



Article

## HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI SARJANA KEPERAWATAN DI UNIVERSITAS HARAPAN BANGSA

Sokhifah<sup>1</sup>, Tin Utami<sup>2</sup>, Arlyana Hikmanti<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa Purwokerto, Indonesia

<sup>3</sup>Program Studi Kebidanan Program Diploma Fakultas Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa Purwokerto, Indonesia untry

### SUBMISSION TRACK

Recieved: February 27, 2024  
Final Revision: March 08, 2024  
Available Online: March 10, 2024

### KEYWORDS

sleep quality, menstrual cycle, students

### CORRESPONDENCE

Phone: 085867973408  
E-mail: [sokhifahsokhifah200@gmail.com](mailto:sokhifahsokhifah200@gmail.com)

### A B S T R A C T

According to WHO, more than 75% of women experience menstrual disorders and on average occur at the age of 17-29 years. One of the factors that influence the occurrence of irregular menstrual cycles is poor sleep quality. This study aims to determine the relationship between sleep quality and menstrual cycle in undergraduate nursing students at Harapan Bangsa University. This type of research is an analytic survey with a cross sectional design. The population in this study were 316 undergraduate nursing students and a sample of 174 students with Proportional random sampling method. Instruments used Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) and menstrual cycle questionnaire. Data analysis used bivariate analysis for frequency distribution and univariate data analysis with chi square to determine the relationship. The results of this study obtained the frequency distribution of sleep quality obtained the highest results (79.3%) in the bad category and the menstrual cycle obtained results (67.8%) in the normal menstrual cycle category, with a p value = 0.151 ( $p > 0.05$ ). The conclusion is that there is no significant relationship between sleep quality and menstrual cycle in Nursing Study Program Undergraduate Students at Harapan Bangsa University.

## I. PENDAHULUAN

Menurut World Health Organization WHO (2017) rata-rata lebih dari 75% perempuan mengalami gangguan menstruasi. Di swedia sekitar (72%), di Amerika serikat menunjukkan bahwa yang mengalami gangguan

menstruasi paling banyak terjadi yaitu sebanyak (94,9%). Di korea laporan ketidakteraturan siklus menstruasi sebesar (19,4%). Di Turki juga menunjukkan bahwa gangguan menstruasi dengan prevalensi sebesar (89,5%), diikuti ketidakteraturan siklus menstruasi (31,2%) dan di Indonesia

(54,89%) masih cukup tinggi di atas (50%).

Menurut data Riskesdas (2017) menyebutkan bahwa di Indonesia, wanita usia 10-59 tahun yang mengalami menstruasi teratur sebanyak 68% dan yang mengalami masalah menstruasi tidak teratur dalam 1 tahun adalah 13,7%. Masalah haid tidak teratur pada usia 17-29 tahun dan usia 30-34 tahun cukup banyak yaitu sebesar 16,4%. Alasan yang dikemukakan oleh wanita usia 10-59 tahun yang mengalami haid tidak teratur adalah karena stres dan banyak pikiran sebanyak 5,1%. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Nathalia (2019) pada mahasiswa STIT Diniyyah Puteri Kota Padang Panjang diketahui bahwa dari 89 responden didapatkan 60 (67,4%) responden memiliki siklus menstruasi yang tidak teratur.

Siklus menstruasi tidak teratur jika tidak ditangani dapat menyebabkan masalah kesehatan yang lebih serius seperti gangguan infertilitas atau kesuburan dan kanker rahim, siklus menstruasi yang tidak teratur juga dapat mengindikasikan penyakit rahim yang mungkin sedang dialami, seperti polip rahim dan sindrom ovarium polikistik (Simbolon et al., 2018).

Siklus menstruasi yang tidak teratur dapat dipengaruhi oleh kualitas tidur dan kadar estrogen. Kualitas tidur yang buruk dapat menghambat produksi melatonin. Hormon melatonin sendiri dapat berfungsi menghambat produksi estrogen. Jika terjadi penurunan produksi melatonin, maka akan mengakibatkan meningkatnya kadar estrogen dalam tubuh, sehingga dapat mempengaruhi siklus menstruasi pada wanita tersebut (Lovani., 2019). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Syintia (2022) pada mahasiswa FK UISU bahwa salah satu penyebab siklus menstruasi yang tidak teratur adalah kualitas tidur yang buruk.

