KONFIRMASI LIMA FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KUALITAS HIDUP REMAJA PUTRI TINGKAT SMA

Oleh
Rina Dwi Anggraeni[1], Euis Atikah[2]
[1,2]Prodi Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Lenggogeni Padang
Email: [1]rinadwianggraeni.bidan@gmail.com

Article History:
Received: 08-01-2023
Revised: 18-02-2023
Accepted: 24-03-2023

Keywords:
Quality Of Life Of Teenager

Abstract: *The Quality of life of young women either if the variables that influenced him including menstrual cycle on young women walking with regular and balanced. This research aims to know the direct and indirect influence as well as the adjustment is the home environment, the interaction patterns of adolescent-parent, physical activity, stress levels, and the menstrual cycle towards the quality of life of young women in Rengasdengklok SMAN 1 the year 2016. With the method of quantitative approaches that use design cross sectional. The sample used 54 teenager. The method of analysis by SEM analysis using Smart-PLS 2.0 and SPSS. The results of testing a hypothesis produce the percentage of influence all variables to the quality of life the young women in this model of 74.67% and the rest from other variables, on the variables examined direct influence of 74.50% and not influence direct of 0.17%. The value of the Q-Square (predictive relevance) of 93.92%, this means that the representative model was able to explain the diversity as well as being able to examine a phenomenon that is in this research. From the results of research that has been done, the researchers suggested that in a home environment in particular components of the behavior of the occupants more enhanced insight or discipline in keeping the environment clean house, because on this research suggests that the health of the home environment in particular components of the behavior of the occupants is still low*

PENDAHULUAN

United Nation Development Programme (UNDP) menyampaikan tentang Indeks Pembangunan Manusia (IPM) dengan melalui cara ukur mengenai pencapaian pembangunan dari manusia itu sendiri yang memiliki basis lebih dari satu komponen dasar yang semuanya berkenaan tentang sebuah pencapaian besar di dalam kehidupan ini, hal tersebut merupakan kualitas hidup.[1] Ada faktor-faktor yang memberi pengaruh terhadap kualitas hidup remaja

putri yakni terdapat pada model pendekatan *PRECEDE-PROCEED* dari Green diantaranya gaya hidup, lingkungan dan kesehatan.[2]

Selama awal-awal masa remaja, sikap dan juga perilaku memiliki tingkat alur perubahan yang beriringan dengan tingkat perubahan yang signifikan secara fisik maupun psikologis.[3] Remaja putri mulai menilai diri mereka dengan suatu penilaian-penilaian dan juga standar pribadi, namun masih kurang ahli dalam melakukan interpretasi dari perbandingan sosial.[2] Sama juga dengan hal yang dikemukan oleh peneliti lain yakni remaja putri memang cenderung akan lebih sensitif dari sebelumnya dan juga memiliki tingkat stres yang tidak bisa orang tua abaikan. Oleh karenanya, seorang remaja putri sangat perlu memperoleh perhatian yang lebih ekstra guna mencegah hal yang merugikan untuk masa selanjutnya terkait kualitas hidup yang remaja putri idamkan.[4]

Remaja putri bukan hanya secara psikologis, mereka dipaksa untuk menerima dan juga untuk dapat terbiasa dengan perubahan secara fisik terutama organ reproduksi diantaranya ialah terjadinya masa menstruasi. Berdasarkan hasil SKRRI pada tahun 2012, terjadinya menstruasi pertama kali yang dialami oleh remaja putri sebanyak (29%) pada umur 13 tahun, sebanyak (24%) pada umur 14 tahun, dan juga sebanyak (23%) pada umur 12 tahun. Ada fenomena yang menarik, bahwa sebanyak (7%) remaja putri mengalami haid pertamanya pada umur 10 sampai dengan 11 tahun. Hanya sedikit sekali sekitar (0,5%) remaja putri belum mendapat menstruasi.[5] Secara keseluruhan, sebanyak (89%) menstruasi pertama kali yang dialami oleh seorang remaja putri datang pada saat remaja putri memasuki fase umur 12 hingga dengan umur 15 tahun. Hasil studi ini hampir sama dengan temuan yang paparkan oleh Lembaga Demografi Universitas Indonesia yang menunjukkan hasil bahwa sebanyak (84%) remaja putri untuk yang pertama kali menstruasi saat 12-15 tahun.[6]

Studi membuktikan dari hasil peneliti lain juga telah membuktikan bahwa ketika remaja putri mengalami tingkat stres yang tinggi maka akan berpengaruh terhadap siklus menstruasinya.[7] Di Indonesia, Terdapat 68% perempuan umur 10-59 tahun memiliki siklus menstruasi yang tidak teratur, diantaranya 11,7% perempuan yang dipresentasikan dari kelompok umurnya 15-19 tahun dan 7% perempuan yang dipresentasikan yang berstatus sekolah. Dan di provinsi Jawa Barat terdapat 69,1% perempuan yang memiliki siklus menstruasi yang teratur.[8] Faktor-faktor yang bisa memberikan pengaruh terhadap siklus menstruasi diantaranya yaitu lingkungan rumah, pola interaksi remaja-orang tua, aktivitas fisik dan tingkat stres.[2] Faktor lingkungan memiliki pengaruh terhadap siklus menstruasi maupun terhadap tingkat stres dimana kedua kondisi tersebut dapat memberikan suatu pengaruh terhadap kualitas hidup remaja putri. Lingkungan fisik mencakup apa-apa yang berada di lingkungan tempat dimana remaja putri tinggal secara fisik baik dalam hal rumah ataupun juga sarana-sarana untuk menunjang kesehatan lainnya.[9]

Di negara Indonesia terdapat proporsi jumlah rumah tangga yang mempunyai akses untuk sumber air minum *improved* sebesar 66% (perkotaan 64,3%, pedesaan 60,4%). Ada sebanyak 96,5% mereka mengolah air minum dengan melakukan cara pemasakan air terlebih dahulu, adapun sisanya mereka memilih melakukan cara lain. Dan data penghuni rumah yang memanfaatkan fasilitas BAB yang dibangun sendiri atau milik pribadi didapat sebanyak (76,2%), di Jawa Barat orang yang berperilaku BAB yang benar ada sekitar (87,8%). Perilaku BAB yang benar pada tahun 2013 sebanyak (82,6%) di Indonesia dan di

