

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA Tn.M PASCA OPERASI KATARAK DENGAN *EYE EXERCISE* TERHADAP PENINGKATAN KETAJAMAN MATA PENGKAJIAN KHUSUS: NILAI VISUS MATA

Analysis of Nursing Care In Post Cataract Surgery Tn.M With Eyes Exercise On Increasing Eyes Sharpen Specific Assessment: Eyes Visus Values

Eka Nur Salleha¹, Marissa Fahrianty², M. Yasier Aruna³, Nadia Tara Dila⁴,
Nurul Jamilah Tunnisa⁵, Yuni Aprilia Natasya⁶, Muhammad Anwari⁷

*S1 Keperawatan Bilingual, Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan,
Universitas Muhammadiyah Banjarmasin
(Muhammadanwari1188@gmail.com)*

ABSTRAK **ABSTRACT**

Pendahuluan : Kebutaan pada masyarakat di Indonesia sebesar 81% disebabkan oleh penyakit katarak atau jika dijabarkan lebih lanjut maka sekitar 1,3 juta penduduk Indonesia mengalami buta karena katarak

Metodologi : Penelitian ini menggunakan desain evaluatif yaitu studi kasus dengan analisis data menggunakan deskriptif analitik

Hasil penelitian dan Pembahasan : Pada penelitian ini didapatkan bahwa *Eyes Exercise* terbukti meningkatkan ketajaman penglihatan dan meningkatnya nilai visus mata

Kesimpulan : Penatalaksanaan *Eyes Exercise* yang dilakukan sudah cukup baik, hanya saja harus memperhatikan lagi faktor resiko katarak dan menjalankan *Eyes Exercise* secara berkala

Kata Kunci : Katarak, *Eyes Exercise*, Visus Mata

Introduction : Introduction: Blindness in people in Indonesia is 81% caused by cataracts or if elaborated further, around 1.3 million Indonesians are blind due to cataracts

Methodology : This study uses an evaluative design, namely a case study with data analysis using descriptive analytic

Research results and discussion : In this study it was found that *Eyes Exercise* was proven to increase visual acuity and increase the value of eye vision

Conclusion: The management of the *eyes exercise* is quite good, it's just that you have to pay more attention to the risk factors for cataracts and do regular *Eye Exercises*

Key Word : Cataract, *Eyes Exercise*, Eye Vision

PENDAHULUAN

Seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun disebut lansia. Lansia atau lanjut usia menghadapi perubahan dalam berbagai aspek kehidupannya secara sosial, fisik dan mental. Sebagian besar perubahan tersebut banyak terjadi pada penglihatan serta data penyebab utama terbanyak pada gangguan penglihatan adalah katarak (Bourne et al., 2021).

Di Indonesia terdapat 8 juta masyarakat dengan gangguan penglihatan, dari total penduduk lebih kurang 262 juta jiwa. kebutaan pada masyarakat di Indonesia sebesar 81% disebabkan oleh penyakit katarak atau jika di jabarkan lebih lanjut maka sekitar 1,3 juta penduduk Indonesia mengalami buta karena katarak (KEMENKES, 2021)

Katarak berhubungan dengan penurunan ketajaman penglihatan yang dapat diukur dengan nilai visus mata. Penurunan visus mata berhubungan dengan aktivitas rutin seseorang. Penelitian ini membuktikan sekitar 80% individu dengan visus mata 6/24 atau lebih bisa mengalami setidaknya satu keterbatasan dalam melakukan kegiatan harian berbanding dengan individu yang mempunyai visus lebih dari 6/7,5 (Hidayaturahmah et al., 2021).

Senam mata digunakan untuk meningkatkan kemampuan kerja mata, memberikan relaksasi pada otot mata sehingga menjadi elastis dan kuat, serta bisa mempertajam penglihatan (Devara et al., 2019).

Pada tinjauan sistematis dari 43 studi untuk mengkaji ilmiah saat ini dasar bukti mengenai kemanjuran latihan mata sebagaimana yang digunakan dalam terapi penglihatan optometri menyimpulkan bahwa latihan mata memiliki konon untuk meningkatkan berbagai kondisi termasuk masalah vergensi, gangguan motilitas okular, akomodatif disfungsi, ambliopia, ketidakmampuan belajar, disleksia, asthenopia, miopia, mabuk perjalanan, performa olahraga, stereopsis, visual cacat lapangan, ketajaman visual, dan kesejahteraan umum (Gosewade et al., 2020).