Kualitas tidur merupakan suatu keadaan dimana tidur yang dialami

seorang individu dapat menghasilkan kebugaran dan kesegaran saat terbangun (Hastuti et al., 2019). Kualitas tidur dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya stress, gaya hidup (kebiasaan), dan aktivitas fisik (Potter & Perry, 2014).

Kualitas tidur yang buruk banyak terjadi pada mahasiswa, karena mahasiswa merupakan salah satu kelompok dewasa awal yang memiliki banyak aktivitas, sehingga sangat beresiko mengalami kualitas tidur yang buruk (Ratnaningtyas & Fitriani, 2019).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Sulana (2020) pada studi awal didapatkan 128 (83,1%) mahasiswa mayoritas mengalami kualitas tidur yang buruk. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Sanger & Sepang (2021) juga mengemukakan bahwa mahasiswa memiliki kualitas tidur yang buruk, dengan prevalensi sebanyak 96 (86%).

Berdasarkan prasurvey yang dilakukan tanggal 20 Desember 2022 kepada Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana di Universitas Harapan Bangsa didapatkan jumlah total mahasiswa sarjana keperawatan sebanyak 316 mahasiswa. Hasil wawancara yang dilakukan kepada 10 mahasiswa mengenai pola tidur dan siklus menstruasi, didapatkan 7 mahasiswa mengatakan jam tidur mereka berubah yang sebelumnya jam 22.00 WIB menjadi jam 00.00 WIB, sehingga mahasiswa mengantuk disiang hari sementara 3 lainnya mengatakan tidak terjadi perubahan pola tidur. Kemudian 5 mahasiswa mengalami perubahan siklus menstruasi berupa siklus menstruasi memendek dan memanjang sedangkan yang lainnya memiliki siklus menstruasi normal.

Berdasarkan pada pemaparan diatas maka peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui "Hubungan Kualitas Tidur dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswa Program Studi

Keperawatan Program Sarjana di Universitas Harapan Bangsa”.

## II. METODE

Jenis penelitian ini menggunakan metode survei analitik dengan desain cross sectional. Penelitian ini dilakukan di Universitas Harapan Bangsa dengan populasi mahasiswi Program Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Harapan Bangsa yang berasal dari 4 angkatan yaitu 2019, 2020, 2021 dan 2022 berjumlah 316 mahasiswi. Sampel yang diperoleh sebanyak 174 mahasiswi dengan teknik pengambilan sampel proporsional random sampling. Teknik pengumpulan data diawali dengan peneliti meminta persetujuan kepada responden penelitian, setelah itu mahasiswi yang telah memenuhi kriteria penelitian akan dijadikan responden penelitian dan dibagikan kuesioner. Penelitian ini menggunakan data primer dan variabel penelitian kualitas tidur menggunakan kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) dan variabel siklus menstruasi menggunakan lembar wawancara. Kuesioner ini telah diuji validitas dan reliabilitas oleh Habibi (2021). Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji chi square. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas Harapan Bangsa No. B.LPPM-UHB/1915/06/202.

## III. HASIL

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur pada Mahasiswi Program Studi Keperawatan Program Sarjana di Universitas Harapan Bangsa**

Kualitas Tidur	Frekuensi	Presentase
Baik	36	20,7%
Buruk	138	79,3%
Total	174	100%

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Program Studi Keperawatan Program Sarjana di Universitas Harapan Bangsa**

Siklus Menstruasi	Frekuensi	Presentase
Normal	118	67,8%
Tidak Normal	56	32,2%
Total	174	100%

**Tabel 3. Hasil Analisis Hubungan Kualitas Tidur dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Program Studi Keperawatan Program Sarjana di Universitas Harapan**

Kualitas Tidur	Siklus Menstruasi				Total		P value
	Normal		Tidak Normal		F	%	
	f	%	f	%			
Baik	28	16,1%	8	4,6%	36	20,7%	0,151
Buruk	90	51,7%	48	27,6%	138	79,3%	
Jumlah	118	67,8%	56	32,2%	174	100,0%	

Berdasarkan tabel 3 disebutkan bahwa nilai P value  $0,151 > 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan kualitas tidur dengan siklus menstruasi pada mahasiswi Program Studi Keperawatan Program Sarjana di Universitas Harapan Bangsa.

