukkan tingkat pemahaman yang rendah sebelum edukasi, seperti pernyataan nomor 14 mengenai teknik penggunaan obat mata (17,6%), serta nomor 13 dan 8 yang berkaitan dengan penularan tidak langsung dan cara penyimpanan obat (masing-masing 52,9%).

Setelah edukasi, peningkatan pemahaman peserta terlihat jelas. Pernyataan-pernyataan dengan skor rendah pada pre-test mengalami lonjakan yang signifikan pada post-test. Pernyataan nomor 14 meningkat dari 17,6% menjadi 88,2%, sedangkan nomor 13 dan 8 meningkat dari 52,9% menjadi 88,2%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa materi yang disampaikan dalam penyuluhan berhasil menjangkau aspek-aspek yang sebelumnya kurang dipahami peserta. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya memperkuat pemahaman terhadap informasi yang telah diketahui, tetapi juga menutup celah pemahaman pada aspek yang bersifat teknis atau kurang familiar bagi peserta.

Gambar 3. Diagram Tingkat Pengetahuan Siswa Siswi Mengenai Penyakit Mata Berdasarkan Jawaban Benar Pada Masing-Masing Pertanyaan



Secara keseluruhan, hasil evaluasi menunjukkan bahwa metode edukasi yang digunakan—melalui ceramah interaktif, pembagian leaflet, dan sesi tanya jawab—berhasil meningkatkan pemahaman peserta secara menyeluruh. Rata-rata skor post-test

yang lebih tinggi dari pre-test, serta peningkatan persentase jawaban benar pada butir-butir soal yang sebelumnya kurang dipahami, menjadi indikator keberhasilan penyuluhan ini. Selain itu, keterlibatan aktif peserta dalam sesi diskusi, khususnya terkait teknik penggunaan obat tetes dan salep mata, menunjukkan adanya ketertarikan dan kesadaran yang lebih besar terhadap pentingnya menjaga kesehatan mata.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Julian & Rasyid (2024), yang menyatakan bahwa peningkatan pemahaman mengenai personal hygiene dan penularan konjungtivitis dapat menurunkan angka kejadian penyakit mata di lingkungan padat hunian seperti pesantren atau sekolah berasrama. Oleh karena itu, kegiatan promosi kesehatan seperti ini dapat menjadi salah satu strategi efektif dalam upaya pencegahan penyakit menular di kalangan remaja.

#### **4. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil kegiatan Promosi Kesehatan dengan judul “*Mata Sehat, Belajar Semangat: Kenali dan Atasi Sakit Mata*” di SMK IT Subulussalam, diperoleh bahwa rata-rata nilai siswa meningkat dari 79,4 pada pre-test menjadi 86,1 pada post-test, yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah diberikan edukasi. Kegiatan ini juga memberikan informasi baru kepada para siswa mengenai sakit mata, cara pencegahan, serta penanganannya. Diharapkan pihak sekolah dapat melanjutkan kegiatan edukasi kesehatan secara berkala agar mendorong siswa berperilaku hidup sehat, serta para siswa dapat mengimplementasikan ilmu yang diperoleh dan membagikannya kepada teman sebaya maupun keluarga sehingga manfaat edukasi dapat dirasakan lebih luas.

#### **5. UCAPAN TERIMA KASIH**

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik. Penulis juga mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada SMK IT Subulussalam sebagai tempat pelaksanaan kegiatan yang telah memberikan fasilitas dan dukungan selama proses penelitian berlangsung.

Tak lupa, penulis menyampaikan rasa terima kasih yang mendalam kepada dosen pembimbing yang senantiasa memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi

sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik. Semoga segala bantuan dan dukungan yang diberikan mendapat balasan terbaik dari Tuhan Yang Maha Esa.

## 6. DAFTAR PUSTAKA

- Hartadhi, A., Zuhria, I., & Hermanto, B. (2023). Conjunctivitis Patients in the Ophthalmology Outpatient Clinic Dr. Soetomo General Academic Hospital, Surabaya, in 2017. *Eye*, 40(2), 80-89.
- Hartati, H., Sumarni, S., & Supriyo, S. (2021). Gambaran tingkat pengetahuan dan sikap pasien tentang penatalaksanaan non farmakologi konjungtivitis. *Jurnal Keperawatan Mersi*, 10(1), 25–30.
- Jiee, S. F., Aziz, A. S., Hee, L. S., Qamil, M. A., Ugak, Y., & Stephen, J. (2025). Pink eye outbreak in rural Borneo schools: The panic and the prompt public health response. *Journal of Family and Community Medicine*, 32(2), 145-149.
- Julian, C. D., & Rasyid, M. (2024). Hubungan antara Perilaku Personal Hygiene dengan Angka Kejadian Konjungtivitis pada Santri Pondok Pesantren Tarbiyatul Qur'an Al-Faqihiyah. *Tarumanagara Medical Journal*, 6(1), 38-43.
- Vitaloka, N. K. I., Ningrum, R. K., & Sedani, N. W. (2024). Karakteristik penderita penyakit konjungtivitis pada Poliklinik Mata Rumah Sakit Umum Daerah Sanjiwani Gianyar. *Aesculapius Medical Journal*, 4(3), 337–343