



## FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KUALITAS HIDUP REMAJA DI SMKN 1 KECAMATAN PANGKALAN KOTO BARU

### *FACTORS AFFECTING THE QUALITY OF TEENAGERS IN SMKN 1 KECAMATAN PANGKALAN KOTO BARU*

**Aura Sadza<sup>1</sup>, Mery Ramadani<sup>2</sup>, Suci Maisyarah Nasution<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Andalas, Padang, Sumatra Barat, 25148  
(sadzaauraa@gmail.com)

#### ABSTRAK

Sebagian besar siswa SMKN 1 Kec. Pangkalan Koto Baru memiliki kualitas hidup yang rendah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup remaja di SMKN 1 Kec. Pangkalan Koto Baru. Metode: Penelitian kuantitatif desain cross sectional. Populasi berjumlah 507 orang dan sampel 80 orang. Teknik pengambilan sampel Proportional Random Sampling. Analisis data dilakukan secara univariat, bivariat dan multivariat. Hasil: Sebagian besar (80%) siswa di SMKN 1 Kec. Pangkalan Koto Baru memiliki kualitas hidup buruk. Hasil analisis bivariat terdapat hubungan kesehatan fisik (p-value =0,034), hubungan sosial (p-value =0,019), lingkungan (p-value =0,016) terhadap kualitas hidup dan tidak terdapat hubungan kondisi psikologis (p-value =0,216) dengan kualitas hidup. Analisis multivariat, kesehatan fisik merupakan variabel yang paling berhubungan dengan kualitas hidup. (p=0,025; POR=6,383). Kesimpulan: Terdapat hubungan kesehatan fisik, hubungan sosial, dan lingkungan dengan kualitas hidup. Variabel yang paling berpengaruh adalah lingkungan, untuk itu berupaya menghindari lingkungan yang berdampak buruk pada kualitas hidup.

**Kata kunci :** WHO; kualitas hidup; remaja.

#### ABSTRACT

*Most of the students at SMKN 1 Kec. Pangkalan Koto Baru has a low quality of life. This study aims to determine the factors that influence the quality of life of adolescents at SMKN 1 Kec. Pangkalan Koto Baru. Method: Quantitative research cross sectional. The population is 507 people and the sample is 80 people. Sampling Proportional Random Sampling. Data analysis was carried out using univariate, bivariate and multivariate methods. Results: Most (80%) students at SMKN 1 Kec. Pangkalan Koto Baru has a poor quality of life. The results of the bivariate analysis found a relationship between physical health (p-value =0.034), social relations (p-value =0.019), environment (p-value =0.016) on quality of life and there is no correlation between psychological conditions (p-value =0.216) with quality of life. Multivariate analysis, physical health is the variable most related to quality of life. (p=0.025; POR=6.383). Conclusion: There is a relationship between physical health, social relationships, and the environment with quality of life. The most influential variable is the environment, for that we try to avoid environments that have a negative impact on quality of life.*

**Keywords :** WHO, quality of life, adolescent.



## PENDAHULUAN

Isfandari (2007) mengungkapkan bahwa salah satu faktor yang menjadi penentu berkembangnya suatu negara adalah kualitas hidup remaja. Remaja yang memiliki kualitas hidup lebih baik, akan membantu proses perkembangan negara menjadi lebih baik. Sebaliknya, remaja yang memiliki kualitas hidup lebih rendah akan susah mengambil peran dalam proses perkembangan suatu negara.(1)

Haryono dan Kurniasari (2020) dalam jurnal biomedika dan kesehatan menyebutkan bahwa prevalensi kualitas hidup remaja rendah di Indonesia adalah sebesar 7%.(2) Artinya sebanyak 3.395.000 remaja di Indonesia memiliki kualitas hidup yang rendah. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Siti tahun 2017, 40% remaja di pedesaan memiliki kualitas hidup yang rendah.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan untuk menguji kualitas hidup remaja di Kecamatan Payakumbuh. Dari 10 remaja yang disurvei, 7 diantara memiliki kualitas hidup yang baik. Sementara 3 diantaranya memiliki kualitas hidup yang buruk. Dari 7 orang remaja yang memiliki kualitas hidup baik, 4 diantaranya memiliki skor penilaian mendekati angka 50 yang artinya mendekati arah kualitas hidup buruk. Dilihat dari kuesioner hasil penelitian, umumnya remaja yang memiliki kualitas hidup yang buruk mengalami masalah dan kesulitan dalam bersosialisasi, kondisi lingkungan tempat tinggal, serta menghargai diri sendiri.

