

BAB III METODE PENELITIAN

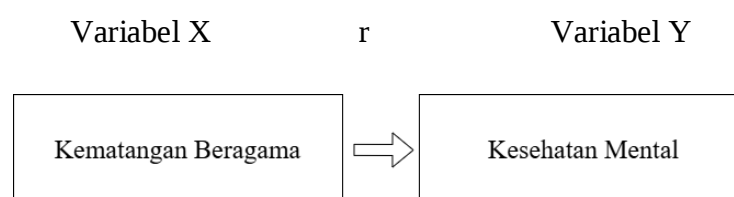
3.1 Desain Penelitian

Dalam penelitian ini, pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif (Creswell & Creswell, 2017) untuk mengukur adakah pengaruh kematangan beragama terhadap kesehatan mental mahasiswa PTU di Bandung.

Penelitian ini bersifat deduktif dengan merumuskan hipotesis awal sebagai jawaban sementara atas permasalahan penelitian. Oleh karenanya, penelitian diarahkan untuk menguji kebenaran secara empiris dari hipotesis yang telah ada. Hipotesis diuji melalui pengumpulan data dengan angket, kemudian dianalisis menggunakan kuantitatif statistik deskriptif dan statistik inferensial (Dahri, 2017; Jailani, 2023) dengan bantuan *software* SPSS dan *Microsoft Office Excel* (A. Anwar, 2009) untuk menyimpulkan kebenaran dari hipotesis.

Selanjutnya, metode dalam penelitian ini adalah metode penelitian korelasional (Frianty & Yudiani, 2015) uji regresi sederhana (Setyoningrum & Rahimma, 2022). Metode ini digunakan untuk mengetahui apakah ada pengaruh antara dua variabel, juga memprediksi seberapa jauh pengaruh dari variabel independen (yang mempengaruhi) yaitu Kematangan Beragama terhadap variabel dependen (yang dipengaruhi) yaitu Kesehatan Mental Mahasiswa PTU.

Jika visualisasikan, maka kematangan beragama sebagai variabel X dan kesehatan mental adalah variabel Y.



Gambar 3. 1 Desain Penelitian Korelasi

Keterangan:

X = Kematangan Beragama

Y = Kesehatan Mental

R = Korelasi

Adapun dalam rangka memahami variabel yang terdapat dalam penelitian ini, berikut definisi operasional dari variabel kematangan beragama (X) dan kesehatan mental (Y).

1. Kematangan Beragama

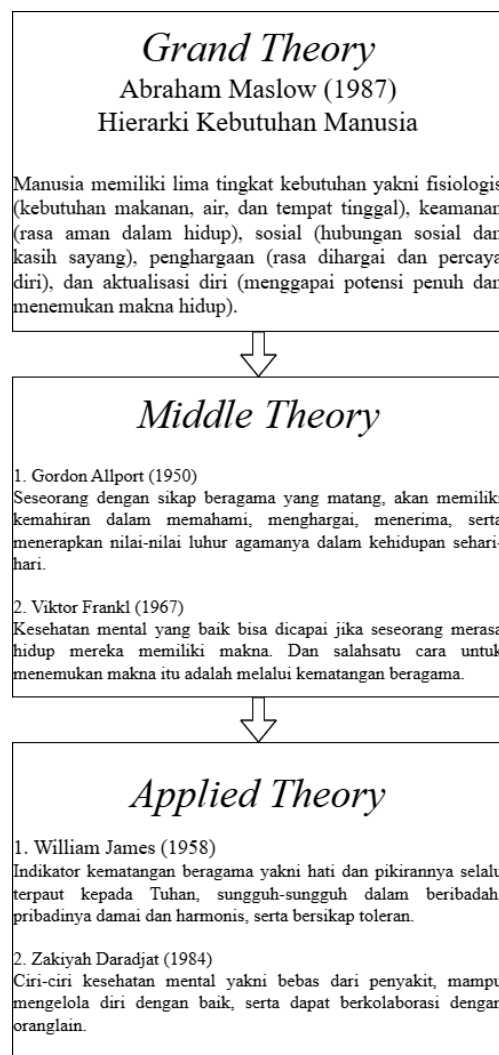
Kematangan beragama pada penelitian ini merupakan jumlah skor total dari angket kematangan beragama dengan jumlah 44 butir pernyataan. Adapun kematangan beragama adalah keadaan di mana seseorang memiliki pemahaman, pengalaman, dan praktik keagamaan yang mendalam dan konsisten, mencerminkan integrasi nilai-nilai agama dalam kehidupan sehari-hari (Clark, 1963; Hafidzi, 2019). Indikator kematangan beragama yang menjadi acuan dalam penelitian ini adalah indikator dari William James yakni hati dan pikirannya selalu terpaut kepada Tuhan, sungguh-sungguh dalam beribadah, pribadinya damai dan harmonis, serta bersikap toleran (James, 2003). Dalam penelitian ini, nilai-nilai tersebut diadaptasi ke dalam tiga pilar utama ajaran Islam yakni keimanan, peribadatan, dan akhlak (Al Aluf et al., 2024).