Berdasarkan dari penjelasan diatas, katarak merupakan masalah gangguan penglihatan yang dapat meningkatkan resiko jatuh dan fraktur sehingga menjadikan individu tersebut lebih berhati-hati karena rasa takut akan terjatuh. *Eyes Exercise* sangat membantu orang dengan penyakit katarak untuk bisa mempertajam penglihatan nya.

ASUHAN KEPERAWATAN

Pengkajian

Pemeriksaan fisik klien dalam keadaan composmentis, untuk nilai GCS yaitu E4V5M6. Nilai pada visus mata yaitu pada mata kanan 3/300 pada mata kiri 6/10. Untuk tinggi badan pasien adalah 161 cm. Berat badan pasien adalah 59 kg. nilai IMT 22,76 kg/m² (kategori IMT normal), sedangkan untuk tekanan darah klien 240/140mmHg, nadi 92 x/menit, respirasi 20 x/menit, dan temperatur suhunya 36,7 °C.

Pemeriksaan dada Tn.M yaitu pemeriksaan dada simetris, otot penunjang pernafasan tidak digunakan, auskultasi bunyi vesikular dada kanan dan kiri, RR 20x/menit, perkusi tumpul pada bunyi interkostal 4-6 dada kiri, palpasi keduanya dari kanan. dan tidak ada nyeri tekan di dada. Pemeriksaan abdomen yaitu pemeriksaan abdomen yang bersih, bebas rambut halus, gravicus jernih, warna kulit sekitar kulit terang, tidak tampak benjolan, auskultasi bising usus 8x/menit, ketukan timpani pada kuadran ii, iii , iv dan suara teredam di kuadran i, palpasi tidak sensitif.

Hasil pengkajian kognitif dan mental pada Tn.M untuk pemeriksaan mini-mental exam adalah 28 (normal) dan untuk pemeriksaan SPMSQ 1 (Fungsi Intelektual Utuh) serta nilai untuk GDS 2 item terganggu (not depressed (tidak depresi/normal).

Hasil pemeriksaan Visus Mata Tn.M memiliki nilai 3/300 (hanya dapat melihat gerakan tangan pada jarak 3 meter).

Diagnosa

Berdasarkan pengkajian awal dan hasil analisa data pada Tn. M didapatkan diagnosa keperawatan Persepsi Sensori (visual) berhubungan dengan gangguan penglihatan ditandai dengan data subjektif Tn. M mengatakan penglihatan kabur, Tn M Klien mengatakan jarak pandang berkurang.

Intervensi

Intervensi keperawatan dilakukan

berdasarkan hasil pengkajian lansia, dimana masalah gangguan penglihatan pada Tn. M dengan intervensi keperawatan yang baik juga dilandasi oleh upaya mencari bentuk intervensi yang murah, mudah, nyaman dan berdampak signifikan. Oleh karena itu, dalam semua bentuk intervensi perawatan, penulis mendefinisikan intervensi perawatan untuk penerapan terapi komplementer yaitu senam mata.

Evaluasi (catatan perkembangan)

Setelah dilakukan intervensi berupa senam mata selama sebulan lebih didapatkan perubahan pada nilai visus Tn.M dan Tn.M menyatakan bahwa pada penglihatannya juga mengalami perubahan kearah yang baik.

Hasil pengkajian visus Tn.M dari nilai awal visus (3/300 mata kanan (hanya dapat melihat gerakan tangan pada jarak 3 meter)). Visus (6/10 mata kiri (dapat melihat objek dari 6 meter tetapi pada mata normal dapat dilihat dalam jarak 10 meter)) menjadi visus (5/300 mata kanan (hanya dapat melihat gerakan tangan pada jarak 5 meter)). Visus (7/10 mata kiri (dapat melihat objek dari 7 meter tetapi pada mata normal dapat dilihat dalam jarak 10 meter)). Klien juga sangat komperatif dalam mengikuti semua gerakan yang diajaran selama pemberian intervensi senam mata.