Jawa barat sebanyak (87,8%). Kemudian data tentang rumah yang mempunyai akses terhadap fasilitas sanitasi *improved* (kriteria JMP WHO-UNICEF) di Indonesia sebanyak (58,9%). Data kepemilikan penampungan untuk air limbah pada setiap rumah di Indonesia pada umumnya di buang langsung ke saluran atau got sebanyak (46,7%). Ditemui juga sebanyak (15,5%) rumah yang menggunakan penampungan tertutup dipekarangan dengan dilengkapi SPAL, sebanyak (13,2%) menggunakan terbuka dipekarangan dan juga sebanyak (7,4%) diluar pekarangan. Di dalam perihal pengelolaan sampah rumah tangga pada umumnya dilakukan dengan cara membakarnya sebanyak (50,1%) dan selebihnya sebanyak 24,9% dilakukan dengan cara diangkut oleh petugas kebersihan. Indonesia masih banyak Perokok aktif umur 30 sampai dengan 34 tahun sebanyak (33,4%) berdasarkan pada jenis pekerjaan, petani, nelayan, maupun buruh merupakan perokok aktif pada setiap harinya yang memiliki proporsi terbesar (44,5%) dibanding kelompok pekerja lainnya. Secara nasional terdapat sebanyak (61,81%) rumah yang memenuhi syarat kesehatan namun hasil ini sama sekali belum memenuhi target renstra kementrian kesehatan pada tahun 2014 yaitu (77%) rumah sehat, namun di Jawa Barat hanya ada sekitar (67,31%) rumah sehat saja.[10]

Interaksi remaja putri dengan orang tuanya merupakan faktor lingkungan sosial remaja putri tersebut. Data sosial remaja putri diantaranya adalah data tentang remaja putri yang belum menikah umur 15 sampai dengan 24 tahun. Remaja putri yang belum menstuasi akan lebih terbuka untuk menceritakan keadaannya khususnya tentang menstruasi yakni dengan diskusi kepada teman sebanyak 49,2% dan remaja putri yang telah mendapatkan menstruasi sebanyak 30,8%, keterbukaan kepada ibunya sendiri remaja putri yang belum mendapatkan menstruasi 37,4% dan remaja putri yang telah mendapatkan menstruasi sebanyak 71,7%.[11]

Keterbukaan kepada ayahnya remaja putri yang belum mendapatkan menstruasi sebanyak 2% dan remaja putri yang telah dapat menstruasi sebanyak 2,5%, dan keterbukaan kepada guru di sekolah remaja putri yang belum dapat menstruasi 9,8% dan remaja yang telah dapat menstruasi berkurang menjadi 0,7%. Dan kepada guru ngaji tidak ada yang berdiskusi tentang menstruasi pada remaja yang belum dapat menstruasi sedang pada remaja yang sudah dapat menstruasi sebanyak 0,3% yang melakukan diskusi terkait menstruasi.[11]

Penelitian mengenai faktor resiko dari variabilitas siklus menstruasi yakni tingkat aktivitas fisik yang sedang dan berat bisa mempengaruhi fungsi dari menstruasi.[13] Dari sebuah data studi analitik pada siswa di salah satu SMA di Jakarta Timur didapatkan ada 57 siswi dengan umur 15 sampai 19 tahun ada sekitar (25,0%) siswi yang mengalami gangguan menstruasi yang berkepanjangan, terdapat sekitar (5,0%) siswi dengan gangguan siklus menstruasi, sekitar (75,8%) siswi dengan gangguan menstruasi akibat aktivitas fisik.[14] Aktivitas fisik yang berlebihan juga dapat menyebabkan terjadinya suatu gangguan pada kelenjar hipotalamus, yang juga akan memberikan pengaruh terhadap hormon menstruasi. Sehingga aktivitas fisik tersebut bisa jadi faktor penyebab terjadinya gangguan menstruasi dan ketidakteraturan siklus menstruasi.[14] Di Jawa Barat penduduk yang umurnya >10 tahun dan yang kurang melakukan aktivitas fisik terdapat (52,4%) dan di karawang terdapat (50,6%). Sedangkan pada rentang umur 15 sampai dengan 24 tahun sebanyak (33%) dan dengan jumlah perempuan sebanyak (27,5%).[14]

Proporsi dari angka aktivitas fisik di Indonesia pada periode tahun 2013 dapat

dikatakan termasuk golongan aktivitas yang kurang aktif. Secara umum ada (26,7%) atau sebanyak 22 provinsi yang penduduknya mempunyai aktivitas fisik kurang aktif ada di atas angka rata-rata. Proporsi dari penduduk dengan kelompok perilaku sedentari >6 jam/hari sebanyak (24,1%) Jawa barat (33%) Perilaku sedentari adalah perilaku santai antara lain duduk, berbaring dan sebagainya, di dalam kegiatan sehari-harinya baik di tempat kerja (membaca, kerja di depan komputer dsb), di rumah (nonton televisi, main game, dll) diperjalanan, transportasi (bus, motor, kereta) namun tidak termasuk tidur.[9]

Pada anak remaja biasanya mereka memiliki keluhan mengenai sekolahnya, seperti dalam hal kegiatan belajar dalam kelas, tugas–tugas yang banyak, ketakutan dalam menghadapi ujian akhir, minat terhadap pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi bagaimana cara untuk meraihnya dan lain–lainnya. Hal tersebut dapat menyebabkan stres pada remaja. Stres yang berat memiliki kemungkinan dapat menyebabkan berbagai gangguan pada remaja putri.[13] Prevalensi dari gangguan mental emosional pada penduduk di Indonesia ada sebanyak (6,0%) prevalensi dengan prevalensi gangguan emosional tertinggi salah satunya adalah di Jawa barat sekitar (9,3%).[9]

Berdasarkan studi pendahuluan oleh peneliti pada tanggal 4 Januari 2016, didapat data bahwa kualitas hidup remaja putri di tingkat SMA dari 10 remaja putri, kualitas hidup remaja putri dari dimensi kesehatan fisik di dapat (60%) mempunyai yang kualitas hidup rendah, kualitas hidup dari dimensi kesehatan psikologis di dapat (50%) yang mempunyai kualitas hidup yang rendah, kualitas hidup dari dimensi suasana hati dan emosi, di dapat hasil (70%) kualitas hidupnya rendah, kualitas hidup dari dimensi persepsi diri di dapat hasil (60%) kualitas hidupnya rendah dan kualitas hidup dari domain otonomi di dapat (60%) kualitas hidupnya rendah. Data lingkungan rumah (70%) rumah yang dihuni oleh remaja putri memakai tembok atau rumah permanen, (10%) setengah tembok setengah bilik atau semi permanen, dan sisanya bilik. Dan hanya (50%) remaja putri yang rumahnya memiliki jamban pribadi, (100%) di rumah remaja putri setiap harinya terpapar asap rokok baik itu dari ayah, kakak laki-laki maupun saudara lainnya. Kemudian (100%) atau Seluruh remaja putri tinggal bersama orangtuanya. (60%) remaja putri merasa keterlibatan orang tua sangat besar dalam kehidupan sehari-harinya, dan (70%) remaja putri merasa orang tuanya memiliki keterbukaan sehingga meraka bisa saling bercerita, dan ada (90%) remaja putri yang merasa adanya kebebasan dalam beraktivitas dari orang tua, Kemudian dari 10 remaja putri yang diwawancarai tersebut, remaja putri mempunyai aktivitas selain belajar pada jam sekolah, seperti mengikuti paskibra (20%), Pramuka (20%), basket (30%), dan yang mengikuti paduan suara (10%). Dan terdapat (90%) yang mengikuti pelajaran tambahan atau yang biasa disebut dengan Les. Pada tanggal 11 Januari 2016 dari hasil studi pendahuluan ini didapat hasil bahwa (70%) remaja putri berada pada tingkat stres sedang, (10%) remaja putri berada pada tingkat stres ringan, dan (20%) remaja putri berada pada tingkat stres berat. Dan yang lebih menarik dari hasil studi pendahuluan adalah bahwa (100%) remaja putri sudah mengalami menstruasi tetapi hanya (30%) remaja putri yang mempunyai siklus menstruasi yang teratur.

