

PROFIL KUALITAS HIDUP PADA SISWA SMA MUHAMMADIYAH 1 TAMAN SIDOARJO DI ERA PANDEMI

Mega Surya Ningsih*, Hamdani

S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya

*mega17060464074@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Adanya pandemi Covid-19 menyebabkan berubahnya kebijakan belajar di sekolah menjadi belajar di rumah atau pembelajaran jarak jauh (PJJ). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kualitas hidup pada siswa SMA Muhammadiyah 1 Taman Sidoarjo dimasa pandemi Covid-19. Penelitian deskriptif ini dilakukan kepada seluruh siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Taman Sidoarjo sebagai populasi. Angket diberikan kepada sampel yang dipilih melalui *cluster random sampling* sehingga didapat empat kelas dengan jumlah 134 siswa ($P_i = 63$ siswa dan $P_a = 71$ siswa). Instrumen yang digunakan adalah *World Health Organization Quality of Life Bref Version* (WHOQOL-BREF). Teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif statistik. Berdasarkan hasil penelitian kualitas hidup siswa pada dimensi fisik memiliki kategori sedang (61.9%), dimensi psikologi memiliki kategori sedang (55,2%), dimensi sosial memiliki kategori baik (30.6%), dimensi lingkungan memiliki kategori baik (44,8). Berdasarkan data kualitas hidup siswa memiliki kategori buruk sebanyak 6 orang (4,5%), kategori sedang sebanyak 73 orang (54,5%), kategori baik 52 orang (38,8%), kategori sangat baik 3 orang (2,2%). Berdasarkan deskripsi data keseluruhan kualitas hidup siswa dengan nilai *mean* sebesar 58,42, standar deviasi sebesar 10,83, nilai terendah sebesar 28,25, nilai tertinggi sebesar 90,75. Sehingga dapat disimpulkan bahwa mayoritas profil kualitas hidup siswa SMA Muhammadiyah 1 Taman Sidoarjo masuk kategori sedang.

Kata Kunci: kualitas hidup; pandemi covid-19; siswa

Abstract

The existence of pandemic Covid-19 has led changes in school learning policy into study at home or learning distance learning (PJJ). The purpose of this study was to see the quality of life of students at Senior High School of Muhammadiyah 1 Taman Sidoarjo during the Covid-19 pandemic. This descriptive research done to the all class student X Senior High School of Muhammadiyah 1 Taman Sidoarjo as population. Questionnaires given to sampel using a random sampling cluster so in can four class with totaling 134 students ($P_i = 63$ students and $P_a = 71$ students). The instrument used was the World Health Organization Quality of Life Bref Version (WHOQOL-BREF). This research analysis technique is descriptive with survey methods. Based on quality of life research data in student from physical dimension have a medium (61.9%), psychological dimension have a medium category (55,2%), social dimension have a good (30,6%), environmental dimension have a good category (44,8%). Based on the quality of life data students have a bad category of 6 people (4,5%), a medium category of 73 people (54,5%), a good category of 52 people (38,8%), a very good category of 3 people (2,2%). Based description of the overall quality of life of students with a score mean as large 58,42, standart deviasi as large 10,83, lowest value as large 28,25, maximal value as large 90,7, so that it can be concluded that the majority of the quality of life profile students of SMA Muhammadiyah 1 Taman Sidoarjo fall into the medium category.

Keywords: quality of life; the covid-19; student

PENDAHULUAN

Pada akhir tahun 2019 tepatnya di bulan November 2019 *coronavirus disease-19* ditemukan di Wuhan, China. *Coronavirus* adalah suatu virus yang dapat menimbulkan penyakit yang sangat mudah menular melalui udara, benda yang terkontaminasi oleh virus, dan droplet ketika orang batuk (Chen et al., 2020). Ketika menular virus ini dapat menyebabkan penyakit pada pernafasan dan bisa menyebabkan kematian pada manusia (Huang et al., 2020). *Coronavirus* menyerang Indonesia pada awal Maret 2020. Kondisi tersebut ditetapkan oleh WHO sebagai pandemi dunia, yang menyebabkan banyak perubahan tatanan hidup di berbagai bidang. Berdasarkan keterangan diatas disimpulkan bahwa sebuah penyakit menular secara global pandemic covid-19 berdampak ke segala hal.

