

Beyond Financial Stress: Peran Future Anxiety terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa di Era Ketidakpastian Ekonomi 2026

Siti Mufarochah⁽¹⁾, Ahmad Mudi⁽²⁾, Toifur Ahmad Balya⁽³⁾ Ahmad Ainun Najib⁽⁴⁾
M. Dafi Faizin⁽⁵⁾ Nayla Malichatul Qolbiyah⁽⁶⁾

^{1,2,5,6} Universitas Islam Al Azhar Gresik, Indonesia

³ Universitas Islam Negeri Sunan Ampel, Indonesia

⁴ Institut Agama Islam Nahdlatul Ulama Tuban, Indonesia

Email: ¹ mufarochah@istaz.ac.id, ² mudiahmad131180@gmail.com,

³ ahmadtoifur01@gmail.com, ⁴ ahmadnajib186@gmail.com, ⁵ dafifaizin@gmail.com

⁶ naylamalichatulqolbiyah@gmail.com

Abstract

This study aims to examine the effect of financial stress on mental health, the effect of financial stress on future anxiety, the effect of future anxiety on mental health, and the mediating role of future anxiety in the relationship between financial stress and students' mental health. A quantitative survey approach was employed. The sample consisted of students from Al Azhar Islamic University Gresik selected through purposive sampling. Data were analyzed using Structural Equation Modeling–Partial Least Squares (SEM-PLS) with SmartPLS 4.0.9.9. The findings reveal that financial stress has a positive and significant effect on both future anxiety and mental health. Future anxiety also significantly affects mental health. Furthermore, mediation analysis indicates that future anxiety significantly mediates the relationship between financial stress and mental health, with the indirect effect exceeding the direct effect. These results suggest that the impact of financial stress on students' mental health primarily occurs through psychological mechanisms related to concerns about the future. This study contributes theoretically by integrating Conservation of Resources Theory, Future Anxiety Theory, and Mental Health Continuum Theory.

Keyword : *Financial Stress, Future Anxiety, Mental Health, Student, SEM-PLS.*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh tekanan finansial terhadap kesehatan mental, pengaruh tekanan finansial terhadap kecemasan akan masa depan, pengaruh kecemasan akan masa depan terhadap kesehatan mental, serta peran mediasi kecemasan akan masa depan dalam hubungan antara tekanan finansial dan kesehatan mental mahasiswa. Pendekatan survei kuantitatif digunakan dalam penelitian ini. Sampel penelitian terdiri dari mahasiswa Universitas Islam Al Azhar Gresik yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Data dianalisis menggunakan Structural Equation Modeling–Partial Least Squares (SEM-PLS) dengan perangkat lunak SmartPLS 4.0.9.9. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tekanan finansial memiliki pengaruh positif dan signifikan baik terhadap kecemasan akan masa depan maupun kesehatan mental. Kecemasan akan masa depan juga berpengaruh signifikan terhadap kesehatan mental. Selain itu, analisis mediasi menunjukkan bahwa kecemasan akan masa depan secara signifikan memediasi hubungan antara tekanan finansial dan kesehatan mental, dengan besaran pengaruh tidak langsung yang melampaui pengaruh langsung.

Kata Kunci : *Financial Stress, Future Anxiety, Mental Health, Mahasiswa, SEM-PLS.*

Received: 21 Maret 2026

Accepted: 29 Mei 2026

Published: 15 Juli 2026

Pendahuluan

Kondisi perekonomian tahun 2026 ini banyak mengalami ketidak stabilan, hal yang menyebabkan ketidakstabilan ekonomi ini terjadi karena konflik global yang terjadi. Adanya konflik yang terjadi menyebabkan dampak yang luar biasa pada energi, pangan dan distribusi barang (Gahreza, 2025). Konflik global yang terjadi hal ini berdampak pada kondisi pada berbagai sektor. Naiknya harga bahan bakar akan membuat berbagai kebutuhan pokok naik dan hal ini juga akan berdampak pada biaya pendidikan yang ada di Indonesia. Tingginya kebutuhan hidup serta peluang kerja paruh waktu yang semakin sedikit akan membuat mahasiswa mengalami kondisi yang sulit, hal ini akan berdampak pada aspek finansial saja akan tetapi akan berdampak pada kondisi psikologis para mahasiswa, utamanya kesehatan mental yang dimiliki oleh mahasiswa (Siti Khadijah dkk., 2024).

Kondisi tersebut sejalan dengan Conservation of Resources Theory yang dikemukakan oleh (Hobfoll dkk., 2018), yang menjelaskan bahwa individu akan mengalami tekanan psikologis ketika sumber daya yang dimiliki atau diharapkan untuk dimiliki, seperti keamanan finansial, kesempatan kerja, dan stabilitas ekonomi, berada dalam kondisi terancam atau mengalami kehilangan. Dalam konteks mahasiswa, keterbatasan sumber daya ekonomi dapat memunculkan stres ekonomi yang berdampak pada berbagai aspek kehidupan psikologis.