Dengan permasalahan yang sangat komplek yang dialami oleh remaja putri maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang bagaimana pengaruh lingkungan rumah, pola interaksi remaja-orang tua, aktivitas fisik, tingkat stres, dan siklus menstruasi terhadap kualitas hidup remaja putri tingkat SMA. Tujuan penelitian ini untuk konfirmasi

lima faktor yang mempengaruhi kualitas hidup remaja putri tingkat SMA.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan adalah *cross-sectional* (potong lintang) dimana dengan cara variabel *dependen* dan *variabel independen* dinilai dalam waktu bersamaan.[16] Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi remaja putri yang terdaftar sebagai siswi aktif di SMAN 1 Rengasdengklok pada bulan Januari-Februari 2016 yakni sebanyak 832 orang. Berdasarkan jumlah sampel minimum yang diisyaratkan oleh alat analisa yang digunakan yaitu *structural equation modelling* maka penentuan sampel yang ideal dan representatif adalah 100-200. Pedomannya adalah 5-10 kali jumlah parameter yang diestimasi.[17]

Menentukan ukuran sampel (*sample size*) untuk SEM pada penelitian ini sesuai dengan jumlah indikator maka jumlah sampel adalah 5-10 kali indikator yang diukur. Sampel yang diambil adalah sebagian dari populasi yang telah ditentukan dan karena indikatornya berjumlah 10 maka sampel yang dapat yakni 50 responden. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah (1) Semua siswi yang terdata aktif sebagai peserta didik di SMAN 1 Rengasdengklok dan yang sudah mengalami menstruasi, (2) Siswi yang tinggal dengan kedua orang tuanya, kedua orang tua masih lengkap dan pernikahan yang utuh, (3) Bersedia untuk mengisi kuesioner. Dan kriteria ekslusi adalah: (1) Siswi yang tidak datang ke sekolah, (2) Siswi yang sedang ada pembelajaran atau ujian dalam kelas, (3) Siswi yang belum pernah mangalami menstruasi atau *menarche.* Data penelitian disajikan dalam bentuk (1) Penyajian komposisi dan frekuensi dari sampel, data yang disajikan pada awal hasil analisa adalah berupa gambaran atau deskripsi mengenai sampel, tabulasi beserta deskripsi tabulasi tersebut. (2) Penyajian analisa SEM. Data penyajian analisa SEM dari data output SPSS 15.0 dan *SmartPLS* 2.0, disajikan dalam gambar dan tabel.

Menggunakan instrument penelitian yang *valid* dan *reliabel* yakni dengan ketentuan *validitas* convergen dengan ukuran *factor loading* dengan angka lebih dari 0,7, *community* 0,5, dan *average variance extracted* lebih dari 0,5. Kemudian dilihat dari uji *validitas* diskriminan dengan ukuran akar AVE > korelasi variabel laten dan *cross loading* lebih dari 0,7 di dalam satu variabel. Pada uji *reliabilitas* nilai r hasil menggunakan uji *Cronbach alpha* yakni dengan melihat nilai *alpha*. Penentuannya dilihat dari ketentuan apabila nilai r-*alpha* > r-tabel.[18]

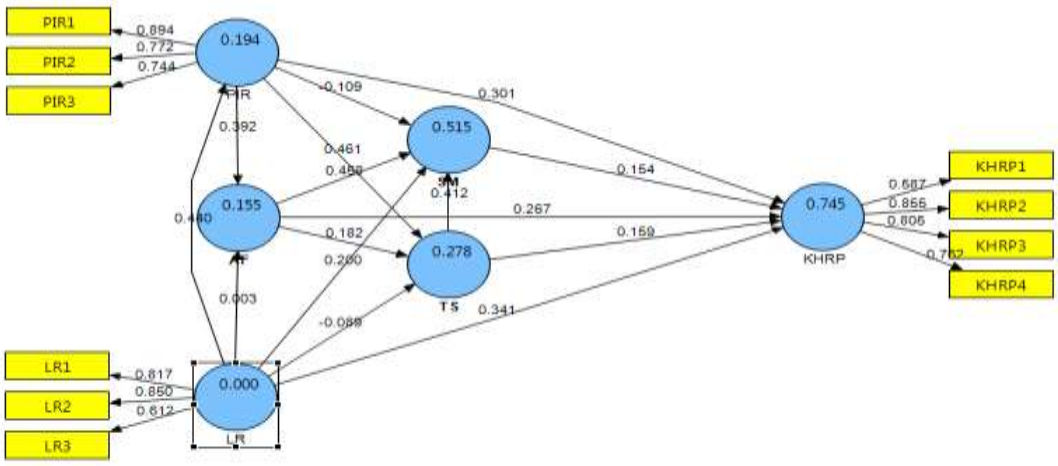
Pengujian hipotesis dengan model *resampling bootstrap* dengan uji statistic yang digunakan adalah uji t-statistik atau uji-t. kriteria dalam penerimaan ataupun penolakan hipotesis yang dibuat pada penelitian ini yakni dengan ketentuan (1) jika nilai uji t < t-tabel dengan taraf signifikan 0,05 (one-tailed), maka menolak H_o dan menerima H_a. (2) jika nilai uji t > t-tabel dengan taraf signifikan sebesar 0,05 (one-tailed), maka menerima H_o dan menolak H_a.[19]

HASIL DAN PEMBAHASAN

Jumlah sampel yang menjadi responden dalam penelitian ini sebanyak 60 orang remaja putri. Pemberian kuesioner langsung diberikan kepada seluruh siswi tingkat SMA, menurut kriteria yang sudah di buat oleh peneliti. Untuk kuesioner yang berkaitan dengan variabel yang diteliti semua diisi oleh siswi SMAN 1 Rengasdengklok melalui pengawasan dan

pendampingan. Kemudian setelah terkumpul 60 kuesioner hanya 54 kuesioner yang termasuk kedalam kategori pengisian. Sisanya banyak kolom pertanyaan yang kosong dan terkesan asal-asalan yaitu sebanyak 6 kuesioner jadi hanya 54 responden yang terpakai. Data yang dikumpulkan selama 4 hari pada tanggal 4 bulan Maret tahun 2016 sampai dengan tanggal 7 bulan Maret tahun 2016. Dari 54 responden terdapat responden dalam kelompok umur 14-15 tahun sebanyak 21 siswa atau 38,90% dan yang berumur 16-17 tahun sebanyak 33 siswa atau 61,10%. Dari keikutsertaan ekstrakurikuler hanya 16 siswi yang tidak ikut serta atau sebesar 29,6 %. Kelas X sebanyak 36 siswi atau 66,7% dan kelas XII sebanyak 18 siswi atau 33,30%.

