

Hubungan Antara Status Bekerja Dengan Kualitas Hidup Mahasiswa

Suharmanto¹

¹Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

Abstrak

Kualitas hidup merupakan pandangan seseorang tentang kesejahteraan hidup yang dapat dipengaruhi oleh pekerjaan seseorang. Studi terdahulu mendapatkan adanya hubungan status bekerja dengan kualitas hidup. Tujuan penelitian ini mengetahui hubungan status bekerja dengan kualitas hidup. Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung pada Januari-Februari 2025. Populasi adalah seluruh mahasiswa Magister Kesehatan Masyarakat sebanyak 30 orang, diambil menggunakan *total sampling*. Variabel dalam penelitian ini adalah status bekerja dan kualitas hidup. Alat pengumpul data dalam penelitian ini antara lain adalah kuesioner dan WHO-QOL BREF. Analisis data yang digunakan adalah persentase dan uji Chi Square. Penelitian mendapatkan responden mempunyai status belum bekerja dan bekerja sebesar 50,0%, mempunyai kualitas hidup yang baik (53,3%). Sebagian besar responden yang kualitas baik adalah dengan status belum bekerja (73,3%), sedangkan sebagian besar yang kualitas hidup kurang baik dengan status bekerja (66,7%). Penelitian mendapatkan bahwa ada hubungan antara status bekerja dengan kualitas hidup mahasiswa ($p=0,028$).

Kata Kunci : kualitas hidup, mahasiswa, status bekerja

Relationship Between Working Status and Quality of Life Of Students

Abstract

Quality of life is a person's view of the welfare of life that can be influenced by a person's work. Previous studies have found a relationship between working status and quality of life. The purpose of this study is to determine the relationship between working status and quality of life. This study is an observational analytical study with a cross-sectional approach. This study was conducted at the Faculty of Medicine, University of Lampung in January-February 2025. The population was all 30 Master of Public Health students, taken using total sampling. The variables in this study were working status and quality of life. Data collection tools in this study included questionnaires and WHO-QOL BREF. Data analysis used was percentage and Chi Square test. The study found that respondents had unemployed and employed status of 50.0%, had a good quality of life (53.3%). Most of the respondents with good quality were with unemployed status (73.3%), while most of those with poor quality of life were with employed status (66.7%). The study found that there was a relationship between working status and students' quality of life ($p = 0.028$).

Keywords: employment status, quality of life, students

Korespondensi: Dr. Suharmanto, S.Kep., MKM, Alamat Jl. Soemantri Brodjonegoro No. 1, HP 089632832380, e-mail suharmanto741@gmail.com

Diterima : 12 Juni 2025

Direview : 19 Juni 2025

Publish : 29 Juni 2025

Pendahuluan

Kualitas hidup merupakan pandangan seseorang tentang apa yang dirasakan dan dinikmatinya mengenai hal yang terjadi atau merupakan peristiwa penting dalam kehidupannya sehingga mendapatkan kehidupan yang sejahtera. Kualitas hidup mahasiswa adalah gabungan berbagai kebutuhan mahasiswa yang dapat memengaruhi keseimbangannya dalam menjalani aktivitas. Kualitas hidup mahasiswa yang baik dapat membuat mahasiswa lebih aktif dalam studinya.¹

Kualitas hidup dipengaruhi oleh status bekerja seseorang. Hubungan antara bekerja dan kualitas hidup sangat kuat dan kompleks. Bekerja dapat meningkatkan

kualitas hidup melalui berbagai aspek seperti pendapatan, hubungan sosial, dan kepuasan pribadi. Namun, beban kerja yang berlebihan dan stres kerja juga dapat menurunkan kualitas hidup. Pekerjaan memungkinkan individu mendapatkan pendapatan yang cukup untuk memenuhi kebutuhan dasar seperti makanan, tempat tinggal, dan pendidikan.²

Bekerja memungkinkan individu berinteraksi dengan orang lain, membangun hubungan sosial, dan merasa menjadi bagian dari komunitas. Pekerjaan dapat memberikan rasa kepuasan pribadi karena memberikan kesempatan untuk mengembangkan keterampilan, mencapai tujuan, dan merasa berguna. Pekerjaan juga dapat meningkatkan

produktivitas diri, sehingga individu dapat mencapai lebih banyak dalam hidup mereka.³