2. Kesehatan Mental

Kesehatan mental pada penelitian ini merupakan jumlah skor total dari angket kesehatan mental dengan jumlah 42 butir pernyataan. Adapun kesehatan mental merupakan keadaan fisik, psikologis, dan emosional yang seimbang, dimana individu dapat mengoptimalkannya ketika berada di lingkungan masyarakat sebagai lingkungan yang kompleks, tanpa mengenyampingkan kebutuhan pribadinya (Azari et al., 2023; Rudianto, 2022). Adapun ciri-ciri yang kesehatan mental yang menjadi acuan dalam penelitian ini adalah ciri-ciri kesehatan mental yang dikemukakan oleh Zakiyah Daradjat yakni bebas dari penyakit, mampu mengelola diri dengan baik, serta dapat berkolaborasi dengan orang lain (Febry, 2021). Dari pendapat tersebut, disimpulkan bahwa kesehatan mental itu mencakup tiga dimensi utama yakni fisik, psikis, dan moral-sosial.

Kemudian, untuk memahami pengaruh kematangan beragama terhadap kesehatan mental mahasiswa perguruan tinggi umum (PTU) di Bandung, penting

untuk menyusun kerangka teori yang akan menjadi landasan dalam penelitian ini. Kerangka teori ini akan dibagi dalam tiga bagian utama, masing-masing memiliki peran yang saling melengkapi dalam menjelaskan hubungan antar variabel yang diteliti. Pertama, *grand theory* akan digunakan sebagai landasan umum untuk memahami hubungan antara kematangan beragama dan kesehatan mental. Kedua, *middle theory* akan berfungsi sebagai teori pendukung yang memperkaya penjelasan tentang interaksi antar variabel. Terakhir, *applied theory* akan menjadi teori spesifik yang langsung diterapkan untuk mengukur kedua variabel tersebut dalam konteks penelitian ini, memberikan dasar dalam pengumpulan data dan analisis yang lebih mendalam. Berikut adalah gambar bagan kerangka teori yang menggambarkan hubungan antar teori-teori yang digunakan dalam penelitian ini.



Gambar 3. 2 Kerangka Teori

Berikutnya hipotesis pada penelitian ini sebagai berikut:

Hipotesis nol (H_0) : Tidak terdapat pengaruh yang signifikan dari kematangan beragama terhadap kesehatan mental mahasiswa Perguruan Tinggi Umum (PTU) di Bandung.

Hipotesis alternatif (H_a) : Terdapat pengaruh yang signifikan dari kematangan beragama terhadap kesehatan mental mahasiswa Perguruan Tinggi Umum (PTU) di Bandung.

Adapun kriteria uji hipotesisnya adalah sebagai berikut:

1. Apabila nilai Sig. > 0,05 maka H_0 diterima, artinya tidak terdapat pengaruh yang signifikan dari kematangan beragama terhadap kesehatan mental mahasiswa Perguruan Tinggi Umum (PTU) di Bandung.
2. Apabila nilai Sig. < 0,05 maka H_0 ditolak, artinya terdapat pengaruh yang signifikan dari kematangan beragama terhadap kesehatan mental mahasiswa Perguruan Tinggi Umum (PTU) di Bandung.