Gambar 1 menjelaskan bahwa semua variabel bersifat refleksif dimana suatu indikator dikatakan reflektif dinyatakan valid jika memiliki *loading factor* diatas 0,5 terhadap konstruk yang dituju berdasarkan pada *substantive conten*-nya dengan melihat signifikan dari *weight* (t=1,96), pada penelitian ini indikator merupakan representasi dari masing-masing variabel, hal ini tercermin dari arah panah yang terbentuk. Untuk variabel kualitas hidup remaja putri terdiri dari indikator kesehatan fisik, kesehatan psikologis, dukungan sosial dan teman, lingkungan sekolah, kemudian variabel lingkungan rumah terdiri dari indikator komponen rumah, sarana sanitasi, dan perilakupenghuni, sedangkan variabel pola interaksi remaja-orang tua terdiri dari keterbukaan, keterlibatan dan kebebasan beraktivitas, sedangkan variabel aktivitas fisik, tingkat stres dan siklus menstruasi termasuk variabel yang bisa



Gambar 1 Output PLS (*Loading factors*)

langsung diukur. Hasil analisis pengolahan data terlihat bahwa konstruk yang digunakan untuk membentuk sebuah model penelitian, pada proses analisis faktor konfirmatori telah memenuhi kriteria *goodness of fit* yang telah ditetapkan. Nilai *probability* pada analisis ini menunjukkan nilai diatas signifikan yaitu 0,5.

Dengan hasil ini, maka dapat dikatakan bahwa indikator pembentuk variabel laten lingkungan rumah, pola interaksi remaja-orang tua, dan kualitas hidup remaja putri tersebut sudah menunjukkan hasil yang baik atau valid. Nilai loading *factor* untuk indikator LR1 (komponen rumah), LR2 (sarana sanitasi), LR3 (perilaku penghuni), mempunyai *loading factor* lebih tinggi untuk konstruk lingkungan rumah dari pada konstruk lainnya.

Sehingga konstruk Lingkungan Rumah mampu memprediksi nilai faktor loading komponen rumah, sarana sanitasi, dan perilaku penghuni lebih tinggi daripada konstruk variabel lainnya. Nilai *loading factor* untuk indikator PIR1 (keterlibatan), PIR2 (keterbukaan), PIR3 (kebebasan), mempunyai *loading factor* lebih tinggi untuk konstruk pola interaksi remaja-orang tua dari pada konstruk lainnya, sehingga konstruk pola interaksi remaja-orang tua mampu memprediksi nilai faktor loading komponen keterlibatan, keterbukaan, dan kebebasan lebih tinggi dari pada konstruk variabel lainnya. Uji reabilitas dilakukan dengan melihat nilai *composite reability* dari blok indikator yang mengukur konstruk. Hasil *composite reability* akan menunjukkan nilai yang memuaskan jika diatas 0,7. Hasil evaluasi reliabilitas outer model dapat dilihat dalam tabel dengan mengevaluasi nilai *Cronbach's alpha* dan *composite reability.*

Tabel 1. Evaluasi Validitas dan Reliabilitas Outer Model

Validitas	Hasil Uji		Kriteria Uji >0,70
	Pengaruh	Loading	
Cronbach Alpha	Lingkungan rumah	0.647994	Cukup Valid
	Pola Interaksi Remaja-orang tua	0.733341	Valid
	Aktivitas Fisik	1.000000	Valid
	Tingkat Stres	1.000000	Valid
	Siklus Menstruasi	1.000000	Valid
	Kualita hidup remaja putri	0.751720	Valid
Composite Reliability	Lingkungan rumah	0.807840	Reliabel
	Pola Interaksi Remaja-orang tua	0.846718	Reliabel
	Aktivitas Fisik	1.000000	Reliabel
	Tingkat Stres	1.000000	Reliabel
	Siklus Menstruasi	1.000000	Reliabel
	Kualita hidup remaja putri	0.842195	Reliabel

Sumber : *Output Smart-PLS* 2.0, 2016

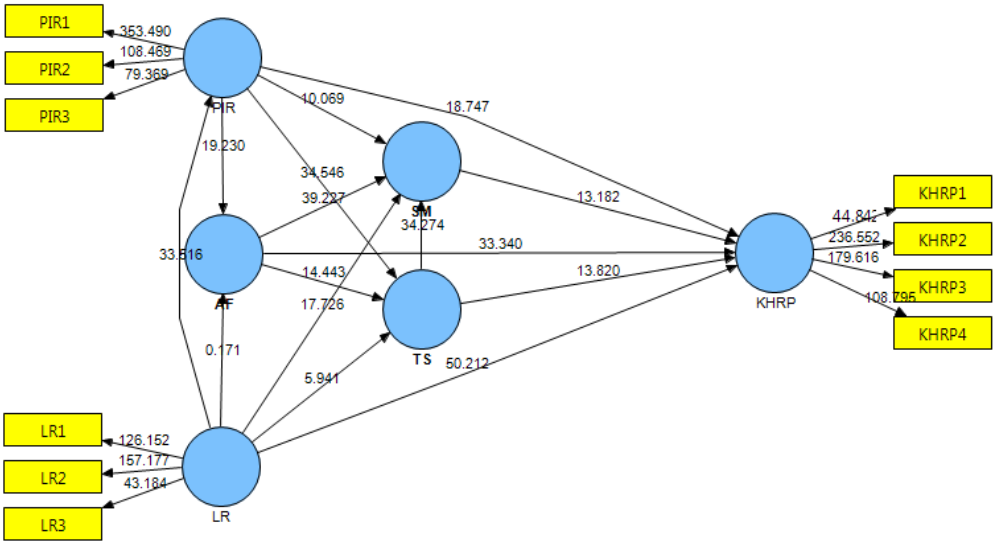
Nilai *composite reability* dan *Cronbach's Alpha* terdapat pada variabel lingkungan rumah, pola interaksi remaja-orangtua,aktivitas fisik, tingkat stres, siklus menstruasi, dan kualitas hidup remaja putri memiliki nilai lebih besar dari 0,7 sehingga dapat dikatakan bahwa semua konstruk memiliki reliabilitas yang baik dan semua indikator cukup valid dan reliabel.

