

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi dengan fenomena stres yang terjadi di pondok pesantren Amanatul Ummah Surabaya. Kegiatan serta aturan yang ada di pesantren membuat santri merasa tertekan yang akan berpengaruh terhadap *spiritual well being* santri. Tujuan dari penelitian ini mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan *spiritual well being* pada santri.

Desain penelitian ini menggunakan *cross-sectional*. Sampel santri putri di pondok pesantren Amanatul Ummah Surabaya sebesar 214 santri yang diambil dengan teknik *stratified random sampling*. Variabel independen tingkat stres dan variabel dependen *spiritual well being*. Instrumen kuesioner PSS-10 (*Perceived Stress Scale*) dan SWBS (*Spiritual Well Being Scale*). Analisa data menggunakan uji *spearman* dengan tingkat signifikan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian didapatkan hampir seluruh (85,0%) responden mengalami stres sedang, dan sebagian besar (50,9%) responden memiliki tingkat *spiritual well being* rendah. Hasil uji *spearman* didapatkan koefisiensi korelasi -0,300 dan nilai $p = 0,000$ maknanya ada hubungan antara tingkat stres dengan *spiritual well being* pada santri.

Tingkat stres memiliki hubungan yang negatif dengan *spiritual well being* artinya semakin berat tingkat stres yang dialami santri maka semakin rendah *spiritual well being* santri. Oleh karena itu perlu adanya perhatian khusus terkait psikologis santri yang dilakukan pihak pesantren seperti mengadakan kegiatan yang menyenangkan misalnya senam bersama.

Kata kunci: Stres, *Spiritual well being*, Santri.