

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif. Desain yang digunakan pada penelitian ini *cross-sectional* merupakan desain penelitian yang mempelajari resiko dan efek dengan cara observasi, dan tujuannya yaitu mengumpulkan datanya secara bersamaan atau satu waktu (Abduh et al., 2022). Pada jenis ini, variabel independen dan dependen dinilai secara simultan pada suatu saat, jadi tidak ada tindak lanjut. Tentunya tidak semua subjek penelitian harus diobservasi pada hari atau pada waktu yang sama, akan tetapi baik variabel independen maupun variabel dependen dinilai hanya satu kali saja. Dengan studi ini, akan diperoleh prevalensi atau efek suatu fenomena (variabel dependen) dihubungkan dengan penyebab (variable dependen).

B. Variabel Penelitian

Pada penelitian ini, variabel Independen yaitu kesejahteraan spiritual, dan variabel dependen yaitu pengelolaan Tingkat stress akademik.

1. Definisi Konseptual

Kesejahteraan spiritual menggambarkan kondisi individu dalam menjaga keseimbangan hubungan dengan diri sendiri, sesama, lingkungan, dan kekuatan ilahi. Keadaan ini berkaitan dengan pencarian makna dan tujuan hidup, serta keterhubungan dengan hal-hal yang lebih tinggi. Gomez dan Fisher menjelaskan bahwa

kesejahteraan spiritual merupakan motivasi untuk menemukan arah hidup berdasarkan keyakinan yang dianggap benar (Hanif & Widiyanti, 2024)

Sementara itu, tingkat stres akademik adalah usaha mahasiswa dalam mengatasi tekanan dari aktivitas akademik seperti tugas, ujian, dan beban studi. Strategi yang digunakan mencakup pendekatan kognitif, emosional, perilaku, sosial, spiritual, dan fisik, dengan tujuan mengurangi dampak negatif stres dan mendukung kesejahteraan mental mahasiswa (Rohmah & Mahrus, 2024)

2. Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Cara Pengukuran	Hasil Ukur	Skala
Kesejahteraan spiritual	Kesejahteraan spiritual dalam penelitian ini diartikan sebagai tingkat kemampuan individu dalam membangun dan	Diukur menggunakan kuesioner <i>Spiritual Well-Being Scale</i> (SWBS	Dikategorikan menjadi tiga kategori yaitu : Baik (skor 57–85) yang menunjukkan	Ordinal

	<p>mempertahankan hubungan yang positif dengan Tuhan, diri sendiri, sesama, dan lingkungan, yang tercermin dalam rasa damai batin, makna hidup, serta sikap religius dalam menghadapi tekanan hidup.</p> <p>Pengukuran dilakukan menggunakan instrumen <i>Spiritual Well-Being Scale</i> (SWBS) yang terdiri dari beberapa indikator, seperti</p>		<p>mahasiswa merasa dekat dengan Tuhan, memiliki makna hidup yang jelas, serta mampu menggunakan spiritualitas dalam mengelola stres akademik;</p> <p>Cukup (skor 37–56) menunjukkan mahasiswa</p>	
--	---	--	---	--

	<p>hubungan dengan Tuhan, makna hidup, penerimaan diri, dan coping spiritual.</p>		<p>kadang menggunakan pendekatan spiritual, namun masih mengalami kesulitan dalam menemukan makna hidup dan mengelola stres; serta</p> <p>Kurang (skor 17–36)</p> <p>menunjukkan</p>	<p>n mahasiswa jarang menggunakan</p>
--	---	--	---	---------------------------------------

			an spiritualitas, merasa kesulitan menemukan tujuan hidup, dan kurang mampu menghadapi tekanan akademik secara spiritual.	
Tingkat Stres Akademik	Tingkat stres akademik merupakan kemampuan mahasiswa dalam menghadapi dan menyesuaikan diri terhadap tekanan akademik melalui	Diukur menggunakan instrumen Skala Stres Akademik (SSA)	Dikategorikan menjadi tiga kategori yaitu: Baik (skor 67–95) menunjukkan mahasiswa	Ordinal

