

Asosiasi Pola Asupan Vitamin A dan Omega-3 dengan Computer Vision Syndrome pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia Tahun 2025

Senduk, Fiolia Natazia

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=138886&lokasi=lokal>

Abstrak

Computer Vision Syndrome (CVS) merupakan kumpulan gejala akibat penggunaan layar perangkat digital secara berlebihan dan berdampak negative pada produktivitas dan kualitas hidup. salah satu upaya menangani CVS dengan modifikasi konsumsi makanan. Namun, penelitian mengenai asosiasi antara asupan Vitamin dan Omega-3 terhadap CVS masih terbatas, terutama pada kelompok mahasiswa. Penelitian ini merupakan studi kuantitatif menggunakan desain cross-sectional. Populasi studi adalah seluruh mahasiswa jenjang S1, S2, dan S3 Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia (FKM UI). Peneliti mengirimkan kuesioner melalui surat elektronik kepada 960 calon responden dan sebanyak 265 mahasiswa yang bersedia menjadi responden (tingkat partisipasi=27,6%). Analisis multivariat menggunakan teknik Cox Regression. Mayoritas responden mengalami gejala CVS (78,1%) dan memiliki asupan vitamin A dan Omega-3 yang kurang (93,6% untuk vitamin A dan 96,2% untuk Omega-3). Tidak ditemukan adanya asosiasi vitamin A dengan CVS, namun terdapat perbedaan risiko CVS berdasarkan tingkat konsumsi Omega-3 walaupun tidak bermakna secara statistik. Mahasiswa yang kurang asupan Omega-3 memiliki risiko 1,2 kali untuk mengalami CVS dibandingkan yang cukup asupan Omega-3, setelah dikontrol oleh kovariat. Efek gabungan antara vitamin A dan Omega-3 tidak ditemukan dalam penelitian ini. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi pembelajaran baik untuk mahasiswa mengenai pentingnya pola asupan gizi yang baik seperti vitamin A dan Omega-3.

Computer Vision Syndrome (CVS) is a group of symptoms due to excessive use of digital device screens and has a negative impact on productivity and quality of life. One effort to deal with CVS is by modifying food consumption. However, research on the association between Vitamin and Omega-3 intake and CVS is still limited, especially in student groups. This study is a quantitative study using a cross-sectional design. The study population was all undergraduate, postgraduate, and doctoral students of the Faculty of Public Health, University of Indonesia (FKM UI). Researchers sent questionnaires via electronic mail to 960 prospective respondents and 265 students who were willing to be respondents (participation rate = 27.6%). Multivariate analysis used the Cox Regression technique. The majority of respondents experienced CVS symptoms (78.1%) and had low intake of vitamin A and Omega-3 (93.6% for vitamin A and 96.2% for Omega-3). No association of vitamin A with CVS was found, but there was a difference in the risk of CVS based on the level of Omega-3 consumption although it was not statistically significant. Students with insufficient Omega-3 intake had a 1.2 times greater risk of experiencing CVS compared to those with sufficient Omega-3 intake, after being controlled for covariates. The combined effect of vitamin A and Omega-3 was not found in this study. It is hoped that the results of this study can be a good lesson for students regarding the importance of good nutritional intake patterns such as vitamin A and Omega-3.

Computer Vision Syndrome (CVS) is a collection of symptoms due to excessive use of digital device screens and has a negative impact on productivity and quality of life.