

PENGARUH KECEMASAN TERHADAP KUALITAS HIDUP PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS ATAU SEDERAJAT

Pamela Hendra Heng¹, Jessica Chandhika¹, Shania Kintani¹, Patricia Sarwono¹ Prisilia¹,
Diana Govert Anjali¹

¹Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara Jakarta
Surel: pamelah@fpsi.untar.ac.id

ABSTRACT

This study aims to empirically examine the anxiety and quality of life of high school students at JABOTABEK, through correlational quantitative questionnaires. Data collection is carried out in the month of March 2022. Research instruments include: informed consent, WHOQOL-BREF questionnaire and Generalized Anxiety Disorder Scale-7 (GAD-7) questionnaire, in the form of electronic questionnaires. Sampling in this study is non-probability sampling. Data collection is collected by using purposive sampling techniques. Based on the results, this study of 356 high school students in JABOTABEK, consisting of 253 female students (71.1%) and 103 male students (28.3%). Students aged 15 -18 years, the highest participants are students aged 16 years as many as 136 (38.2%) and the least participants are students aged 15 years as many as 36 (10.1%). Regression tests are conducted to determine the magnitude of the contribution of anxiety to the quality of life can be seen from the value of the coefficient of determination (r^2) of 0.209. The results showed that anxiety had an influence of 20.9% on quality of life and 79.1% was influenced by other factors not researched in this study. The implication of the result of this study shows that anxiety and quality of life have a significant negative relationship. This means that the lower the anxiety, the higher the quality of life of high school students.

Keywords: Anxiety, Quality of Life, high school students

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan untuk mengkaji secara empiris terkait kecemasan dan kualitas hidup siswa SMA atau sederajat di Jakarta, Bogor, Tangerang dan Bekasi (JABOTABEK) melalui kuesioner kuantitatif korelasional. Pengumpulan data dilakukan di bulan Maret 2022. Instrumen penelitian meliputi: *informed consent*, kuesioner WHOQOL-BREF dan kuesioner *Generalized Anxiety Disorder Scale-7 (GAD-7)*, dalam bentuk kuesioner elektronik. Pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *non-probability sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Berdasarkan hasil penelitian terhadap 356 siswa SMA atau sederajat di JABOTABEK yang terdiri dari siswa perempuan sebanyak 253 (71,1%) dan siswa laki-laki sebanyak 103 (28,3%). Siswa dalam rentang usia 15 sampai 18 tahun, jumlah partisipan terbanyak berusia 16 tahun sebanyak 136 (38,2%) dan jumlah partisipan yang paling sedikit berusia 15 tahun sebanyak 36 (10,1%). Dari hasil pengolahan data uji regresi pada penelitian ini besarnya kontribusi kecemasan terhadap kualitas hidup dapat dilihat dari nilai koefisien determinasi (r^2) sebesar 0,209. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kecemasan memberikan pengaruh sebesar 20,9% terhadap kualitas hidup dan 79,1% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Implikasi dari hasil penelitian ini menunjukkan kecemasan dan kualitas hidup memiliki hubungan negatif yang signifikan. Hal ini mengatakan semakin rendah kecemasan maka semakin tinggi kualitas hidup siswa SMA atau sederajat.

Kata Kunci: Kecemasan, Kualitas hidup, Siswa SMA atau sederajat

1. PENDAHULUAN

Dengan adanya pandemi COVID-19, pemerintah menyarankan untuk melakukan metode pembelajaran secara *online* atau dalam jaringan (*daring*). Seluruh institusi pendidikan baik sekolah maupun universitas menggunakan metode *daring* melalui *video conference* dan sosial media. Sementara itu, metode *daring* dianggap metode yang tidak efektif. Pada awal proses pembelajaran, memang para remaja menanggapinya dengan sangat baik. Namun setelah proses pembelajaran *daring* berjalan, banyak remaja yang merasa kesulitan dalam memahami pelajaran (Tsarina Maharani, 2020).

