

DAFTAR PUSTAKA

- Adzani, F. (2020) *7 Jenis Olahraga Mata yang Bermanfaat untuk Jaga Kesehatan*, sehatq.com. Available at: <https://www.sehatq.com/artikel/jenis-olahraga-mata-yang-bermanfaat-untuk-jaga-kesehatannya> (Accessed: 17 May 2021).
- Ahyani, L. N. and Astuti, R. D. (2018) *Buku Ajar : Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*. Kudus: Badan Penerbit Universitas Muria Kudus. Available at: https://www.researchgate.net/publication/330577631_Buku_Ajar_Psikologi_Perkembangan_Anak_dan_Remaja.
- Amalia, H. (2018) 'Computer Vision Syndrome', *Jurnal Biomedika dan Kesehatan*, 1(2), pp. 117–118. doi: <https://dx.doi.org/10.18051/JBiomedKes.2018.v1.117-118>.
- Anggraeni, M. N., Yudiernawati, A. and Sutriningsing, A. (2018) 'Hubungan Perilaku Pemakaian Laptop Dengan Kejadian Computer Vision Syndrome (CVS)', *Nursing News : Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 3(3). doi: <https://dx.doi.org/10.33366/nn.v3i3.1369>.
- AOA (2016) *Computer Vision Syndrome*, American Optometric Association.
- Arisandi, I. P., Utami, G. T. and Novayelinda, R. (2018) 'Efektivitas Senam Mata Terhadap Computer Vision Syndrome', *Jurnal Online Mahasiswa Universitas Riau*, 5(2). Available at: <https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK/article/view/21289>.
- Blehm, C. *et al.* (2005) 'Computer Vision Syndrome : A Review', *Survey of Ophthalmology*, 50(3), pp. 253–262. doi: [10.1016/j.survophthal.2005.02.008](https://doi.org/10.1016/j.survophthal.2005.02.008).
- BPMPK Kemdikbud (2016) *Mekanisme Akomodasi Mata*. Available at: <https://m-edukasi.kemdikbud.go.id/medukasi/produk-files/kontenkm/km2016/KM201616/materi2.html> (Accessed: 16 May 2021).
- Dewi, R. I. S. and Novia, V. R. (2020) 'Pengaruh Senam Yoga Mata Terhadap Penurunan Kelelahan Mata Pada Pekerja Di Divisi Redaksi Padang Ekspres', *Kesehatan Mesencephalon*, 6(1), pp. 37–41.
- Direktorat Promosi Kesehatan & Pemberdayaan Masyarakat (2017) *7 Tips*

- Ampuh Bagi Pekerja Millenial Menjaga Kesehatan Mata*, *promkes.kemkes.go.id*. Available at: <https://promkes.kemkes.go.id/?p=8373> (Accessed: 17 May 2021).
- Fernanda, N. and Amalia, H. (2018) 'Hubungan Akomodasi Insufisiensi dan Astenopia Pada Remaja di Jakarta Barat', *Jurnal Biomedika dan Kesehatan*, 1(1). doi: 10.18051/JBiomedKes.2018. v1.10-17.
- Herawati, L. (2016) *Uji Normalitas Data Kesehatan Menggunakan SPSS*. 1st edn. Edited by A. H. Kadarusno. Yogyakarta: Poltekkes Jogja Press. Available at: <https://eprints.poltekkesjogja.ac.id/46/>.
- Honestdocs Editorial Team (2020) *Manfaat dan Cara Melakukan Senam Mata Berbagai Gerakan*, *honestdocs.id*. Available at: <https://www.honestdocs.id/manfaat-dan-cara-melakukan-senam-mata-berbagai-gerakan> (Accessed: 17 May 2021).
- Irma, Lestari, I. and Kurniawan, A. R. (2019) 'Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Subjektif Kelelahan Mata Pada Pengguna Komputer', *Ilmiah Kesehatan Pencerah*, 8(1).
- Kartini *et al.* (2021) 'Penyuluhan Menjaga Kesehatan Mata Anak Selama Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi COVID-19', *JUARA: Jurnal Wahana Abdimas Sejahtera*, 2(1), p. 9. doi: 10.25105/juara.v2i1.8267.
- KBBI (2016) *No Title, Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia*. Available at: <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/remaja> (Accessed: 17 May 2021).
- Kemendikbud (2020) 'Surat Edaran Sekretaris Jenderal No.15 Tahun 2020 Pedoman Pelaksanaan Belajar Dari Rumah Selama Darurat Bencana COVID-19 di Indonesia', *Sekretariat Nasional SPAB (Satuan Pendidikan Aman Bencana)*, pp. 1–16. Available at: <https://www.kemdikbud.go.id/main/files/download/5b9eda821425005>.
- Kementerian Kesehatan RI (2014) *Infodatin (Situasi Gangguan Penglihatan Dan Kebutaan)*, Kementerian Kesehatan RI. Jakarta Selatan: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementrian Kesehatan RI (2013) *Risikesdas dalam Angka Provinsi Jawa Barat 2013 Buku 2*. Jakarta: Lembaga Penerbitan Badan Litbangkes.