Adanya pandemi tersebut menyebabkan berubahnya aktivitas di beberapa bidang seperti bidang ekonomi, bidang sosial, dan bidang pendidikan. *Pandemic covid-19* selain berdampak pada ekonomi, dampak covid-19 juga dirasakan pada bidang Pendidikan. Berubahnya beberapa tatanan kehidupan dikarenakan kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) mulai diterapkan oleh pemerintah dengan tujuan agar dapat memutus rantai penyebaran virus yang telah menjadi pandemi. Menghadapi pandemi tersebut beberapa kebijakan dibuat oleh pemerintah, salah satunya adalah kebijakan *Work from Home* (WFH) bagi para pekerja, dan belajar di rumah atau pembelajaran jarak jauh (PJJ) untuk para pelajar yang sedang menempuh pendidikan baik pendidikan tingkat dasar, tingkat menengah, maupun tingkat tinggi. Pembelajaran yang dilakukan dari rumah memberikan dampak kepada kepribadian siswa termasuk juga memberikan perubahan pada kualitas hidup siswa.

Pandemic covid-19 tidak hanya mempengaruhi fisik, namun bisa saja mempengaruhi kondisi mental. Kecemasan dan ketakutan terhadap *coronavirus* dapat memberikan efek perubahan gaya hidup seseorang agar lebih waspada (Salmani et al., 2020). Beberapa hal yang dilakukan untuk mencegah terjadinya penularan virus yaitu dengan cara melakukan beberapa aktivitas hidup sehat seperti berolahraga, mengonsumsi makanan yang sehat, menjaga kebersihan, dan menaati protokol kesehatan (Atmadja, dkk., 2020). Menurut (Malm et al., 2016) perubahan gaya hidup dan aktivitas fisik bisa saja mengubah kualitas hidup yang dimiliki seseorang. Pada saat pandemi seperti sekarang ini tentunya kualitas hidup siswa juga akan berubah.

Kualitas hidup adalah suatu konsep yang mencakup persepsi seseorang terkait dengan beberapa aspek kehidupan dimana persepsi tersebut berkaitan dengan tujuan, harapan, dan status kehidupannya di lingkungan masyarakat (Theofilou, 2013). Menurut WHO (dalam

Andesty dan Syahrul, 2018) kualitas hidup merupakan pemahaman seseorang yang berkaitan dengan tujuan hidup, harapan hidup, dan status, dalam kehidupannya di masyarakat. Berdasarkan kedua pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa kualitas hidup adalah persepsi seseorang yang terkait dengan pemahaman, tujuan, dan harapan di kehidupan masyarakat.

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kualitas hidup yaitu: (1) Psikologi, emosi negatif, stres, perasaan tak berdaya sangat berpengaruh di kualitas hidup seseorang (Kusumadewi, 2011); (2) Standar referensi, menurut O'Connor (dalam Aprilia 2014) seperti harapan, cita-cita, perasaan tentang kesamaan antara individu dan orang lain mempengaruhi di kualitas hidup; (3) Sosial, dukungan sosial berpengaruh terhadap kualitas hidup fungsi pertalian/ikatan sosial, memberi nasihat atau informasi (Nursalam, 2013); (4) kualitas hidup juga penilaian kesehatan fisik dan mental, yang berpengaruh oleh nilai budaya di lingkungan sekitar (Tias, 2015).

Aspek-aspek yang terdapat pada kualitas hidup menurut WHO (2004) yaitu aspek kesehatan fisik, aspek psikologi, aspek sosial, dan aspek lingkungan. Aspek kesehatan fisik meliputi kegiatan yang dilakukan sehari-hari, obat yang dikonsumsi sehari-hari, energim dan intensitas kerja. Aspek psikologi meliputi penampilan, perasaan, dan spiritualitas dalam menjalankan kehidupan. Aspek sosial meliputi hubungan antara seseorang dengan orang lainnya baik hubungan antar individu, maupun kelompok. Aspek lingkungan meliputi akses kebebasan, keamanan, dan kesempatan mendapatkan informasi.