Survei yang dilakukan dua kali pada bulan April dan bulan Mei tahun 2020 yang diberikan kepada para guru dan siswa tentang pembelajaran dari rumah oleh Badan Penelitian dan Pengembangan dan Pembinaan Kementerian Pendidikan dan Budaya, mendapatkan hasil kebanyakan siswa

menghadapi kesulitan dalam memahami pelajaran (Tsarina Maharani, 2020). Siswa merasa jenuh dan sulit berkonsentrasi saat belajar di rumah serta adanya distraksi dari lingkungan rumahnya. Mayoritas siswa merasa tidak senang belajar dari rumah. Berdasarkan hasil survei, hanya terdapat 37,5% anak yang menyukai metode pembelajaran daring dari rumah.

Proses pembelajaran daring yang dilakukan mampu memberikan efek pada kesehatan mental dan tekanan secara psikologis (Riany, 2020). Tekanan psikologis yang dapat terjadi yaitu remaja mengalami gangguan kecemasan (Adrian, 2020). Dalam jurnal penelitian gambaran psikologis remaja saat proses pembelajaran selama pandemi COVID-19 menyatakan bahwa masalah psikologis yang sering terjadi pada remaja karena pembelajaran daring adalah kecemasan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Martini et al. (2021) adalah sebanyak 50% mahasiswa merasakan sangat cemas, lalu 30% merasa cemas, 15% merasa tidak cemas, dan 5% merasakan sangat tidak cemas dengan kondisi pandemi COVID-19 saat ini.

Hal ini dikhawatirkan dapat memengaruhi kecemasan dan kualitas hidup remaja. Kualitas hidup adalah cara seseorang untuk memahami posisinya dalam kehidupan, sistem nilai, dan konteks budaya di lingkungan sekitar mereka serta memahami diri sendiri dalam hal tujuan hidup, harapan, standar yang terkait (World Health Organization, dalam Jacob & Sandjaya, 2018). Apabila kualitas hidup remaja terganggu, hal ini dapat berdampak pada aspek: kesehatan fisik, perkembangan psikologis, tingkat kebebasan, hubungan sosial dan lingkungan sekitar remaja.

Hasil penelitian Swasono (2021) didapatkan gambaran kualitas hidup sebagian besar siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) di Indonesia selama pandemi COVID-19, sebanyak 49,1% berada di kategori tinggi, dan sebanyak 45,5% siswa memiliki kepuasan terhadap kesehatan. Hasil yang ditemukan pada domain lingkungan dalam kategori baik sebanyak 53,6% dan domain kesehatan psikologis dalam kategori baik sebanyak 50%. Domain kesehatan fisik termasuk dalam kategori sedang yaitu 64,3% sedangkan domain hubungan sosial masuk kategori sedang sebanyak 42,9%.

Gan dan Hue (2019) dalam penelitiannya ke 149 mahasiswa kedokteran dalam dua tahun terakhir pelatihan mereka di salah satu sekolah kedokteran umum di Malaysia, menunjukkan bahwa mahasiswa dengan gejala kecemasan memiliki kaitan yang lebih rendah dengan kualitas hidup dimensi kesehatan psikologis, hubungan sosial, dan dukungan. Berbeda dengan hasil penelitian Gan dan Hue, penelitian Syaiful (2019) menunjukkan hasil ada hubungan positif pada kecemasan dengan kualitas hidup pada pasien gagal ginjal kronis. Sementara penelitian Rizky dan Sianturi (2021) yang dilakukan pada 145 pasien HIV/Aids berasal dari Yayasan Pelita Ilmu di Tebet Jakarta Selatan mendapatkan hasil yaitu terdapat lebih dari 0,05% yang menunjukkan bahwa antara kecemasan dengan kualitas hidup tidak ada hubungan.

Pembelajaran daring adalah pembelajaran yang akan berguna untuk masa depan. Hal ini dikarenakan pembelajaran daring memiliki berbagai dampak positif, yakni waktu yang fleksibel, pembelajaran dapat lebih mudah diakses, dapat mengikuti berbagai kegiatan pembelajaran lain tanpa harus mengunjungi tempat tersebut, dan lebih hemat biaya (Josep, 2021). Menurut Ayu Maharani (2020), beberapa pelajar lebih menyukai pembelajaran melalui sistem daring. Beberapa alasan pelajar menyukai sistem pembelajaran daring yaitu karena mereka lebih menyukai lingkungan rumah daripada lingkungan sekolah untuk belajar, mampu berkonsentrasi belajar di rumah, serta merasa sudah nyaman dan terbiasa di rumah.

