

DAFTAR PUSTAKA

- Abudawood, G. A., Ashi, H. M., & Almarzouki, N. K. (2020). Computer vision syndrome among undergraduate medical students in King Abdulaziz University, Jeddah, Saudi Arabia. *Journal of Ophthalmology*. <https://doi.org/10.1155/2020/2789376>
- Adiputra, I. M. S., Trisnadewi, N. W., Oktaviani, N. P. W., Munthe, S. A., Hulu, V. T., Budiastutik, I., Faridi, A., Ramdany, R., Fitriani, R. J., Tania, P. O. A., Rahmiati, B. F., Lusiana, S. A., Susilawaty, A., Sianturi, E., & Suryana. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yayasan kita menulis.
- Aghaei, H., & Abdolalizadeh, P. (2023). *Computer Vision Syndrome*. Intechopen. <https://doi.org/10.5772/intechopen.111740>
- Ainida, H. F., Lestari, D. R., & Rizany, I. (2020). Hubungan penggunaan media sosial dengan kualitas tidur remaja di Madrasah Aliya Negeri 4 Banjar. *Caring Nursing Journal*, 4(2), 2020.
- Akowuah, P. K., Nti, A. N., Ankamah-Lomotey, S., Frimpong, A. A., Fummey, J., Boadi, P., Osei-Poku, K., & Adjei-Anang, J. (2021). Digital device use, computer vision syndrome, and sleep quality among an African Undergraduate Population. *Advances in Public Health*. <https://doi.org/10.1155/2021/6611348>
- Al Tawil, L., Aldokhayel, S., Zeitouni, L., Qadoumi, T., Hussein, S., & Ahamed, S. S. (2020). Prevalence of self-reported computer vision syndrome symptoms and its associated factors among university students. *European Journal of Ophthalmology*, 30(1), 189–195. <https://doi.org/10.1177/1120672118815110>
- Albinsaleh, A. A., Al Wael, W. M., Nouri, M. M., Alfayez, A. M., Alnasser, M. H., & Alramadan, M. J. (2023). Prevalence and factors associated with poor sleep quality among visitors of primary healthcare centers in Al-Ahsa, Kingdom of Saudi Arabia: an analytical cross-sectional study. *Cureus*, 15(7). <https://doi.org/10.7759/cureus.42653>
- Alemayehu, A. M., & Alemayehu, M. M. (2019). Pathophysiologic mechanisms of computer vision syndrome and its prevention: review. *World Journal of Ophthalmology & Vision Research*, 2(5), 1–7. <https://doi.org/10.33552/wjovr.2019.02.000547>
- Allo, A. A., & Yanti, P. (2022). Hubungan beban kerja fisik, kualitas tidur terhadap kelelahan kerja pengemudi bentor di kelurahan Mentirotik, Toraja Utara. *Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, 1(3), 46–51. <https://doi.org/10.56127/jukeke.v1i3.308>
- Alma, D. B., Rizka, Y., & Nopriadi. (2023). Hubungan antara kejadian computer vision syndrome (CVS) dengan kualitas tidur mahasiswa keperawatan. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, 3(1).