Tindak Lanjut

Rencana tindak lanjut pada klien dan

keluarganya adalah menganjurkan untuk tetap konsisten dalam melakukan senam mata secara teratur, aktif dan rutin.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Masalah Keperawatan dengan Konsep Terkait Gangguan Pengelihan

Hasil pengkajian pada Tn. M ditemukan adanya keluhan penglihatan kabur, jarak pandang berkurang, pada bulan Juli 2022 Tn.M di diagnosa katarak dan pada tanggal 2 Agustus 2022 Tn.M menjalani operasi katarak pada mata sebelah kiri. Kegiatan Tn.M pada kesehariannya menggunakan alat bantu berupa kacamata.

Gangguan penglihatan biasanya ditandai dengan penglihatan kabur, kepekaan terhadap cahaya, kehilangan penglihatan sebagian atau seluruhnya, memfokuskan mata pada objek saat menulis dan membaca, kemampuan hanya membaca huruf kapital, cemberut atau cemberut saat melihat di bawah cahaya terang. (Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular, 2017). Masalah yang berhubungan dengan gangguan pengelihan pada Tn.M dengan pasca katarak dinyatakan sebagai diagnosa medis. Diagnosa keperawatan yang utama pada Tn.M adalah gangguan persepsi sensori visual. Diagnosis ini penulis ambil dari keterbatasan yang dialami Tn. M.

Dalam suatu penelitian dijelaskan katarak yang dialami lansia biasanya terjadi karena proses penuaan. Katarak juga menyebabkan

pengelihan pada lansia menjadi tidak jelas/rabun, hal tersebut terjadi karena cahaya yang masuk ke mata sulit mencapai retina sebab lensa yang keruh (Apriani, 2021).

Kondisi saat lensa mata seseorang mengalami kekeruhan yang dapat mengakibatkan penurunan ketajaman mata hingga kebutaan. 15 persen dari seluruh penderita kebutaan di hampir seluruh dunia merupakan penderita katarak (Dwi Hasriani et al., 2020).

Selain karena kadar glukosa yang meningkat katarak juga dapat terjadi karena hipertensi. Hipertensi terlibat dalam penyebab terjadinya katarak lewat jalur mekanisme peradangan. Hal ini sejalan dengan studi carlier yang dilakukan oleh J. Kaur et al serta penelitian Lee et., al mereka berpendapat bahwa struktur konfirmasi protein yang mengalami perubahan didalam kapsul lensa dapat diinduksi oleh hipertensi sehingga memperparah terjadinya katarak. (Singh & Gupta, 2019).

Analisis Intervensi Inovasi dengan Konsep dan Penelitian Terkait

Berdasarkan data pengkajian yang didapat dari pasien, peneliti menegakkan diagnosa gangguan persepsi sensori (visual) b.d gangguan penglihatan dengan data subjektif : Klien mengatakan penglihatan nya masih kabur, namun tidak separah sebelum menjalani operasi. Klien juga mengatakan jarak pandang berkurang. Saat pengkajian keluarga klien mengatakan klien tidak patuh minum obat dan

klien mengatakan malas minum obat. Dan data objektif : Klien terlihat memakai alat bantu penglihatan (kacamata). Klien terlihat membaca buku dalam jarak yang dekat, terlihat sediaan obat klien masih banyak dan klien terlihat kesulitan saat berdiri dari posisi duduk serta TTV klien TD : 240/140 mmHg, RR : 20x/menit, S : 36,70C, N: 92x/menit.

Untuk mengatasi gangguan penglihatan tidak hanya dapat dilakukan secara farmakologis tetapi juga dapat dilakukan secara nonfarmakologis. Salah satu panataksanaan nonfarmakologis untuk meningkatkan ketajaman penglihatan dapat dilakukan senam mata. Selain karena mudah dilakukan senam mata juga bisa untuk semua usia dan dapat dilakukan dalam kondisi duduk, tidur dan berdiri (Solikah & Hasnah, 2022).

Pelaksanaan pengkajian keperawatan ini berfokus pada masalah keperawatan yaitu gangguan persepsi sensori (visual) dan berfokus pada senam mata (*Eyes Exercise*) meliputi : putar bola mata, fokuskan pandangan dan pijat bagian kelopak mata. Salah satu gejala yang muncul pada Tn. M yaitu pandangan kabur sehingga penatalaksanaan *Eyes Execise* digunakan untuk meningkatkan ketajaman penglihatan.