Oleh sebab itu, peneliti tertarik meneliti kecemasan siswa SMA atau sederajat dengan kualitas hidupnya karena belum ada penelitian yang responden nya siswa SMA atau sederajat. Peneliti ingin meneliti penelitian tersebut dan melihat seberapa besar pengaruh kecemasan terhadap kualitas hidup dari siswa SMA atau sederajat di Indonesia khususnya di daerah Jakarta, Bogor, Tangerang, dan Bekasi (JABOTABEK).

2. METODE PENELITIAN

Partisipan

Karakteristik partisipan yang di pakai dalam penelitian ini adalah: (a) Siswa SMA atau sederajat yaitu remaja yang berusia antara 15 sampai dengan 18 tahun, (b) Berjenis kelamin laki-laki dan perempuan. (c) Bersekolah di daerah JABOTABEK. Untuk suku, ras, agama, dan budaya partisipan dalam penelitian ini tidak dibatasi oleh peneliti. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *non-probability sampling* yaitu teknik *purposive sampling* agar bisa mendapatkan partisipan sesuai dengan kriteria yang dibutuhkan. Penelitian ini merupakan penelitian berjenis kuantitatif korelasional, yaitu untuk mencari tahu ada tidaknya hubungan antara kecemasan terhadap kualitas hidup siswa SMA atau sederajat di JABOTABEK. Tujuan penelitian korelasional adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara dua variabel atau lebih, serta nilai korelasi yang dimiliki oleh variabel-variabel yang diteliti (Ibrahim et al., 2018)

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Partisipan

Gambaran partisipan pada penelitian ini dapat dilihat melalui data demografi yang digunakan yaitu: jenis kelamin, lokasi sekolah, tipe sekolah, usia, urutan kelahiran, domisili, tinggal bersama, dan uang saku dalam satu bulan. Berdasarkan jenis kelamin dari 356 siswa, didapatkan hasil bahwa siswa perempuan sebanyak 253 (71,1%) lebih banyak daripada siswa laki-laki sebanyak 103 (28,9%). Gambaran jenis kelamin partisipan dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Gambaran Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-laki	103	28,9
Perempuan	253	71,1
Total	356	100,0

Berdasarkan lokasi sekolah partisipan dari 356 siswa, terdapat empat lokasi sekolah. Jumlah lokasi sekolah yang paling sedikit adalah Tangerang 10 partisipan (2,8%) dan jumlah yang paling banyak adalah Bogor sebanyak 240 partisipan (67,4%). Gambaran lokasi sekolah partisipan dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Gambaran Partisipan Berdasarkan Lokasi Sekolah

Lokasi Sekolah	Frekuensi	Persentase (%)
Jakarta	94	26,4
Bogor	240	67,4
Tangerang	10	2,8
Bekasi	12	3,4
Total	356	100,0

Berdasarkan data tipe sekolah partisipan dari 356 siswa, terdapat dua tipe sekolah, yaitu Sekolah Menengah Atas (SMA) dan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). Jumlah partisipan dari Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) sebanyak 94 partisipan (26,4%) dan jumlah partisipan dari Sekolah Menengah Atas (SMA) sebanyak 262 partisipan (73,6%). Gambaran tipe sekolah partisipan dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Gambaran Partisipan Berdasarkan Tipe Sekolah

Tipe Sekolah	Frekuensi	Persentase (%)
Sekolah Menengah Atas (SMA)	262	73,6
Sekolah Menengah Kejuruan (SMK)	94	26,4
Total	356	100,0

Berdasarkan data usia partisipan dari 356 siswa, terdapat rentang usia antara 15 hingga 18 tahun, didapatkan hasil bahwa usia siswa yang memiliki partisipan paling sedikit adalah usia 15 tahun sebanyak 36 partisipan (10,1%) dan jumlah partisipan berusia 16 tahun merupakan jumlah terbanyak yaitu sebanyak 136 partisipan (38,2%). Gambaran usia partisipan dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 4. Gambaran Partisipan Berdasarkan Usia

Usia (Tahun)	Frekuensi	Persentase (%)
15	36	10,1
16	136	38,2
17	125	35,1
18	59	16,6
Total	356	100,0

Pengambilan data dengan menyebarkan kuesioner ini dilakukan secara *online* melalui *Google Form*. *Setting* penelitian dalam pengumpulan data adalah SMA atau sederajat di daerah JABOTABEK. Peralatan penelitian yang digunakan adalah: Kuesioner WHOQOL-BREF dan Kuesioner *Generalized Anxiety Disorder Scale-7* (GAD-7). Peralatan penelitian yang digunakan adalah laptop, *handphone*, dan program *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 21.0. Siswa yang memenuhi kriteria dapat mengisi kuesioner *online*. Kuesioner *online* terdiri dari: *informed consent*, data demografi, kuesioner WHOQOL-BREF, dan kuesioner GAD-7.

