

Hubungan tingkat stres tahap II terhadap kualitas tidur mahasiswa keperawatan tingkat akhir kelas reguler

Jendri Saputri*, Ari Sukma Nela, Aulia Rahman

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi Penulis: Jendri Saputri. *Email: Jendrisaputri@gmail.com

Abstract

Background: Final year students are vulnerable to stage II stress, when stress cannot be controlled it will interfere with sleep quality which has an impact on student productivity.

Purpose: To determine the relationship between stage II stress levels and sleep quality in final year regular class nursing students at Mitra Indonesia University.

Method: Quantitative research with cross sectional research design with a sample of 75 regular final year nursing students. Data analysis used is univariate analysis and biivariate analysis using the chi square test.

Result: The results of this study proved significantly significant for the variable level of stress and sleep quality obtained a p-value of 0.001 ($p\text{-value} < 0.05$) which means that there is a relationship between stress levels and sleep quality of regular final year nursing students.

Conclusion: These findings suggest that high levels of stress can worsen the quality of sleep of nursing students.

Keyword: Final Year Students; Sleep Quality; Stress level.

Pendahuluan: Mahasiswa tingkat akhir merupakan kondisi yang rentan mengalami stres tahap II, ketika stres tidak bisa dikontrol akan mengganggu kualitas tidur yang berdampak pada produktivitas mahasiswa.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan tingkat stress tahap II dan kualitas tidur pada mahasiswa keperawatan kelas reguler tingkat akhir di universitas mitra Indonesia.

Metode: Penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional* dengan sampel sebanyak 75 mahasiswa keperawatan kelas reguler tingkat akhir. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan analisis biavariat dengan menggunakan uji *chi square*.

Hasil: Hasil penelitian ini dibuktikan secara signifikan yang bermakna untuk variabel tingkat stress dan kualitas tidur di dapatkan nilai $p\text{-value}$ 0.001 ($p\text{-value} < 0.05$) yang artinya ada hubungan antara tingkat stress dan kualitas tidur mahasiswa keperawatan kelas reguler tingkat akhir.

Simpulan: Tingkat stres yang tinggi dapat memperburuk kualitas tidur mahasiswa keperawatan.

Kata Kunci: Kualitas Tidur; Mahasiswa Tingkat Akhir; Tingkat stress.

PENDAHULUAN

Tidur merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia yang sangat penting untuk memulihkan kondisi fisik dan mental (Wulandari & Pranata, 2024). Tidur berperan dalam menjaga keseimbangan tubuh, memperbaiki sel-sel tubuh yang rusak, serta menyusun kembali energi untuk beraktivitas. Proses tidur yang sehat juga mendukung fungsi otak, menjaga daya ingat, konsentrasi, serta sistem kekebalan tubuh (Sulana, Sekeon, & Mantjoro, 2020). Tidur yang cukup dan berkualitas memiliki dampak positif terhadap kesehatan mental, seperti meningkatkan mood dan mengurangi perasaan cemas (Widiyasa, Adiwibawa, Syuhada, & Winangun, 2023).

Durasi tidur yang baik untuk individu dewasa umumnya berkisar 7-8 jam per hari untuk memperoleh kepuasan tidur yang optimal (Ekaputra, 2022). Kebutuhan tidur seseorang tidak hanya dilihat dari jumlah jam tidur, namun juga dari kualitas tidur yang dirasakan (Sulana et al., 2020). Kualitas tidur merupakan tingkat kepuasan seseorang terhadap tidurnya, yang dapat diukur melalui beberapa faktor seperti durasi tidur, kesulitan memulai tidur, waktu bangun, efisiensi tidur, dan gangguan yang terjadi selama tidur (Clariska, Yuliana, & Kamariyah, 2020). Kualitas tidur dianggap baik jika tidak ada tanda-tanda kekurangan tidur atau gangguan tidur, sedangkan kualitas tidur yang buruk dapat meningkatkan risiko masalah fisik dan psikologis,

Hubungan tingkat stres tahap II terhadap kualitas tidur mahasiswa keperawatan tingkat akhir kelas reguler

seperti kelelahan, penurunan konsentrasi, serta gangguan suasana hati (Zurrahmi, Hardianti, & Syahasti, 2021). Prevalensi gangguan tidur disebabkan oleh kecemasan (5-15%), alkoholisme (10%), kurang tidur (10%), perubahan jadwal (25%), penyakit (<1%), dan stres (65%) (Ariyanto, Purnawan, & Romlah, 2022). Gangguan tidur dapat disebabkan oleh stres yang timbul akibat permasalahan pribadi atau situasi tertentu yang dihadapi. Stres tersebut memicu ketegangan emosional, yang pada akhirnya dapat menimbulkan rasa frustrasi ketika individu mengalami kesulitan untuk tidur (Rahman & Pubian, 2020). Stres menjadi penyebab utama gangguan tidur, karena stres dapat meningkatkan kadar hormon seperti adrenalin, noradrenalin, dan kortisol, yang mempengaruhi sistem saraf pusat dan mengganggu keseimbangannya, sehingga berdampak negatif pada kualitas tidur (Rohmah, 2020).

