

**HUBUNGAN ANTARA KESEJAHTERAAN SPIRITUAL DENGAN STRES  
PADA MAHASISWA SANTRI DI PONDOK PESANTREN KYAI GALANG  
SEWU TEMBALANG SEMARANG**

**SKRIPSI**

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Tugas Mata Kuliah Skripsi



Oleh

**SANIYATIN NIBRONIAH**

22020119120023

**DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS DIPONEGORO**

**2023**

## SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Saniyatin Nibroniah  
NIM : 22020119120023  
Fakultas/Departemen : Kedokteran/Keperawatan  
Jenis : Skripsi  
Judul : Hubungan antara Kesejahteraan Spiritual dengan Stres pada Mahasiswa Santri di Pondok Pesantren Kyai Galang Sewu Tembalang Semarang

Dengan ini menyatakan bahwa saya menyetujui untuk:

1. Memberikan hak bebas royalti kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP atas penulisan karya ilmiah saya, demi pengembangan ilmu pengetahuan.
2. Memberikan hak menyimpan, mengalih mediakan/mengalih formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), mendistribusikannya, serta menampilkan dalam bentuk *soft copy*, untuk kepentingan akademis kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP, tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta.
3. Bersedia dan menjamin untuk menanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP dari semua bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran hak cipta dalam karya ilmiah ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan semoga dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 05 Juni2023

Yang Menyatakan



Saniyatin Nibroniah  
NIM. 22020119120023

**PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME**

Nama : Saniyatin Nibroniah  
Tempat/Tanggal Lahir : Kendal/24 September 2001  
Alamat Rumah : Krikil Krajan RT 02 RW 03, Kec. Pageruyung, Kab.  
Kendal  
No. Telp : 082333922366  
Email : [saniyatinn24@gmail.com](mailto:saniyatinn24@gmail.com)

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian saya yang berjudul “Hubungan antara Kesejahteraan Spiritual dengan Stres pada Mahasiswa Santri di Pondok Pesantren Kyai Galang Sewu” bebas dari plagiarisme dengan *similarity index* 20% dan bukan hasil karya orang lain.

Apabila di kemudian hari ditemukan sebagian atau seluruh bagian dari penelitian dan karya ilmiah dari hasil-hasil penelitian tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar tanpa unsur paksaan dari siapapun.

Semarang, 05 Juni 2023



Saniyatin Nibroniah  
NIM. 22020119120023

**LEMBAR PERSETUJUAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul:

**HUBUNGAN ANTARA KESEJAHTERAAN SPIRITUAL DENGAN  
STRES PADA MAHASISWA SANTRI DI PONDOK PESANTREN KYAI  
GALANG SEWU TEMBALANG SEMARANG**


Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama Saniyatin Nibroniah

NIM. 22020119120023

Telah disetujui sebagai laporan penelitian dan dinyatakan telah memenuhi syarat  
untuk direview

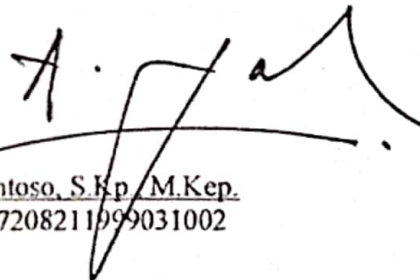
Pembimbing



Sarah Ulliya, S.Kp., M.Kes  
NIP. 197701262001122001

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan FK UNDIP



Agus Santoso, S.Kp., M.Kep.  
NIP. 197208211999031002

**LEMBAR PENGESAHAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa **Skripsi** yang berjudul:

**HUBUNGAN ANTARA KESEJAHTERAAN SPIRITUAL DENGAN  
STRES PADA MAHASISWA SANTRI DI PONDOK PESANTREN KYAI  
GALANG SEWU TEMBALANG SEMARANG**

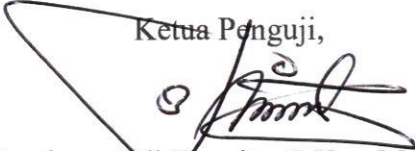
Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama: Saniyatin Nibroniah