Penelitian sebelumnya mendapatkan bahwa status pekerjaan secara signifikan mempengaruhi kualitas hidup penduduk di Kelurahan Kinilow Kecamatan Tomohon Utara Kota Tomohon. Penelitian lain mendapatkan bahwa tidak ada korelasi yang signifikan antara status pekerjaan dengan kualitas hidup. Adanya perbedaan hasil penelitian kemungkinan dikarenakan perbedaan karakteristik responden.⁴

Bekerja merupakan kegiatan manusia untuk mengubah keadaan tertentu dari suatu alam lingkungan. Perubahan itu ditujukan untuk memenuhi kebutuhan hidup, mempertahankan hidup, dan memelihara hidup yang pada dasarnya semuanya untuk memenuhi tujuan hidup. Tujuan hidup melalui bekerja meliputi tujuan yang khusus dan pengelompokan kerja yang menimbulkan rasa berprestasi (*sense of accomplishment*) dalam diri individu pekerja tersebut.⁵

Bekerja dapat memiliki dampak positif dan negatif terhadap kualitas hidup. Penting bagi individu untuk mencari pekerjaan yang sesuai dengan kemampuan dan keinginan mereka, serta mengatur pekerjaan agar tidak terlalu berat dan stres. Selain itu, individu juga perlu memperhatikan keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi untuk menjaga kualitas hidup mereka.⁶

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, peneliti ingin mengetahui lebih lanjut tentang hubungan status bekerja dengan kualitas hidup mahasiswa Magister Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan pendekatan cross-sectional. Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung pada Januari-Februari 2025. Populasi adalah seluruh mahasiswa Magister Kesehatan Masyarakat sebanyak 30 orang, diambil menggunakan total sampling. Variabel dalam penelitian ini adalah status bekerja dan kualitas hidup. Alat pengumpul data dalam penelitian ini antara lain adalah kuesioner dan WHO-QOL BREF merujuk pada pertanyaan kualitas hidup secara umum. Analisis data yang digunakan adalah persentase dan uji Chi Square.

Hasil

Hasil penelitian menyajikan persentase dari masing-masing variabel dan hubungan antar variabel sebagai berikut.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Jumlah	Persentase (%)
Usia		
<20 tahun	2	6,7
>20 tahun	28	93,3
Jenis Kelamin		
Laki-laki	5	16,7
Perempuan	25	83,3
Status Pernikahan		
Belum	12	40,0
Menikah	18	60,0
Total	30	100,0

Hasil penelitian mendapatkan sebagian besar responden berusia >20 tahun (93,3%), perempuan (83,3%), dan menikah (60,0%).

Tabel 2. Status Bekerja dan Kualitas Hidup pada Mahasiswa Magister Kesehatan Masyarakat

Variabel	Jumlah	Persentase (%)
Status Bekerja		
Belum bekerja	15	50,0
Bekerja	15	50,0
Kualitas Hidup		
Baik	16	53,3
Kurang Baik	14	46,7
Total	30	100,0

Sebagian besar responden mempunyai status bekerja dan belum bekerja yang seimbang (50,0%) dan yang mempunyai kualitas hidup yang kurang baik (46,7%).

Tabel 3. Hubungan Antara Status Bekerja dengan Kualitas Hidup pada Mahasiswa Magister Kesehatan Masyarakat

Status Bekerja	Kualitas Hidup		Total	p-value	OR
	Baik	Kurang Baik			
Belum Bekerja	11	4	15	0,028	5,5
	73,3%	26,7%	100,0%		
Bekerja	5	10	15	33,3%	66,7%
	33,3%	66,7%	100,0%		
Total	16	14	30	53,3%	46,7%
	53,3%	46,7%	100,0%		

Hasil penelitian mendapatkan bahwa sebagian besar responden yang kualitas hidup baik adalah dengan status belum bekerja (73,3%), sedangkan sebagian besar yang kualitas hidup kurang baik dengan status bekerja (66,7%). Nilai $p=0,028$ menunjukkan bahwa ada hubungan antara status bekerja dengan kualitas hidup mahasiswa. Nilai OR sebesar 5,5 menunjukkan bahwa responden yang bekerja berisiko mengalami kualitas hidup yang kurang baik sebesar 5,5 kali dibandingkan dengan responden yang belum bekerja.