Latihan yang diberikan berupa senam mata atau *Eyes Exercise* dimana perawat mengajar kan cara melakukan senam mata, pada pengkajian pertama peneliti mengkaji keluhan klien, kemudian pada pertemuan kedua peneliti menjelaskan tentang masalah yang dialami klien serta mengajarkan cara

melakukan senam mata atau *Eyes Exercise* dalam waktu satu bulan lebih klien di pantau untuk perkembangan senam matanya, kemudian pada pertemuan ketiga peneliti meevaluasi hasil dari melakukan senam mata atau *Eyes Exercise*.

Senam mata atau *Eyes Exercise* bisa dikerjakan dimanapun dan kapanpun saat mata mulai terasa lelah dan pusing. Melakukan senam sesering mungkin dapat membuat penglihatan dan kesehatan mata meningkat secara signifikan (Devara et al., 2019).

Pada hari evaluasi klien mengatakan penglihatan mengalami perubahan kearah yang baik. Pada tahap ini peneliti berasumsi bahwa ada peningkatan pada penglihatan Tn.M setelah melakukan senam mata atau *Eyes Exercise*. Hal ini juga dipermudah oleh klien yang sangat kooperatif dalam melakukan senam ini dan teratur dalam melakukan senam mata ini. Oleh karena itu peneliti dapat memberikan senam mata atau *Eyes Exercise* dan menganjurkan klien terus melakukan senam ini sampai didapatkan hasil yang optimal.

Alternatif Pemecahan yang dapat dilakukan

Intervensi baru yang dapat diterapkan pada pasien tunanetra adalah pemberian senam mata. Perawat harus membuat solusi alternatif untuk masalah ini, sehingga Senam Mata adalah terapi pelengkap untuk meningkatkan ketajaman visual untuk mengatasi masalah keperawatan yang dibahas oleh Tn. M dan meningkatkan kualitas hidup.

Masalah keperawatan yang dialami oleh Tn. M dapat teratasi bila kolaborasi antarpasien dan pemberi pelayanan kesehatan berjalan dengan baik. Peran perawat sangat diperlukan dalam memberikan intervensi yang menyeluruh dan komplit yang berkolaborasi atau bekerja sama dengan tenaga medis lain.

Senam mata merupakan terapi pelengkap bagi klien dengan masalah kesehatan mata, salah satunya katarak. Sebelum dilakukan senam mata, sebaiknya pengelihatannya klien terlebih dahulu diuji secara visual (Snellen chart). Snellen chart atau tes penglihatan mata digunakan untuk mengetahui kemampuan mata untuk melihat dengan jelas objek di kejauhan atau untuk melihat ketajaman atau kejernihan penglihatan klien. Nilai ketajaman penglihatan orang normal adalah 6/6, artinya suatu benda dapat dilihat dengan penglihatan normal pada jarak 6 meter.

Terapi alternatif ini dapat juga diajarkan kepada keluarga dengan menjelaskan langkah-langkah melakukan terapi, hal ini dilakukan semata-mata supaya keluarga tau tujuan dan cara melakukan senam ini dengan jelas dan benar. Selain untuk mengetahui tujuan dan cara melakukan senam ini hal ini juga dapat sebagai acuan melakukan latihan mandiri di rumah dan keluarga dapat membimbing klien dalam melakukan senam ini. Karna keluarga juga merupakan salah satu bagian penting dalam proses pemulihan penglihatan klien. Keluarga dapat juga memotivasi klien dalam melakukan senam mata supaya lebih rutin dan

teratur. Agar pemulihan klien dapat lebih optimal kedepannya.

KESIMPULAN

Kesimpulan yang diperoleh peneliti adalah sebagai berikut, pada awal pengkajian Pada awal Tn.M mengatakan matanya kabur, dan jarak pandangnya berkurang. Operasi Katarak dilakukan pada bulan Agustus 2022. Setelah dilakukan operasi mata kanan Tn. M masih buram tetapi tidak parah sebelumnya. Tn.M hanya melakukan kontrol beberapa kali pasca operasi dan Tn.M tidak mengkonsumsi obat yang di resepkan oleh dokter karena hal tersebut peneliti memberikan terapi alternatif berupa senam mata. Setelah klien melakukan senam mata dengan waktu sebulan lebih dengan didampingi keluarga, klien menyatakan ada perubahan pada penglihatannya kearah yang baik.