NIM: 22020119120023

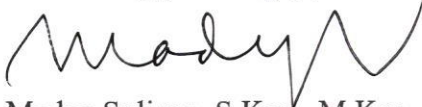
Telah diuji pada 13 Juni 2023 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk  
**mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan**

Ketua Penguji,



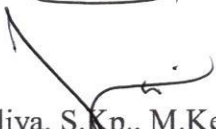
Bambang Edi Warsito, S.Kp., M.Kes.  
NIP. 196303071989031002

Anggota Penguji,



Madya Sulisno, S.Kep., M.Kes.  
NIP. 197405052010121001

Pembimbing



Sarah Ulliya, S.Kp., M.Kes.  
NIP. 197701262001122001

Plt. Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK UNDIP



Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat.  
NIP. 197708302001122001



## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat dan karunianya sehingga penulisan skripsi yang berjudul “**HUBUNGAN ANTARA KESEJAHTERAAN SPIRITUAL DENGAN STRES PADA MAHASISWA SANTRI DI PONDOK PESANTREN KYAI GALANG SEWU TEMBALANG SEMARANG**” dapat terselesaikan dengan baik. Penulisan skripsi ini ditujukan untuk memenuhi salah satu persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Keperawatan di Departemen Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. Penulisan skripsi ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada pembaca mengenai penelitian yang telah dilaksanakan. Skripsi ini berisi tentang kesejahteraan spiritual, stres, dan hubungan yang terjadi antara keduanya pada mahasiswa santri.

Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk perbaikan dalam proses penelitian yang dilakukan peneliti. Peneliti berharap meskipun banyak terdapat kekurangan namun skripsi ini masih dapat memberikan manfaat kepada mahasiswa santri untuk menjaga kesehatan mental, fisik dan spiritualnya serta kepada pembaca secara umum untuk memperluas pengetahuan

Semarang, 05 Juni 2023  
Peneliti



SANIYATIN NIBRONIAH

## UCAPAN TERIMA KASIH

Bismillahirrohmanirrohim...

Dengan mengucap syukur kepada Allah SWT, saya mengucapkan terima kasih yang paling dalam kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan pertolongan, petunjuk dan ridhonya sehingga saya bisa mengerjakan skripsi ini hingga selesai
2. Nabi Muhammad saw yang secara tidak langsung senantiasa memberikan ketenangan dan motivasi
3. Bapak dan ibu tercinta yang selalu mendukung apapun keputusan saya, selalu memberikan motivasi terbaiknya, dan sudah mengantarkan saya hingga sudah sampai pada titik ini dengan semua perjuangannya.
4. Kakak-kakak saya yang selalu memberikan dukungannya meskipun terkadang menyebalkan
5. Bapak Kyai Muhammad Nur Salafuddin AH beserta keluarga ndalem yang sudah mau membimbing dan mendoakan saya dengan sepenuh hati
6. Ibu Sarah Ulliya, S.Kp., M.Kes. selaku dosen pembimbing saya yang dengan sabar dan tulus membimbing saya yang masih banyak kekurangan ini.
7. Seluruh santri PP. Kyai Galang Sewu khususnya kamar B2 yang sudah kebersamai dan berjuang bersama dari awal di Semarang hingga sekarang
8. Sahabat-sahabat saya di cerebrum 2019 yang saya sayangi dan sudah bersedia memberikan tempat untuk sekedar sambat, berbagi cerita, dan berbagi kerepotan lainnya.

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL.....</b>	<b>i</b>
<b>SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....</b>	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>UCAPAN TERIMA KASIH .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1    Latar Belakang .....	1
1.2    Perumusan Masalah .....	5
1.3    Tujuan Penelitian .....	6
1.4    Manfaat Penelitian .....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>8</b>
2.1    Stres pada Mahasiswa Santri.....	8
2.1.1    Pengertian Stres.....	8
2.1.2    Respon Tubuh Terhadap Stres .....	9
2.1.3    Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Stres.....	10
2.1.4    Sumber Stres .....	12
2.1.5    Jenis Stres.....	13
2.1.6    Tingkatan Stres .....	14
2.1.7    Strategi Mengatasi Stres.....	16
2.1.8    Pengukuran Stres pada Mahasiswa Santri.....	18
2.2    Kesejahteraan Spiritual pada Mahasiswa Santri .....	19
2.2.1    Definisi Kesejahteraan Spiritual .....	19
2.2.2    Domain Kesejahteraan spiritual .....	20
2.2.4    Pengukuran Kesejahteraan spiritual Mahasiswa Santri .....	23



