

DAFTAR PUSTAKA

1. Siti A. Hubungan Antara Penggunaan Komputer dengan Kelelahan Mata Pada Pekerja di Bagian Iklan dan Umum di PT Wenangcemerlang Press/SH Manado Post. 2016;
2. Harahap SR. Pengaruh Jam Kerja dan Imbalan Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan Pada PT. Adira Dinamika Multi Finance Cabang Lubuk Pakam. 2014;(X):1–5.
3. Lumolos MP. Pengaruh lama paparan dan masa kerja terhadap visus pada pekerja rental komputer di Kecamatan Sario dan Malalayang Kota Manado. e-Biomedik (eBm). 2016;4(2):1–5.
4. Pangemanan JM. Hubungan Lamanya Waktu Penggunaan Tablet Computer dengan Keluhan Penglihatan pada Anak Sekolah di SMP Kr. Eben Heazer 2 Manado. J e_Clinic. 2014;2.
5. Paramita SP. Hubungan antara jenis kelamin, masa kerja, dan pola kerja dengan keluhankelelahan mata akibat penggunaan komputer pada pekerja pengguna komputer di PT.Anugerah Pharmindo Lestari Cabang Semarang Tahun 2014. 2014;136(1):23–42.
6. Permana MA. Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Computer Vision Syndrome (CVS) Pada Pekerja Rental Komputer Diwilayah UNNES. Unnes J Public Heal. 2015;2(3):48–57.
7. Fadhillah SL. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Keluhan Kelelahan Mata Pada Pengguna Komputer di Accounting Group di Bank X Jakarta Tahun 2013. 2013;
8. Suma'mur. Higiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja (HIPERKES). 2009.
9. Suma'mur P.K. suma'mur. Jakarta; 2014.
10. Ilyas S, Yulianti SR. Ilmu Penyakit Mata Edisi 3. Jakarta: Badan Penerbit FKUI; 2014.
11. Hendra. Keluhan Kesehatan Akibat Penggunaan Laptop Pada Mahasiswa FKM UI. 2014;
12. Menkes RI. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 1405/Menkes/SK/XI/2002. Jakarta; 2002.
13. Astuti RY. Hubungan Lama Paparan Radiasi Monitor Komputer dengan Astenopia Pada Pekerja Asministrasi di CV. Cakra Nusantara Karanganyar. 2012;
14. Sugiarto. Hukum dan Undang-Undang Jam Kerja. 2016.
15. Anggraini Y. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Terjadinya Keluhan Computer Vision Syndrom (CVS) Pada Operator Komputer PT. Bank Kalbar Kantor Pusat Tahun 2012. 2013;55–60.
16. Ivone J. Hubungan Kelelahan Mata dengan Produktivitas Tenaga Kerja di Bagian Insoeksi Perusahaan Tekstil PT. X. Bandung; 2004.
17. Undang-Undang Republik Indoensia. Nomor 13 Tahun 2003 Tentang Ketenagakerjaan. Jakarta; 2003.
18. Handoko H. Manajemen Personalia Sumber Daya Manusia, Edisi Kedua. Yogyakarta: BPPE; 2010.
19. Notoadmodjo S. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.

- 2013;50-5.
20. Tarwaka. Keselamatan dan Kesehatan Kerja. Surakarta: Harapan Press; 2012.

Lampiran 1

KUESIONER PENELITIAN
HUBUNGAN LAMANYA JAM KERJA DAN LAMANYA MASA KERJA
DENGAN KELUHAN PENGLIHATAN PADA PEKERJA PENGGUNA
KOMPUTER DI PT. PELABUHAN INDONESIA I
(PERSERO) BELAWAN

Petunjuk pengisian kuesioner

1. Jawab dan isilah pertanyaan dengan benar dan jujur dibawah ini
2. Checklist (√) dan lingkarihlah jawaban yang dianggap paling tepat atau mengisi titik – titik yang tersedia.

I. Identitas Responden

01. Umur : Tahun

02. Jenis kelamin :

II. Pertanyaan tentang Jam Kerja

1. Berapa jam anda bekerja menggunakan komputer dalam satu hari ?
 - a. Lebih dari 4 jam
 - b. Kurang dari 4 jam

III. Pertanyaan tentang Masa Kerja

1. Sudah berapa tahun anda bekerja di perusahaan ini?
 - a. Lebih dari 3 tahun
 - b. Kurang dari 3 tahun

IV. Pertanyaan tentang Keluhan penglihatan

1. Apakah anda memakai kaca mata?
 - a. Ya
 - b. Tidak
2. Kapan anda menggunakan kaca mata?
 - a. Setelah masuk kerja
 - b. Sebelum masuk kerja
3. Jenis kaca mata apakah yang anda gunakan saat bekerja?
 - a. Kaca mata antiradiasi
 - b. Kaca mata minus dan lainnya
4. Sudah berapa lama anda memakai kaca mata?
 - a. Tahun
 - b.Bulan

5. Ketika Anda merasa ada keluhan pada mata, berapa lama anda mengistirahatkan mata?
- a. Kurang dari 1 jam b. Lebih dari 1 jam
6. Dari tabel dibawah ini manakah keluhan yang pernah Anda alami,(jawaban boleh lebih dari satu)

No	Keluhan	Ya	Tidak
1	Mata merah		
2	Mata berair		
3	Mata terasa perih		
4	Mata terasa gatal atau kering		
5	Mata ngantuk		
6	Mata terasa tegang		
7	Penglihatan kabur/berbayang		
8	Penglihatan rangkap		
9	Sakit kepala		
10	Kesulitan fokus		

7. Kapan anda mengalami keluhan diatas?
- a. Saat sedang bekerja b. Setelah bekerja dan lainnya
8. Ketika mata anda mengalami keluhan (seperti di dalam tabel) tersebut apa yang anda lakukan?
- a. Istirahat sejenak b. Tetap melanjutkan pekerjaan
9. Apa yang anda lakukan setiap menggunakan komputer selama 30 menit ?
- a. Melakukan peregangan otot b. Tidak melakukan apapun
10. Jika anda melakukan peregangan tubuh, Apakah itu rutin dilakukan?
- a. Iya b. Tidak atau lainnya
11. Bagaimana pencahayaan di tempat kerja anda?
- a. Terang b. Tidak terang
12. Menurut anda apakah tugas dari tanggung jawab anda menyebabkan anda terlalu lama dalam menggunakan komputer?
- a. Iya b. Tidak