Masa *pandemic covid-19* ini sangat berdampak pada kualitas hidup siswa, siswa sekolah menengah atas adalah salah satunya. Selama pandemi siswa menerapkan kegiatan belajar dari rumah termasuk aktivitas fisik di rumah. Hal tersebut membuat kegiatan siswa menjadi terbatas. Kegiatan belajar mengajar yang biasanya dilakukan siswa SMA Muhammadiyah 1 Taman Sidoarjo juga banyak berubah, yang awalnya siswa banyak beraktivitas di sekolah, pada saat pandemi seperti ini siswa belajar di rumah dengan ditemani dan diawasi oleh para orang tua mereka. Beralihnya cara belajar tersebut terkadang siswa SMA Muhammadiyah 1 Taman Sidoarjo hanya melakukan beberapa aktivitas yang tidak memerlukan banyak energi seperti tidur, bermain *smartphone*, dan lain-lain. Tingkat kebosanan yang dialami secara terus menerus membuat timbulnya penyakit berpengaruh pada kualitas hidup seseorang (Ribeiro et al., 2018). Berdasarkan hasil penelitian tingkat stress memiliki pengaruh kepada kualitas hidup siswa. Pembelajaran secara online dan daring yang mengharuskan siswa belajar di rumah membuat siswa memiliki rasa ketakutan dan cemas akan gagal dalam pembelajaran. (Alkatheri et al., 2020)

Selama pandemi sekolah SMA Muhammadiyah 1 Taman menerapkan kebijakan pembelajaran di sekolah menjadi belajar di rumah. Seiring berubahnya sistem pembelajaran tatap muka menjadi sistem pembelajaran daring dapat mengubah kondisi lingkungan belajar serta psikologis siswa. Berdasarkan latar belakang di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui profil kualitas hidup siswa SMA Muhammadiyah 1 Taman Sidoarjo pada masa pandemi Covid-19. Pada penelitian ini populasi yang diambil oleh peneliti adalah kelas X. Kelas X sendiri memiliki 2 jurusan MIPA, IPS, sehingga sampel yang dipilih secara acak oleh peneliti kelas X MIPA 1, X MIPA 2, X IPS 1, X IPS 2.

Responden memahamami isi, cara, dan menjawab atau mengisi kuisisioner dengan benar jujur sebagai asumsi dalam penelitian ini. Dalam penelitian ini ajukan mengenai judul adanya kualitas hidup siswa. Penelitian ini dilakukan pada SMA Muhammadiyah 1 Taman kelas X saja yang menjadi sampel, dan hanya meneliti tentang kualitas hidup siswa.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan metode survei. Populasi penelitian ini seluruh siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Taman Sidoarjo. Sampel yang dipilih melalui *cluster random sampling* terdiri dari empat kelas dengan jumlah 134 siswa meliputi 63 siswi dan 71 siswa. Instrumen penelitian menggunakan kuantitatif dengan pengumpulan data melalui *google form*. Teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif statistik yang menghitung nilai rata-rata dan pesentase. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah WHOQOL-BREF. WHOQOL-BREF merupakan instrumen yang digunakan untuk mengukur kualitas hidup seseorang yang meliputi dimensi fisik, sosial, psikologis, dan kualitas hidup. WHOQOL-BREF telah digunakan oleh peneliti dari beberapa negara. Berikut ini adalah norma pengukuran WHOQOL-BREF menurut *World Health Organization* (2004):

Tabel 1. Norma Pengukuran WHOQOL-BREF

Skor	Keterangan
0-20	Sangat Buruk
21-40	Buruk
41-60	Sedang
61-80	Baik
81-100	Sangat Baik

Sumber: Organisasi Kesehatan Dunia Kualitas Hidup WHOQOL-BREF Tahun 2004.

Setelah melakukan pengambilan data, peneliti melakukan analisis penelitian dengan menggunakan SPSS 25.