#### IV. PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa kualitas tidur pada mahasiswi Program Studi Keperawatan Program Sarjana di Universitas Harapan Bangsa sebagian besar memiliki kualitas tidur yang buruk sebanyak 138 responden dengan presentase 79,3% dan kualitas tidur baik sebanyak 36 dengan presentase 20,7%.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sulana (2020) bahwa dari 154 responden mayoritas mengalami kualitas tidur buruk berjumlah 128 (83,1%) mahasiswi. Hasil penelitian ini juga didukung oleh Sanger & Sepang (2021) bahwa mahasiswi memiliki kualitas tidur yang buruk, dengan prevalensi sebanyak 96 (86%).

Hal ini dimungkinkan karena beban akademik, tuntutan, serta intensitas belajar yang cukup besar bagi mahasiswi itu sendiri, mengingat pentingnya peran mahasiswi tersebut di kemudian hari sebagai seorang perawat. Hal ini dapat mengakibatkan jadwal yang tidak teratur dan waktu istirahat yang kurang sehingga kualitas tidur mahasiswi tersebut dapat terganggu (Syintia et al., 2022).

Faktor lain yang mungkin dapat mempengaruhi kualitas tidur buruk pada mahasiswi adalah banyaknya aktivitas di siang hari dan malam hari sebelum tidur salah satunya mengakses media sosial, menonton video, ataupun bermain game menggunakan smartphone. Jika mahasiswi terlalu lama bermain smartphone di malam hari, hal ini akan membuat mereka tetap terjaga sampai larut malam dan akan mengurangi jam tidur mahasiswi tersebut. Jika dibiarkan dalam jangka waktu yang lama hal ini juga akan berdampak buruk pada kesehatan, untuk itu mahasiswi diharapkan dapat menjaga kualitas tidur yang baik dengan lebih memajemen waktu di siang hari dengan baik dan mengurangi aktivitas di malam hari

sebelum tidur seperti penggunaan smartphone yang berlebihan agar bisa bangun dengan keadaan yang segar di pagi harinya (Dungga et al., 2021).

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa siklus menstruasi pada mahasiswi Program Studi Keperawatan Program Sarjana di Universitas Harapan Bangsa sebagian besar dalam kategori normal sebanyak 118 responden dengan presentase 67,8% dan siklus menstruasi dalam kategori tidak normal sebanyak 56 responden dengan presentase 32,2 %.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian oleh Sembiring (2019), yang melaporkan bahwa sebanyak 67 responden (20%) dari 341 responden dengan siklus menstruasi tidak teratur dan sebanyak 274 responden (80%) siklus menstruasi teratur. Hasil penelitian ini didukung juga oleh Mau (2020), diperoleh data dari 72 responden sebanyak 57 responden (79,2%) dengan siklus menstruasi normal dan sebanyak 15 responden (20,8%) dengan siklus menstruasi tidak normal.

Sebagian besar responden pada penelitian ini (118 responden atau 67,8%) memiliki siklus menstruasi dalam kategori normal. Hal ini menunjukkan bahwa responden pada penelitian ini memiliki siklus menstruasi antara 21 hingga 35 hari. Hal ini dikarenakan terdapat proporsi dari responden dengan siklus menstruasi normal mengindikasikan adanya konsistensi dalam pola menstruasi pada responden, konsistensi yang relatif serupa dari bulan ke bulan dan interval antara menstruasi berikutnya (durasi siklus) dan lamanya periode menstruasi cenderung tetap stabil dalam rentang yang normal (Harzif et al., 2018)

Namun, 56 (32,2%) responden pada penelitian ini memiliki siklus menstruasi yang tidak normal. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor yang dapat mempengaruhi gangguan siklus menstruasi. Beberapa kemungkinan penyebab siklus menstruasi yang tidak normal pada penelitian ini antara lain di

pengaruhi oleh kualitas tidur yang buruk, stres, termasuk lamanya siklus menstruasi yang terlalu pendek atau terlalu panjang dan perubahan dalam lamanya periode menstruasi (Putri et al., 2021).

Berdasarkan tabel 3 disebutkan bahwa nilai P value  $0.151 > 0.05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan kualitas tidur dengan siklus menstruasi pada mahasiswi Program Studi Keperawatan Program Sarjana di Universitas Harapan Bangsa.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Panggabean (2021), dengan sampel penelitian berasal dari angkatan 2018, 2019 dan 2020, didapati hasil penelitian menunjukkan responden memiliki kualitas tidur buruk sebanyak 54 orang (62,1%) dan responden yang mengalami siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 11 orang (12,6%), dengan nilai  $p=0,522$  ( $p>0,05$ ), yang menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan keteraturan siklus menstruasi. Hal tersebut dapat terjadi karena pada penelitian sebelumnya berbeda dalam rumus pengambilan sampel, teknik pengambilan sampel dan besar sampel.