2.3	Konsep Hubungan Tingkat Kesejahteraan spiritual dengan Tingkat Stress pada Mahasiswa santri.....	25
2.4	Kerangka Teori dan Kerangka Konsep Penelitian .....	26
2.4.1	Kerangka Teori .....	27
2.4.2	Kerangka Konsep Penelitian .....	28
2.5	Hipotesis .....	28
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>		<b>30</b>
3.1	Jenis dan Rancangan Penelitian .....	30
3.2	Populasi dan Sampel Penelitian .....	31
3.2.1	Populasi.....	31
3.2.2	Sampel.....	31
3.3	Tempat dan Waktu Penelitian .....	32
3.3.1	Tempat .....	32
3.3.2	Waktu .....	32
3.4	Definisi Operasional, Variabel Penelitian, dan Skala Pengukuran .....	33
3.5	Instrumen Penelitian dan Cara Mengumpulkan Data .....	36
3.5.1	Instrumen Penelitian .....	36
3.5.2	Cara Mengumpulkan Data .....	38
3.6	Uji Validitas Kuesioner.....	39
3.7	Uji Reliabilitas .....	40
3.8	Teknik Pengolahan dan Analisis Data .....	41
3.8.1	Teknik Pengolahan Data .....	41
3.8.2	Analisis Data .....	43
3.9	Etika Penelitian .....	44
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN.....</b>		<b>46</b>
4.1	Karakteristik Responden.....	47
4.2	Kesejahteraan Spiritual Mahasiswa Santri.....	48
4.3	Stres Mahasiswa Santri .....	52
4.4	Hubungan Kesejahteraan Spiritual dengan Stres Mahasiswa Santri.....	55
<b>BAB V PEMBAHASAN .....</b>		<b>57</b>
5.1	Kesejahteraan Spiritual .....	57
5.2	Stres pada Mahasiswa Santri.....	62
5.3	Hubungan Kesejahteraan Spiritual dengan Stres Mahasiswa Santri.....	67
<b>BAB VI PENUTUP .....</b>		<b>70</b>

6.1	Kesimpulan .....	70
6.2	Saran .....	71
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>73</b>

**DAFTAR TABEL**

Nomor Tabel	Judul Tabel	Halaman
3.4	Definisi Operasional	33
3.5.1	Kisi-kisi Kuesioner <i>Spiritual Well-Being Scale</i>	37
3.5.2.2	<i>Blue Print</i> Kuesioner DASS	38
3.8.1	<i>Coding</i> data	42
4.1	Karakteristik responden	47
4.2.1	Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat kesejahteraan spiritual	48
4.2.2	Distribusi Frekuensi Pertanyaan Kuesioner Kesejahteraan Spiritual Responden	49
4.3.1	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Stres	52
4.3.2	Distribusi Frekuensi Pertanyaan Kuesioner Stres Responden	52
4.4	Hubungan Kesejahteraan Spiritual dengan Stres mahasiswa santri	55

**DAFTAR GAMBAR**

<b>No Gambar</b>	<b>Judul Gambar</b>	<b>Halaman</b>
2.4.1	Kerangka Teori	27
2.4.2	Kerangka Konsep	28

**DAFTAR LAMPIRAN**

<b>No Lampiran</b>	<b>Keterangan</b>
1	Surat izin penelitian dari Departemen Ilmu Keperawatan
2	Surat <i>ethical clearance</i>
3	Surat keterangan Penelitian dari Pondok Pesantren Kyai Galang Sewu
4	Perizinan penggunaan kuesioner
5	Lembar <i>informed consent</i> instrumen penelitian
6	Hasil pengolahan SPSS
7	Distribusi frekuensi pertanyaan kuesioner Kesejahteraan spiritual
8	Distribusi frekuensi pertanyaan kuesioner DASS
9	Jadwal konsultasi
10	Jadwal penelitian