<https://journal.amikveteran.ac.id/index.php/>

- Altalhi, A. A., Khayyat, W., Khojah, O., Alsalmi, M., & Almarzouki, H. (2020). Computer vision syndrome among health sciences students in Saudi Arabia: prevalence and risk factors. *Cureus*, 12(2). <https://doi.org/10.7759/cureus.7060>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorder* (5th ed.). British Library.
- Anggarwati, E. S. B., & Kuntarti. (2016). Peningkatan kualitas tidur lansia wanita melalui keturinan melakukan senam lansia. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 19(1), 2354–9203. <https://doi.org/10.7454/jki.v19i1.435>
- Anggrainy, P., Lubis, R. R., & Ashar, T. (2020). The effect of trick intervention 20-20-20 on computer vision syndrome incidence in computer workers. *Journal of Ophthalmology (Ukraine)*, 1.
- AOA. (2020). *Computer vision syndrome (CVS)*. American Optometric Association. <https://www.aoa.org/healthy-eyes/eye-and-vision-conditions/computer-vision-syndrome?sso=y>.
- Arasy, F. A., Maulid, A. S., Muhimaturomah, S., Akmal, M. R. N., & Miftah, Y. El. (2023). Upaya meningkatkan kualitas tidur pada siswa remaja SMA Negeri 18 Garut dengan berolahraga. *Jurnal Inovasi Daerah*, 6(1), 110–123. <http://jurnal.magelangkota.go.id>
- Ardi, B. S., Ningsih, W. T., & Nugraheni, W. T. (2023). Kebiasaan merokok dengan gangguan pola tidur pada remaja di Smk Taruna Jaya Prawira (TJP) Tuban. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 2(9), 2640–2646. <https://doi.org/10.58344/jmi.v2i9.521>
- Assefa, N. L., Weldemichael, D. Z., Alemu, H. W., & Anbesse, D. H. (2017). Prevalence and associated factors of computer vision syndrome among bank workers in Gondar city, Northwest Ethiopia, 2015. *Clinical Optometry*, 9, 67–76. <https://doi.org/10.2147/OPTO.S126366>
- Bhavya, A. P., Chaudhury, S., & Srivastava, S. (2019). Eyeing computer vision syndrome: awareness, knowledge, and its impact on sleep quality among medical students. *Industrial Psychiatry Journal*, 28(1), 68–74. https://doi.org/10.4103/ipj.ipj_93_18
- BPS. (2024, May 6). *Proporsi Individu yang Menguasai/Memiliki Telepon Genggam Menurut Kelompok Umur (Persen), 2021-2023*. Badan Pusat Statistik Indonesia. <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/MTIyMiMy/proporsi-individu-yang-menguasai-memiliki-telepon-genggam-menurut-kelompok-umur--persen-.html>
- Buysee, D. J., Reynolds, C. F., Monk, T. H., Berman, S. R., & Kupfer, D. J. (1989). The Pittsburgh sleep quality index: A new instrument for psychiatric practice and research. *Psychiatry Research*, 28(2), 193–213.

[https://doi.org/10.1016/0165-1781\(89\)90047-4](https://doi.org/10.1016/0165-1781(89)90047-4)

- Cacodcar, J. A., Raiturcar, T. P., Fernandes, R. R. C., Dessai, S. R., Kantak, V. S., & Naik, R. (2021). Knowledge, attitudes and practices of computer vision syndrome among medical students in Goa. *Epidemiology International*, 6(1), 9–14. <https://doi.org/10.24321/2455.7048.202102>
- CDC. (2024, May 15). *FastStats: Sleep in High School Students*. Centers for Disease Control and Prevention. <https://www.cdc.gov/sleep/data-research/facts-stats/high-school-students-sleep-facts-and-stats.html>
- Chawla, A., Lim, T. C., Shikhare, S. N., Munk, P. L., & Peh, W. C. G. (2019). Computer vision syndrome: darkness under the shadow of light. *Canadian Association of Radiologists Journal*, 70(1), 5–9. <https://doi.org/10.1016/j.carj.2018.10.005>
- Darmawan, D., & Wahyuningsih, A. S. (2021). Keluhan subjektif computer vision syndrome pada pegawai pengguna komputer dinas komunikasi dan informasi. *IJPHN*, 1(2), 172–183. <https://doi.org/10.15294/ijphn.v1i2.46727>
- Dessie, A., Adane, F., Nega, A., Wami, S. D., & Chercos, D. H. (2018). Computer vision syndrome and associated factors among computer users in Debre Tabor town, Northwest Ethiopia. *Journal of Environmental and Public Health*, 2018. <https://doi.org/10.1155/2018/4107590>
- Dewantri, A. R. (2016). *Gambaran kualitas tidur pada mahasiswa profesi ners program studi keperawatan Universitas Diponegoro dan STIKES Ngudi Waluyo Semarang*. Universitas Diponegoro.
- Dungga, E. F., & Dulanim, A. (2021). Hubungan intensitas penggunaan smartphone dengan kualitas dan kuantitas tidur pada remaja. *Jambura Nursing Journal*, 3(2).
- Fachri, A., & Wulandari, R. A. (2021). Hubungan faktor individu, lingkungan, dan komputer dengan kejadian computer vision syndrome (CVS) pada staf polres metro Jakarta Pusat tahun 2020. *Jurnal Nasional Kesehatan Lingkungan Global*, 2. <https://scholarhub.ui.ac.id/jurnalkeslingglobal> Available at: <https://scholarhub.ui.ac.id/jurnalkeslingglobal/vol2/iss3/1>
- Gupta, P., Rana, M., Ratti, M., Duggal, M., Agarwal, A., Khurana, S., Jugran, D., Bhargava, N., & Ram, J. (2022). Association of screen time, quality of sleep and dry eye in college-going women of Northern India. *Indian Journal of Ophthalmology*, 70(1), 51–58. https://doi.org/10.4103/ijo.IJO_1691_21
- Hall, J. E. (2011). *Guyton and Hall textbook of medical physiology* (R. Gruliow & L. Stingelin (eds.); 12th ed.). Saunders Elsevier.
- Hamranani, S. S. T., Wisesa, P. K. C., & Permatasari, D. (2023). Nyeri menstruasi mempengaruhi kualitas tidur pada remaja yang mengalami dismenorhoe. *Jurnal Keperawatan*, 15(S4), 9–16.