Mahasiswa tingkat akhir merupakan kelompok yang rentan mengalami stres, khususnya pada tahap II. Tekanan akademik, tuntutan penyelesaian tugas akhir, serta persiapan memasuki dunia kerja menjadi faktor pemicu stres pada mahasiswa tingkat akhir. Stres yang tidak terkontrol dapat berdampak negatif terhadap kualitas tidur dan menurunkan produktivitas mahasiswa. Ketika kualitas tidur terganggu, mahasiswa dapat mengalami dampak seperti sulit berkonsentrasi, nyeri kepala, mudah mengantuk, merasa pusing, badan tidak terasa segar, lesu, dan menurunnya semangat belajar.

Hasil dari Pra survey yang telah peneliti lakukan pada tanggal 31 oktober 2024 di Universitas Mitra Indonesia Fakultas Keperawatan terhadap 10 mahasiswa 5 diantaranya mengatakan sering mengerjakan tugas atau skripsi hingga tengah malam dan hanya tidur 4-5 jam, 3 diantaranya mengatakan sering terbangun tengah malam dan kepala sering pusing memikirkan perkuliahan bersamaan dengan menyusun skripsi, dan 2 diantaranya mengatakan sampai pernah tidur hanya 2 jam. Penelitian ini penting dilakukan mengingat mahasiswa keperawatan tingkat akhir merupakan calon tenaga kesehatan yang dituntut memiliki kondisi fisik dan mental yang prima. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi dasar dalam upaya

pengecahan dan penanganan masalah kualitas tidur akibat stres pada mahasiswa, serta memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam bidang kesehatan mental dan kualitas hidup mahasiswa.

METODE

Penelitian kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Penelitian ini dilakukan di Universitas Mitra Indonesia pada tahun 2025 dengan populasi seluruh mahasiswa keperawatan tingkat akhir kelas reguler. Sampel penelitian berjumlah 75 mahasiswa yang diambil menggunakan teknik total sampling. Alat yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner DASS 42 (*Depression Anxiety Stress Scale*) untuk mengukur tingkat stres tahap II dan kuesioner PSQI (*Pittsburgh Sleep Quality Index*) untuk mengukur kualitas tidur. Indikator tingkat stress jika nilai kuesioner ≥ 5 maka dikatakan stress berat dan jika nilai kuesioner < 5 maka dikatakan stress sedang. Kualitas tidur jika nilai kuesioner ≥ 5 maka dikatakan baik dan jika nilai kuesioner < 5 maka dikatakan buruk.

Bahan penelitian meliputi lembar informed consent sebagai persetujuan partisipasi responden serta kuesioner cetak DASS 42 dan PSQI yang dibagikan kepada responden. Prosedur penelitian dimulai dengan pengurusan izin penelitian kepada pihak fakultas dan universitas, kemudian penyebaran dan pengisian informed consent oleh responden. Selanjutnya, kuesioner DASS 42 dan PSQI dibagikan kepada seluruh sampel untuk diisi secara langsung. Setelah pengumpulan data, dilakukan proses editing, coding, pengolahan, dan tabulasi data menggunakan perangkat lunak statistik SPSS.

Analisis data dilakukan secara univariat untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan distribusi variabel, serta analisis bivariat menggunakan uji chi-square untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres tahap II dan kualitas tidur. Penelitian ini juga memperhatikan aspek etika dengan menjaga kerahasiaan data dan memperoleh persetujuan dari responden sebelum pengumpulan data dilakukan.