Sementara itu, Penelitian ini berbanding terbalik dengan penelitian sebelumnya oleh Lovani (2019), diperoleh bahwa sebesar 72,3% responden mengalami kualitas tidur terganggu dan sebesar 58,5% responden mengalami gangguan menstruasi, dengan hasil analisis data menggunakan uji Chi-Square didapatkan nilai  $p=0.005$  ( $p<0.05$ ), yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara kualitas tidur dengan gangguan menstruasi.

Hal yang mungkin menjadi penyebab tidak adanya hubungan antara kualitas tidur dengan siklus menstruasi adalah faktor-faktor lain yang memengaruhi siklus menstruasi. Seperti yang telah disebutkan sebelumnya siklus menstruasi dapat dipengaruhi oleh faktor stress, status gizi, aktifitas fisik,

gangguan endokrin, penyakit reproduksi dan kondisi kesehatan secara umum. Kemungkinan besar faktor-faktor tersebut juga berperan dalam menjaga keseimbangan hormon pada tubuh dan mempengaruhi siklus menstruasi pada mahasiswi tersebut. Sebuah teori yang mendukung asumsi ini adalah dari Kusmiran (2011) dalam Kurniawati (2019) studi tersebut menunjukkan bahwa faktor stress, status gizi, aktifitas fisik, gangguan endokrin, penyakit reproduksi dan kondisi kesehatan merupakan faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi.

Hal lain yang mungkin terjadi adalah mungkin waktu tidur mereka sebentar namun berkualitas, dimana responden dapat tidur dalam waktu yang singkat tetapi mendapatkan tidur yang nyenyak, maksimal, dapat mencapai fase tidur yang dalam dan segar sepenuhnya setelah bangun tidur. Salah satu faktor seseorang memiliki tidur yang berkualitas dalam waktu yang singkat antara lain kondisi yang nyaman dan gelap di dalam kamar, mendapatkan tempat tidur dan bantal yang nyaman dan melakukan relaksasi sebelum tidur (Zulfah et al., 2021).

Asumsi tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ayriza (2018) yang menyebutkan bahwa tidak ada pengaturan durasi tidur yang sesuai untuk semua orang karena beberapa orang mungkin membutuhkan lebih banyak tidur dibandingkan orang lain (tergantung keadaan psikologis dan fisiologis seseorang), termasuk didalamnya bagaimana, kapan, dan dimana orang memilih untuk tidur juga tergantung pada budaya, tradisi, dan adat istiadat mereka sendiri. Oleh karena itu, meskipun seseorang memiliki waktu tidur yang pendek, bukan berarti kualitas tidur yang dimilikinya selalu tidak baik.

Dalam penelitian yang dilakukan Moulinda (2022) yang meneliti terkait hubungan status gizi, kualitas tidur dan aktivitas fisik dengan siklus menstruasi

menyebutkan bahwa faktor yang lebih dominan mempengaruhi siklus menstruasi seseorang adalah aktivitas fisik. Seseorang dengan aktivitas sedang rata-rata memiliki siklus menstruasi teratur karena responden menyesuaikan pola aktivitas sesuai dengan kemampuannya sehingga hormon yang mengatur siklus menstruasi tidak terpengaruh dan tubuh menjadi tidak stress. Wanita yang tingkat intensitas olahraganya termasuk sedang biasanya siklus menstruasi berjalan normal. Pada mahasiswi aktivitas fisik yang mereka lakukan beragam antara lain seperti mengikuti organisasi kampus ataupun luar kampus, pulang pergi dari kampus, serta olahraga lainnya. Hal ini dapat menyeimbangkan fungsi tubuh manusia diantaranya pengaturan siklus menstruasi didalam tubuh.

mulai tertidur untuk meningkatkan kualitas tidur.

## V. KESIMPULAN

Kualitas tidur pada mahasiswi Program Studi Keperawatan Program Sarjana di Universitas Harapan Bangsa mayoritas dalam kategori buruk sebanyak 138 mahasiswi dengan presentase 79,3 %, siklus menstruasi mayoritas dalam kategori teratur sebanyak 118 mahasiswi dengan presentase 67,8% dan didapatkan nilai p value = 0,151 ( $p > 0,05$ ) yang berarti bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara kualitas tidur dengan siklus menstruasi pada mahasiswi Program Studi Keperawatan Program Sarjana di Universitas Harapan Bangsa.