	berbagai strategi, termasuk pendekatan kognitif, emosional, perilaku, sosial, spiritual, dan fisik. Variabel ini diukur menggunakan kuesioner yang disusun berdasarkan indikator strategi coping.. Yang mencakup dimensi : Strategi Kognitif (Pola Pikir & Mindset), Strategi Emosional (Kontrol Emosi & Relaksasi),		mampu mengelola stres akademik secara efektif dengan strategi coping yang optimal; Cukup (skor 43– 66) menunjukk n mahasiswa memiliki beberapa strategi coping namun belum konsisten	
--	--	--	---	--

	<p>Strategi Perilaku (Manajemen Waktu & Kebiasaan), Strategi Sosial (Dukungan dari Orang Lain), Strategi Spiritual (Pendekatan Agama & Meditasi).</p>		<p>dalam penerapannya sehingga masih mengalami tekanan akademik dalam kondisi tertentu; dan Kurang (skor 19–42) menunjukkan mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengelola stres, cenderung merasa</p>	
--	---	--	--	--

			tertekan, serta kurang memiliki strategi coping yang memadai.	
--	--	--	--	--

C. Tempat Dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Unniversitas Aisyiyah Bandung. Waktu Penelitian akan dilaksanakan pada bulan Mei – Juni 2025.

D. Populasi Dan Sampel

a. Populasi

Populasi dalam penelitian adalah subjek yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan (Nursalam, 2016). Populasi pada penelitian yang akan dilakukan yaitu seluruh mahasiswa/i di Universitas Aisyiyah Bandung sebanyak 1.168 mahasiswa.

b. Sampel

Sampel merupakan segmen yang mempresentasikan jumlah dan karakteristik dari sebuah populasi. Ketika populasi terlalu besar untuk dipelajari secara menyeluruh, seperti karena keterbatasan dana, sumber daya manusia, dan waktu, peneliti dapat mengambil sampel yang mewakili populasi tersebut (Abduh et al., 2022). Sampel pada penelitian yang akan dilakukan yaitu mahasiswa

sarjana keperawatan, mahasiswa sarjana kebidanan, mahasiswa sarjana perdagangan internasional, mahasiswa desain komunikasi visual, mahasiswa sarjana pariwisata, diploma keperawatan, pendidikan profesi ners dan pendidikan profesi bidan.

c. Besar sampel dan perhitungan

Rumus yang akan digunakan yaitu rumus *slovin* karena jumlah populasi sudah diketahui untuk menentukan jumlah sampel yang akan menjadi target penelitian. Rumus yang akan digunakan adalah

$$n = \frac{N}{1 + N(e^2)}$$

Keterangan :

N = 965 (jumlah populasi)

e = 0,05 (margin of error 5%)

$$\begin{aligned} n &= \frac{965}{1 + 965(0,05)^2} \\ &= \frac{965}{1 + 965(0,0025)} \\ &= \frac{965}{1 + 2.4125} \\ &= \frac{965}{3.4125} \end{aligned}$$

Hasil jumlah sampel yang dibutuhkan adalah 282 mahasiswa di Universitas Aisyiyah Bandung. Cara pengambilan sampel secara *Stratified Random Sampling* yaitu metode penarikan sampel yang dilakukan dengan cara membagi populasi menjadi populasi yang lebih kecil, pembentukan harus sedemikian rupa sehingga setiap stratum homogeny berdasarkan suatu atau beberapa kriteria tertentu, kemudian dari setiap stratum diambil sampel secara acak (Faiqotul Ulya et al., 2022) dengan rumus :

$$nh = \frac{Nh}{N} . n$$

Keterangan :

nh : jumlah sampel yang diambil dari strata ke- h

Nh : ukuran populasi pada strata ke- h

N : ukuran total populasi

n : total sample yang diinginkan

Tabel 3.2 Total estimasi Sarjana Keperawatan

No	Prodi Sarjana Keperawatan	Jumlah Populasi	Perhitungan Sampel	Jumlah Estimasi Sampel	Jumlah Rekrutment Sampel
1.	Tingkat I	143	$143/965 \times 282$	43	43
2.	Tingkat II	123	$123/965 \times 282$	36	36