Analisis yang digunakan adalah *mean*, standar deviasi, dan persentase. Analisis tersebut untuk mengetahui letak kategori kualitas hidup yang dimiliki oleh siswa SMA Muhammadiyah 1 Taman Sidoarjo.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah sampel mengisi kuesioner WHOQOL-BREF peneliti melakukan analisis data dengan menggunakan SPSS 25. Hasil analisis dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 2. Deskripsi Data Dimensi Pada Kualitas Hidup Siswa

Dimensi	N	Min.	Max.	Mean	SD
Fisik	134	14	29	21,34	2,922
Psikologi	134	12	27	20,16	3,153
Sosial	134	4	15	9,99	1,858
Lingkungan	134	13	40	28,28	4,669

Berdasarkan tabel 2 deskripsi data dimensi pada kualitas hidup siswa SMA Muhammdiyah 1 taman bahwa dimensi lingkungan memiliki kualitas hidup tertinggi dengan *mean* 28,28 dan dimensi sosial memiliki kualitas hidup terendah dengan nilai rata-rata *mean* 9,99.

Setelah peneliti mengumpulkan data, peneliti harus melakukan transformasi skor untuk mengetahui kategori kualitas hidup siswa. Trasnformasi skor dilakukan sesuai panduan pada kuesioner WHOQOL-BREF. Hasil transformasi skor aan ditampilkan pada tabel 2 di bawah ini:

Tabel 3. Transformasi Skor Data Kualitas Hidup

Dimensi	N	Min.	Max.	Mean	SD
Fisik	134	25	81	51,31	10,738
Psikologi	134	24	88	59,20	13,225
Sosial	134	6	100	58,25	15,737
Lingkungan	134	29	100	64,90	14,866

Berdasarkan hasil transformasi skor data kualitas hidup siswa, diketahui bahwa dimensi fisik memiliki nilai rata-rata terendah dengan minimal 25 dan nilai maksimal 81 serta *mean* 51.31 standart deviasi 10,738. Transformasi skor data dimensi lingkungan memiliki nilai tertinggi dengan minimal 29 dan nilai maksimal 100 serta *mean* 64,90 dengan standart deviasi 14,866. maka dapat disimpulkan bahwa demensi lingkungan sangat mempengaruhi dalam kualitas hidup.

Tabel 4. Data Frekuensi Pada Dimensi Fisik

Kategori	N	Persentase (%)
Buruk	24	17,9
Sedang	83	61,9
Baik	26	19,5
Sangat Baik	1	0,7

Total	134	100
-------	-----	-----

Berdasarkan tabel data frekuensi dimensi fisik diketahui bahwa jumlah siswa yang memiliki kategori buruk pada dimensi fisik sebanyak 24 (17,9%), dan siswa yang memiliki kategori sangat baik pada dimensi fisik sebanyak 1 (0,7%) siswa. Kualitas hidup menjadi perhatian lebih pada pertumbuhan fisik, mental, emosional (Mardelena, 2017).

Tabel 5. Data Frekuensi Pada Dimensi Psikologi

Kategori	N	Persentase (%)
Buruk	0	0
Sedang	74	55,2
Baik	47	35,1
Sangat Baik	13	9,7
Total	134	100

Berdasarkan tabel data frekuensi pada dimensi psikologi diketahui bahwa jumlah siswa yang memiliki kategori sedang pada dimensi psikologi sebanyak 74 (55,2%), siswa yang memiliki kategori sangat baik pada dimensi psikologi sebanyak 13 (9,7%), dan tidak terdapat siswa yang memiliki kategori buruk pada dimensi psikologi. Psikologi siswa baik berdampak pada kualitas hidup yang lebih baik (Yunus et al., 2015).

Tabel 6. Data Frekuensi Pada Dimensi Sosial

Kategori	N	Persentase (%)
Sangat Buruk	1	0,7
Buruk	10	7,5
Sedang	71	53
Baik	41	30,6
Sangat Baik	11	8,2
Total	134	100

Berdasarkan tabel data frekuensi pada dimensi sosial di atas diketahui bahwa jumlah siswa yang memiliki kategori sangat buruk pada dimensi sosial sebanyak 1 (0,7%), siswa yang memiliki kategori baik pada dimensi sosial sebanyak 41 (30,6%), dan siswa yang memiliki kategori sangat baik pada dimensi sosial sebanyak 11 (8,2%) siswa.