3.2 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode survei melalui penyebaran angket daring (*online*) dengan memanfaatkan *platform Google Form* (Nurwahid, 2021). Angket disebarikan kepada mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia (UPI) sebagai populasi penelitian. Sebelum mengisi angket, responden diberikan gambaran mengenai penelitian, serta jaminan kerahasiaan data. Peneliti menegaskan bahwa seluruh informasi yang dikumpulkan akan digunakan secara eksklusif untuk keperluan akademik. Partisipasi dalam penelitian ini bersifat sukarela. Proses pengumpulan data dilaksanakan selama periode Oktober sampai dengan Desember 2024. Setelah seluruh data terkumpul melalui *Google Form*, data tersebut diunduh dan diolah menggunakan teknik statistik kuantitatif untuk menguji hubungan antara variabel yang diteliti.

3.3 Populasi dan Sampel

Populasi pada penelitian ini merupakan seluruh mahasiswa Perguruan Tinggi Umum (PTU) yang berlokasi di Bandung, yakni Universitas Pendidikan Indonesia

(UPI) yang terletak di Jl. Dr. Setiabudi No. 229, Kota Bandung, Jawa barat 40154. Pemilihan Universitas Pendidikan Indonesia didasarkan pada kenyataan bahwa UPI merupakan salah satu Perguruan Tinggi Umum terbesar dan terkemuka di Bandung, yang memiliki keragaman mahasiswa dari berbagai program studi. Hal ini memungkinkan untuk mengumpulkan data yang representatif sesuai dengan tujuan penelitian. Adapun oleh karena banyaknya populasi tersebut, peneliti mengambil sampel dengan teknik pengambilan sampel secara acak dari mahasiswa aktif yang beragama Islam angkatan 2021 sampai 2023 karena rentang tersebut mencakup mahasiswa dalam masa studi aktif yang relevan dan pengalaman yang konsisten. Dalam penelitian ini, ukuran sampel ditentukan dengan rumus *Slovin*.

Rumus:

$$n = N / 1 + (N \cdot e^2)$$

Sumber: (Majdina et al., 2024)

n = Ukuran Sampel

N = Total Populasi

e = Margin of Error

Sampel yang diperoleh dari rumus tersebut adalah:

$$n = 23.716 / 1 + (23.716 \cdot 0,05^2) = 377 \text{ orang.}$$

Adapun untuk memberikan gambaran mengenai karakteristik sampel penelitian, berikut disajikan tabel yang memuat data asal fakultas responden.

No.	Fakultas	Jumlah	Prosentase
1	FIP	69	18%
2	FK	5	1%
3	FPBS	49	13%
4	FPEB	45	12%
5	FPIPS	92	24%
6	FPMIPA	49	13%
7	FPOK	7	2%

8	FPSD	17	5%
9	FPTI	20	5%
10	SPS	24	6%
Total		377	100%

3.4 Instrumen Penelitian

Instrumen atau alat pengumpul data yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket yang memuat sejumlah pertanyaan. Adapun instrumen yang akan digunakan untuk menguji variabel kematangan beragama adalah instrumen yang telah dibuat, dilakukan *expert judgement*, dan diujikan validitas dan reliabilitasnya oleh Prof. Dr. Munawar Rahmat, M. Pd sebagai guru besar Universitas Pendidikan Indonesia. Kemudian telah diujikan kembali oleh peneliti dengan rata-rata validitas di atas 0,326 dan realibilitas sebesar 0,778. Sedangkan instrumen untuk menguji variabel kesehatan mental, disusun, dilakukan *expert judgement*, dan diujikan validitas dan reliabilitasnya oleh peneliti, dengan rata-rata validitas di atas 0,413 dan realibilitas sebesar 0,877. Penggunaan instrumen yang telah ada dan teruji untuk menguji variabel kematangan beragama ini, dimaksudkan agar penelitian yang dilakukan lebih difokuskan dalam pengumpulan dan analisis data yang mendalam untuk mendapatkan hasil yang lebih optimal. Namun, peneliti tetap menyesuaikan tiap indikator dan item pertanyaan dengan sasaran penelitian, serta menguji validitas dan reliabilitas dari instrumen tersebut.