3.	Tingkat III	132	$\frac{132}{965} \times 282$	39	39
4.	Tingkat IV	93	$\frac{93}{965} \times 282$	27	27
	TOTAL	491		145	145

Tabel 3.3 Total estimasi Sarjana Kebidanan

No	Prodi Sarjana Keperawatan	Jumlah Populasi	Perhitungan Sampel	Jumlah Estimasi Sampel	Jumlah Rekrutment Sampel
1.	Tingkat I	29	$\frac{29}{965} \times 282$	8	8
2.	Tingkat II	35	$\frac{35}{965} \times 282$	10	10
3.	Tingkat III	48	$\frac{48}{965} \times 282$	14	14
4.	Tingkat IV	41	$\frac{41}{965} \times 282$	12	12
	TOTAL	153		44	44

Tabel 3.4 Total estimasi Sarjana Pariwisata

No	Prodi Sarjana Keperawatan	Jumlah Populasi	Perhitungan Sampel	Jumlah Estimasi Sampel	Jumlah Rekrutment Sampel
1.	Tingkat I	24	$24/965 \times 282$	7	7
2.	Tingkat II	13	$13/965 \times 282$	4	4
3.	Tingkat III	7	$7/965 \times 282$	2	2
4.	Tingkat IV	13	$13/965 \times 282$	4	4
	TOTAL	57		17	17

Tabel 3.5 Total estimasi Sarjana Perdagangan Internasional

No	Prodi Sarjana Keperawatan	Jumlah Populasi	Perhitungan Sampel	Jumlah Estimasi Sampel	Jumlah Rekrutment Sampel
1.	Tingkat I	13	$13/965 \times 282$	4	4
2.	Tingkat II	11	$11/965 \times 282$	3	3
3.	Tingkat III	7	$7/965 \times 282$	2	2
4.	Tingkat IV	8	$8/965 \times 282$	2	2
	TOTAL	39		11	11

Tabel 3.6 Total estimasi Sarjana Desain Komunikasi Grafis

No	Prodi Sarjana Keperawatan	Jumlah Populasi	Perhitungan Sampel	Jumlah Estimasi Sampel	Jumlah Rekrutment Sampel
1.	Tingkat I	16	$16/965 \times 282$	5	5
2.	Tingkat II	11	$11/965 \times 282$	3	3
3.	Tingkat III	13	$13/965 \times 282$	4	4
4.	Tingkat IV	15	$15/965 \times 282$	4	4
	TOTAL	55		16	16

Tabel 3.7 Total estimasi Diploma Keperawatan

No	Prodi Sarjana Keperawatan	Jumlah Populasi	Perhitungan Sampel	Jumlah Estimasi Sampel	Jumlah Rekrutment Sampel
1.	Tingkat III	54	$54/1168 \times 298$	16	16
	TOTAL	54		16	16

Tabel 3.8 Total estimasi Program Profesi NERS

No	Prodi Sarjana Keperawatan	Jumlah Populasi	Perhitungan Sampel	Jumlah Estimasi Sampel	Jumlah Rekrutment Sampel
1.	Tingkat I	173	$173/1168 \times 298$	51	51
	TOTAL	173		51	51

Tabel 3.9 Total estimasi Program Profesi Kebidanan

No	Prodi Sarjana Keperawatan	Jumlah Populasi	Perhitungan Sampel	Jumlah Estimasi Sampel	Jumlah Rekrutment Sampel
1.	Tingkat I	116	$116/1168 \times 298$	34	34
	TOTAL	116		34	34