Pembahasan

Status Bekerja pada Mahasiswa

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan sebagian besar responden mempunyai status belum bekerja dan bekerja (50,0%). Pekerjaan merupakan aktivitas yang dilakukan secara rutin untuk mendapatkan penghasilan dan memenuhi kebutuhan hidup.⁷ Karakteristik pekerjaan antara lain pekerjaan merupakan kegiatan utama yang dilakukan manusia, pekerjaan dilakukan dengan baik dan benar, pekerjaan dilakukan untuk mencapai tujuan tertentu, pekerjaan dilakukan secara rutin, pekerjaan dilakukan atas dasar kewajiban dan tanggung jawab, hal-hal yang dibutuhkan dalam bekerja, skill atau kemahiran yang diperoleh melalui pelatihan dan pendidikan, pengetahuan yang dapat membangun skill dan membantu menyelesaikan masalah.⁸

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS), pekerjaan di Indonesia dibagi berdasarkan lapangan pekerjaan utama. Contohnya, kategori utama meliputi sektor pertanian, perkebunan, kehutanan, dan lainnya. Untuk penduduk berusia 15 tahun ke atas yang bekerja, BPS juga menyediakan statistik mengenai golongan umur dan jumlah jam kerja mereka selama seminggu terakhir.⁹

Kualitas Hidup pada Mahasiswa

Sebagian besar responden mempunyai kualitas hidup yang baik (53,3%) dan yang mempunyai kualitas hidup yang baik (46,7%). Kualitas hidup merupakan persepsi seseorang tentang kesejahteraan mereka dalam konteks budaya, nilai-nilai, dan sistem yang mereka tinggali, serta hubungannya dengan tujuan, harapan, standar, dan keinginan mereka. Kualitas hidup mencakup berbagai aspek, termasuk fisik, psikologis, sosial, dan

lingkungan. Kualitas hidup adalah pandangan atau perasaan subjektif individu tentang kehidupannya. Ini bukan hanya tentang kondisi fisik atau materi, tetapi juga bagaimana seseorang merasakan dan menilai pengalaman mereka.¹⁰

Kualitas hidup melibatkan berbagai aspek kehidupan, termasuk kesehatan fisik, kesehatan mental, hubungan sosial, dan kondisi lingkungan. Persepsi seseorang tentang kualitas hidup dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti standar hidup, kebebasan, dan lingkungan sosial.¹¹ Dalam bidang kesehatan, kualitas hidup terkait kesehatan (*health-related quality of life, HRQoL*) merujuk pada penilaian bagaimana kesejahteraan individu terpengaruh oleh penyakit, disabilitas, atau kondisi medis.¹²

Hubungan Status bekerja dengan Kualitas Hidup pada Mahasiswa

Hasil penelitian mendapatkan bahwa sebagian besar responden yang kualitas hidup baik adalah dengan status belum bekerja (73,3%), sedangkan sebagian besar yang kualitas hidup kurang baik dengan status bekerja (66,7%). Nilai $p=0,028$ menunjukkan bahwa ada hubungan antara status bekerja dengan kualitas hidup mahasiswa. Nilai OR sebesar 5,5 menunjukkan bahwa responden yang bekerja berisiko mengalami kualitas hidup yang kurang baik sebesar 5,5 kali dibandingkan dengan responden yang belum bekerja.

Pekerjaan memiliki hubungan yang erat dengan kualitas hidup seseorang.¹³ Individu yang bekerja cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik dan merasa lebih bahagia karena memperoleh berbagai manfaat, seperti stabilitas keuangan dan peluang pengembangan diri.¹⁴ Selain itu, pekerjaan juga dapat memberikan rasa tujuan dan kepuasan pribadi, yang berkontribusi pada kesejahteraan mental dan sosial. Namun, perlu diingat bahwa jenis pekerjaan, kondisi kerja, dan keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi juga mempengaruhi dampak terhadap kualitas hidup. Oleh karena itu, penting untuk memilih pekerjaan yang sesuai dengan nilai dan tujuan hidup seseorang.¹⁵

Pekerjaan memiliki dampak yang signifikan terhadap kualitas hidup.¹⁶ Pekerjaan tidak hanya memberikan pendapatan yang dibutuhkan untuk memenuhi kebutuhan

hidup, tetapi juga berkontribusi pada kesejahteraan psikologis dan sosial individu.¹⁷ Kualitas kehidupan kerja juga memegang peranan penting dalam menentukan bagaimana pekerjaan mempengaruhi kualitas hidup secara keseluruhan.¹⁸

