

DAFTAR PUSTAKA

- American Optometric Association. (2020). Computer vision syndrome.
- Azis, A. H., 2018. Faktor yang Berhubungan Dengan Kelelahan Otot Skeletal (Musculoskeletal Disorders) Pada Pekerja Bongkar Muat Di Pelabuhan Soekarno Hatta Makassar Tahun 2018. Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin.
- Beban Kerja Fisik dan Tingkat Kelelahan Karyawan PT. XYZ Menggunakan Metode CVL dan IFRC. Jurnal TIN Universitas Tanjungpura, 5(1).
- Bhandari, D. J., Choudhary, S., & Doshi, V. G. (2008). A community-based study of asthenopia in computer operators. *Indian Journal of Ophthalmology*, 56(1), 51-55.
- Boediono, A.M. 2003. Bunga Rampai Hiperkes dan Keselamatan Kerja : Hygiene Perusahaan, Ergonomi, Kesehatan Kerja, dan Keselamatan Kerja. Semarang Badan Penerbit Univ Diponegoro.
- Datta S, et al. The 20/20/20 rule: practicing pattern & associations with digital device use. 2023. (gambaran praktik aturan 20-20-20).
- Devi, A. S., & Trianasari, R. (2021). Keselamatan dan kesehatan kerja dalam industri modern. Yogyakarta: Deepublish.
- Diyatma, R. (2017). Metodologi penelitian kesehatan. Jakarta: Prenada Media.
- Dzil Kamaliah, N., & Nafiah, N. (2021). Pengaruh beban kerja terhadap kelelahan kerja pada pekerja industri tekstil. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 33-Grandjean, E. (1987). Fitting the Task to the Man: A Textbook of Occupational Ergonomics. Taylor & Francis.
- Grandjean, E. (1993). Fitting the Task to the Human: A Textbook of Occupational Ergonomics. Taylor & Francis.
- ILO. (2019). Ergonomic Checkpoints: Practical and Easy-to-Implement Solutions for Improving Safety, Health and Working Conditions. International Labour Organization.
- ILO. Ergonomic Checkpoints. (rekomendasi variasi tugas & jeda pada kerja komputer).
- Iwan, M.E., (2018). Kelelahan Kerja pada Penenun Tradisional Sarung Samarinda, cetakan pertama. Penerbit Uwais: Kalimantan Timur
- Johnson S, et al. 20-20-20 Rule: Are These Numbers Justified? Eye & Contact Lens. 2023. (evaluasi kritis efektivitas 20-20-20).
- Kaur K, et al. Digital Eye Strain—A Comprehensive Review. 2022. (prevalensi & faktor risiko DES).
- Kaur, K., Singh, R., & Sharma, P. (2022). Digital Eye Strain—A Comprehensive Review. *Indian Journal of Ophthalmology*, 70(9), 3231-3238.
- Kementerian Ketenagakerjaan Republik Indonesia. (2018). Peraturan Menteri Ketenagakerjaan Nomor 5 Tahun 2018 tentang Keselamatan dan Kesehatan Kerja Lingkungan Kerja. Jakarta: Kemenaker RI.
- Kurniawan, F., & Fadhilah, N. (2021). Hubungan Intensitas Pencahayaan dengan Kelelahan Mata pada Pekerja Kantor. *Jurnal Kesmas Indonesia*, 13(2), 118-126.
- Luger T, et al. Work-break schedules for preventing discomfort in computer work.

