

BIBLIOGRAPHY

- Ahsani Kafiati¹, Ratnawati², K. D. U. (2025). *Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Menggunakan Media Motion graphic Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Mengenai Sindrom Metabolik Pada Karyawan Hotel Grand Kartika Samarinda*. 5(2), 23438–23453.
- Alhammad, A., Almalki, H., Suliman, I., Alhelali, A., Alhjili, M., & Althomali, O. (2024). *Prevalence and contributing factors of neck pain among Taibah University students: A posture and Gender-Based analysis*. *MCB Molecular and Cellular Biomechanics*, 21(2), 1–19. <https://doi.org/10.62617/mcb343>
- Alzikri, S. (2022). *Analisa Hubungan Intensitas Penggunaan Smartphone Terhadap Risiko Terjadinya De Quervain Syndrome pada Usia 15 – 30 Tahun*. *Skripsi, Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi, Universitas Binawan*. Jakarta.
- Attawuni, A. sabrina. (2023). *Pengaruh Penggunaan Perangkat Digital Terhadap Timbulnya Nyeri Leher dan Bahu Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi*. *Junior Medical Journal*, 1(3), 359–371. <https://doi.org/10.33476/jmj.v1i3.2985>
- Aulia, A. (2025). *Pengaruh Video Motion graphic terhadap Sikap Peduli Gen-Z pada Kucing Liar*. *Maret*, 01(01), 153–168. <http://jurnal.pradita.ac.id/index.php/jimtd>
- Attawuni, A. sabrina. (2023). *Pengaruh Penggunaan Perangkat Digital Terhadap Timbulnya Nyeri Leher dan Bahu Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi*. *Junior Medical Journal*, 1(3), 359–371. <https://doi.org/10.33476/jmj.v1i3.2985>
- Budiarto, M., Gozali, A. A., & Hidayaturrohman, H. (2016). *Sistem Koreksi Postur Duduk Dengan Betaspc Berbasis Arduino Duemilanove*. *CCIT Journal*, 9(3), 290–302. <https://doi.org/10.33050/ccit.v9i3.461>
- Buku Referensi Pengelolaan Nyeri Punggung Pada Pekerja Kantoran*. (2025). (n.p.): *Optimal Untuk Negeri*.
- Collins, S. P., Storrow, A., Liu, D., Jenkins, C. A., Miller, K. F., Kampe, C., & Butler, J. (2021).

Perbandingan Sport Massage Dan Circulo Massage Yang Dikombinasikan Stretching Terhadap Nyeri Dan Rom Pada Cedera Sendi Siku. 167–186.

Deswita, A., Arifin, D., Ferdi, H. R., & Utomo, D. S. (2025). Pengaruh Penggunaan Smartphone Terhadap Perubahan Postur Tubuh pada Gen Z. *Jurnal Sains Student Research*, 3(2), 104–107.

Faisal, H. N. M., Fahmi Mahamood, A., Abdullah, S., Bullah Affandy, H., Ishak, A. S., Jalil Ramli, A., & Fandy Fauzi, M. (2024). Sindrom Text Neck Akibat Penggunaan Gajet Secara Berlebihan Terhadap Pelajar Institut Pengajian Tinggi. *Journal of Global Business and Social Entrepreneurship*, 10(28), 1–18.

Istonia Hermolinda Waang, Luh Putu Ruliati, Jacob Matheos Ratu, Anderias Umbu Roga, & Noorce Christina Berek. (2024). Efektifitas Eye Exercise terhadap Penurunan Tingkat Asthenopia pada Pegawai Inspektorat Daerah Provinsi NTT. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 3(3), 609–618.
<https://doi.org/10.55123/sehatmas.v3i3.3816>

Lepa, A. Y., Wijayanti, M. E., & Amigo, T. A. E. (2024). Hubungan Lama Duduk Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Mahasiswa STIKes Panti Rapih Yogyakarta. *I Care Jurnal Keperawatan STIKes Panti Rapih*, 5(1), 72–86.
<https://doi.org/10.46668/jurkes.v5i1.277>

Levinda, M., Khilafah, F. N., Rahman, F. B. A., Suhendar, E., Kamilatin, T. L., Azhari, T. R. A., Abdul Aziz, M. C., Sativa, O., Ilmi, N. N., Taqqiya, F. A., Sayanda, R. A. D., Chaniago, A. S., Dinasti, R. A., & Aprilia, R. A. (2025). *THE REAL GUIDE: Branding, Public Relations, dan Media Sosial Era Digital. Karya Bakti Makmur (KBM) Indonesia.* Alzikri, S. (2022). *Analisa Hubungan Intensitas Penggunaan Smartphone Terhadap Risiko Terjadinya De Quervain Syndrome pada Usia 15 - 30 Tahun.* Skirpsi, Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi, Universitas Binawan. Jakarta.

Mamis, S., Putra, I. N. A. S., Yusa, I. M. M., Aryanto, D., Yasa, N. P. D., Wahidiyat, M. P., Novitasari, D., Jayanegara, I. N., Mutiarani, R. A., Sutarwiyasa, I. K., Yasa, I. W. A. P., Putra, P. S. U., Setiawan, I. K., Anggara, I. G. A. S., Setiawan, I. N. A. F., & Carrollina,

- D. (2023). *Dasar-Dasar Desain Komunikasi Visual (DKV): Panduan lengkap untuk memasuki dunia kreatif visual*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Muhammad Isla1, Citra Yustitya Gobel2, A. Z. (2025). Efektivitas Motion graphic sebagai Media Kampanye Sosial untuk Meningkatkan Kesadaran Literasi Digital generasi muda. 18(1), 187–198. <http://journal.stekom.ac.id/index.php/pixel>
- Multimedia interaktif. (n.d.). (n.p.): Zahira Media Publisher.
- Organization, W. H. (2022). *Global Status Report on Physical Activity 2022*. In WHO Press, World Health Organization. <https://www.who.int/teams/health-promotion/physical-activity/global-status-report-on-physical-activity-2022>
- Panduan Praktis Pinnacle 12 untuk Pengolahan Video*. (n.d.). Penerbit Andi.
- Palma Juanta, Orville Lim, Ferry, F., & Devan Wijaya. (2025). Pengaruh Konten Media Sosial Edukasi Kesehatan terhadap Perubahan Perilaku Hidup Sehat pada Generasi Z. *INSOLOGI: Jurnal Sains Dan Teknologi*, 4(1), 1–14. <https://doi.org/10.55123/insologi.v4i1.4830>
- Pramudita, A. S., & Sari, M. (2024). Keluhan Muskuloskeletal Disorders (MSDS) Pada Mahasiswa. *Jurnal Semesta Sehat (J-Mestahat)*, 4(1), 23–31. <https://doi.org/10.58185/j-mestahat.v4i1.120>