- Kementrian Kesehatan RI (2014) *Peraturan Menteri Kesehatan tentang Upaya Kesehatan Anak*. Jakarta: BN.2014 /NO. 825, kemkes.go.id. Available at: <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/117562/permenkes-no-25-tahun-2014>.
- Kementrian Kesehatan RI (2016) *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No 48 Tahun 2016 Tentang Standar Keselamatan dan Kesehatan Kerja Perkantoran*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. Available at: http://ppsdk.kemendag.go.id/wp-content/uploads/Peraturan/04_Permen/04_Perkenkes/Permenkes_48_2016_Standar-Keselamatan-Kesehatan-Kerja-Perkantoran.pdf.
- Kementrian Kesehatan RI (2018) *Infodatin Situasi Gangguan Penglihatan, Kementerian Kesehatan RI*. Jakarta Selatan: Kementerian Kesehatan RI. doi: 10.1016/0014-4827(75)90518-2.
- Maisal, F. M. *et al.* (2020) 'Efektivitas Senam Mata untuk Mengurangi Tingkat Kelelahan Mata pada Pekerja Rambut Palsu', *Jurnal Ergonomi Indonesia (The Indonesian Journal of Ergonomic)*, 6(1), p. 9. doi: 10.24843/jei.2020.v06.i01.p02.
- Manumpil, B., Ismanto, Y. and Onibala, F. (2015) 'Hubungan Penggunaan Gadget Dengan Tingkat Prestasi Siswa Di SMA Negeri 9 Manado', *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 3(2), p. 112721.
- Muchtar, H. and Sahara, N. (2016) 'Hubungan Lama Penggunaan Laptop Dengan Timbulnya Keluhan Computer Vision Syndrome (CVS) Pada Mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati', *Jurnal Medika Malahayati*, 3(4), pp. 197–203. Available at: <https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/medika/article/view/2038>.
- Nopriadi *et al.* (2019) 'Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Computer Vision Syndrome Pada Karyawan Bank', *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 15(2), pp. 111–119. Available at: <https://journal.unhas.ac.id/index.php/mkmi/article/view/5753>.
- Notoatmojo, S. (2018) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Cetakan ke. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Nurrohmah, Asmarani, F. L. and Sucipto, A. (2020) 'Kombinasi Senam Mata dan Pemberian Kencur Dalam Menurunkan Tingkat Nyeri Mata Lelah Pada Penjahit', *Interest : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 9(2), pp. 173–182. doi: <https://doi.org/10.37341/interest.v9i2.214>.

