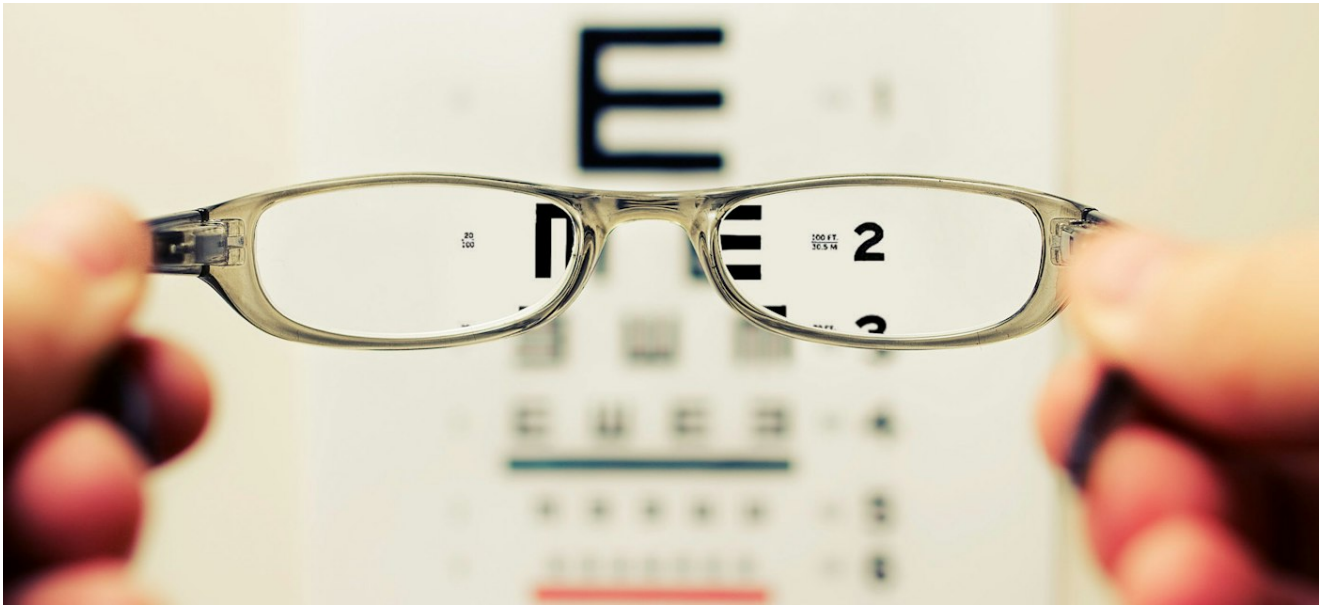
Apa Arti Sebenarnya Penglihatan 20/20?

Penglihatan 20/20 adalah ketajaman normal, bukan penglihatan sempurna, dan padanan metriknya 6/6. Apa yang diukur pecahan itu dan di mana 20/40 jadi batas hukum.

Penulis: Lubor Šimůnek · Diterbitkan: November 3, 2026 · Produktivitas
Versi online: https://appstoryo.com/id/blog/what-does-20-20-vision-actually-mean



Penglihatan 20/20 berarti Anda membaca dari jarak 20 kaki baris yang sama yang dibaca orang berpenglihatan normal dari 20 kaki. Itu ketajaman normal, bukan penglihatan sempurna, dan padanan metriknya adalah 6/6. Sight Check: Eye Chart Game adalah gim gratis bergaya kartu Snellen untuk iOS dan Android, berukuran 54,8 MB, untuk melatih baris-baris yang makin kecil itu di rumah.

Keterbukaan: AppStoryo dioperasikan oleh studio yang mengembangkan Sight Check: Eye Chart Game. Perbandingan di bawah memakai kriteria yang dapat diverifikasi publik dan menyebut alternatif yang nyata.

Anda bisa mencoba baris-barisnya di Sight Check: Eye Chart Game lewat App Store atau Google Play, tempat aplikasi ini terdaftar sebagai Sight check game.

Apa yang sebenarnya diukur pecahan 20/20?