Jendri Saputri*, Ari Sukma Nela, Aulia Rahman

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi Penulis: Jendri Saputri. *Email: Jendrisaputri@gmail.com

HASIL**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden (N=75)**

Variabel	Hasil	P-value
Usia (Mean±SD)(Rentang)(Tahun)	(21.78±5.93)(20-25)	
Jenis Kelamin (n/%)		
Laki-Laki	14/19.4	
Perempuan	58/80.6	
Tingkat Stress (n/%)		
Berat	38/52.8	0.001
Sedang	34/47.2	
Kualitas Tidur (n/%)		
Baik	19/26.4	0.001
Buruk	53/73.6	

Berdasarkan tabel 1, diketahui bahwa rata-rata usia responden adalah 21.78 tahun dengan nilai standar deviasi 5.93, usia termuda adalah 20 tahun dan usia tertua adalah 25 tahun. Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 58 responden (80.6%). Sebagian besar responden memiliki tingkat stress yang berat sebanyak 38 responden (52.8%). Sebagian besar responden memiliki kualitas tidur yang buruk sebanyak 53 responden (73.6%). Dari hasil uji statistik dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara hubungan tingkat stres terhadap kualitas tidur dengan nilai P Value 0.001 ($p \leq 0.005$).

PEMBAHASAN

Perkembangan dewasa dibagi menjadi tiga bagian, yaitu masa dewasa muda (21-40 tahun), masa dewasa madya (40-60 tahun), masa dewasa lanjut (60 ke atas) (Paputungan, 2023). Pada penelitian ini responden termasuk kedalam dewasa muda. Usia dewasa muda adalah periode seseorang berada dalam kondisi fisik yang prima dan penuh harapan, tetapi dihadapkan pada berbagai tekanan dan risiko tinggi terkait kerentanannya dalam hal sosial dan perkembangan diri (Clariska, Yuliana, & Kamariyah, 2020). Masa dewasa awal merupakan periode yang penuh dengan tuntutan dari keluarga, lingkungan, dan masyarakat. Pada usia ini, individu sering dihadapkan pada tantangan untuk

menyeimbangkan berbagai peran, seperti mahasiswa, anak, teman, atau calon pekerja. Meskipun fisik dan optimisme berada dalam kondisi optimal, masa dewasa awal juga penuh dengan tekanan serta risiko tinggi terhadap kerentanan sosial dan perkembangan pribadi (Adila, 2019). Secara hukum, seseorang dianggap dewasa pada usia 21 tahun, yang mencakup periode sebagai mahasiswa (Kenedi, 2024). Perempuan cenderung mengalami stres lebih tinggi dibanding laki-laki karena mereka lebih sering menggunakan cara-cara untuk mengatasi masalah yang berfokus pada tugas, sehingga stres mereka lebih mudah terlihat. Pria lebih sering menghadapinya dengan cara yang lebih fokus pada diri sendiri, sehingga mereka cenderung merasa lebih santai dalam menghadapi berbagai tantangan, termasuk dalam kehidupan akademik (Hertini, Alini, Dewi, Septiawan, Tena, Arianti, & Sihombing, 2023). Perempuan dan laki-laki memiliki perbedaan hormon. Perempuan lebih sering mengalami perubahan hormon yang menyebabkan perempuan rentan mengalami *hipotiroidisme* yang berkaitan dengan depresi. Perempuan cenderung lebih mudah stress dikarenakan adanya pandangan bahwa perempuan mengenyam pendidikan tinggi sebagai usaha yang sia-sia, karena pada akhirnya akan berakhir di dapur yang membuat tuntutan akademik perempuan meningkat (Song & Dwiana, 2024).

Jendri Saputri*, Ari Sukma Nela, Aulia Rahman

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi Penulis: Jendri Saputri. *Email: Jendrisaputri@gmail.com

Hubungan tingkat stres tahap II terhadap kualitas tidur mahasiswa keperawatan tingkat akhir kelas reguler

Stres dibedakan menjadi 6 tahap, dari keenam tahapan tersebut stres pada tahap II merupakan stres yang paling banyak dirasakan oleh seseorang. Karena dampak stres tahap II yang awalnya dianggap "menyenangkan" atau memberi semangat bisa berubah seiring waktu, karena tubuh mulai kehabisan cadangan energi akibat terus-menerus terpapar tekanan. Tanpa adanya waktu istirahat yang cukup, kondisi fisik dan mental mulai terpengaruh, dan keluhan-keluhan mulai bermunculan. Beberapa keluhan yang umum terjadi akibat stres yang berkepanjangan antara lain: Rasa lelah saat bangun pagi, meskipun tidur tubuh tidak benar benar beristirahat karena gangguan dalam siklus tidur, menyebabkan rasa lelah dan tidak segar saat bangun (Rochani, 2020).