Alat Ukur Penelitian

Pengukuran dalam penelitian ini menggunakan WHOQOL-BREF untuk mengukur kualitas hidup. Alat ukur ini diterjemahkan ke Indonesia dan dimodifikasi oleh Dr Ratna Mardiaty; Satya Joewana, Universitas Atma Jaya Katolik, Jakarta; Dr Hartati Kurniadi; Isfandari, Kementerian Kesehatan RI dan Riza Sarasvita, Rumah Sakit Ketergantungan Obat Fatmawati, Jakarta. Kemudian, alat ukur ini direvisi oleh Fredrick Dermawan Purba, Universitas Padjadjaran, Jatinangor pada tahun 2016. Alat ukur ini terdiri dari empat dimensi yaitu kesehatan fisik, kesejahteraan psikologis, hubungan sosial, dan hubungan dengan lingkungan. WHOQOL-BREF memiliki 26 *item* pertanyaan, 23 *item* positif dan 3 *item* negatif. Setiap pertanyaan diberikan nilai 1 sampai 5 sesuai dengan skala *Likert*, dan nilai lebih tinggi menunjukkan kualitas hidup yang lebih baik. Nilai koefisien *Alpha Cronbach* pada alat ukur WHOQOL-BREF, yaitu 0,882 sehingga WHOQOL-BREF merupakan alat ukur yang reliabel. Contoh butir pertanyaan alat ukur WHOQOL-BREF: “Bagaimana menurut anda kualitas hidup anda?” dengan Skala *Likert* 1-5 seperti yang tertera dibawah ini: (a) sangat buruk, (b) buruk, (c) biasa-biasa saja (d) baik, (e) sangat baik.

Pada uji reliabilitas alat ukur WHOQOL-BREF, terdapat 26 butir pertanyaan dengan *internal consistency reliability* sebesar 0,905. Dari 26 butir pertanyaan, terdapat dua butir pertanyaan yang memiliki nilai *corrected item total correlation* di bawah 0,2 yaitu butir ketiga sebesar 0,190 dan butir keempat sebesar 0,067 sehingga kedua butir tersebut perlu dibuang. Sehingga reliabilitas alat ukur naik menjadi 0,911. Uji reliabilitas WHOQOL-BREF dapat dilihat pada Tabel 5.

Tabel 5. Uji Reliabilitas WHOQOL-BREF

	Reliabilitas Awal	Reliabilitas Akhir
Butir Positif	23	23
Butir Negatif	3	1
<i>Cronbach's alpha</i>	0,905	0,911

Pengukuran kecemasan menggunakan *Generalized Anxiety Disorder Scale-7* (GAD-7) yang terdiri dari 7 skala *item self-rated*. GAD – 7 dikembangkan oleh Robert L Spitzer, Kurt Kroenke, Janet B W Williams, Bernd Löwe pada tahun 2006. Nilai *Alpha Cronbach* pada alat ukur GAD-7 adalah 0.874. Contoh butir pertanyaan alat ukur GAD - 7: “Apakah kamu merasa gugup, cemas,

atau gelisah ?” dengan Skala *Likert* 0-3 yaitu (a) 0 : tidak sama sekali (b) 1 : beberapa hari (c) 2 : lebih dari setengah hari (d) 3 : hampir setiap hari.

Uji reliabilitas alat ukur GAD-7, terdapat tujuh butir pertanyaan dengan *internal consistency reliability* sebesar 0,864. Tujuh butir pertanyaan tersebut memiliki nilai *corrected item total correlation* di atas 0,2 sehingga semua butir dapat dipakai. Reliabilitas GAD-7 dapat dilihat pada Tabel 6.