Adapun langkah-langkah pengujian instrumen kesehatan mental yang digunakan dalam penelitian ini, sebagai berikut:

1. Menyusun kisi-kisi instrumen dan item pertanyaan angket
2. Mengonsultasikan angket kepada dosen pembimbing. Adapun hasil perbaikan dari instrumen yang telah dibuat adalah:

Kalimat "saya senang makan makanan cepat saji atau tidak sehat" diubah menjadi "saya senang makan makanan cepat saji, tidak memikirkan dampak buruk bagi kesehatan," untuk memberikan gambaran yang lebih spesifik terkait

kebiasaan makan. Kalimat "ketika saya stres, saya akan melakukan kegiatan positif" disederhanakan menjadi "ketika stres, saya melakukan kegiatan positif" agar lebih efektif dalam menyampaikan maksud. Selanjutnya, kalimat "setiap hari, saya merasa cemas dan tertekan" direvisi menjadi "saya merasa cemas dan tertekan rata-rata seminggu sekali," sehingga lebih mencerminkan realitas Jumlah yang umum. Kata "selalu" dihilangkan dari semua kalimat karena telah tercakup dalam pilihan jawaban.

Selain itu, kalimat "saya merasa iba atas kesulitan orang lain" diubah menjadi "saya membantu kesulitan orang lain," yang lebih menekankan pada tindakan konkret. Kalimat "ketika saya sibuk, saya mengabaikan orang lain" juga telah diperbaiki menjadi "ketika sibuk, saya mengabaikan orang lain". Terakhir, frasa "dan sekeyakinan" ditambahkan pada kalimat "saya cenderung akrab dengan teman satu daerah," sehingga memperluas cakupan hubungan sosial yang dimaksud. Semua perbaikan ini dilakukan untuk memastikan bahwa instrumen penelitian memiliki validitas dan reliabilitas yang lebih baik dalam pengukuran variabel.

3. Melakukan *Expert Judgement* kepada dosen ahli. Adapun hasil dari *Expert Judgement* tersebut adalah:
 - a. Prof. Dr. Achmad Juntika Nurihsan, M. Pd. (Dosen Ahli Psikologi Pendidikan) Masukan dari Prof. Juntika menekankan pentingnya penyampaian informasi yang jelas dan efektif. Kata-kata seperti "sering" perlu dihilangkan untuk menghindari ketidakpastian, sementara penjelasan yang berulang harus dihindari agar komunikasi menjadi lebih efisien. Kalimat-kalimat harus disusun secara ringkas dan mudah dipahami, dengan menghindari penggunaan kata negatif seperti "tidak" dan "jangan," kecuali dalam konteks deskriptif yang diperlukan.
 - b. Drs. Sudaryat Nurdin Akhmad, M. Pd. (Dosen Ahli Bimbingan Konseling) Bapak Drs. Sudaryat menyarankan agar pernyataan terkait kebiasaan berolahraga menjadi lebih spesifik, seperti mengganti frasa "rutin berolahraga" dengan "melakukan olahraga minimal tiga kali dalam seminggu." Selain itu, kalimat bertingkat perlu disederhanakan untuk memperbaiki alur logika. Frasa

"tidur teratur" juga harus diubah menjadi lebih spesifik, seperti "tidur sebelum pukul 23.00."

c. Helli Ihsan, M. Si. (Dosen Ahli Psikologi)

Masukan dari Bapak Dr. Helli berfokus pada konsistensi dan kelengkapan teori. Kalimat mengenai indikator kesehatan jantung dan kesehatan harus dibedakan dengan jelas antara konteks positif dan negatif agar tidak membingungkan pembaca. Kata "stres" disarankan diganti dengan "masalah" untuk memberikan kesan yang lebih netral dan solutif. Selain itu, teori yang digunakan perlu diperkuat dengan mencakup semua indikator kesehatan agar memberikan pemahaman yang menyeluruh.