Kualitas hidup manusia erat kaitannya dengan Indeks Pembangunan Manusia (IPM). IPM merupakan indikator penting untuk mengukur keberhasilan dalam upaya membangun kualitas hidup manusia

(masyarakat/penduduk) yang menjelaskan bagaimana penduduk dapat mengakses hasil pembangunan dalam memperoleh pendapatan, kesehatan, pendidikan, dan sebagainya.(3)

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu guru yang mengajar di SMKN 1 Kecamatan Pangkalan Koto Baru, bentuk kenalakan remaja yang sering terjadi adalah ugal-ugalan di jalan raya, bolos sekolah, merokok di sekolah, melawan guru, menghisap lem, memakai narkoba yang pada umumnya disebabkan oleh kurangnya dukungan dari keluarga serta pengaruh dari teman sebaya. Berdasarkan data yang didapat dari laporan SMKN 1 Kecamatan Pangkalan Koto Baru, permasalahan pada siswa meningkat signifikan setiap semester. Jumlah kasus pada kelas XI lebih banyak yaitu 35% dibandingkan dengan jumlah kasus pada kelas X dan XII yang hanya sebanyak 32,3% dan 31,8%. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup remaja di SMKN 1 Kecamatan Pangkalan Koto Baru, Lima Puluh Kota.

## BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional. Variabel independen dalam penelitian ini adalah kondisi kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Sedangkan variabel dependennya adalah kualitas hidup remaja. Populasi siswa di SMKN 1 Kec. Pangkalan Koto Baru yaitu 507 orang yang terdiri dari 3 kelas yaitu kelas X, XI, dan XII dengan jumlah sampel 80 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik Proportional Random Sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisis data dilakukan secara univariat, bivariat dan multivariat.



## HASIL

Hasil penelitian dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel 1. Karakteristik Responden**

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Persentase (%)
<b>Usia</b>		
16 tahun	21	26,3
17 tahun	26	32,5
18 tahun	20	25
19 tahun	13	16,3
<b>Alamat</b>		
Pangkalan	39	48,8
Manggilang	16	20
Gunung Malintang	14	17,5
Tanjung Balit	11	13,8
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-Laki	54	67,5
Perempuan	26	32,5
<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 1, Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan paling sedikit (16,3%) responden berusia 19 tahun dengan alamat hampir separuh (48,8%) responden tinggal di Pangkalan. Responden paling banyak berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 67,5%.

**Tabel 2 Distribusi Frekuensi Kualitas Hidup, Kesehatan Fisik, Kondisi Psikologis, Hubungan Sosial, dan Lingkungan**

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
<b>Kualitas Hidup</b>		
Buruk	64	80
Baik	16	20
<b>Kesehatan Fisik</b>		
Buruk	31	38,8
Baik	49	61,3
<b>Kondisi Psikologis</b>		
Rendah	36	45
Tinggi	44	55
<b>Hubungan Sosial</b>		
Rendah	41	51,2
Tinggi	39	48,8
<b>Lingkungan</b>		
Buruk	25	31,3
Baik	55	68,8
<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 2, analisis univariat diketahui sebanyak 80% siswa memiliki kualitas hidup yang buruk. Dilihat dari kesehatan fisik, lebih dari setengah (61,3%) siswa memiliki kesehatan fisik yang baik. Kemudian hampir setengah (45%) dari siswa memiliki kondisi psikologis yang rendah. Dilihat dari kondisi hubungan sosial, lebih dari setengah (51,2%) siswa memiliki hubungan sosial yang rendah. Terakhir dari kondisi lingkungan, sebanyak 31,3% siswa memiliki kondisi lingkungan yang buruk.