<http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>

- Herawati, K., & Gayatri, D. (2019). The correlation between sleep quality and levels of stress among students in Universitas Indonesia. *Enfermería Clínica*, 29, 357–361. <https://doi.org/doi:10.1016/j.enfcli.2019.04.044>.
- Hidayat, A. A. A. (2006). *Pengantar ilmu keperawatan anak*. UNMU. http://perpustakaan.stikesnj.or.id//index.php?p=show_detail&id=165
- Hong, A., Tripathy, K., Halfpenny, C., Bunya, V. Y., Kuriakose, R. K., & Chandrasekaran, P. R. (2023, May 7). *Computer vision syndrome (digital eye strain)*. EyeWiki.
- Isnainingsih, T., & Sari, F. W. (2022). Hubungan perilaku dan frekuensi penggunaan gadget dengan kualitas tidur pada remaja. *Formosa Journal of Science and Technology (FJST)*, 1(4), 205–216. <https://journal.formosapublisher.org/index.php/fjst>
- Istiqomah, Rachmawati, S., & Rahmadewi, T. (2023). Hubungan kualitas tidur dengan prestasi belajar murid kelas X-Xii di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta. *Informasi Dan Promosi Kesehatan*, 2(2), 170–174. <https://doi.org/10.58439/ipk.v2i2.143>
- Kaiti, R., Shah, P., Bogati, B., Shyangbo, R., Dahal, M., & Hamal, B. (2020). Computer vision syndrome; is it being diagnosed and managed properly? *Acta Scientific Ophthalmology*, 3(7), 13–20. <https://www.researchgate.net/publication/342178386>
- Kalasi, N. Y., Djamaluddin, N., & Liputo, G. P. (2025). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas tidur pada remaja di SMK N 1 Gorontalo. *Jurnal Riset Ilmiah*, 2(1), 259–276. <https://doi.org/10.62335>
- Keswara, U. R., Syuhada, N., & Wahyudi, W. T. (2019). Perilaku penggunaan gadget dengan kualitas tidur pada remaja. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 13(3), 233–239.
- Kim, A., Muntz A, Lee J, Wang MTM, & Craig JP. (2021). Therapeutic benefits of blinking exercises in dry eye disease. *Contactlens Anterior Eye*, 44(3). <https://doi.org/doi:10.1016/J.CLAE.2020.04.014>
- King, L. A. (2017). *Psikologi umum : sebuah pandangan apresiatif* (3rd ed.). Salemba Humanika.
- Lanywati, E. (2001). *Insomnia: gangguan sulit tidur* (Cetakan ke-7). Katalog Online Perpustakaan Kota Bandung. <http://layanan.dispusip.bandung.go.id/opac/detail-opac?id=7566>
- Lawrenson, J. G., Hull, C. C., & Downie, L. E. (2017). The effect of blue-light blocking spectacle lenses on visual performance, macular health and the sleep-wake cycle: a systematic review of the literature. *Ophthalmic and Physiological Optics*, 37(6), 644–654. <https://doi.org/10.1111/opo.12406>