4. Menyusun ulang instrumen hasil bimbingan
5. Uji Coba Instrumen terhadap 452 mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia
6. Menganalisis instrumen, dengan uji validitas (untuk mengetahui apakah instrumen mampu mengukur apa yang seharusnya diukur) dan uji realibilitas (untuk mengetahui apakah instrumen dapat menghasilkan data yang tetap dan dapat dipercaya). Adapun langkah-langkahnya dalam aplikasi IBM SPSS 30, sebagai berikut:

a. Uji Validitas

- 1) Buka aplikasi SPSS
- 2) Salin data pada *data view*
- 3) Klik menu *analyze -> correlate -> bivariate*
- 4) Pilih *pearson* pada kolom *correlate coefficient*, lalu klik ok.

Data dapat dikatakan valid apabila nilai *corrected item total correlation* (*rhitung*) > *rtabel* taraf signifikansi 5%.

Pada penelitian ini, dikarenakan jumlah responden adalah 452, maka *r tabel* untuk taraf signifikansi 5% adalah 0,098. Nilai *r-tabel* ditentukan berdasarkan $df = n-2$, yaitu 450. Namun karena tabel tidak memuat nilai tersebut, maka digunakan $df = 400$ sebagai pendekatan konservatif (*r-tabel* = 0,098). Berdasarkan hasil pengujian validitas, semua butir instrumen dinyatakan valid. Untuk lebih jelasnya, tabel hasil dari aplikasi IBM SPSS 30 dapat dilihat pada lampiran.

b. Uji Reliabilitas

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan rumus *Alpha Cronbach*.

- 1) Klik menu *analyze -> scale -> reliability analysis*
- 2) Pindahkan data item, pastikan dalam mode *alpha* lalu klik ok.

Adapun interpretasi terkait klasifikasi reliabilitas antara lain sebagai berikut:

- a. Koefisien 0,800 sampai 1,000 diklasifikasikan sangat tinggi
- b. Koefisien 0,600 sampai 0,800 diklasifikasikan tinggi
- c. Koefisien 0,400 sampai 0,600 diklasifikasikan cukup
- d. Koefisien 0,200 sampai 0,400 diklasifikasikan rendah.

Setelah dilakukan uji reliabilitas pada aplikasi IBM SPSS 30, diketahui nilai *Cronbach's Alpha* dari instrumen kematangan beragama adalah 0,778 dan instrumen kesehatan mental 0,877. Maka, dapat disimpulkan bahwa instrumen kematangan beragama memiliki reliabilitas yang tinggi dan instrumen kesehatan mental memiliki reliabilitas yang sangat tinggi.

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.778	.808	44

Gambar 3. 3 Uji Reliabilitas Instrumen Kematangan Beragama (Uji Alpha)

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.877	.882	42

Gambar 3. 4 Uji Reliabilitas Instrumen Kesehatan Mental (Uji Alpha)

Kemudian, angket yang digunakan merupakan angket tertutup menggunakan *google form*, yaitu jenis angket yang telah memuat pilihan jawaban untuk responden, dengan skala *likert*. Adapun penyekoran pada

pernyataan yang positif, bergerak dari angka 3 ke 1. Sedangkan pada pernyataan yang negatif, bergerak dari angka 1 ke 3.

3.5 Teknik Analisis Data

Secara umum, penelitian dilakukan dengan prosedur yang terbagi kedalam tiga tahapan yakni; *persiapan*, meliputi penyusunan proposal, instrumen, dan perizinan, *pelaksanaan* untuk menggali informasi, dan *pelaporan hasil penelitian*. Adapun tahapan analisis data merupakan tahapan yang dilaksanakan setelah data terkumpul. Setelah data terkumpul, dilakukan editing untuk memastikan kelengkapan dan konsistensi data. Selanjutnya, data diorganisir dalam bentuk tabel untuk memudahkan analisis lebih lanjut.