Berdasarkan hasil pengkajian visus Tn.M dari nilai awal visus (3/300 mata kanan (hanya dapat melihat gerakan tangan pada jarak 3 meter)). Visus (6/10 mata kiri (dapat melihat objek dari jarak 6 meter tetapi pada mata normal dapat dilihat dalam jarak 10 meter)) menjadi visus (5/300 mata kanan (hanya dapat melihat gerakan tangan pada jarak 5 meter)). Visus (7/10 mata kiri (dapat melihat objek dari jarak 7 meter tetapi pada mata normal dapat dilihat dalam jarak 10 meter)).

SARAN

Diharapkan pada khalayak umum untuk mengetahui manfaat dari *Eyes Exercise* dalam meningkatkan ketajaman penglihatan. Diharapkan untuk peneliti selanjutnya untuk mengetahui berbagai penurunan ketajaman penglihatan pada lansia selain katarak dan intervensi terapi lainnya untuk meningkatkan ketajaman penglihatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriani, M. (2021). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian katarak pada lansia. *Journal of Health Science*, 1(1), 6–13.
- Bourne, R. R. A., Steinmetz, J. D., Saylan, M., Mersha, A. M., Weldemariam, A. H., Wondmeneh, T. G., Sreeramareddy, C. T., Pinheiro, M., Yaseri, M., Yu, C., Zastrozhin, M. S., Zastrozhina, A., Zhang, Z. J., Zimsen, S. R. M., Yonemoto, N., Tsegaye, G. W., Vu, G. T., Vongpradith, A., Renzaho, A. M. N., ... Vos, T. (2021). Causes of blindness and vision impairment in 2020 and trends over 30 years, and prevalence of avoidable blindness in relation to VISION 2020: The Right to Sight: An analysis for the Global Burden of Disease Study. *The Lancet Global Health*, 9(2), e144–e160. [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(20\)30489-7](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(20)30489-7)
- Devara, N., Artawan, C. A., & Wahyudi, A. T. (2019). Perancangan Buku Panduan Interaktif Cara Menjaga Kesehatan Mata Melalui Olahraga Senam Mata Untuk Anak Usia 6 – 12 Tahun. *DKV Adiwarna, UNIVERSITAS KRISTEN PETRA.*, 1 No.14, 11. <http://publication.petra.ac.id/index.php/dkv/article/view/8651/7809>
- Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular. (2017). Modul deteksi dini katarak. *Kementerian Kesehatan RI*, 15–16.
- Dwi Hasriani, R., Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular, D., & Kesehatan, K. R. (2020). 645 *HIGEIA 4 (4) (2020) HIGEIA JOURNAL OF PUBLIC HEALTH RESEARCH AND DEVELOPMENT Hipertensi dengan Katarak pada Peserta Skrining Gangguan Penglihatan. 4(4)*, 645–655. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/higeia><https://doi.org/10.15294/higeia/v4i4/38745>
- Gosewade, N. B., Shende, V. S., & Kashalikar, S. J. (2020). Effect of various eye exercise techniques along with pranayama on Visual Reaction Time: A case control study. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 7(9), 1870–1873. <https://doi.org/10.7860/JCDR/2013/6324.3338>
- Hidayaturahmah, R., Andayani, T. M., & Kristina, S. A. (2021). Analisis Faktor-

Faktor Klinik yang Mempengaruhi
Kualitas Hidup Pasien Katarak di Rumah
Sakit Dr. YAP, Yogyakarta. *Jurnal
Farmasi Dan Ilmu Kefarmasian Indonesia*,
8(3), 207.
<https://doi.org/10.20473/jfiki.v8i32021.207-216>

KEMENKES. (2021). *ANTARA kantor berita
indonesia*.

Singh, P., & Gupta, A. (2019). Development of
cataract in hypertensive and non-
hypertensive patients. *International
Journal of Medical Ophthalmology*, 1(2),
48–50.
<https://doi.org/10.33545/26638266.2019.v1.i2a.86>

Solikah, S. N., & Hasnah, K. (2022). *Monograf
Senam Mata untuk Pencegahan Miopia*.
Penerbit NEM.