- Lin, J. B., Gerratt, B. W., Bassi, C. J., & Apte, R. S. (2017). Short-wavelength light-blocking eyeglasses attenuate symptoms of eye fatigue. *Investigative Ophthalmology and Visual Science*, 58(1), 442–447. <https://doi.org/10.1167/iovs.16-20663>
- Logaraj, M., Madhupriya, V., & Hegde, S. (2014). Computer vision syndrome and associated factors among medical and engineering students in Chennai. *Annals of Medical and Health Sciences Research*, 4(2), 179. <https://doi.org/10.4103/2141-9248.129028>
- Magno, M. S., Utheim, T. P., Snieder, H., Hammond, C. J., & Vehof, J. (2021). The relationship between dry eye and sleep quality. *Ocular Surface*, 20, 13–19. <https://doi.org/10.1016/j.jtos.2020.12.009>
- Maheshwari, G., & Shaukat, F. (2019). Impact of poor sleep quality on the academic performance of medical students. *Cureus*, 11. <https://doi.org/doi:10.7759/cureus.4357>
- Marliani, D., Lukman, M., & Hidayati, N. O. (2012). Gambaran kualitas tidur pegawai delami brands manufacturing Bandung. *Jurnal Universitas Padjajaran*, 1(1). <https://jurnal.unpad.ac.id/ejournal/article/view/737>
- Masturoh, I., & Temesvari, N. A. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. Kemenkes.
- Maurits, L. S., & Widodo, I. D. (2008). Faktor dan penjadualan shift kerja. *Teknoin*, 13(2), 11–22.
- Mubarak, W. I., & Chayatin, N. (2007). *Buku ajar kebutuhan dasar manusia: teori & aplikasi dalam praktik*. EGC.
- Ningroem, A. F., Rotinsulu, D. J., & Fatmawati, N. K. (2024). Hubungan computer vision syndrome dengan kualitas tidur pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Mulawarman. *Jurnal Medika Karya Ilmiah Kesehatan*, 9(1).
- Ningsih, D. S., & Permatasari, R. I. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas tidur pada remaja di SMKN 7 Pekanbaru. *Ensiklopedia of Journal*, 2(2), 262–267. <http://jurnal.ensiklopediaku.org>
- Notoatmojo, S. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. Rineka cipta.
- Nugraha, F. A., Aisyiah, A., & Wowor, T. J. F. (2023). Analisis faktor yang berhubungan dengan kualitas tidur pada remaja di SMPN 254 Jakarta. *Malahayati Nursing Journal*, 5(9), 3063–3076. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i9.9242>
- Nursalam. (2020). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan* (P. P. Lestari (ed.); 5th ed.). Salemba Medika.
- Nuryasin, M. F. (2022). *Prevalensi computer vision syndrome pada siswa SMA islam Al-Azhar 3 Pusat Jakarta selama masa pandemi Covid-19 dan faktor-faktor penyebabnya*. UIN Syarif Hidayatullah.

- Nuzuliawati, U. A., Hutabarat, J. S., & Indriati, A. K. (2022). Computer vision syndrome. *Jurnal Oftalmologi*, 4(3), 66–70. <https://doi.org/10.11594/ojkmi.v4i3.40>
- Pinalosa, L., Dhawo, M. S., & Sapariah, A. (2018). Perbandingan kualitas tidur siswa/i kelas XI SMA Negeri dengan kualitas tidur siswa/i kelas XI SMA Swasta. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan*, 3(2). <https://doi.org/doi.org/10.51143/jksi.v3i2.110>
- Potter, P. A., Perry, A. G., Stockert, P. A., & Hall, A. (2011). *Basic Nursing: Vol. Seventh Edition*. Elsevier.
- Pujiati. (2018). *Gambaran kualitas tidur pada remaja dengan obesitas di Yayasan Manaratul Islam Jakarta Selatan*. UIN Syarif Hidayatullah.
- Putri, J. S. A., & Chondro, F. (2023). Pengaruh kualitas tidur yang buruk terhadap kualitas hidup pasien kanker. *Prominentia Medical Journal*, 4(1), 10–19.
- Rafknowledge. (2004). *Insomnia dan gangguan tidur lainnya*. PT Elex Media Komputindo.
- Rahman, H. F., Handayani, R., & Sholehah, B. (2019). Pengaruh terapi relaksasi benson terhadap kualitas tidur lansia di Upt. pelayanan sosial lanjut usia Bondowoso. *Jurnal SainHealth*, 3(1), 15. <https://doi.org/10.51804/jsh.v3i1.323.15-20>
- Rakhman, A., Prastiani, D. B., Permatasari, E. D., & Amalianti, V. (2023). Hubungan Lama Pemakaian Smartphone dengan Tingkat Kualitas Pada Remaja Di Kabupaten Brebes. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 11(3), 450–457.
- Ranasinghe, P., Wathurapatha, W. S., Perera, Y. S., Lamabadusuriya, D. A., Kulatunga, S., Jayawardana, N., & Katulanda, P. (2016). Computer vision syndrome among computer office workers in a developing country: An evaluation of prevalence and risk factors. *BMC Research Notes*, 9(1). <https://doi.org/10.1186/s13104-016-1962-1>
- Redondo, B., Vera, J., Ortega-Sánchez, A., Molina, R., & Jiménez, R. (2020). Effects of a blue-blocking screen filter on accommodative accuracy and visual discomfort. *Ophthalmic and Physiological Optics*, 40(6), 790–800. <https://doi.org/10.1111/opo.12738>
- Rosenfield, M., Li, R. T., & Kirsch, N. T. (2020). A double-blind test of blue-blocking filters on symptoms of digital eye strain. *Work*, 65(2), 343–348. <https://doi.org/10.3233/WOR-203086>
- Seguí, M. del M., Gracia, J. C., Crespo, A., Verdú, J., & Ronda, E. (2015). A reliable and valid questionnaire was developed to measure Computer Vision Syndrome at the workplace. *Journal of Clinical Epidemiology*, 68(6). <https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2015.01.015>
- Sembiring, M. N., & Harahap, S. (2021). Hubungan penggunaan smartphone