Pada penelitian ini, teknik analisis data diarahkan untuk menjawab pertanyaan atau menguji hipotesis yang telah dirumuskan dalam penelitian, dengan menyajikan data dan melakukan analisis. Analisis data menggunakan statistik deskriptif untuk jawaban rumusan masalah nomor 1 dan 2 dengan mendeskripsikan data sesuai dengan informasi yang telah terkumpul dan statistik inferensial untuk menjawab rumusan masalah nomor 3, yang terdiri dari uji prasyarat dan uji hipotesis.

3.5.1 Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik data dari masing-masing variabel yang diteliti, yaitu kematangan beragama dan kesehatan mental. Analisis ini mencakup penghitungan nilai rata-rata (mean), median, modus, dan standar deviasi. Hasil analisis ini digunakan untuk memperoleh pemahaman awal mengenai kecenderungan data responden dan sebarannya sebelum dilakukan pengujian statistik lebih lanjut.

Selanjutnya, langkah-langkah yang dilalui dalam menentukan klasifikasi tingkat kematangan beragama dan kesehatan mental, adalah sebagai berikut.

3.5.1.1 Klasifikasi Kematangan Beragama

Langkah-langkah untuk menentukan kriteria skor kematangan beragama mahasiswa adalah sebagai berikut:

1. Menentukan skor minimum berdasarkan bobot terendah dengan rumus: (jumlah item X bobot terendah), pada penelitian ini jumlah item dari angket kematangan beragama adalah 44 sedangkan jumlah bobot terendahnya 1. Jadi nilai minimum untuk skor kematangan beragama adalah $44 (\text{jumlah item}) \times 1 (\text{bobot terendah}) = 44$.
2. Mencari skor maksimum berdasarkan bobot tertinggi dengan rumus : (jumlah item X bobot tertinggi), pada penelitian ini jumlah item dari angket kematangan beragama adalah 44 sedangkan jumlah bobot tertingginya 3. Jadi nilai maksimum untuk skor kematangan beragama adalah $44 (\text{jumlah item}) \times 3 (\text{bobot tertinggi}) = 132$
3. Menentukan rentang dengan rumus nilai maksimum – nilai minimum. Jadi rentang pada variabel kematangan beragama adalah $132 - 44 = 88$
4. Mencari standar deviasi (α) dengan rumus luas jarak sebaran dibagi 6. Jadi standar deviasi variabel kematangan beragama adalah $88/6 = 14,6$ dibulatkan menjadi 15
5. Menentukan mean teoritis dengan rumus nilai tertinggi opsi angket + nilai terendah opsi angket : $2 \times \text{nilai minimum}$. Jadi mean teoritisnya adalah $(3+1)/2 \times 44 = 88$

Di bawah ini merupakan penggolongan kriteria dari skor kematangan beragama mahasiswa yang diklasifikasikan ke dalam tiga kriteria; rendah, sedang dan tinggi.

Tabel 3. 1 Penggolongan Skor Kematangan Beragama

No.	Rumus	Klasifikasi
1	$X < \{(\mu - 1 \cdot \alpha)\}$	Rendah
2	$(\mu - 1 \cdot \alpha) \leq X < (\mu + 1 \cdot \alpha)$	Sedang
3	$(\mu + 1 \cdot \alpha) \leq X$	Tinggi

Sumber: (Azwar, 2012)

Keterangan:

X = Skor total tiap tiap item

μ = Mean teoritis

α = Standar deviasi

Berikut hasil perhitungan kriteria untuk kematangan beragama mahasiswa berdasarkan acuan perhitungan di atas.

Tabel 3. 2 Klasifikasi Kematangan Beragama

No.	Rentang Skor	Klasifikasi
1	44 – 72	Rendah
2	73 – 102	Sedang
3	103 – 132	Tinggi

3.5.1.2 Klasifikasi Kesehatan Mental

Langkah-langkah menentukan klasifikasi skor kesehatan mental mahasiswa adalah sebagai berikut:

1. Mencari skor minimum berdasarkan bobot terendah dengan rumus : (jumlah item X bobot terendah), pada penelitian ini jumlah item dari angket kesehatan mental adalah 42 sedangkan jumlah bobot terendahnya 1. Jadi nilai minimum untuk skor kesehatan mental adalah $42 \text{ (jumlah item)} \times 1 \text{ (bobot terendah)} = 42$
2. Mencari skor maksimum berdasarkan bobot tertinggi dengan rumus : (jumlah item X bobot tertinggi), pada penelitian ini jumlah item dari angket kesehatan mental adalah 42 sedangkan jumlah bobot tertingginya 3. Jadi nilai maksimum untuk skor kesehatan mental adalah $42 \text{ (jumlah item)} \times 3 \text{ (bobot tertinggi)} = 126$
3. Menentukan rentang dengan rumus nilai maksimum – nilai minimum. Jadi rentang pada variabel kesehatan mental adalah $126 - 42 = 84$
4. Menentukan standar deviasi (α) dengan rumus luas jarak sebaran dibagi 6. Jadi standar deviasi variabel kesehatan mental adalah $84/6 = 14$
5. Menentukan mean teoritis dengan rumus nilai tertinggi opsi angket + nilai terendah opsi angket : $2 \times \text{nilai minimum}$. Jadi mean teoritisnya adalah $(3+1)/2 \times 42 = 84$

Berikut penggolongan kriteria dari skor kesehatan mental mahasiswa yang diKlasifikasikan ke dalam tiga kriteria; rendah, sedang dan tinggi.

Tabel 3. 3 Penggolongan Skor Kesehatan Mental

No.	Rumus	Klasifikasi
1	$X < \{(\mu - 1 \cdot \alpha)\}$	Rendah
2	$(\mu - 1 \cdot \alpha) \leq X < (\mu + 1 \cdot \alpha)$	Sedang
3	$(\mu + 1 \cdot \alpha) \leq X$	Tinggi

Sumber: (Azwar, 2012)

Keterangan:

X = Skor total tiap tiap item

μ = Mean teoritis

α = standar deviasi

Berikut hasil perhitungan kriteria untuk kesehatan mental mahasiswa berdasarkan acuan perhitungan di atas.

Tabel 3. 4 Klasifikasi Kesehatan Mental

No.	Rentang Skor	Klasifikasi
1	42 – 69	Rendah
2	70 – 97	Sedang
3	98 - 126	Tinggi

3.5.2 Analisis Inferensial

Analisis inferensial digunakan untuk menguji hipotesis dan menentukan apakah terdapat hubungan yang signifikan antara variabel bebas dan variabel terikat dalam penelitian ini. Teknik yang digunakan adalah analisis uji prasyarat berupa uji normalitas dan uji linearitas, kemudian uji hipotesis yakni uji korelasi dan uji regresi, selain itu, koefisien determinasi digunakan untuk mengetahui besar kontribusi variabel independen terhadap variabel dependen. Seluruh proses analisis dilakukan dengan menggunakan bantuan perangkat lunak statistik, yaitu SPSS versi 30 (Yurizali & Adhyka, 2024).

3.5.2.1 Uji Prasyarat

3.5.2.1.1 Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan pada variabel kematangan beragama dan kesehatan mental, yang bertujuan untuk mengetahui normal tidaknya distribusi data (Anhar et al., 2023). Uji normalitas dilakukan menggunakan aplikasi IBM SPSS 30 dengan ketentuan sebagai berikut:

Apabila nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* $> 0,05$ artinya data berdistribusi normal dan sebaliknya apabila nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* $< 0,05$ maka data berdistribusi tidak normal. Jika data berdistribusi normal, *Pearson Product Moment* adalah uji korelasi yang digunakan karena sesuai dengan asumsi statistik parametrik. Jika data tidak berdistribusi normal, *Spearman Rank* adalah uji korelasi non-parametrik yang lebih tepat digunakan.