- P2PTM Kemenkes RI (2018a) *Cara Memelihara Penglihatan : Kurangi Ketegangan Mata, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. Available at: <http://www.p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/gangguan-indra/cara-memelihara-penglihatan-kurangi-ketegangan-mata> (Accessed: 15 May 2021).
- P2PTM Kemenkes RI (2018b) *Gejala Yang Sering Terjadi Pada Mata Lelah, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. Available at: <http://p2ptm.kemkes.go.id/preview/infographic/seperti-apa-saja-gejala-mata-lelah-yang-sering-terjadi> (Accessed: 15 May 2021).
- P2PTM Kemenkes RI (2018c) *Kelainan Refraksi, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. Available at: <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/gangguan-indra-fungsional/apa-itu-kelainan-refraksi> (Accessed: 15 May 2021).
- P2PTM Kemenkes RI (2019) *Apa itu CVS (Computer Vision Syndrome), Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. Available at: <https://www.p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/stress/page/6/apa-itu-cvs-computer-vision-syndrome> (Accessed: 8 August 2021).
- Permana, M. A., Koesyanto, H. and Mardiana (2015) 'Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Computer Vision Syndrome (CVS) Pada Pekerja Rental Komputer di Wilayah Unnes', *Jurnal Kesehatan Masyarakat Unnes*, 4(3). Available at: <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/ujph/article/view/6372>.
- Quamila, A. (2020) *Berbagai Gerakan Senam Mata untuk Mengatasi Mata Lelah*, *hellosehat.com*. Available at: <https://hellosehat.com/mata/penyakit-mata/senam-mata/> (Accessed: 17 May 2021).
- Rahmah, C. N. M. (2016) *3 Fase Remaja yang Akan Dilalui Anak, Parents Sudah Tahu?*, *theAsianparent*. Available at: <https://id.theasianparent.com/fase-remaja> (Accessed: 17 May 2021).
- Rahman, M., Yulianti and Mahmud, N. U. (2020) 'Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Mata Pada Pekerja PT. Semen Bosowa Maros', *Window of Public Health Journal*, 01(03), pp. 232–240.
- Sari, F. T. A. *et al.* (2018) 'Faktor Risiko Terjadinya Computer Vision Syndrome Risk Factors Occurrence of Computer Vision Syndrome',

- Majority*, Vol.7 No.2(Maret), pp. 278–282. Available at: <https://bapinismki.e-journal.id/jimki/article/view/50>.
- Sari, F. T. A. and Himayani, R. (2018) ‘Faktor Risiko Terjadinya Computer Vision Syndrome’, *Medical Journal Of Lampung University*, 7(2). Available at: <https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/1890/1858>.
- Sarwono, S. W. (2019) *Psikolog Remaja*. Revisi Cet. Depok: PT RajaGrafindo Persada.
- Segui, M. del M. *et al.* (2015) ‘A Reliable and Valid Questionnaire Was Developed to Measure Computer Vision Syndrome at The Workplace’, *Journal of Clinical Epidemiology*, 68(6), pp. 662–673. Available at: <https://sci-hub.st/10.1016/j.jclinepi.2015.01.015>.
- Sutriyawan, A. (2021) *Metodologi Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*. Edited by N. F. Atif. Bandung: PT Refika Aditama.
- Tashandra, N. (2019) ‘Berapa Batas Durasi Penggunaan Ponsel yang Aman Bagi Kesehatan?’, *kompas.com*. Available at: <https://lifestyle.kompas.com/read/2019/03/28/071443120/berapa-batas-durasi-penggunaan-ponsel-yang-aman-bagi-kesehatan?page=all#page2>.
- Ulpah, M., Denny, H. M. and Jayanti, S. (2015) ‘Studi Tentang Faktor Individu, Lingkungan Kerja, Komputer dan Keluhan Computer Vision Syndrome (CVS) Pada Pengguna Komputer di Perusahaan Perakitan Mobil’, *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(3). Available at: <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jkm>.
- Utami, A. R. T., Suwondo, A. and Jayanti, S. (2018) ‘Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Mata Pada Pekerja Home Industry Batik Tulis Lasem’, *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 6(5), pp. 469–475. Available at: <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>.
- Wati, R. (2018) ‘Akomodasi dalam Refraksi’, *Jurnal Kesehatan Andalas*, 7(1), pp. 13–18. Available at: <http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/download/765/621>.
- World Health Organization (WHO) (2018) *Kesehatan Remaja*, *who.int*. Available at: <https://www.who.int/southeastasia/health-topics/adolescent-health> (Accessed: 17 May 2021).

- World Health Organization (WHO) (2021) *Blindness and Vision Impairment*. Available at: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/blindness-and-visual-impairment> (Accessed: 15 May 2021).
- Yuliana, L. and Suwandi, S. W. (2018) 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kelelahan Mata Mahasiswa Pada Gedung G Universitas Balikpapan', *Identifikasi : Jurnal Keselamatan, Kesehatan Kerja dan Lingkungan Lingkungan*, 4(2), pp. 28–42. Available at: <https://jurnal.d4k3.uniba-bpn.ac.id/index.php/identifikasi/article/view/48>.