- Cochrane/field evidence. 2019. (efek microbreaks meningkatkan kenyamanan/menurunkan keluhan).
- Luger, T., et al. (2019). Work-Break Schedules for Preventing Discomfort in Computer Work. Cochrane Database of Systematic Reviews.
- Marganita, R. (2021). Analisis faktor risiko kelelahan mata pada pekerja komputer di PT INKA Multi Solusi Service Madiun. Surabaya: Universitas Airlangga.
- Mataftsi A, et al. Digital eye strain in young screen users: a systematic review. *Prev Med*. 2023. (temuan campuran dot 20-20-20 & intervensi).
- Mataftsi, A., et al. (2023). Digital Eye Strain in Young Screen Users: A Systematic Review. *Preventive Medicine Journal*.
- Meo, S. A. (2021). Computer Vision Syndrome: A hazard for computer professionals. *Journal of Pakistan Medical Association*, 54(5), 258- 261.
- Nendyah Roestidjawati. (2007). Ilmu ergonomi dan aplikasi dalam desain kerja. Nendyah Roestidjawati. (2007). Ilmu ergonomi dan aplikasi dalam desain kerja. Novianti, D., Nurmalasari, N., Ulfah, M., Hawa, A., & Jumhana, E. (2025). Evaluasi Undang-Undang No. 13 Tahun 2003 terhadap perlindungan hak-hak tenaga
- Nurhalimah, D., & Siregar, F. (2023). Analisis Tingkat Pencahayaan terhadap Keluhan Kelelahan Mata pada Pegawai Administrasi. *Jurnal Kesehatan Lingkungan Kerja Indonesia*, 5(1), 41-49.
- Pucker AD. Digital Eye Strain: Updated Perspectives. *Clin Optom (Auckl)*. 2024. (mekanisme kedipan, tear film, dan DES).
- Pucker, A. D. (2024). Digital Eye Strain: Updated Perspectives. *Clinical Optometry (Auckland)*.
- Rahmawati, N., Hidayat, A., & Mulyono, R. (2022). Tingkat Pencahayaan dan Keluhan Kelelahan Mata pada Pekerja Kantor di Surabaya. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 17(3), 201-210.
- Reddy, S. C., Low, C. K., Lim, Y. P., Low, L. L., Mardina, F., & Nursaleha, M. P. (2013). Computer vision syndrome: a study of knowledge and practices in university students. *Nepalese Journal of Ophthalmology* 5(2), 161-168. <https://doi.org/10.3126/nepjoph.v5i2.8707>
- Rosenfield, M. (2016). Computer vision syndrome: a review of ocular causes and potential treatments. *Ophthalmic and Physiological Optics*, 36(5), 502-515.
- Rosenfield, M. (2021). Computer vision syndrome: a review of ocular causes and potential treatments. *Ophthalmic and Physiological Optics*, 31(5), 502-515.
- Sari, I. P. (2017). Kesehatan kerja dalam perspektif undang-undang ketenagakerjaan. Bandung: Refika Aditama.
- Sheedy, J. E., Hayes, J. R., & Engle, J. (2020). Is all asthenopia the same. *Optometry and Vision Science*, 80(11), 732-739.
- Sheppard, A. L., & Wolffsohn, J. S. (2018). Digital eye strain: prevalence, measurement and amelioration. *BMJ Open Ophthalmology*, 3(1), e000146. <https://doi.org/10.1136/bmjophth-2018-000146>
- Suma'mur, P.K., 2014. Higiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja (Hiperkes) Edisi 2. Suma'mur. 1989. Ergonomi Untuk Produktivitas Kerja. Jakarta : CV. Haji Masagung
- Oktavia, S., Rahmahwati, R., & Uslianti, S. (2021). Pengukuran
- Sunuh, H, S. dkk., 2021. Posisi Kerja dan Kelelahan pada Pekerja Rotan di CV.

- Fajar Baru Kelurahan Kayumalue Ngapa Kecamatan Palu Utara, Banua: Jurnal Kesehatan Lingkungan, 1(1), pp. 13-18.
- Surabaya: Airlangga University Press. Surabaya: Airlangga University Press.
- Susanti, R., & Pradana, A. (2021). Analisis Intensitas Pencahayaan dan Keluhan Kelelahan Mata pada Operator Komputer. Jurnal Ergonomi Indonesia, 7(2), 95-103.
- Tarwaka. (2004). Ergonomi untuk keselamatan dan kesehatan kerja. Surakarta: Harapan Press.
- Tarwaka., 2010. Ergonomi Industri. Surakarta: Harapan Press.
- Tarwaka., 2015. Ergonomi Industri, Dasar-Dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja. Revisi Edi. Surakarta: Harapan Press.
- Wahyuni, D., Rahman, N., & Fitriani, S. (2022). Hubungan Faktor Ergonomi Visual dengan Kelelahan Mata pada Pekerja Kantoran di Makassar. Jurnal Kesehatan Kerja Indonesia, 4(2), 45-52.
- Wahyuni, S., Hidayati, N., & Puspitasari, D. (2018). Keselamatan kerja dalam industri manufaktur dan jasa. Jurnal Kesmas Indonesia, 12(2), 76-84
- World Health Organization. (2014). Visual display terminals and occupational health. Geneva:WH