Departemen Keperawatan  
Fakultas Kedokteran  
Universitas Diponegoro  
Juni, 2023

### ABSTRAK

Saniyatin Nibroniah

**Hubungan antara Kesejahteraan Spiritual dengan Stres pada Mahasiswa Santri di Pondok Pesantren Kyai Galang Sewu Tembalang Semarang  
xv + 77 Halaman + 10 Tabel + 2 Gambar + 10 Lampiran**

Kesejahteraan spiritual adalah cara individu untuk mengekspresikan kondisi kesehatan spiritualnya. Kesejahteraan spiritual ini dapat muncul karena aktivitas spiritual yang dimiliki individu. Aktivitas spiritual ini banyak dilakukan oleh mahasiswa santri. Namun, mahasiswa santri juga memiliki tekanan yang lebih banyak karena menjalani dua peran sebagai mahasiswa dan santri. Hal ini dapat menjadi stressor bagi mahasiswa santri sehingga mahasiswa santri rawan mengalami stres. Kesejahteraan spiritual mahasiswa santri ini dapat mempengaruhi stres pada mahasiswa santri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kesejahteraan spiritual dengan stres pada mahasiswa santri. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif korelasional dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini menggunakan teknik sampel *total sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 223 mahasiswa santri di Pondok Pesantren Kyai Galang Sewu, Tembalang, Semarang. Penelitian ini menggunakan kuesioner SWBS untuk mengukur tingkat kesejahteraan spiritual pada mahasiswa santri, sedangkan untuk mengukur tingkat stres mahasiswa santri menggunakan kuesioner DASS-42 pada item stres. Analisis data menggunakan uji *Kendall's tau-c*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 56,1% responden memiliki tingkat kesejahteraan spiritual sedang dan sebanyak 57 responden (25,6%) mengalami stres rendah. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kesejahteraan spiritual dengan stres pada mahasiswa santri dengan nilai *p value* 0,0001 ( $<0,05$ ) dan nilai koefisien korelasi sebesar -0,309. Bagi mahasiswa santri disarankan untuk lebih bisa mengelola stresnya dengan cara meningkatkan kesejahteraan spiritual.

Kata kunci: Kesejahteraan spiritual, Stres, Mahasiswa Santri  
Daftar Pustaka: 73 (1983-2023)

**Nursing Science  
Faculty of Medicine  
Diponegoro University  
June, 2023**

### **ABSTRACT**

Saniyatin Nibroniah

**The Relationship between Spiritual Well-being with Stress in Santri Student on Pondok Pesantren Kyai Galang Sewu Tembalang Semarang  
xv + 77 Pages + 10 Table + 2 Pictures + 10 Attachments**

Spiritual well-being is a people's way to expressing their spiritual health condition. Spiritual well-being can arise because of people's spiritual activity. Spiritual activity is mostly carried out by santri students. However, santri students also have also have more pressure because they carry out two roles as students and santri. This can be a stressor for santri students so that santri students are prone to experiencing stress. The spiritual well-being of santri students can affect stress on santri students. This study aims to determine the relationship between spiritual well-being and stress in santri students. This type of research is quantitative correlation using a cross sectional approach. This study used a total sampling technique with a total sample of 223 students at the Kyai Galang Sewu Islamic Boarding School, Tembalang, Semarang. This study used the SWBS questionnaire to measure the level of spiritual well-being of santri students, while to measure the stress level of santri students used the DASS-42 questionnaire on stress items. Data analysis used the Kendall's tau-c test. The results showed that as many as 56.1% of respondents had a moderate level of spiritual well-being and as many as 57 respondents (25,6%) experienced low stress. The results of the analysis show that there is a significant relationship between spiritual well-being and stress in santri students with a p value of 0.0001 (<0.05) and coefficient correlation value of -0.309. For santri students it is recommended to be more able to manage their stress by increasing their spiritual well-being.

**Keyword:** Spiritual Well-Being, Stress, Santri Students

**Bibliography:** 72 (1983-2023)