Pada tabel *stratified sampling* di atas menyajikan alokasi sampel sebanyak 282 responden dari total populasi 965 mahasiswa yang terdiri dari berbagai program studi dan jenjang pendidikan, seperti sarjana keperawatan, kebidanan, pariwisata, perdagangan internasional, desain komunikasi grafis, diploma keperawatan, profesi ners, dan profesi kebidanan. Masing-masing kelompok atau strata dirinci berdasarkan tingkat atau jenjang (Tingkat 1 hingga Tingkat 4), serta program profesi dan

diploma. Mahasiswa sarjana keperawatan tingkat 1 yang berjumlah 143 dari total populasi mendapat alokasi 42 sampel, sedangkan profesi ners yang berjumlah 173 mendapatkan 51 sampel. Dengan cara ini, pembagian sampel dilakukan secara adil berdasarkan proporsi masing-masing kelompok, memastikan bahwa seluruh kelompok dalam populasi terwakili dalam penelitian sesuai dengan ukurannya, sehingga meningkatkan keakuratan dan representativitas data yang diperoleh.

E. Teknik Sampling

Pengambilan sampel pada penelitian ini akan menggunakan metode *Stratified Random Sampling*. Metode *Stratified Random Sampling* merupakan metode penarikan sampel yang dilakukan dengan cara membagi populasi menjadi populasi yang lebih kecil, pembentukan harus sedemikian rupa sehingga setiap stratum homogeny berdasarkan suatu atau beberapa kriteria tertentu, kemudian dari setiap stratum diambil sampel secara acak (Faiqotul Ulya et al., 2022). Metode yang digunakan ini dapat dimungkinkan untuk setiap anggota populasi mempunyai peluang yang sama untuk dipilih digunakan sebagai sampel, sehingga proses pengukuran dapat dilakukan dengan melibatkan sedikit sampel.

Adapun kriteria inklusi pada penelitian ini adalah:

1. Mahasiswa aktif di Universitas Aisyiyah Bandung
2. Bersedia menjadi responden dan mengisi kuesioner penelitian.

3. Beragama Islam untuk menyesuaikan dengan konsep kesejahteraan spiritual.

Adapun Kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah:

1. Responden yang mengisi kuesioner secara tidak lengkap atau tidak valid.

F. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah suatu proses pendekatan kepada subjek dan proses pengumpulan karakteristik subjek yang diperlukan dalam suatu penelitian (Budi, 2018). Pengumpulan data dilakukan melalui metode pengisian kuesioner yang disebarakan melalui G.Form melalui ketua angkatan dari masing- masing jurusan . Kesejahteraan spiritual diukur menggunakan kuesioner SWBS, sedangkan pengelolaan stres akademik diukur menggunakan skala Likert.

G. Instrumen

1. Kuesioner Data Demografi

Kuesioner data demografi mahasiswa digunakan untuk mengumpulkan informasi dasar mengenai karakteristik responden dalam penelitian ini. Instrumen demografi dalam penelitian ini digunakan untuk memperoleh informasi dasar mengenai karakteristik responden yang meliputi beberapa aspek penting. Data yang dikumpulkan meliputi jenis kelamin (laki-laki atau perempuan), usia

responden (17- 30 Tahun), program studi (sarjana keperawatan, kebidanan, pariwisata, perdagangan internasional, desain komunikasi grafis, diploma keperawatan, profesi ners, dan profesi kebidanan), tingkat pendidikan atau semester saat ini (tingkat 1 hingga 4 atau program profesi). Informasi ini penting untuk menggambarkan latar belakang responden secara menyeluruh dan membantu dalam analisis hubungan antara variabel demografi dan variabel utama dalam penelitian.