**Tabel 3. Hasil Akhir Analisis Bivariat**

Variabel	Kualitas Hidup						POR (95% CI)	<i>p-value</i>
	Buruk		Baik		Total			
	f	%	f	%	f	%		
<b>Kesehatan Fisik</b>							5,800	0,034
Buruk	29	36,25	2	2,5	31	38,75	(1,217-27,634)	
Baik	35	43,75	14	17,5	49	61,25		
<b>Kondisi Psikologis</b>							2,067	0,216
Rendah	33	41	5	6,3	38	47,5	(0,644-6,627)	
Tinggi	31	38,8	11	13,8	42	52,5		
<b>Hubungan Sosial</b>							4,111	0,019
Rendah	37	46,3	4	5	41	51,5	(1,195-14,143)	
Tinggi	27	33,8	12	15	39	48,8		
<b>Lingkungan</b>							9,000	0,016
Buruk	40	50	1	1,3	41	31,3	(1,117-72,513)	
Baik	24	30	15	18,8	39	68,8		
<b>Total</b>	64	80	16	20	80	100		

Berdasarkan Tabel 3, hasil analisis bivariat yaitu terdapat hubungan antara kesehatan fisik, psikologis, lingkungan terhadap kualitas hidup dan tidak terdapat hubungan antara kondisi psikologis dengan kualitas hidup. Hasil analisis multivariat menunjukkan bahwa kesehatan fisik merupakan variabel yang paling berhubungan dengan kualitas hidup.

**Tabel 4 Hasil Akhir Analisis Multivariat**

Variabel	Nilai <i>p</i>	POR	POR	95% CI	
		Adjusted		<i>lower</i>	<i>upper</i>
Kesehatan Fisik	0,058	4,811	4,811	0,950	24,349
Hubungan Sosial	0,164	2,552	2,552	0,681	9,560
Lingkungan	0,016	7,694	7,694	0,912	64,943

## PEMBAHASAN

### Kualitas Hidup

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa di SMKN 1 Kec. Pangkalan Koto Baru memiliki kualitas hidup yang buruk. Penyebab kualitas hidup buruk adalah bagian kesehatan fisik dan lingkungan. Dilihat dari domain kesehatan fisik, para siswa mengungkapkan sulit untuk mengendalikan diri ketika sakit. Sedangkan pada domain lingkungan, siswa mengaku lingkungan yang mereka tinggali kurang aman dan nyaman serta akses terhadap pelayanan kesehatan juga sulit. Kualitas hidup mencakup berbagai aspek yang luas dan kompleks yang mempengaruhinya. Diantaranya aspek kesehatan fisik, kondisi psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan dimana mereka tinggal.(4)

### Kesehatan Fisik

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak (38,8%) memiliki kesehatan fisik yang buruk. Berdasarkan analisis yang dilakukan, diketahui bahwa siswa mengalami kesulitan dalam melakukan aktivitas sehari-hari, tidak cukup berolahraga ringan dan berat selama 15 menit dalam sehari, dan mengalami kesulitan dalam menahan diri untuk tidak merokok dalam sehari. Dewi (2021) yang menemukan bahwa 17,3% partisipan memiliki kesehatan fisik yang rendah. Artinya partisipan tersebut memiliki kualitas hidup dari segi kesehatan fisik yang kurang baik.(5)

## Kondisi Psikologi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir separuh (45%) siswa memiliki kondisi psikologis yang rendah. Berdasarkan analisis, siswa merasa tidak yakin masa depannya cerah dan mengaku sering menjadi korban bullying. Kesejahteraan psikologis merupakan gambaran mengenai perasaan nyaman, damai dan bahagia dari individu berdasarkan penilaian diri secara subjektif dan bagaimana manusia memaksimalkan potensi mereka. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Utomo (2018), hasil penelitian mengungkapkan individu yang berinteraksi hangat dengan orang lain, tetap mandiri pada kehidupannya, mampu menghadapi serta mengontrol perubahan di lingkungan, dan masih memiliki arti dalam kehidupannya akan mencapai kondisi sejahtera secara psikologis.(6)