Dari gambar 2, refleksi nilai uji-t indikator menunjukan semua variabel signifikan, kecuali arah pengaruh lingkungan rumah dengan kualitas hidup yang melewati aktivitas fisik terdapat angka jauh di bawah atau < 1,96 yang berarti tidak signifikan, jadi arah pengaruh ini tidak digunakan lagi dalam konstruk. Maka berikut gambar setelah arah pengaruh tidak langsung tersebut di buang.

Berdasarkan gambar 3, sekarang semua arah pengaruh atau refleksi nilai uji-t indikator pada variabel memiliki nilai yang signifikan sehingga tidak ada arah pengaruh yang harus dibuang lagi.

Lingkungan rumah berkontribusi terhadap variabel pola interaksi remaja-orang tua sebesar 0,1939, pola interaksi remaja-orang tua berkontribusi terhadap variabel aktivitas fisik sebesar 0,1525, lingkungan rumah, pola interaksi remaja-orang tua, dan aktivitas fisik berkontribusi terhadap variabel tingkat stres sebesar 0,2775, lingkungan rumah, pola

interaksi remaja-orang tua, aktivitas fisik, tingkat stres berkontribusi terhadap variabel siklus menstruasi sebesar 0,5152, dan lingkungan rumah, pola interaksi remaja-orang tua, aktivitas fisik, tingkat stres, dan siklus menstruasi berkontribusi terhadap variabel kualitas hidup remaja putri sebesar 0,7452.



Gambar 2 Output uji T-Statistik

Tabel 2 Persentase Pengaruh antar Variabel Kualitas Hidup Remaja Putri

Sumber	*LV Correlation*	*Direct Path*	*Indirect Path*	*Total Direct*	*Direct (%)*	*Indirect (%)*	*Total (%)*
Lingkungan Rumah	0.59	0.34	0.24	0.58	20.04	0.05	20.09
Pola Interaksi Remaja-Orang Tua	0.69	0.30	0.20	0.50	20.76	0.04	20.80
Aktivitas Fisik	0.59	0.27	0.11	0.38	15.82	0.04	15.86
Tingkat Stres	0.53	0.16	0.06	0.22	8.44	0.04	8.48
Siklus Menstruasi	0.61	0.16		0.16	9.44		9.44
Total				**1.84**	**74.50**	**0.17**	**74.67**

Sumber: *Output Smart-PLS* diolah 2016.

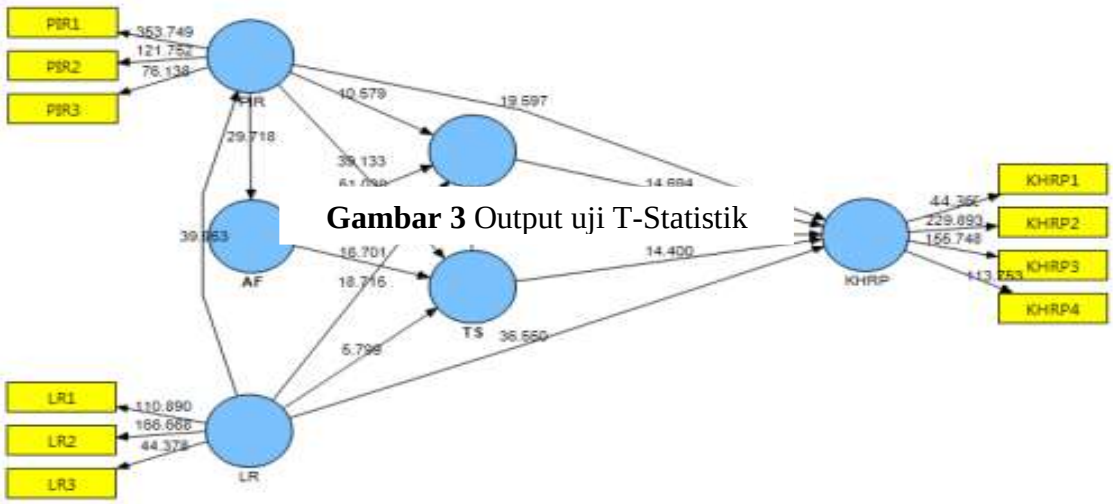
ISSN 2798-3471 (Cetak)
ISSN 2798-3641 (Online)

Dari tabel 2, terdapat Pengaruh langsung dan tidak langsung pola interaksi remaja-orang tua terhadap kualitas hidup remaja memiliki persentase pengaruh langsung atau *direct* sebesar 20,76% dan persentase pengaruh tidak langsung atau *indirect* sebesar 0,04%. Kemudian juga terdapat pengaruh lingkungan rumah terhadap kualitas hidup remaja putri memiliki nilai persentase pengaruh yang tidak jauh beda dengan pola interaksi remaja orang tua yakni 20,04% untuk pengaruh langsung dan 0,05% untuk pengaruh tidak langsung. Hampir sama dengan lingkungan rumah dan pola interaksi remaja-orang tua, pada aktivitas fisik terdapat juga pengaruh langsung dan tidak langsung terhadap kualitas hidup remaja putri yang memiliki persentase pengaruh langsung sebesar 15,81% dan persentase pengaruh tidak langsung sebesar 0,040%.

Meskipun persentase pengaruh dari tingkat stres dan siklus menstruasi jauh berbeda dengan yang lainnya. Keduanya memiliki power masing-masing, untuk tingkat stres terdapat pengaruh langsung dan tidak langsung terhadap kualitas hidup remaja putri dengan persentase pengaruh langsung sebesar 8,43% dan persentase pengaruh tidak langsung sebesar 0,038%. Dikarenakan penelitian ini hanya meneliti pengaruh langsung dari siklus menstruasi terhadap kualitas hidup remaja putri saja, jadi persentase pengaruh langsungnya sebesar 9,44%.

Dari semua variabel-variabel yang mempengaruhi kualitas hidup remaja putri yang peneliti teliti yakni variabel pola interaksi remaja-orang tua memiliki pengaruh yang terbesar dari variabel-variabel yang lainnya. Nilai Q^2 berfungsi untuk menilai besaran keragamaan atau variasi data penelitian terhadap fenomena yang sedang dikaji dan hasilnya sebagai berikut:

$$Q^2=1-(1-(R_1)^2)(1-(R_2)^2)(1-(R_3)^2)(1-(R_4)^2)(1-(R_5)^2)$$



Gambar 3 Output uji T-Statistik

=1-(1-0,745)(1-0,515)(1-0,278)(1-0,154)(1-0,195)
=1-(0,255)(0,485)(0,722)(0,846)(0,805)
=1-(0,255 x 0,485 x 0,722 x 0,846 x 0,805)
=1-0,06081 =0,93919 atau 93,92 %

Nilai *predictive* relevance adalah 0,93742 atau 93,92%. Galat model =1-Q2 =1-0,9392 =0,0608 atau 6,08 %. Hal tersebut menunjukkan model hasil analisis dapat menjelaskan 93,74% keragaman data dan mampu mengkaji fenomena yang dipakai dalam penelitian, sedangkan 6,258% dijelaskan komponen lain yang tidak ada dalam penelitian ini.