Itu perbandingan jarak, bukan persentase maupun skor. American Academy of Ophthalmology menjelaskan bahwa angka atas adalah jarak dalam kaki tempat Anda berdiri dari kartu, dan angka bawah adalah jarak ketika orang berpenglihatan normal membaca baris yang sama yang baru Anda baca. Angka yang sama berarti penglihatan jauh Anda setara dengan acuan, tidak lebih.

MedlinePlus menyusun hitungannya secara terbalik: 20/40 berarti baris yang Anda baca dari 20 kaki dibaca mata rata-rata dari 40 kaki. Jadi angka bawah menunjukkan seberapa jauh

lagi mata rata-rata bisa berdiri: tiga kali jarak Anda pada 20/60 dan sepuluh kali pada 20/200. Ketajaman mengukur satu hal sempit, yaitu seberapa halus detail yang Anda uraikan dari jauh.

Mengapa kartu dibaca dari 20 kaki dan apa itu 6/6?

Hermann Snellen, dokter mata Belanda, mengembangkan kartu itu pada 1860-an atas permintaan koleganya Franciscus Donders. Dua puluh kaki cukup dekat ke tak hingga optis sehingga mata mengendur alih-alih berakomodasi. MedlinePlus menyebut jaraknya 20 kaki, atau 6 meter, dan di situlah seluruh penjelasan 6/6, notasi yang dipakai klinik di luar Amerika Serikat. 6/6 sama dengan 20/20 dan 6/12 sama dengan 20/40. Ruang pendek memakai cermin, dengan hasil yang sama.

Pekerjaan apa yang menetapkan ketajaman secara hukum?

Di sini 20/20 berhenti menjadi cerita rakyat dan menjadi aturan. Menurut 49 CFR 391.41(b)(10), pengemudi komersial di Amerika Serikat memerlukan ketajaman jauh paling sedikit 20/40 pada setiap mata, dengan atau tanpa lensa, ketajaman binokular paling sedikit 20/40, lapang pandang paling sedikit 70 derajat pada meridian horizontal setiap mata, serta kemampuan mengenali sinyal lalu lintas standar merah, hijau, dan kuning.

Penerbangan lebih ketat. 14 CFR 67.103 mewajibkan pemohon sertifikat medis penerbang kelas satu menunjukkan ketajaman jauh 20/20 atau lebih baik pada setiap mata secara terpisah, ditambah penglihatan dekat 20/40 pada 16 inci; pemohon berusia 50 tahun atau lebih juga harus memenuhi 20/40 pada 32 inci. Hanya dalam aturan itulah 20/20 menjadi batas lulus, bukan sekadar gambaran.

Apakah 20/20 sama dengan penglihatan sempurna?

Tidak, dan itulah salah paham yang biasa. 20/20 adalah normal: titik acuan di tengah rentang, bukan batas tertinggi, sebab banyak orang mengukur 20/15 atau 20/10. Angka itu juga tidak mengatakan apa pun tentang penglihatan warna, persepsi kedalaman, lapang tepi, sensitivitas kontras, atau tekanan bola mata, dan itu sebabnya pemeriksaan mengukur beberapa hal sementara kartu mengukur satu.

Organisasi Kesehatan Dunia melaporkan sedikitnya 2,2 miliar orang dengan gangguan penglihatan dekat atau jauh, dan sedikitnya 1 miliar kasus yang dapat dicegah atau masih belum tertangani: presbiopia 826 juta, katarak 94 juta, kelainan refraksi tak terkoreksi 88,4 juta. National Eye Institute menaksir kelainan refraksi pada lebih dari 150 juta warga Amerika, banyak di antaranya tidak tahu bahwa mereka bisa melihat lebih baik.

Apa yang sebenarnya dilakukan Sight Check: Eye Chart Game?