Tabel 7. Data Frekuensi Pada Dimensi Lingkungan

Kategori	N	Persentase (%)
Sangat Buruk	1	0,7
Buruk	5	3,7
Sedang	45	33,6
Baik	60	44,8
Sangat Baik	23	17,2
Total	134	100

Berdasarkan tabel data frekuensi pada dimensi lingkungan di atas diketahui bahwa jumlah siswa yang memiliki kategori sangat buruk pada dimensi lingkungan sebanyak 1 (0,7%), siswa yang memiliki kategori baik pada dimensi lingkungan sebanyak 60 (44,8%), dan siswa yang memiliki kategori sangat baik pada dimensi sosial sebanyak 11 (8,2%) siswa.

Tabel 8. Data Kualitas Hidup Keseluruhan

Kategori	N	Persentase (%)
Buruk	6	4,5
Sedang	73	54,5
Baik	52	38,8
Sangat Baik	3	2,2
Total	134	100

Berdasarkan tabel data kualitas hidup keseluruhan di atas diketahui bahwa jumlah siswa yang memiliki kualitas hidup dengan kategori buruk sebanyak 6 (4,5%), yang memiliki kualitas hidup dengan kategori baik sebanyak 52 (38,8%), yang memiliki kualitas hidup dengan kategori sangat baik sebanyak 3 (2,2%) siswa.

Tabel 9. Deskripsi Data Keseluruhan Kualitas Hidup

Data	N	Min.	Max.	Mean	SD
Kualitas Hidup	134	28,25	90,75	58,41	10,83

Dari tabel 9 di atas diketahui bahwa kategori kualitas hidup siswa SMA Muhammadiyah 1 Taman Sidoarjo berada pada kategori sedang dengan nilai *mean* yaitu 58,41. Dari tabel 2 deskripsi data dimensi pada kualitas hidup dengan memiliki nilai rata-rata *mean* dimensi sosial 9,99 kategori rendah. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dimensi sosial berpengaruh terhadap kualitas hidup, kemampuan fungsional, status psikologi, interaksi sosial (Cho, 2013). Terdapat kesesuaian bahwa dimensi sosial pengaruh terhadap kualitas hidup. Dengan demikian hasil penelitian bahwa kualitas hidup SMA Muhammadiyah 1 Taman Sidoarjo yaitu berdomain pada dimensi lingkungan.

PENUTUP

Simpulan

Kualitas hidup siswa dipengaruhi oleh empat domain yaitu dimensi fisik, dimensi psikologi, dimensi sosial, dimensi lingkungan. Berdasarkan deskripsi data keseluruhan kualitas hidup siswa dengan nilai *mean* sebesar 58,42, standar deviasi sebesar 10,83, nilai terendah sebesar 28,25, nilai tertinggi sebesar 90,75.

Hasil analisis yang telah dilakukan oleh peneliti dapat disimpulkan bahwa kategori kualitas hidup siswa SMA Muhammadiyah 1 Taman Sidoarjo rata-rata berada pada kategori sedang dengan dibuktikan dari hasil analisis.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh terdapat saran yang dari peneliti yaitu sebagai berikut: Pada saat pandemi seperti ini siswa disarankan untuk tetap menjaga dan meningkatkan kualitas hidup meskipun beberapa pembatasan ditetapkan. Bagi guru PJOK, diharapkan selalu memotivasi siswa untuk menjaga dan meningkatkan kualitas hidup.