2. Kuosioner Kesejahteraan Spiritual

Kuesioner ini akan mengadopsi dari Lahzatin (2018) untuk mengukur hubungan dengan tuhan, makna dan tujuan hidup, penerimaan diri dan ketenangan batin, spiritual coping dalam menghadapi stres. Instrumen ini terdiri atas 17 pernyataan, dan 17 pernyataan dengan skala likert.

Tabel 3.3 kisi-kisi kuesioner kesejahteraan spiritual

Variabel	Indikator	No. Pernyataan	Jumlah
Kesejahteraan Spiritual	Hubungan dengan Tuhan	1, 3, 5,7,9,11,15,17,19	10

	Makna dan tujuan hidup	6,8,10,14,20	5
	Penerimaan diri dan ketenangan batin	2,4,12,16,18	5
Total Pernyataan		20	20

Hasil pengukuran untuk kesejahteraan spiritual dikategorikan berdasarkan skor yang diperoleh, sebagaimana ditunjukkan dalam tabel berikut:

Tabel 3.4 Skor kesejahteraan spiritual

Kode	Kategori	Kriteria	Rentang Skor
1	Baik	Mahasiswa merasa dekat dengan Tuhan, memiliki makna hidup yang jelas, serta mampu menggunakan spiritualitas untuk mengelola stres akademik.	57 – 85

2	Cukup	menunjukkan mahasiswa kadang menggunakan pendekatan spiritual, namun masih mengalami kesulitan dalam menemukan makna hidup dan mengelola stres	37-56
4	Kurang	Menunjukkan mahasiswa jarang menggunakan spiritualitas, merasa kesulitan menemukan tujuan hidup, dan kurang mampu menghadapi tekanan akademik secara spiritual.	17 – 36

3. Kuesioner Tingkat Stres Akademik

Kuesioner ini bertujuan untuk mengukur bagaimana mahasiswa Universitas ‘Aisyiyah Bandung mengukur tingkat stres akademik dalam kaitannya dengan kesejahteraan spiritual. Semakin tinggi skor, semakin baik kemampuan mahasiswa dalam mengelola stres akademik sedangkan semakin rendah skor, semakin besar indikasi bahwa mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengelola stres akademik.

Instrumen ini terdiri atas 19 pernyataan, dan 19 pernyataan dengan skala likert.

Tabel 3.5 kisi- kisi skala stress akademik

Variabel	Indikator	No. Pernyataan	Jumlah
Tingkat Stres Akademik	Strategi Kognitif (Pola Pikir & Mindset)	1,2,4,5,6,9,13, 15,21,25	10
	Strategi Emosional (Kontrol Emosi & Relaksasi)	3,7,10,12,17, 18,19,20,22,23, 24,26	12
	Strategi Sosial (Dukungan dari Orang Lain)	14,16	2
Total Pernyataan		24	24

Hasil pengukuran untuk pengelolaan stres akademik dikategorikan berdasarkan skor yang diperoleh, sebagaimana ditunjukkan dalam tabel berikut:

Tabel 3.6 skor Tingkat Stress Akademik

Kode	Kategori	Kriteria	Rentang Skor

1	Baik	menunjukkan mahasiswa mampu mengelola stres akademik secara efektif dengan strategi coping yang optimal	67 – 95
2	Cukup	menunjukkan mahasiswa memiliki beberapa strategi coping namun belum konsisten dalam penerapannya sehingga masih mengalami tekanan akademik dalam kondisi tertentu	43 – 66
3	Kurang	menunjukkan mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengelola stres, cenderung merasa tertekan, serta kurang memiliki strategi coping yang memadai.	19 – 42

H. Validitas Dan Reabilitas

1. Uji Validitas Dan Reabilitas Kesejahteraan Spiritual

uji validitas kuesioner dapat dinyatakan valid jika setiap butir pertanyaan yang terdapat pada kuesioner dapat digunakan sebagai perantara untuk mengungkapkan dan mengetahui sesuatu yang akan diukur oleh kuesioner tersebut. Selain itu, kuesioner dapat dinyatakan valid jika hasil nilai r-hitung lebih

besar dari r-tabel. Apabila hasil nilai validitas dari tiap tanggapan yang telah diterima setelah menyebarkan daftar pertanyaan bernilai lebih besar daripada 0,3, maka butir pertanyaan tersebut dapat dinyatakan valid (Rosita et al., 2021).