## Hubungan Sosial

Hasil analisis menunjukkan bahwa lebih dari separuh siswa (51,2%) memiliki tingkat hubungan sosial yang rendah. Berdasarkan analisis, siswa tidak mendapat dukungan dari keluarga dan mengaku pernah mem-bully teman atau orang disekitar. Sejatinya, hubungan sosial merupakan salah satu indikator penting untuk mengukur kualitas hidup. Sehingga harus dipastikan remaja memiliki hubungan sosial yang baik. Namun, faktanya berbanding terbalik dengan yang diharapkan di lapangan. Penelitian yang dilakukan oleh Ramadhanty (2021) juga menemukan bahwa sebanyak 22,3% responden masih memiliki tingkat hubungan sosial yang rendah.(7)

## Kondisi Lingkungan

Hasil analisis menunjukkan bahwa sebanyak 31,3% siswa SMKN 1 Pangkalan memiliki kondisi lingkungan yang buruk. Berdasarkan analisis, siswa mengaku bahwa banyak kejadian hamil diluar nikah di lingkungan tempat tinggalnya dan juga mengaku tinggal di lingkungan yang tidak aman dari orang-orang yang terlibat kasus penyalahgunaan Napza. Berarti secara umum, lingkungan yang buruk seperti banyak tindakan kriminalitas dan sulit mendapatkan transportasi untuk berkegiatan sehari-hari.(5)

Penelitian ini juga relevan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ramadhanty (2021) yang menemukan bahwa sebanyak 65,4% responden memiliki kondisi lingkungan yang buruk.(7)

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan lebih dari separuh siswa memiliki kualitas hidup rendah, kesehatan fisik yang baik, kondisi psikologis yang rendah, hubungan sosial yang rendah, dan kondisi lingkungan yang baik. Kemudian terdapat hubungan yang signifikan antara kesehatan fisik, hubungan sosial, dan lingkungan terhadap kualitas hidup remaja. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kondisi psikologi dengan kualitas hidup remaja. Variabel lingkungan merupakan variabel paling dominan yang mempengaruhi kualitas hidup remaja pada siswa di SMKN 1 Kec. Pangkalan Koto Baru. Untuk itu siswa diharapkan sering mengikuti promosi kesehatan yang diberikan oleh tenaga kesehatan dan berupaya menghindari lingkungan yang tidak sehat yang berdampak buruk pada kualitas hidup.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Isfandari S. Pendidikan dan Pekerjaan Berdasarkan Kualitas Hidup pada Remaja (Gambaran Deskriptif Data Rikesdas 2007). Puslitbang Biomedis dan Farm. 2017
2. Haryono RHS, Kurniasari K. Stres akademis berhubungan dengan kualitas hidup pada remaja. J Biomedika dan Kesehat. 2018;1(1): 75-84.
3. Sudirman, Jamaruddin. Dimensi Pengukuran Kualitas Hidup di Beberapa Negara. 2022. Volume 4, No. 1
4. Chilcot JJ. Studies Of Depression And Illness Representations In End-Stage Renal Disease. Psychology Journal. 2020.
5. R Dewi FI, Markus Idulfilastris R, Angela L, Permata Sari M. Gambaran Kualitas Kehidupan Remaja (Studi Pada Remaja di Daerah Gempu Bumi).



- 2021;5(1):170–9. Dari:  
<https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v5i1.11030>
6. Utomo, Puteri SF, Pratam G, Sriati A. Tinjauan Sistematis: Pengaruh Kualitas Hidup dan Kesejahteraan Psikologis Terhadap Successful Aging. Seminar Nasional dan Penelitian Kesehatan. 2018;1(April 2018):111–4.
7. Ramadhanty FN, Kinanthi MR. Kualitas Hidup Remaja Berstatus Sosial Ekonomi Rendah: Bagaimana Kontribusi Resiliensi Keluarga? *Psympathic J Ilm Psikol.* 2021;8(1):31–46.