Tabel 6. Uji Reliabilitas GAD-7

	Reliabilitas Awal	Reliabilitas Akhir
Butir Positif	7	7
<i>Cronbach's alpha</i>	0,864	0,864

Pelaksanaan penelitian dilakukan dengan cara melakukan pengambilan data melalui kuesioner dalam bentuk *Google Form* di bulan Maret 2022. Setelah melakukan pengumpulan data, tahap selanjutnya yaitu pengolahan data dilakukan menggunakan program *software* SPSS versi 21.0 *for windows*.

Gambaran Variabel Penelitian

Pengukuran WHOQOL-BREF memiliki 23 butir positif dan satu butir negatif. Berdasarkan analisis data yang diperoleh mengenai WHOQOL-BREF, skor minimum sebesar 2,506 dan skor maksimum sebesar 4,011. Nilai *mean* empirik pada penelitian ini yaitu 3,559 sedangkan *mean* hipotetik yaitu 3. Nilai *mean* hipotetik didapat dari skala pengukuran yaitu 1 sampai 5. Nilai *mean* empirik didapat dari hasil pengolahan data penelitian ini yaitu dari skor partisipan penelitian. Berdasarkan data tersebut diperoleh *mean* empirik lebih besar daripada *mean* hipotetik yang artinya siswa SMA memiliki kualitas hidup yang tinggi. Gambaran data WHOQOL-BREF dapat dilihat pada Tabel 7.

Tabel 7. Gambaran Data WHOQOL-BREF

	Minimum	Maksimum	Mean
WHOQOL-BREF	2,506	4,011	3,559

Pengukuran GAD-7 memiliki tujuh butir positif. Berdasarkan analisis data yang diperoleh mengenai GAD-7, skor minimum sebesar 1,129 dan skor maksimum sebesar 1,767. Nilai *mean* empirik pada penelitian ini yaitu 1,508 sedangkan *mean* hipotetik yaitu 1,5. Nilai *mean* hipotetik didapat dari skala pengukuran yaitu 0 sampai 3. Nilai *mean* empirik didapat dari hasil pengolahan data penelitian ini yaitu dari skor partisipan penelitian. Berdasarkan data tersebut diperoleh *mean* empirik setara dengan *mean* hipotetik yang artinya kecemasan pada siswa SMA sedang. Gambaran data GAD-7 dapat dilihat pada Tabel 8.

Tabel 8. Gambaran Data GAD-7

	Minimum	Maksimum	Mean
GAD-7	1,129	1,767	1,508

Selanjutnya, berdasarkan pengolahan data didapatkan juga penggolongan tinggi rendahnya kualitas hidup dan kecemasan siswa SMA atau sederajat. Data perbandingan tinggi rendah siswa yang mempersepsi kualitas hidupnya tinggi yaitu 81,2%, sedang 0,3% dan yang mempersepsi kualitas hidupnya rendah yaitu 18,5%. Data perbandingan tinggi rendah siswa yang mempersepsi kecemasannya sedang yaitu 23%, ringan 6,5% dan yang mempersepsi kecemasannya minimal yaitu 70,5%.

Analisis Data Utama

Peneliti melakukan uji normalitas menggunakan *One-Sample Kolmogrov Smirnov Test* untuk mengetahui data terdistribusi normal atau tidak. Hasilnya WHOQOL-BREF didapatkan nilai

signifikansi sebesar $p = 0,510 > 0,005$ dan hasil uji normalitas GAD-7 didapatkan nilai $p = 0,080 > 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa data penelitian ini terdistribusi secara normal. Setelah diketahui bahwa data terdistribusi secara normal, peneliti menggunakan *Pearson Correlation* untuk mengetahui hubungan antara kecemasan dan kualitas hidup. Hasil penelitian menunjukkan hubungan negatif yang signifikan dengan $r = -0,457$, $p = 0,000 < 0,05$. Hasil uji korelasi dapat dilihat di Tabel 9.

Tabel 9. Hubungan Kecemasan dengan Kualitas Hidup

Variabel	R	p	Keterangan
Kualitas Hidup	-0.457	0.000	Signifikan

Berdasarkan uji korelasi yang dilakukan, didapatkan hasil yaitu semakin tinggi kualitas hidup siswa maka semakin rendah kecemasan yang dialami. Selain itu, hubungan antara kecemasan dengan empat dimensi kualitas hidup menunjukkan hasil hubungan negatif yang signifikan, dapat dilihat di Tabel 10.