Hasil uji validitas instrumen *Spiritual Well-Being Scale* (SWBS) analisis validitas dilakukan dengan membandingkan nilai korelasi setiap item dengan r tabel sebesar 0,2638, yang merupakan nilai kritis untuk jumlah sampel tersebut. Dari total 20 item pernyataan dalam SWBS, sebanyak 19 item dinyatakan valid karena memiliki korelasi lebih besar dari r tabel, sedangkan satu item tidak memenuhi kriteria validitas dan mengalami revisi agar lebih sesuai dengan konsep kesejahteraan spiritual yang diukur.

Uji reliabilitas instrumen *Spiritual Well-Being Scale* (SWBS) dilakukan untuk menilai sejauh mana instrumen ini memberikan hasil yang konsisten jika digunakan dalam pengukuran yang berulang. Reliabilitas diuji menggunakan koefisien Cronbach's Alpha, yang merupakan metode yang umum digunakan untuk mengukur tingkat konsistensi internal suatu kuesioner. Berdasarkan hasil pengujian, diperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,879, yang menunjukkan tingkat reliabilitas yang sangat tinggi. Menurut kriteria yang dikemukakan oleh Kaplan dan Saccuzo (2001), suatu instrumen

dianggap memiliki reliabilitas yang baik jika nilai Cronbach's Alpha $\geq 0,70$, sehingga instrumen SWBS dalam penelitian ini dinyatakan sangat reliabel.

2. Uji Validitas Dan Reabilitas Tingkat Stres Akademik

Uji validitas kuesioner dapat dinyatakan valid jika setiap butir pertanyaan yang terdapat pada kuesioner dapat digunakan sebagai perantara untuk mengungkapkan dan mengetahui sesuatu yang akan diukur oleh kuesioner tersebut. Selain itu, kuesioner dapat dinyatakan valid jika hasil nilai r-hitung lebih besar dari r-tabel. Apabila hasil nilai validitas dari tiap tanggapan yang telah diterima setelah menyebarkan daftar pertanyaan bernilai lebih besar daripada 0,3, maka butir pertanyaan tersebut dapat dinyatakan valid (Rosita et al., 2021).

Hasil uji validitas pada skala stres akademik dilakukan untuk mengukur sejauh mana instrumen tersebut mampu mengukur konsep stres akademik dengan akurat dan sesuai dengan teori yang digunakan. Validitas diuji dengan teknik korelasi item-total, di mana setiap butir pernyataan dikorelasikan dengan skor total untuk menentukan apakah butir tersebut memiliki hubungan yang signifikan dengan keseluruhan skala. Dalam penelitian ini, skala stres akademik dikembangkan berdasarkan aspek fisiologis, kognitif, afektif, dan konatif sebagaimana dikemukakan oleh Lakaev (2009). Penilaian menggunakan

format skala Likert dengan empat kategori respons: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Hasil uji validitas menunjukkan bahwa sebagian besar butir dalam skala stres akademik memiliki nilai korelasi yang signifikan dengan skor total, yang berarti bahwa setiap butir tersebut dapat secara akurat merepresentasikan aspek stres akademik yang diukur. Beberapa butir yang memiliki nilai korelasi rendah mengalami revisi atau dihapus agar instrumen tetap memiliki kualitas pengukuran yang baik.