PEMBAHASAN

Penelitian tentang bagaimana pengaruh lingkungan rumah, pola interaksi remaja-orang tua, aktivitas fisik, tingkat stres dan siklus menstruasi terhadap kualitas hidup remaja putri tingkat SMA. Dalam penelitian ini pemilihan responden hanya terbatas 54 responden tingkat, sehingga tidak mengukur kualitas hidup semua remaja putri, sehingga sampel penelitian menjadi sangat terbatas dan kurang memadai. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan lembar kuesioner bersifat *subyektif*. Penelitian ini dilakukan dalam satu waktu sekaligus atau juga sering disebut *cross sectional* dan melalui kuesioner, sehingga tidak melihat perilaku responden dalam jangka waktu yang panjang dan juga hanya dengan melihat kebenaran jawaban yang ditulis oleh responden.

Pengaruh antara variabel lingkungan rumah (Komponen rumah, sarana sanitasi, dan perilaku penghuni) terhadap kualitas hidup remaja putri tingkat SMA

Hasil uji terhadap koefisien parameter antara lingkungan rumah terhadap kualitas hidup remaja putri tingkat SMA menunjukkan terdapat pengaruh langsung, tidak langsung dan positif lingkungan rumah terhadap kualitas hidup remaja putri melalui pola interaksi remaja-orang tua dengan nilai uji-t (39,953>1,96), melalui siklus menstruasi dengan nilai uji-t (18,715>1,96), pengaruh negatif melalui tingkat stres dengan nilai uji-t (5,795>1,96), dan besaran nilai pengaruh secara langsung terhadap kualitas hidup remaja putri 20,04%. Hasil penelitian menunjukkan, terdapat pengaruh yang positif dari lingkungan rumah terhadap kualitas hidup remaja putri. Sehingga apabila lingkungan rumah sehat atau baik maka dapat meningkatkan kualitas hidup remaja putri secara langsung maupun secara tidak langsung melalui pola interaksi remaja-orang tua, melalui siklus menstruasi, dan melalui tingkat stres, begitu pula lingkungan rumah tidak sehat dapat menurunkan kualitas hidup remaja putri secara langsung dan tidak langsung.

Dari ketiga indikator ukur yang dimiliki variabel lingkungan rumah, semua indikator mampu menjelaskan variabel lingkungan rumah yaitu komponen rumah, sarana sanitasi, dan perilaku penghuni, hal ini membuktikan teori yang menyatakan bahwa lingkungan yang termasuk *environtment* merupakan salah satu usaha yang dapat meningkatkan kualitas hidup. Selain teori tersebut penelitian ini diperkuat oleh teori lain bahwa lingkungan juga merupakan aspek komponen yang besar pengaruhnya terhadap kesehatan seseorang dimana kesehatan baik secara fisik maupun psikologis merupakan salah satu indikator dari kualitas hidup. Lingkungan rumah yang sehat akan menjadikan tubuh seorang remaja putri sehat sesuai fungsi lingkungan rumah yang sehat merupakan bagian dari upaya peningkatan kualitas hidup secara *general*.[2]

Indikator sanitasi memiliki tingkat signifikan yang paling tinggi diantara indikator lainnya pada lingkungan rumah. Sehingga patut mendapatkan intervensi sesuai harapan pemenuhan persyaratan rumah sehat. Pada konten ini ialah persyaratan dalam hal sarana sanitasi dapat meningkatkan kualitas hidup remaja putri terdapat beberapa persyaratan yakni salah satunya adalah harus senantiasa terjaga kebersihannya baik dari sampah

ISSN 2798-3471 (Cetak)
ISSN 2798-3641 (Online)

maupun kuman-kuman.[20]

Sehingga dapat disimpulkan bahwa, lingkungan rumah harus dipenuhi persyaratan sehatnya, terutama untuk sarana sanitasi yang harus lebih memenuhi persyaratan kesehatannya. Sarana sanitasi merupakan organ vital dalam rumah. Ketika sanitasi dalam rumah sehat maka kesehatan tubuh secara fisik maupun psikologis terpenuhi. Karena tujuan dari rumah sehat adalah sebagai tempat yang memenuhi kebutuhan secara fisik maupun psikologis sehingga kualitas hidup dengan sendirinya akan meningkat. Oleh sebab itu peningkatan kualitas hidup remaja putri tidak lepas dari faktor lingkungan rumah, salah satunya adalah sarana sanitasi yang baik yang berfungsi untuk pemenuhan kebutuhan sehari-hari dengan begitu akan tercapailah kualitas hidup yang baik untuk remaja putri.

Pengaruh antara pola interaksi remaja-orang tua (Keterbukaan, kebebasan, dan keteribatan) terhadap kualitas hidup remaja putri tingkat SMA

Hasil uji terhadap koefisien parameter antara pola interaksi remaja-orang tua terhadap kualitas hidup remaja putri tingkat SMA menunjukkan terdapat pengaruh langsung, tidak langsung dan positif pola interaksi remaja-orang tua terhadap kualitas hidup remaja melalui aktivitas fisik dengan nilai uji-t (29,718>1,96), melalui tingkat stres dengan nilai uji-t (39,133>1,96), melaui siklus menstruasi dengan nilai uji-t (10,579>1,96), dan besaran nilai pengaruh secara langsung terhadap kualitas remaja puteri sebesar 20,76%.

Hasil penelitian menunjukkan, terdapat pengaruh yang positif dari pola interaksi remaja-orang tua terhadap kualitas hidup remaja putri. Sehingga apabila pola interaksi remaja-orang tua terjalin lancar atau baik maka dapat meningkatkan kualitas hidup remaja putri secara langsung maupun secara tidak langsung melalui siklus menstruasi, dan melalui tingkat stres. Begitu pula jika pola interaksi remaja-orang tua tidak terjalin dengan baik dapat menurunkan kualitas hidup remaja putri secara langsung dan tidak langsung. Dari ketiga indikator yang dimiliki variabel pola interaksi remaja-orang tua, semua indikator mampu menjelaskan variabel pola interaksi remaja-orang tua yaitu keterlibatan, keterbukaan, dan kebebasan aktivitas, hal ini membuktikan teori yang menyatakan bahwa pola interaksi remaja-orang tua yang termasuk *environtment* yang dapat membuat kualitas hidup seseorang meningkat.[2]

Pola interaksi remaja-orang tua yang baik akan menumbuhkan remaja yang ceria yang dimaksud adalah sehat secara psikologis dan oleh karenanya ketika psikologisnya sehat maka kesehatan secara fsik akan baik pula. Dimana kemandrian tersebut termasuk dalam indikator kualitas hidup seseorang. Sehingga pola interaksi pola interaksi remaja-orang tua yang terjalin dengan baik merupakan bagian dari upaya peningkatan kualitas hidup secara *general.*[2] Indikator keterlibatan remaja-orang tua memiliki tingkat signifikan yang paling tinggi diantara indikator lainnya pada pola interaksi remaja-orang tua, sehingga patut mendapatkan intervensi untuk menjalin pola interaksi remaja-orang tua dengan baik dalam hal keterlibatan remaja-orang tua dalam kehidupan sehari-hari yang berperan dalam upaya peningkatan kualitas hidup seorang remaja putri.