3.5.2.1.2 Uji Linearitas

Uji linearitas ditujukan dalam rangka mengetahui apakah terdapat hubungan yang berbentuk garis lurus (*linear*) antara dua variabel (Wineka, 2025). Uji linearitas data dilakukan menggunakan aplikasi IBM SPSS 30 dengan ketentuan sebagai berikut:

Jika nilai *sig. deviation from linearity* $> 0,05$ maka terdapat hubungan yang linear antara variabel bebas dan variabel terikat. Begitupun sebaliknya jika *sig. deviation from linearity* $< 0,05$ artinya tidak terdapat hubungan yang linear antara variabel bebas dan variabel terikat. Kemudian, Jika data menunjukkan hubungan yang linear, maka uji korelasi *Pearson Product Moment* dapat digunakan, dengan catatan bahwa data juga berdistribusi normal. Jika data tidak linear, maka uji korelasi non-parametrik *Spearman Rank* lebih tepat digunakan.

3.5.2.2 Uji Hipotesis

3.5.2.2.1 Uji Korelasi

Uji korelasi merupakan analisis statistik yang digunakan untuk mengidentifikasi adanya hubungan antara variabel independen (X) dan variabel dependen (Y) (A. Riyadi & Hasanah, 2015). Melalui pengujian ini, dapat diketahui

arah hubungan (positif atau negatif), tingkat keeratan hubungan, serta signifikansi hubungan kedua variabel. Jenis uji korelasi yang digunakan pada penelitian ini adalah *Rank Spearman* karena hubungan antara variabel tidak sepenuhnya linear. Hasil analisis korelasi ditunjukkan melalui nilai koefisien korelasi (r) dan nilai signifikansi (p -value). Kriteria pengambilan keputusan didasarkan pada nilai signifikansi ($\alpha = 0,05$), sehingga apabila p -value $< 0,05$, maka dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara variabel X dan variabel Y, sehingga hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_o) ditolak.

3.5.2.2.2 Uji Regresi

Uji regresi dalam penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh variabel independen (X) terhadap variabel dependen (Y) dengan memperhatikan kemungkinan adanya hubungan yang tidak linier (Tanzilla Ndiva et al., 2025). Oleh karena itu, digunakan model regresi polinomial kuadrat, yaitu model regresi yang memasukkan pangkat dua dari variabel independen (X^2) ke dalam persamaan. Model ini digunakan karena pola hubungan antara variabel tidak mengikuti garis lurus, melainkan membentuk kurva (parabolik), sehingga dapat memberikan estimasi yang lebih akurat terhadap pengaruh variabel X terhadap Y. Berikut rumus dari regresi polinomial kuadrat:

$$Y = a + bX + cX^2$$

(R. Riyadi & Gunawansyah, 2024)

Keterangan:

Y = Variabel Dependen (Terikat)

X = Variabel Independen (Bebas)

a = Konstanta

b = Koefisien Regresi Kuadrat

X^2 = Kuadrat dari Variabel Dependen

Analisis dilakukan untuk menguji signifikansi masing-masing koefisien regresi (baik linier maupun kuadrat) melalui uji-t, serta menilai kesesuaian model secara keseluruhan melalui uji-F. Keputusan pengujian ditentukan berdasarkan nilai

signifikansi (p-value) pada taraf signifikan 5% ($\alpha = 0,05$). Jika $p < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa model regresi secara statistik signifikan dan variabel independen memberikan pengaruh terhadap variabel dependen. Dengan demikian, hipotesis alternatif (H_a) diterima, dan hipotesis nol (H_o) ditolak.

3.5.2.2.3 Koefisien Determinasi

Koefisien determinasi (R^2) digunakan untuk mengukur sejauh mana variabel independen (X) dapat menjelaskan variasi pada variabel dependen (Y) (Aghitsni & Busyra, 2022). Dalam penelitian ini, R^2 menunjukkan proporsi variabilitas kesehatan mental yang dapat dijelaskan oleh kematangan beragama. Nilai R^2 berkisar antara 0 hingga 1, di mana semakin tinggi nilai R^2 , semakin besar kontribusi variabel X dalam menjelaskan perubahan pada variabel Y.

Sebagai contoh, jika nilai R^2 adalah 0,70, maka dapat disimpulkan bahwa 70% variasi dalam kesehatan mental dapat dijelaskan oleh kematangan beragama. Namun, nilai ini juga mengindikasikan bahwa masih ada 30% variasi yang dipengaruhi oleh faktor lain, yang tidak tercakup dalam model ini.