Hasil reabilitas Uji reliabilitas pada Skala Stres Akademik (SSA) dilakukan untuk mengukur sejauh mana instrumen ini memberikan hasil yang konsisten dalam pengukuran stres akademik mahasiswa. Pengujian dilakukan menggunakan koefisien Cronbach's Alpha, yang merupakan metode yang umum digunakan untuk menilai tingkat konsistensi internal suatu kuesioner. Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,936, yang berada jauh di atas batas minimal reliabilitas yang baik yaitu 0,70 sebagaimana ditetapkan oleh Kaplan dan Saccuzo (2001). Dengan nilai ini, dapat disimpulkan bahwa instrumen SSA memiliki tingkat reliabilitas yang sangat tinggi, yang berarti bahwa setiap item dalam skala memiliki hubungan yang erat dan konsisten dalam mengukur aspek stres akademik.

I. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan kegiatan yang berarti dalam memecahkan dalam masalah penelitian. Analisis data juga diartikan sebagai proses dalam perorganisasian data guna menyederhanakan data yang bertujuan untuk mudah dimengerti dalam interpretasinya. Pada penelitian ini terdapat dua analisis yaitu:

1. Analisis univariat

Analisis demografi dilakukan untuk mengetahui karakteristik responden berdasarkan usia, program studi, dan tingkat partisipasi dalam kegiatan keagamaan. Kategori usia dikelompokkan menjadi ≤ 20 tahun, 21-23 tahun, dan ≥ 24 tahun, sedangkan jenis kelamin dibagi menjadi laki-laki dan perempuan. Responden berasal dari berbagai program studi, yaitu Sarjana Keperawatan, Sarjana Kebidanan, Sarjana Perdagangan Internasional, Desain Komunikasi Visual (DKV), Pariwisata, diploma keperawatan, pendidikan profesi ners, dan pendidikan profesi bidan dengan jumlah sampel yang dialokasikan secara proporsional. Tingkat kesejahteraan spiritual mahasiswa, yang diukur menggunakan *Spiritual Well-Being Scale* (SWBS). Sedangkan untuk mengukur Tingkat stres akademik mahasiswa, yang diukur menggunakan skala stress akademik (SSA). Hasil analisis ini akan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase.

2. Analisis bivariat

Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji korelasi *Spearman Rank*, karena data yang dianalisis berskala ordinal dan bertujuan untuk melihat hubungan antara dua variabel non-parametrik. Uji ini mengukur kekuatan serta arah hubungan antara kesejahteraan spiritual dan tingkat stres akademik, di mana hasil analisis akan menghasilkan nilai koefisien korelasi (r) dan p -value. Nilai koefisien korelasi (r) menunjukkan seberapa kuat hubungan antara kedua variabel, sedangkan p -value digunakan untuk menentukan signifikansi statistik dari hubungan tersebut.

Jika p -value $< 0,05$, maka hubungan antara kesejahteraan spiritual dan tingkat stres akademik dianggap signifikan, yang berarti kesejahteraan spiritual memiliki peran dalam mempengaruhi bagaimana mahasiswa mengelola stres akademik mereka. Mengambil keputusan berdasarkan angka probabilitas (nilai P) maka jika $P < 0,05$ maka H_0 ditolak. Jika $P > 0,05$ maka H_0 diterima.

Menentukan kesimpulan dengan ketentuan: jika nilai z hitung $< z$ tabel maka H_0 ditolak, jika nilai z hitung $> z$ tabel maka H_0 diterima.

J. Prosedur Penelitian

Penelitian ini meliputi tiga tahapan yang akan dilakukan pada proses penelitian. Tahap persiapan tahap penelitian dan tahap akhir penelitian.

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan merupakan tahap awal dimulai dengan membuat rancangan penyusunan proposal dari menentukan masalah yang akan diteliti, studi pendahuluan, membuat rumusan masalah, tujuan, manfaat, mencari landasan teori, menentukan metodologi penelitian, serta mencari sumber-sumber terpercaya dan dapat mendukung penelitian yang akan dilakukan. Selanjutnya menentukan tahap instrumen dengan mempersiapkan data kuisisioner.