Ini gim, dan halaman tokonya mengatakan demikian. Sight Check: Eye Chart Game menampilkan baris huruf yang makin kecil untuk Anda baca lantang dari ujung ruangan, menyimpan skor Anda terhadap rekor pribadi, dan menahan hasilnya di perangkat. Aplikasinya gratis, 54,8 MB, berperingkat 12+, versi 1.0 tanggal 15 Juli 2026, tanpa iklan,

dan terdaftar hanya dalam bahasa Inggris. Halaman itu sekaligus batasan yang jujur, dalam kata-kata pengembangnya sendiri di App Store:

> Sight Check dirancang murni untuk hiburan dan tantangan santai. Ini bukan alat medis, tidak mendiagnosis kondisi apa pun, dan bukan pengganti pemeriksaan mata profesional.

Pahamilah itu sebagai pernyataan lingkup, karena memang begitu. Aplikasi ini bisa menunjukkan bahwa baris kelima tahun ini kabur padahal tahun lalu tidak, alasan bagus untuk membuat jadwal periksa. Ia tidak bisa menyebut refraksi Anda.

Aplikasi mana yang sebaiknya Anda pakai?

Pilih Virtual Vision Test jika Anda ingin hasil berupa resep

- Tes Warby Parker, versi 52.0.0 yang diperbarui 8 Juni 2026, satu-satunya di sini yang terhubung ke jalur klinis: gunanya memperbarui resep kacamata atau lensa yang sudah ada.
- Gratis, 70,5 MB, memerlukan iOS 16.0 atau lebih baru, dan memegang rata-rata 4,76 dari 19.080 penilaian, jauh lebih banyak pemakaian nyata daripada yang lain di daftar ini.
- Ia menang mutlak jika yang Anda inginkan dokumen, bukan skor.

Pilih OcularCheck: Acuity Exam jika Anda ingin alat penyaringan

- Diterbitkan Project ORBIS International, organisasi nirlaba kesehatan mata; versi 2.2.0 tanggal 8 Oktober 2024, gratis, dan hanya 2,3 MB, unduhan terkecil di sini dengan selisih lebar.
- Memerlukan iOS 17.0 atau lebih baru, dan rata-rata 3,8 itu bersandar pada hanya 15 penilaian, jadi sampelnya tipis meski asal-usulnya klinis.
- Ia menang untuk penyaringan dengan bandwidth kecil.

Pilih Kay iSight Test Professional jika Anda menguji anak kecil

- Kay Pictures Ltd membuat optotipe bergambar sejak puluhan tahun; versi 7.1 tanggal 2 Februari 2026, gratis, 22,2 MB, rata-rata 4,4 dari 10 penilaian.
- Ia memerlukan iOS 18.6 atau lebih baru, yang menyingkirkan perangkat tua, tetapi optotipe bergambar berfungsi untuk anak yang belum bisa membaca huruf, hal yang tak bisa dilakukan kartu huruf mana pun.
- Ia menang mutlak untuk anak yang belum membaca.

Pilih Sight Check: Eye Chart Game jika Anda ingin kartu itu sebagai gim

- Gratis, 54,8 MB, tanpa iklan, hasil tersimpan di perangkat, dan tersedia di iOS maupun Android, sementara tiga di atas hanya untuk iPhone dan iPad.
- Ini satu-satunya dari empat yang menyebut dirinya gim santai secara tegas, yang membuatnya jujur untuk bermain bersama keluarga dan salah untuk penggunaan klinis apa pun.

Kapan kartu mata di ponsel menjadi alat yang salah?

Tiga keadaan. Pertama, jika ada yang berubah mendadak: penglihatan hilang pada satu mata, kilatan atau floaters baru, nyeri, penglihatan ganda, sebab aplikasi ketajaman mengukur keadaan yang stabil dan buta terhadap kejadian akut. Kedua, jika Anda butuh angka yang berlaku: batas 20/40 untuk mengemudi dan standar 20/20 untuk penerbang diukur pemeriksa dalam kondisi terkendali. Ketiga, pada anak, di mana layar tanpa kalibrasi pada jarak tak terkendali memberi angka yang sedikit artinya.

Dengan catatan itu, Sight Check: Eye Chart Game adalah cara yang wajar untuk mengawasi penglihatan jauh Anda sendiri di antara kunjungan: di App Store dan di Google Play sebagai Sight check game, gratis, dengan hasil yang tetap di ponsel Anda.