dengan kualitas tidur pada siswa/i di SMA negeri 6 Binjai tahun 2020. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*, 20.

- Shadik, R. M., & Widanarko, B. (2023). Gambaran kejadian computer vision syndrome dan faktor risikonya pada mahasiswa FKM UI dimasa pandemi covid-19 tahun 2022. *National Journal of Occupational Health and Safety*, 4(1). <https://doi.org/10.59230/njohs.v4i1.7096>
- Silvia, E., Febriyani, A., Nando, R., & Riza, A. (2020). Hubungan antara kualitas tidur dengan acne vulgaris pada mahasiswa fakultas kedokteran umum universitas malahayati angkatan 2019. *Jurnal Medika Malahayati*, 4.
- Sinabutar, N. A., & Pratiwi, N. I. (2020). Hubungan antara kualitas tidur dengan konsentrasi belajar siswa SMK N Pustek Serpong Tangerang. *Jurnal Kesehatan STIKes IMC Bintaro*, 5(1).
- Smriti Kaul, Narender Chanchal, Daya Shankar Singh, & Anil Verma. (2022). An ayurvedic perspective on computer vision syndrome. *Ayushdhara*, 9(5), 77–82. <https://doi.org/10.47070/ayushdhara.v9i5.1073>
- Sugiyono. (2021). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D* (A. H. Sutopo (ed.); 2nd ed.). Alfabeta.
- Syapitri, H., Amila, & Aritonang, J. (2021). *Buku ajar: metodologi penelitian kesehatan*. Ahlimedia press. www.ahlmediapress.com
- Theresa, C. C. (2021). *Hubungan computer vision syndrome dengan kualitas tidur mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Sumatera Utara angkatan 2017* [Universitas Sumatera Utara]. <https://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/30951>
- Ulfa, R., Sari, R. P., & Wisbono, H. A. Y. G. (2021). Hubungan penggunaan smartphone dengan kualitas tidur pada remaja di perumahan Kutabumi Tangerang. *Nusantara Hasana Journal*, 1(7), 69–76.
- Uliyah, M., & Hidayat, A. A. A. (2008). *Praktikum keterampilan dasar praktik klinik: aplikasi dasar-dasar praktik kebidanan* (1st ed.). Salemba Medika.
- Vertinsky, T., & Forster, B. (2005). Prevalence of Eye Strain Among Radiologists: Influence of Viewing Variables on Symptoms. *AJR*, 184, 681–686. <https://doi.org/10.2214/ajr.184.2.01840681>
- Wicaksono, D. W. (2012). *Analisis faktor dominan yang berhubungan dengan kualitas tidur pada mahasiswa fakultas keperawatan Universitas Airlangga* [Universitas Airlangga]. <https://doi.org/10.20473/fmnj.v1i1.12131>
- Wuisang, M. (2023). Durasi penggunaan media sosial dengan kualitas tidur pada remaja. *Klabat Journal of Nursing*, 5(2), 2685–7154. <http://ejournal.unklab.ac.id/index.php/kjn>