Pekerjaan adalah sumber pendapatan utama yang memungkinkan seseorang untuk memenuhi kebutuhan dasar seperti makan, tempat tinggal, pakaian, dan kesehatan. Pendapatan yang cukup juga memberikan akses ke kebutuhan lain seperti pendidikan, rekreasi, dan hiburan, yang meningkatkan kualitas hidup. Pekerjaan memberikan rasa memiliki tujuan, produktivitas, dan kepuasan diri. Pekerjaan yang memuaskan dapat meningkatkan rasa percaya diri dan harga diri, yang pada gilirannya meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan.¹⁹

Pekerjaan memberikan kesempatan untuk berinteraksi dengan orang lain, membentuk jaringan sosial, dan membangun persahabatan. Hubungan sosial yang kuat dapat memberikan dukungan emosional dan mengurangi perasaan kesepian, yang penting untuk kesejahteraan mental dan kualitas hidup. Kualitas kehidupan kerja, yang mencakup lingkungan kerja, keseimbangan kerja-hidup, dan kesempatan pengembangan, sangat mempengaruhi kepuasan kerja dan kualitas hidup secara umum. Kondisi kerja yang baik dan keseimbangan yang baik antara pekerjaan dan kehidupan pribadi dapat meningkatkan kualitas hidup.²⁰

Hasil penelitian terdahulu mendapatkan bahwa status pekerjaan dapat memengaruhi kualitas hidup. Individu yang tidak bekerja, aspek finansialnya berperan penting terhadap kualitas hidup mereka.²¹ Kesimpulannya, status pekerjaan dapat menjadi faktor yang signifikan dalam menentukan kualitas hidup seseorang.²² Penelitian ini mendapatkan bahwa responden yang bekerja cenderung memiliki kualitas hidup yang kurang baik.²³ Hal ini kemungkinan dikarenakan responden yang seorang mahasiswa mempunyai beban yang cukup berat untuk kegiatan akademik.²⁴ Hal ini bisa menjadi stressor bagi mahasiswa sehingga menimbulkan kecemasan, tekanan yang mempengaruhi kualitas hidupnya.²⁵

Simpulan

Sebagian besar responden mempunyai status belum dan bekerja (50,0%), mempunyai kualitas hidup yang baik (53,3%). Hasil penelitian mendapatkan bahwa sebagian besar responden yang kualitas hidup baik adalah dengan status belum bekerja (73,3%), sedangkan sebagian besar yang kualitas hidup kurang baik dengan status bekerja (66,7%). Nilai $p=0,028$ menunjukkan bahwa ada hubungan antara status bekerja dengan kualitas hidup mahasiswa. Nilai OR sebesar 5,5 menunjukkan bahwa responden yang bekerja berisiko mengalami kualitas hidup yang kurang baik sebesar 5,5 kali dibandingkan dengan responden yang belum bekerja.

Daftar Pustaka

1. Alfian R, Susanto Y, Khadizah S. Kualitas Hidup Pasien Hipertensi Dengan Penyakit Penyerta Di Poli Jantung RSUD Ratu Zalecha Martapura. *Jurnal Pharmascience*. 2017;
2. Milufa S, Wahjuni ES. Hubungan literasi kesehatan dengan kualitas hidup Mahasiswa Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Pendidikan Jasmani*. 2020;8.
3. Ritonga SH, Julianda DP, Antoni A. HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KUALITAS HIDUP PADA PENDERITA MASALAH KAKI DIABETIK. *Jurnal Keperawatan Priority*. 2021;4(1).
4. Abdu S, Satti YC, Payung F, Soputan HA. Analisis Kualitas Hidup Pasien Pasca Stroke Berdasarkan Karakteristik. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*. 2022;5(2).
5. Kristianingrum ND, Sandehang CF, Rohimah A, Supriadi Z, Prasetya A, Kartika AW, et al. Influenced of Self-Help Group towards Self-Management and Quality of Life among Older Adults With Chronic Non-communicable Disease in Malang. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*. 2023;8(2).
6. Lolowang NL, Lumi WME, Rattoe AA. Quality of Life of Patients With Chronic Kidney Disease Who Undergo Hemodialysis Therapy. *Jurnal ilmiah ilmu keperawatan manado*. 2020;
7. Putri TH, Salsabila ZR. Faktor Yang Memengaruhi Kualitas Hidup Pada Masyarakat Selama Pandemi Covid-19.