Pertanyaan yang sering diajukan tentang penglihatan 20/20

Apa arti penglihatan 20/20 secara sederhana?

Anda membaca dari 20 kaki sebuah baris yang juga dibaca orang berpenglihatan normal dari 20 kaki. Angka atas adalah jarak Anda dari kartu, angka bawah jarak ketika mata rata-rata membaca baris itu. Angka yang sama berarti penglihatan jauh rata-rata.

Apakah penglihatan 20/20 sempurna?

Tidak. Ia normal alih-alih sempurna dan berada di tengah rentang: 20/15 dan 20/10 lebih baik. Ketajaman juga mengabaikan penglihatan warna, kedalaman, lapang tepi, dan tekanan bola mata, jadi hasil 20/20 bukan jaminan kesehatan mata.

Apa padanan metrik dari 20/20?

Itu 6/6, karena 20 kaki kira-kira 6 meter. MedlinePlus menyebut jarak standar 20 kaki, atau 6 meter, dan memperlakukan 20/20 dan 6/6 sebagai hasil normal yang sama. Dengan konversi yang sama, 20/40 ditulis 6/12.

Apa arti penglihatan 20/40?

Baris terkecil yang Anda baca dari 20 kaki dibaca mata rata-rata dari 40 kaki, jadi Anda berdiri dua kali lebih dekat untuk detail yang sama. MedlinePlus menyatakan itu langsung, dan 20/40 adalah batas hukum bagi pengemudi komersial Amerika Serikat.

Mengapa kartu mata diuji dari 20 kaki?

Pada 20 kaki mata mengendur alih-alih berakomodasi, jadi uji itu mendekati penglihatan jauh. Snellen merancang kartu di sekitar jarak itu pada 1860-an. Klinik dengan ruang pendek memakai cermin, dengan hasil yang sama.

Ketajaman apa yang dibutuhkan untuk menyetir truk?

Menurut 49 CFR 391.41(b)(10), pengemudi komersial memerlukan paling sedikit 20/40 pada setiap mata, 20/40 binokular, lapang paling sedikit 70 derajat pada meridian horizontal setiap mata, dan pengenalan sinyal merah, hijau, serta kuning.

Apakah pilot perlu penglihatan 20/20?

Untuk sertifikat medis penerbang kelas satu, ya. 14 CFR 67.103 mewajibkan 20/20 atau lebih baik pada setiap mata secara terpisah, ditambah penglihatan dekat 20/40 pada 16 inci. Pemohon berusia 50 tahun atau lebih juga harus memenuhi 20/40 pada 32 inci.

Bisakah aplikasi mengukur ketajaman penglihatan saya dengan akurat?

Tidak secara andal. Ketajaman bergantung pada jarak pandang, ukuran layar, dan kecerahan, dan ponsel menyerahkan ketiganya kepada Anda sementara klinik menetapkannya. Ia bisa menunjukkan perubahan sepanjang waktu, tetapi angkanya bukan pengukuran klinis.

Apakah salah satu huruf mengubah hasil saya?

Biasanya tidak. MedlinePlus menyatakan bahwa jika Anda salah satu atau dua huruf pada baris terkecil yang dapat Anda baca, penglihatan Anda tetap dihitung setara baris itu. Penilaian memaafkan beberapa kesalahan, jadi dua pembacaan satu mata bisa berbeda.

Apakah Sight Check: Eye Chart Game alat medis?

Bukan. Halaman App Store-nya menyatakan bahwa ia dirancang murni untuk hiburan dan tantangan santai, bukan alat medis, tidak mendiagnosis kondisi apa pun, dan bukan pengganti pemeriksaan mata profesional. Anggap skornya hasil permainan.

Kutip sebagai: Lubor Šimůnek (2026). *Apa Arti Sebenarnya Penglihatan 20/20?*. AppStoryo, lapnito.cz s.r.o..
https://appstoryo.com/id/blog/what-does-20-20-vision-actually-mean
© 2026 lapnito.cz s.r.o.