Tabel 10. Hubungan Kecemasan dengan Dimensi Kualitas Hidup

Dimensi Kualitas Hidup	R	p	Keterangan
Kesehatan Fisik	-0.333	0.000	Signifikan
Kesehatan Psikologis	-0.543	0.000	Signifikan
Hubungan Sosial	-0.275	0.000	Signifikan
Dukungan	-0.275	0.000	Signifikan

Hasil analisis regresi dari kecemasan terhadap kualitas hidup. Diperoleh nilai $R^2 = 0,209$. Hasil uji regresi dapat dilihat di Tabel 11.

Tabel 11. Regresi Kualitas Hidup terhadap Kecemasan

R Square	p	Keterangan
0.209	0.000	Pengaruh kecemasan terhadap kualitas hidup sebesar 20.9%

Analisis Data Tambahan

Peneliti melakukan uji beda untuk lebih mengetahui kecemasan dan kualitas hidup siswa SMA atau sederajat. Peneliti melakukan uji beda variabel kecemasan dengan data demografi. Uji beda kecemasan ditinjau dari domisili memiliki nilai signifikansi sebesar $p = 0.049$ menunjukkan hasil yang signifikan. Uji beda kecemasan dapat dilihat di Tabel 12.

Tabel 12. Uji Beda Kecemasan dengan Data Demografi

	Signifikan (p)	Keterangan
Jenis Kelamin	0.987	Tidak Signifikan
Lokasi Sekolah	0.106	Tidak Signifikan
Tipe Sekolah	0.919	Tidak Signifikan
Usia	0.195	Tidak Signifikan
Urutan Kelahiran	0.936	Tidak Signifikan
Domisili	0.049	Signifikan
Tinggal Bersama	0.058	Tidak Signifikan
Uang Saku dalam Satu Bulan	0.537	Tidak Signifikan

Uji beda kualitas hidup ditinjau dari tinggal bersama ($p= 0.009$), domisili ($p= 0.005$) dan uang saku ($p= 0.042$) menunjukkan hasil yang signifikan. Uji beda kualitas hidup dapat dilihat di Tabel 13.

Tabel 13. Uji Beda Kualitas Hidup dengan Data Demografi

	Signifikan (p)	Keterangan
Jenis Kelamin	0.969	Tidak Signifikan
Lokasi Sekolah	0.528	Tidak Signifikan
Tipe Sekolah	0.414	Tidak Signifikan
Usia	0.307	Tidak Signifikan
Urutan Kelahiran	0.080	Tidak Signifikan
Domisili	0.005	Signifikan
Tinggal Bersama	0.009	Signifikan
Uang Saku dalam Satu Bulan	0.042	Signifikan

4. KESIMPULAN

Hasil analisis penelitian menyatakan bahwa kecemasan memiliki hubungan dengan kualitas hidup siswa SMA atau sederajat di JABOTABEK. Hal ini dapat dilihat dari angka korelasi ($r = -0,457$) kecemasan dan kualitas hidup siswa SMA atau sederajat. Selain itu, berdasarkan olah data menggunakan *Pearson correlation* ditemukan bahwa kecemasan dan kualitas hidup memiliki hubungan negatif yang signifikan dan hubungan kecemasan dengan empat dimensi kualitas hidup menunjukkan hasil hubungan negatif yang signifikan, hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Gan dan Hue (2019) yang menyebutkan bahwa kecemasan memiliki hubungan negatif dengan kualitas hidup pada dimensi kesehatan psikologis, hubungan sosial, dan dukungan. Semakin rendah kecemasan maka semakin tinggi kualitas hidup siswa. Pada penelitian ini besarnya kontribusi kecemasan terhadap kualitas hidup dapat dilihat dari nilai koefisien determinasi (r^2) sebesar 0,209. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kecemasan memberikan pengaruh sebesar 20,9% terhadap kualitas hidup dan 79,1% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Hasil uji beda delapan macam data demografi, ditemukan hasil analisis uji beda kecemasan ditinjau dari domisili menunjukkan hasil yang signifikan. Hasil analisis uji beda kualitas hidup ditinjau dari tinggal bersama, domisili, dan uang saku menunjukkan hasil yang signifikan.

Penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu keterbatasan dalam-bertatap muka dan memberikan penjelasan secara lisan ataupun tanya jawab kepada responden.

Hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi pada psikologi Pendidikan. Saran untuk orang tua perlu memperhatikan domisili dan uang saku anaknya karena hal tersebut memengaruhi kualitas hidup siswa. Untuk penelitian selanjutnya dapat menggunakan *mix method*.

Ucapan Terima Kasih (*Acknowledgement*)

Kami mengucapkan terima kasih kepada partisipan dan para koordinator dan kepala sekolah yang terlibat dalam penelitian ini.

REFERENSI

- Adrian, K. (2020, Juni 9). Macam – macam gangguan jiwa yang umum terjadi . Alodokter. Diunduh dari <https://www.alodokter.com/macam-macam-gangguan-jiwa-yang-umumterjadi>
- Ibrahim, A., Alang, A. H., Madi., Baharuddin., Ahmad, M. A., & Darmawati. (2018). *Metodologi Penelitian*. Gunadarma Ilmu, Makassar. <http://repositori.uin-alauddin.ac.id/12366/1/BUKU%20METODOLOGI.pdf>
- Gan, Gin-Gin., & Hue, Yuen-Ling. (2019). Anxiety, depression and quality of life medical students in Malaysia. *Med J Malaysia*, 7(4). <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30846664/>

- Jacob, D. E., & Sandjaya. (2018). Faktor faktor yang mempengaruhi kualitas hidup masyarakat karubaga district sub district tolikara propinsi papua. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*, 1, 1-16. Diunduh dari <https://journal.unhas.ac.id/index.php/jnik/article/view/4281/2691>
- Josep, G. (2021, April 30). 5 reasons why online learning is the future of education. *Educations.com*. Diunduh dari <https://www.educations.com/articles-and-advice/5-reasons-online-learning-is-future-of-education-17146>
- Maharani, A. (2020, November 27). Anak lebih nyaman sekolah online, bisa jadi ini alasannya. *Klikdokter*. Diunduh dari <https://www.klikdokter.com/info-sehat/read/3645826/anak-lebihnyaman-sekolah-online-bisa-jadi-ini-alasannya>
- Maharani, T. (2020, July 9). Kemendikbud: mayoritas anak sulit pahami pelajaran selama belajar dari rumah. *Kompas*. Diunduh dari <https://nasional.kompas.com/read/2020/07/09/14440071/kemendikbud-mayoritas-anaksulit-pahami-pelajaran-selama-belajar-dari-rumah>
- Martini, Syahrul, M., & Bunyamin, A. (2021). Tingkat kecemasan mahasiswa selama pandemi. *Indonesian Journal of Learning Education and Counseling*, 4(1). <https://doi.org/10.31960/ijolec.v4i1.1240>
- Riany, Y. E. (2020, November 12). Ancaman kesehatan mental siswa pada masa pandemi. *Koran Sindo*. Diunduh dari https://nasional.sindonews.com/read/228580/18/ancamankesehatan-mental-siswa-pada-masa-pandemi1605096692?_gl=1*qu3dz3*_ga*MmhSdXZLVVZYaGxRVdN4c1lWcEhhVzZpb3dyelJB SzhZdVp0WHFWRzlnOVE2UUdOcHpKYIVxNnNwdmxzSmJpeg
- Rizky, S. R., & Sianturi, S. R. (2021). Hubungan kecemasan dengan kualitas hidup orang dengan HIV/AIDS. *Jurnal Keperawatan Malang*, 6(1). doi: <https://doi.org/10.36916/jkm.v6i1.123>
- Swasono, A. A. A. (2021). Kualitas hidup siswa sma di indonesia selama pandemi COVID-19. http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/95830%0Ahttp://eprints.ums.ac.id/95830/6/Baru Naskah Publikasi_Ain Aulia A S_F100170043.pdf
- Syaiful, D. (2019). Hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di rumah sakit Rasyida Medan. *Jurnal Pembaruan Keperawatan*, 1(1). 1-5. <http://ejournal.helvetia.ac.id/index.php/jnu/article/view/4510>