8. Jurnal Keperawatan Jiwa. 2021;9(4).
Wahid FAZ, Puguh KS, Victoria AZ. Hubungan Faktor Spiritual Dan Faktor Demografi (Usia, Jenis Kelamin, Pendidikan dan Pekerjaan) Terhadap Kualitas Hidup Penderita Rheumatoid Arthritis. Prosiding Seminar Nasional UNIMUS. 2021;4.
9. Sitti Rahmah, Maryunis, Ernasari. Faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Hidup Pasien Penyakit Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisis. Window of Nursing Journal. 2021;
10. Panonsih RN, Effendi A, Artini I, Permata PE. Hubungan Pendidikan Dan Pekerjaan Dengan Kualitas Hidup Gay, Transgender, dan LSL. ARTERI : Jurnal Ilmu Kesehatan. 2020;1(3).
11. Asyrofy A, Arisdiani T, Aspihan M. Karakteristik dan kualitas hidup pasien Penyakit Paru Obstruksi Konik (PPOK). NURSCOPE: Jurnal Penelitian dan Pemikiran Ilmiah Keperawatan. 2021;7(1).
12. Yuanita Panma. Hubungan Karakteristik Individu dengan Kualitas Hidup Pasien Hemodialisis. Buletin Kesehatan: Publikasi Ilmiah Bidang kesehatan. 2018;2(1).
13. Fitriani N, Suprayitno E. Gambaran Kualitas Hidup Pada Pasien Penyakit Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa Di RSI Sultan Agung Semarang. Repository Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. 2022;
14. Arda ZA, Hanapi S, Paramata Y, Ngobuto AR. Kualitas Hidup Penderita Diabetes Mellitus dan Determinannya di Kabupaten Gorontalo. Jurnal Promotif Preventif. 2020;3(1).
15. Rachmania N, Sholihat NK, Utami ED. Hubungan Karakteristik Pasien dengan Kepatuhan Minum Obat dan Kualitas Hidup Pasien Rawat Jalan Strok Iskemik di RSUD Banyumas. Acta Pharmaciae Indonesia : Acta Pharm Indo. 2020;8(1).
16. Kesumaputri A, Hamidah H, Shalehuddin M. Peran Self-Compassion terhadap Kualitas Hidup Profesional: Studi pada Perawat Jiwa. Jurnal Psikologi. 2021;17(2).
17. Pudiarifanti N. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Pasien Gagal Jantung Kronik Factors That Influence Quality of Life in Chronic Heart Failure (Chf) Patients. Jurnal Manajemen dan Pelayanan Farmasi. 2015;2015.
18. Marwin M, Perwitasari DA, Purba FD, Candradewi SF, Septiantoro BP. Hubungan Karakteristik Terhadap Kualitas Hidup Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi di RSUP Dr. Kariadi Semarang. Jurnal Sains dan Kesehatan. 2021;3(3).
19. Patricia H. Karakteristik, Beban, dan Kualitas Hidup pada Caregiver Klien Skizofrenia. Jurnal Kesehatan Medika Saintika. 2018;9(1).
20. Laili N, Muchsin EN. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Penyintas Covid-19. Jurnal Keperawatan. 2022;14(1).
21. Aini EN, Isnaini I, Sukamti S, Amalia LN. Pengaruh Tingkat Pendidikan Terhadap Tingkat Kesejahteraan Masyarakat di Kelurahan Kesatrian Kota Malang. Technomedia Journal. 2018;3(1).
22. Fathoni ZS Al. Gambaran Kualitas Hidup Pada Pasien Penyakit Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa. Universitas Islam Sultan Agung. 2022;
23. Artini KS. Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. Parapemikir : Jurnal Ilmiah Farmasi. 2024;13(1).
24. Larasati MSP, Setiawan IGB, Wetan NGAAMY, Manuaba BTWI. Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kualitas Hidup Pasien Kanker Payudara Post Mastektomi Di RSUP Sanglah. Jurnal Medika Udayana. 2022;11(10).
25. Nursita H, Pratiwi A. Peningkatan Kualitas Hidup Pada Pasien Gagal Jantung: A Narrative Review Article. Jurnal Berita Ilmu Keperawatan. 2020;13(1).