Kualitas tidur adalah indikator yang sangat penting dalam kualitas hidup individu atau kualitas tidur sebagai acuan dalam kualitas hidup. Kualitas tidur dapat diartikan sebagai penurunan kesadaran, tetapi dalam hal ini otak terus dapat bekerja dengan baik dalam mengatur fungsi dari pencernaan, aktivitas dari jantung, terhadap pembuluh darah, pertahanan tubuh, memenuhi energi serta pada proses kognitif. Kualitas tidur merujuk pada kondisi di mana seseorang merasa segar dan bugar saat bangun di pagi hari. Beberapa aspek yang membentuk kualitas tidur meliputi kuantitas tidur, seperti durasi tidur, latensi tidur, dan karakteristik tidur individu. Kualitas tidur juga menggambarkan sejauh mana seseorang dapat mempertahankan tidurnya serta mencapai fase tidur REM dan NREM, dengan indikator utama apakah orang tersebut merasa segar dan bugar saat terbangun di pagi hari (Handoko, 2022). Gangguan tidur pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi merujuk pada kondisi di mana mahasiswa mengalami kesulitan tidur, tidur yang tidak nyenyak, kesulitan untuk tertidur, sering terbangun di tengah malam, atau terbangun terlalu pagi. Kondisi ini bisa berlangsung beberapa hari hingga beberapa minggu, dan biasanya dialami oleh mahasiswa berusia 18-21 tahun serta 22-24 tahun yang aktif kuliah dan tengah mengerjakan tugas akhir, seperti skripsi (Setyawan, 2021).

Stres merupakan respon individu terhadap perubahan keadaan atau situasi yang mengancam. Hal ini dapat dilihat sebagai reaksi pribadi terhadap

peristiwa/permintaan eksternal seperti menulis ujian atau keadaan pikiran internal seperti khawatir tentang ujian. Fakta menariknya, stres cenderung meningkat ketika seseorang tidak mampu menghadapi situasi tidak menyenangkan yang dihadapinya (Hidayati & Harsono, 2021). Dampak stres tahap II yang awalnya dianggap "menyenangkan" atau memberi semangat bisa berubah seiring waktu karena tubuh mulai kehabisan cadangan energi akibat terus-menerus terpapar tekanan. Tanpa adanya waktu istirahat yang cukup, kondisi fisik dan mental mulai terpengaruh, dan keluhan-keluhan mulai bermunculan. Beberapa keluhan yang umum terjadi akibat stres yang berkepanjangan antara lain: Rasa lelah saat bangun pagi, meskipun tidur tubuh tidak benar benar beristirahat karena gangguan dalam siklus tidur, menyebabkan rasa lelah dan tidak segar saat bangun (Rochani, 2020).

Kualitas tidur adalah kebutuhan tidur yang tidak hanya bergantung pada durasi tidur (kuantitas tidur), tetapi juga pada kedalaman tidur (kualitas tidur) (Azwar, & Darungan, 2023). Mencakup faktor kuantitatif seperti lama tidur, waktu yang dibutuhkan untuk tertidur, dan frekuensi terbangun, serta aspek kualitatif seperti kedalaman tidur dan kepuasan yang dirasakan. Kualitas tidur dianggap baik jika tidak ada tanda-tanda kekurangan tidur atau gangguan tidur, sedangkan kualitas tidur yang buruk dapat meningkatkan risiko masalah fisik dan psikologis. Beberapa masalah fisik yang dapat timbul akibat kualitas tidur yang buruk antara lain kelelahan, sakit kepala primer, dan penurunan daya tahan tubuh. Gangguan tidur dapat menyebabkan stres karena meningkatnya kadar hormon seperti adrenalin, noradrenalin, dan kortisol, yang mempengaruhi sistem saraf pusat dan mengganggu keseimbangannya, sehingga berdampak negatif pada kualitas tidur (Rahman, Mohtar, & Basit, 2023).

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres tahap II dengan kualitas tidur pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir kelas reguler. Dari 75 responden yang diteliti, mayoritas mahasiswa mengalami tingkat stres sedang (52%). Selain itu, sebagian besar mahasiswa (65.3%) mengalami

Jendri Saputri*, Ari Sukma Nela, Aulia Rahman

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi Penulis: Jendri Saputri. *Email: Jendrisaputri@gmail.com

Hubungan tingkat stres tahap II terhadap kualitas tidur mahasiswa keperawatan tingkat akhir kelas reguler

kualitas tidur yang buruk. Hasil uji statistik menggunakan chi-square menghasilkan nilai p-value sebesar 0.001 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat stres dan kualitas tidur. Semakin tinggi tingkat stres yang dialami mahasiswa, maka semakin buruk pula kualitas tidur yang dirasakan. Tingkat stres yang tinggi dapat memperburuk atau menyebabkan gangguan tidur pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir.