Dari peneliti lain mengungkap bahwa pola interaksi remaja-orang tua dapat mempengaruhi kemandirian siswa DON BOSKO di Semarang pada tahun 2007. Dimana kemandirian tersebut merupakan cerminan dari kualitas hidup seseorang. Oleh karenanya maka dengan kata lain bahwa terdapat pengaruh antara pola interaksi remaja-orang tua terhadap kualitas hidup remaja putri.[21]

Sehingga dapat disimpulkan bahwa, peningkatan kualitas hidup remaja putri tidak lepas dari faktor pola interaksi remaja-orang tua. Salah satunya aspek keterlibatan antara remaja dan orang tua untuk setiap kondisi dan masalah yang terjadi dalam keluarga. Agar dapat diakui bahwa dirinya populer, seorang remaja putri akan menuntut lebih dari apa yang sudah orang tuanya berikan. Contoh kecilnya adalah uang jajan harian yang pas-pasan atau hanya cukup untuk ongkos transportasi tidak akan cukup untuk bergaya apalagi membeli paket internet. Sehingga secara otomatis orang tua menjadi sasaran agar menambahkan uang jajan atau uang saku hariannya. Ketika remaja putri senantiasa aktif dilibatkan dalam keluarga maka kebutuhan akan pengakuan dirasanya sudah terpenuhi. Sehingga tidak akan ada anggapan bahwa dirinya harus bergaya dan *up to date* dalam segala hal. Karena bagi remaja putri, mengetahui dirinya dibutuhkan dalam keluarga dan senantiasa dilibatkan di setiap kondisi keluarga merupakan sesuatu hal yang lebih dari segalanya.

Pengaruh antara aktivitas fisik terhadap kualitas hidup remaja putri tingkat SMA

Hasil uji terhadap koefisien parameter antara aktivitas fisik terhadap kualitas hidup remaja putri tingkat SMA menunjukkan terdapat pengaruh langsung, tidak langsung dan positif antara aktivas fisik terhadap kualitas hidup remaja melalui tingkat stres dengan nilai uji-t (16,701>1,96), melalui siklus menstruasi dengan nilai uji-t (51,030>1,96) dan pengaruh langsung terhadap kualitas hidup remaja putri dengan nilai sebesar 15,81 %.

Hasil penelitian menunjukkan, terdapat pengaruh yang positif dari aktivitas fisik terhadap kualitas hidup remaja putri tingkat SMA. Sehingga apabila aktifitas fisik seimbang maka dapat meningkatkan kualitas hidup remaja putri tingkat SMA secara langsung maupun secara tidak langsung melalui siklus menstruasi, dan melalui tingkat stres, begitu pula jika aktivitas fisik tidak seimbang dapat menurunkan kualitas hidup remaja putri secara langsung dan tidak langsung.

Aktivitas fisik yang seimbang akan membuat tubuh seseorang sehat dan kuat. Sehingga kualitas hidup remaja akan baik ketika melakukan aktivitas yang seimbang, dan hormon-hormon didalam tubuh akan berfungsi dengan baik sehingga secara psikologis juga akan baik. Penelitian lain menunjukkan bahwa remaja yang memiliki aktivitas yang seimbang memiliki prestasi yang memuaskan disekolahnya. Dan prestasi disekolah merupakan persepsi remaja tentang kualitas hidup, ketika prestasi remaja tersebut baik disekolah maka persepsi tentang kualitas hidup remaja tersebut akan baik. Remaja yang memiliki aktivitas fisik yang seimbang memiliki persepsi bagus tentang semangat untuk berprestasi di sekolah.[22]

Sehingga dapat disimpulkan bahwa aktivitas fisik harus seimbang. Ketika aktivitas fisik remaja rendah atau bahkan tidak ada sama sekali, maka tidak baik bagi kesehatan fisiknya bahkan akan mempengaruhi penampilan fisiknya cenderung lebih gemuk ataupun bahkan kurang segar terlihat. Ketika aktivitas fisiknya terlalu keras dan tidak diimbangi dengan istirahat ataupun konsumsi asupan gizi yang baik maka akan menjadi masalah kesehatan juga. Oleh karena itu aktivitas fisik remaja haruslah seimbang sehingga akan dapat meningkatkan kualitas hidup.

Pengaruh antara tingkat stres terhadap kualitas hidup remaja putri tingkat SMA

Hasil uji terhadap koefisien parameter antara tingkat stres terhadap kualitas hidup remaja putri tingkat SMA menunjukkan terdapat pengaruh langsung, tidak langsung dan negatif antara tingkat stres terhadap kualitas hidup remaja melalui siklus menstruasi dengan

nilai uji-t (42,989>1,96) dan pengaruh langsung terhadap kualitas hidup remaja putri dengan besaran nilai sebesar 8,44 %.

Hasil penelitian menunjukkan, terdapat pengaruh yang negatif dari tingkat stres terhadap kualitas hidup remaja putri. Sehingga apabila tingkat stres rendah maka dapat meningkatkan kualitas hidup secara langsung maupun secara tidak langsung melalui siklus menstruasi. Penelitian lain menyebutkan tingkat stres dapat mempengaruhi hormon-hormon dalam tubuh terutama hormon reproduksi dan akan menyebabkan terganggunya siklus menstruasi.[23] Pada pelajar banyak penyebab dari rentannya tingkat stres yang tinggi, salah satu contoh adalah terjadi karena tugas sekolah yang banyak dan sulit, peraturan sekolah yang sangat ketat dan lain sebagainya. Siklus menstruasi dapat mempengaruhi kualitas hidup seorang remaja putri. Sehingga tingkat stres yang terkontrol merupakan bagian dari cara meningkatkan kualitas hidup secara *general*. [2]

Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat stres remaja putri harus terkontrol. Tingkat stres mempengaruhi hormon reproduksi yang akan mengganggu siklusnya dan siklus menstruasi dapat mempengaruhi kualitas hidup remaja. Oleh karena itu tingkat stres pada remaja haruslah terkontrol sehingga akan dapat meningkatkan kualitas hidup remaja putri tingkat SMA.