DAFTAR PUSTAKA

- Alkatheri, A. M., Bustami, R. T., Albekairy, A. M., Alanizi, A. H., Alanafesah R., Almodaimagh, H., Alzahem A., Aljamaan, K., Zurnuq, S., & Qandil, A. M. (2020). Quality of life and Stress Level Among Health Professions Students. *Health Profession Education*, 6(2), 201-210. <https://doi.org/10.1016/j.hpe.2019.11.004>
- Andesty, D., Syahrul, F. (2018). Hubungan Interaksi Sosial Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Unit Pelayanan Terpadu (UPTD) Griya Werdha Kota Surabaya Tahun 2017. *The Indonesia Journal Public Health*, 13(2), 169-180.
- Aprilia, W. R. (2019). *Hubungan Aktivitas Waktu Luang Dengan Kualitas Hidup Dewasa Madya*. Riau. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim.
- Atmadja, T. F. A. G., Yunianto, A. K., Yuliantini, E., Haya, M., Faridi, A., & Suryana, S. (2020). Gambaran Sikap dan Gaya Hidup Sehat Masyarakat Indonesia Selama Pandemi Covid-19. *Action: Aceh Nutrition Journal*, 5(2), 195-202.
- Chen, P., Mao, L., Nassis, G. P., Harmer, P., Ainsworth, B. E., & Li, F. (2020). Wuhan Coronavirus (2019-nCoV): The Need to Maintain Regular Physical Activity While Taking Precautions. *Journal of Sport and Health Science*, 9(2), 103-104.
- Cho, M. H. (2013). Clinical Approach to Quality of Life in Children With end-Stage Renal Disease. *Korean Journal of pediatrics*, 56(8), 323-326. <https://doi.org/10.3345/kjp.2013.56.8.323>
- Huang, C., Wang, T., Li, X., Ren, L., Zhao, J., Hu, Y., Zhang, L., Fan, G., Xu, J., & Gu, X. (2020). *Clinical Features of Patients Infected with 2019 Novel Coronavirus in Wuhan China*. *The Lancet*, 395(10223), 497-506.
- Kusumadewi, M. D. (2011). Peran Stresor Harian, Optimisme Dan Regulasi Diri Terhadap Kualitas Hidup Individu Dengan Diabetes Miletus Tipe 2. *Jurnal Psikologi Islam* (Online)
- <http://ejournal.uin-malang.ac.id> Diakses pada tanggal 31 Maret 2021
- Malm, K., Bremander, A., Arvidsson, B., Andersson, M. L. E., Bergman, S., & Larsson, I. (2016). The Influence of Lifestyle Habits on Quality of Life in Patients with Established Rheumatoid Arthritis – A Constant Balancing between Ideality and Reality. *International Journal of Qualitative Studies in Health and Well-Being*, 11(30534), 1-9.
- Mardelena, I. (2017). *Dasar-Dasar Ilmu Gizi Dalam Keperawatan Konsep dan Penerapan Pada Asuhan Keperawatan*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press.
- Nursalam, D. K. (2013). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Terinfeksi HIV/AIDS*. Jakarta: Salemba Medika.
- Ribeiro, í. J. S., Pereira, R., Freire, I. V., de Oliveira, B. G., Casotti, C. A., & Boery, E. N. (2018). Stress and Quality of Life Among University Students: A Systematic Literatur Review. *Health Professions Education*, 4(2), 70-77. <https://doi.org/10.1016/j.hpe.2017.03.002>
- Salmani, Z., Lemfadli, Y., Errami, A. A., Oubaha, S., & Krati, K. (2020). The Impact of The Covid-19 Pandemic on Quality of Life and Well-Being in Marroco. *Arch Community Med Public Health*, 6(2):130-134.
- Theofilou, P. (2013). Quality of Life: Definition and Measurement. *Europe's Journal of Psychology*, 9(1), 150-162.
- Tias, E. A. (2015). Kualitas Hidup Kesehatan: Konsep, Model, dan Penggunaan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 7(2), 1-12. <http://lp3m.thamrin.ac.id/upload/jurnal/JURNAL-1519375940.pdf>
- Yunus, F. W., Mustafa, S. M. S., Nordin, N., & Malik. (2015). Comparative Study Of Part-time and Full-time Students' Emotional Intelligence, Psychological Well-being and life Satisfactions in the Era of New Technology. *Procedia – Sosial and Behavioral Sciences*, 170, 234-242. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.01.033>