DAFTAR PUSTAKA

- Adila, D. R. (2019). *Proses kematangan emosi pada individu dewasa awal yang dibesarkan dengan pola asuh orang tua permisif* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS AIRLANGGA).
- Ariyanto, A., Purnawan, A., & Romlah, S. N. (2022). Hubungan Stres dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Semester VII Program Studi Kesehatan Masyarakat di Stikes Widya Dharma Husada Tangerang. *Frame of Health Journal*, 1(1), 80-87.
- Azwar, T. M. K., & Darungan, T. S. (2023). Hubungan Tingkat Stres Terhadap Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Angkatan 2018 Fk Uisu Di Tahun 2022. *Jurnal Kedokteran Ibnu Nafis*, 12(1), 17-23.
- Clariska, W., Yuliana, Y., & Kamariyah, K. (2020). Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 1(2), 94-102.
- Clariska, W., Yuliana, Y., & Kamariyah, K. (2020). Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 1(2), 94-102.
- Ekaputra, R. (2022). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi S1 Teknik Sipil Universitas Islam Sultan Agung Semarang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang).
- Handoko, E. (2022). Kajian Hubungan Pencapaian Akademik dengan Tingkat Stres dan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Dalam Masa Pandemi Covid-19. *Publish Buku Unpri Press Isbn*, 1-57.
- Hertini, R., Alini, A., Dewi, H. A., Septiawan, S. P., Tena, A., Arianti, D., & Sihombing, F. (2023). Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa dan Psikososial (Berdasarkan Kurikulum Pendidikan Ners Indonesia Tahun 2021).
- Hidayati, L. N., & Harsono, M. (2021). Tinjauan literatur mengenai stres dalam organisasi. *Jurnal Ilmu Manajemen*, 18(1), 20-30.
- Kenedi, G. (2024). Konseling di Perguruan Tinggi. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 7(1), 238-250.
- Paputungan, F. (2023). Developmental characteristics of early adulthood. *Journal of Education and Culture (JEaC)*, 3(1), 47-56.
- Rahman, A., & Pubian, A. K. (2020). Hubungan kecemasan dengan gangguan tidur pada pasien yang akan menjalani operasi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia (JIKPI)*, 1(1).
- Rahman, S., Mohtar, M. S., & Basit, M. (2023). Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Kesehatan Tingkat Akhir Di Universitas Sari Mulia. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI)*, 8(2), 184-189.
- Rochani, R. (2020). Pelatihan Manajemen Stres Untuk Mereduksi Tingkat Stres Guru Selama Masa Adaptasi Kebiasaan Baru. *Horizon Pedagogia*, 1(1).

Jendri Saputri*, Ari Sukma Nela, Aulia Rahman

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi Penulis: Jendri Saputri. *Email: Jendrisaputri@gmail.com

Hubungan tingkat stres tahap II terhadap kualitas tidur mahasiswa keperawatan tingkat akhir kelas reguler

- Rohmah, W. K. (2020). Determinan kualitas tidur pada santri di pondok pesantren. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 4(Special 3), 649-659.
- Setyawan, H. B. (2021). Pembangunan peternakan berkelanjutan dalam perspektif standar kompetensi lulusan program studi sarjana peternakan di Indonesia. *JAMI: Jurnal Ahli Muda Indonesia*, 2(1), 21-35.
- Song, A. M., & Dwiana, A. (2024). Hubungan Stres Psikologis Dengan Gejala Gastritis Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2020. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(3), 6257-6265.
- Sulana, I. O., Sekeon, S. A., & Mantjoro, E. M. (2020). Hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur mahasiswa tingkat akhir fakultas kesehatan masyarakat universitas sam ratulangi. *KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi*, 9(7).
- Widiasta, K. A. S., Adiwibawa, D. N., Syuhada, I., & Winangun, I. G. P. (2023). Hubungan Tingkat Stres Dalam Pembuatan Tugas Akhir Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Fk Unizar Angkatan 2019. *Cakrawala Medika: Journal of Health Sciences*, 2(1), 68-76.
- Wulandari, S., & Pranata, R. (2024). Deskripsi Kualitas Tidur dan Pengaruhnya terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 10(1), 101-108.
- Zurrahmi, Z. R., Hardianti, S., & Syahasti, F. M. (2021). Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Akhir S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai. *Prepotif Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(2), 963-968.

Jendri Saputri*, Ari Sukma Nela, Aulia Rahman

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi Penulis: Jendri Saputri. *Email: jendrisaputri@gmail.com