Diharapkan untuk mahasiswi yang mengalami penurunan kualitas tidur agar dapat melakukan penanganan dan pencegahan segera dengan cara mengatur jadwal disiang hari agar saat malam hari bisa beristirahat tepat waktu, tidak menunda-nunda waktu dalam menyelesaikan tugas, menghindari hal-hal yang dapat memicu stress sebelum tidur dan jauhkan diri dari handphone dan

## REFERENCES

- Ayriza, Y., Setiawan, F. A., Nurhayati, S. R., Gumelar, S. R., & Sholeha, E. P. (2018). Well-Being, Kualitas Tidur dan Prestasi Akademik Mahasiswa Baru Universitas Negeri Yogyakarta.
- Dungga, E. F., & Dulanim, A. (2021). Hubungan Intensitas Penggunaan Smartphone Dengan Kualitas Dan Kuantitas Tidur Pada Remaja. <https://doi.org/10.37311/jnj.v3i2.11912>
- Harzif, A. K., Silvia, M., & Wiweko, B. (2018). Fakta – Fakta Mengenai Menstruasi Pada Remaja. Medical Research Unit (MRU) FK Universitas Indonesia.
- Hastuti, R. Y., Sari, D. P., & Sari, S. A. (2019). Pengaruh Melafalkan Dzikir terhadap Kualitas Tidur Lansia. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(3), 303. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.3.2019.303-310>
- Kurniawati, D. Putri. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Remaja Di Madrasah Aliyah Negeri 9 Pondok Bambu Jakarta Timur.
- Lovani, C. (2019). Hubungan Kualitas Tidur dan Tingkat Stres terhadap Gangguan Menstruasi pada Mahasiswi Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2015. <http://scholar.unand.ac.id/id/eprint/43832>
- Moulinda, A. A., Imrar, I. F., Puspita, I. D., & Amar, M. I. (2022). Hubungan Status Gizi, Kualitas Tidur dan Aktivitas Fisik dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMAN 98 Jakarta. *Jurnal gizi dan kesehatan*, 15(1). <https://jurnalgizi.unw.ac.id/index.php/JGK/article/view/355>
- Nathalia. (2019). Hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi Stit Diniyyah Puteri kota Padang Panjang. *Jurnal Penelitian Dan Kajian Ilmu*, 13(5), 1–4. <https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu/article/view/1397>
- Panggabean, Ridha Inayah. (2021). Hubungan Antara Kualitas Tidur dan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Tahun 2021 [Universitas Sumatera Utara]. <https://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/46382>
- Potter, & Perry. (2014). *Fundamental Keperawatan* (7th ed.). Jakarta: ECG
- Putri, Apriella Warnina. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi mahasiswi fakultas ilmu kesehatan UPN Jakarta pada masa pandemi covid-19. *Galang Tanjung*, 1–9. <http://repository.upnvj.ac.id/>
- Ratnaningtyas, T. O., & Fitriani, D. (2019). Hubungan Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Edu Masda Journal*, 3(2), 181. <https://doi.org/10.52118/edumasda.v3i2.40>
- Riskesdas. (2017). *Laporan Nasional Riskesdas 2017*. Jakarta: Kemenkes RI
- Sanger, A. Y., & Sepang, M. (2021). Kecemasan Dan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir. *Nutrix Journal*, 5(2), 27. <https://doi.org/10.37771/nj.vol5.iss2.576>
- Sembiring, Nicholas Prananda. (2019). Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Angkatan 2016-2018 Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara [Universitas Sumatera Utara]. <http://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/25049>
- Simbolon, P., Sukohar, A., Ariwibowo, C., & Susianti. (2018). Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Lama Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Angkatan 2016 Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *Majority*, 7(2), 164–170.

- Sulana, I. O. P., Sekeon, S. A. S., & Mantjoro, E. M. (2020). Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Samratulangi. *Jurnal KESMAS*, 9(7), 37–45.
- Syintia, H., Siregar, N., Pane, H., & Mustika, E. (2022). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Fk Uisu Tahun 2021 The Relationship Of Sleep Quality With Menstrual Cycle In Fk Uisu Students In 2021 Pendahuluan Setiap perempuan usia reproduksi ( aktivitas fisik berlebihan , asupan energi. V(li).
- Zulfah. (2021) Karakter Pengendalian Diri. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 1(1), 28-33. [Journal.unismuh.ac.id](http://Journal.unismuh.ac.id) <https://journal.unismuh.ac.id>