Pengaruh antara siklus menstruasi terhadap kualitas hidup remaja putri tingkat SMA

Hasil uji terhadap koefisien parameter antara siklus menstruasi terhadap kualitas hidup remaja putri tingkat SMA menunjukkan terdapat pengaruh langsung dan positif antara siklus menstruasi terhadap kualitas hidup remaja putri dengan nilai uji-t (14,694>1,96) dan besaran nilai sebesar 9,44%.

Hasil penelitian menunjukkan, terdapat pengaruh yang positif dari siklus menstruasi terhadap kualitas hidup remaja putri. Siklus menstruasi yang teratur menunjukkan hormon-hormon melakukan fungsi faalnya dengan baik sesuai dengan fungsinya. dalam hal reproduksi dan hal tersebut merupakan persepsi tentang dirinya bahwa kualitas hidup remaja tersebut baik. Penelitian lain menyebutkan bahwa siklus menstruasi dapat mempengaruhi kualitas hidup remaja putri. Oleh karenanya siklus menstruasi pada remaja teratur maka kualitas hidup remaja tersebut senantiasa baik.[13]

Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat stres remaja putri harus terkontrol. Tingkat stres mempengaruhi hormon reproduksi yang akan mengganggu siklusnya dan siklus menstruasi dapat mempengaruhi kualitas hidup remaja. Oleh karena itu siklus menstruasi yang teratur dapat meningkatkan kualitas hidup remaja tingkat SMA. Peningkatan kualitas hidup remaja putri itu sendiri memang tidak akan terlepas dari adanya faktor siklus menstruasi yang teratur, karena dengan menstruasi teratur maka semua hormon-hormon akan secara berkelanjutan memainkan perannya sehingga remaja putri tersebut merasa bahwa dirinya sehat terkait reproduksi dan menjadikan kualitas hidup remaja putri tersebut baik dan ideal.

Pengaruh langsung dan tidak langsung dari kelima variabel (lingkungan rumah, pola interaksi remaja, aktivitas fisik, tingkat stres, dan siklus menstruasi) ke kualitas hidup remaja putri tingkat SMA

Hasil uji terhadap koefisien parameter antara lingkungan rumah, pola interaksi remaja-orang tua, aktivitas fisik, tingkat stres, dan siklus menstruasi terhadap kualitas hidup remaja putri tingkat SMA menunjukkan terdapat pengaruh langsung sebesar 74,49%. Serta

dari faktor lain yang tidak diteliti sebesar 25,51%.

KESIMPULAN

Dari semua variabel-variabel yang diteliti variabel pola interaksi remaja-orang tua memiliki pengaruh yang terbesar dari variabel-variabel yang lainnya. Besaran pengaruh langsung dan tidak langsung lingkungan rumah terhadap kualitas hidup remaja memiliki persentase pengaruh langsung atau *direct* sebesar 20,76% dan persentase pengaruh tidak langsung atau *indirect* sebesar 0,04%.

SARAN

Hasil penelitian ini menyarankan agar orang tua membangun hubungan harmonis antara keduanya karena pengaruh interaksi remaja-orang tua juga memiliki nilai yang besar terutama pada aspek keterlibatan.

DAFTAR PUSTAKA

[1] Kusmiran, E. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta:Salemba Medika. 2012.
[2] Notoatmodjo, S. *Promosi kesehatan Teori dan aplikasi*, edisi revisi, Jakarta:Rineka cipta.2010.
[3] Hurlock, E. B. *Psikologi perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga. 1980.
[4] Nur'aini. *Hubungan antara Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Asrama Universitas Andalas Padang tahun 2011.* Skripsi Keperawatan Maternitas:
[5] http://repository.unand.ac.id/17345/1/skripsi_nur%27aini.pdf . 2011
[6] Badan Pusat Statistik dan Macro International. *Survei Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia 2012*. Jakarta. 2012.
[7] Lembaga Demografi. *Profil Kependudukan dan Pembangunan di Indonesia 38 Universitas Indonesia.*2002.
[8] Sriati, A. *Tinjauan Tentang Stres.* Jatinagor: FIK Universitas Padjajaran.2008.
[9] Riskesdas. *Prevalensi Status Gizi Umur 6-15 Tahun (IMT/U)*. BPPK. Kementerian Kesehatan. Jakarta. 2010.
[10] Sobur*. Psikologi Umum dalam Lintas Sejarah*. Bandung : CV Pustaka Setia. 2013.
[11] Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI tahun 2013.*
[12] Diakses:19Desember2015,dari *http://www.depkes.go.id/resources/download/general/hasil%20Riskesdas%202013.pdf.* 2013.
[13] *Indonesian Young Adult Reproduktif Health Survey*(IYARHS). Measure: *Demographic and Health Survey* IDN_2007_SDHS_V01_m . 2007.
[14] Kusmiran, Eny. *Reproduksi Remaja dan* Wanita. Jakarta:Salemba Medika. 2011.
[15] Knox, B., Grover, Sonia R., and Ghani Nur Azurah Abdul., *quality of life and Menstruation in Adolescents.* Pubmed: *Current Opinion in obstetrics & gynecology 27(5).July 2005.*
[16] Prawirohardjo, S. *Ilmu Kandungan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. 2011.

ISSN 2798-3471 (Cetak)
ISSN 2798-3641 (Online)

[17] Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI tahun 2007.* 2008.
[18] Swarjana, Ketut, *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Yogyakarta, ANDI, 2012.
[19] Ghozali, Imam., *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program SPSS.* Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro. 2005.
[20] Jogiyanto, HM. *Analisis dan Desain.* Yogyakarta: Andi OFFSET. 2009.
[21] Noor, Dr. Juliansyah, S.E.,M.M. *Analisis Data Penelitian Ekonomi dan Manajemen*.Jakarta: Grasindo. 2015.
[22] Depkes RI. *Kepmenkes RI No. 715/Menkes/SK/V/2003 Tentang Persyaratan Hygiene Sanitasi Jasaboga*. Depkes RI. Jakarta. 2003
[23] Umayi, Dewi. *Pengaruh Pola Asuh dan Interaksi Sosial terhadap* Kemandirian *siswa SMA DON BOSKO Semarang.* 2007. Penelitian Perpustakaan UNNES. Diunduh dari :
[24] http://lib.unnes.ac.id/16924/1/1301504006.pdf . 2007
[25] Robert al. *Physical activity* behaviors *and perceived life satisfaction among public high school adolescent.* 2004. *Journal of school health 74(2):59-65. February 2004.*
[26] Mastura M, Fadilah Z, Nor Akmar N, *Analisis faktor penyebab stres di kalangan pelajar*. Jurnal Kemanusiaan bil.9. 2007.

HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN

ISSN 2798-3471 (Cetak)
ISSN 2798-3641 (Online)