2. Tahap Pelaksanaan

Prosedur penelitian yang akan dilakukan meliputi:

Penelitian dilakukan setelah dinyatakan lulus seminar proposal dan lulus uji etik oleh Komite Etik Penelitian Universitas 'Aisyiyah Bandung, dengan Nomor Surat

- a. Mengajukan judul penelitian kepada pembimbing satu dan pembimbing dua Fakultas Ilmu Kesehatan Aisyiyah Bandung dengan judul Hubungan kesejahteraan spiritual dengan pengelolaan tingkat stres akademik pada mahasiswa Unniversitas Aisyiyah Bandung;
- b. Menyusun proposal penelitian dan memperoleh persetujuan dari dosen pembimbing;

- c. Mengurus perizinan penelitian kepada lppm Unniversitas Aisyiyah Bandung;
- d. Menentukan populasi dan sampel penelitian berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan;
- e. Menyiapkan instrumen penelitian, yaitu Spiritual Well-Being Scale (SWBS) untuk mengukur kesejahteraan spiritual dan Skala Stres Akademik (SSA) untuk mengukur tingkat stres akademik mahasiswa.

3. Evaluasi

Pada tahap ini peneliti mengecek hasil mengolah data yang sudah terkumpul dilakukan analisis data dan penulis menyusun laporan sesuai dengan pedoman yang telah ditentukan. Kemudian peneliti membuat laporan akhir untuk mempresentasikan hasil penelitian. Untuk hasil penelitian akhir akan dilaporkan ke puskesmas sebagai laporan akhir.

4. Waktu dan tempat

Penelitian ini dilakukan di Unniversitas Aisyiyah Bandung.

K. Etika Penilitan

Pada penelitian ini, peneliti akan menerapkan prinsip-prinsip dasar dalam etika penelitian yaitu:

1. Prinsip Menghormati Harkat dan Martabat Manusia (Respect for Persons)

Responden diberikan kebebasan untuk berpartisipasi atau menolak mengikuti penelitian tanpa paksaan. Setiap peserta diberikan informed

consent sebelum mengisi kuesioner, yang menjelaskan tujuan, manfaat, dan hak mereka.

2. Prinsip Kebermanfaatan (Beneficence)

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan manfaat bagi mahasiswa dalam memahami pentingnya kesejahteraan spiritual dalam mengelola stres akademik. Data yang dikumpulkan dapat digunakan sebagai referensi bagi institusi pendidikan dalam meningkatkan kesejahteraan mahasiswa.

3. Prinsip Tidak Merugikan (Non-Maleficence)

Penelitian ini tidak akan menyebabkan bahaya fisik, psikologis, atau sosial bagi responden. Kuesioner disusun dengan bahasa yang tidak menyinggung atau menimbulkan ketidaknyamanan bagi peserta.

4. Prinsip Keadilan (Justice)

Semua mahasiswa memiliki kesempatan yang sama untuk berpartisipasi, tanpa diskriminasi berdasarkan gender, usia, atau program studi. Data diambil secara simple random sampling agar hasil penelitian dapat mewakili populasi dengan adil.

5. Prinsip Kerahasiaan dan Privasi (Confidentiality & Privacy)

Identitas responden akan dirahasiakan dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian. Data akan dianalisis dalam bentuk agregat tanpa mengungkap informasi pribadi.

6. Prinsip Persetujuan Informasi (Informed Consent)

Responden diberikan informasi lengkap mengenai penelitian sebelum memberikan persetujuan. Mereka diberi hak untuk menarik diri kapan saja tanpa konsekuensi apa pun.

7. Prinsip Integritas dan Transparansi

Penelitian dilakukan dengan kejujuran, tanpa manipulasi data atau hasil. Sumber literatur yang digunakan dikutip dengan benar untuk menghindari plagiarisme.