Hal krusial yang terjadi pada dunia pendidikan saat ini adalah kesehatan mental mahasiswa. Berbagai tuntutan akademik yang semakin tinggi, kebingungan terhadap arah karier, rendahnya kepercayaan diri, serta kecenderungan overthinking mengenai masa depan semakin memperparah kondisi psikologis mahasiswa (Zahwa & Hanif, 2024). Pada tahun 2026, ketidakpastian ekonomi semakin terasa akibat dinamika global, percepatan digitalisasi, dan perubahan pasar kerja yang menyebabkan meningkatnya kekhawatiran mahasiswa terhadap masa depan (Hazlinda & Salim, 2023).

Fenomena tersebut dapat dijelaskan melalui Mental Health Continuum Theory yang dikembangkan oleh (Keyes, 2002), yang memandang kesehatan mental tidak hanya sebagai ketiadaan gangguan psikologis, tetapi juga mencakup kesejahteraan emosional, psikologis, dan sosial. Dengan demikian, tekanan ekonomi dan ketidakpastian masa depan yang dialami mahasiswa berpotensi menurunkan kualitas kesehatan mental pada berbagai dimensi kesejahteraan tersebut.

Dari berbagai penelitian diketahui bahwa stres ekonomi mempunyai hubungan signifikan dengan kesehatan mental yang dimiliki oleh individu, mahasiswa yang memiliki tekanan dalam keuangan cenderung mempunyai tingkat kecemasan serta tingkat depresi yang tinggi (Rahmadi dkk., 2024). Berbagai penelitian tersebut masih terpusat pada kesehatan mental dan stres ekonomi saja tanpa mempertimbangkan berbagai faktor lain sebagai mekanisme perantara, akan tetapi perspektif psikologi menyatakan banyak penyebab yang tidak terlihat secara langsung berupa proses kognitif dan afektif yang ada pada manusia (Mawardi dkk., 2022).

Kecemasan terhadap masa depan (*future anxiety*) merupakan salah satu faktor psikologis yang berpotensi menjelaskan hubungan antara stres ekonomi dan kesehatan mental. *Future anxiety* menggambarkan kondisi ketika individu mengalami ketidakpastian, kekhawatiran, dan ketakutan terhadap kemungkinan yang akan terjadi di masa depan, khususnya terkait karier dan kondisi ekonomi (Arnup dkk., 2024). Menurut (Zaleski, 1996), *future anxiety* merupakan keadaan kognitif-afektif yang ditandai oleh antisipasi negatif terhadap berbagai kemungkinan di masa depan. Dalam konteks mahasiswa, tekanan ekonomi dapat memunculkan persepsi pesimistis terhadap peluang kerja dan kestabilan hidup setelah lulus, sehingga meningkatkan tingkat *future anxiety* yang dimiliki. Kondisi tersebut pada akhirnya dapat berdampak pada menurunnya kesehatan mental mahasiswa (Mufarochah dkk., 2025).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa berbagai bentuk ketidakpastian dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis individu. (Ranta dkk., 2020) menemukan bahwa tekanan ekonomi dan kemampuan finansial menjadi mekanisme penting yang menjelaskan hubungan antara kesulitan ekonomi dan kesejahteraan *emerging adults*. Sementara itu, (Goodwin & Kraft, 2022) menunjukkan bahwa dukungan spiritual dan komunitas keagamaan berperan penting dalam membantu individu menghadapi kecemasan pada masa krisis. Meskipun demikian, penelitian terdahulu masih lebih banyak berfokus pada hubungan langsung antara tekanan ekonomi dan kondisi psikologis, sehingga mekanisme psikologis yang menjelaskan bagaimana stres ekonomi memengaruhi kesehatan mental belum banyak dieksplorasi. Secara khusus, masih terbatas penelitian yang menguji peran *future anxiety* sebagai variabel mediasi dalam hubungan antara stres ekonomi dan kesehatan mental mahasiswa pada konteks ketidakpastian ekonomi global serta subyek penelitian dilakukan pada mahasiswa Universitas Islam Al Azhar Gresik dengan karakter nilai dan lingkungan akademik yang berbasis pesantren yang berbeda dengan lingkungan lain dengan perguruan tinggi yang lainnya. Aspek yang ketiga adalah pendekatan kuantitatif yang menggunakan analisis SEM-PLS V 4.0.9.9 dengan uji kerelasi struktural antar variabel sehingga menjadikan hasil penelitian ini lebih valid serta akurat.

Adapun tujuan dalam melakukan penelitian ini adalah 1) Analisis pengaruh stres ekonomi terhadap kesehatan mental, 2) analisis pengaruh stres ekonomi terhadap *future anxiety*, 3) Analisis Pengaruh *future anxiety* sebagai kesehatan mental mahasiswa, 4) menguji peran *future anxiety* sebagai variabel mediasi dalam hubungan antara stres ekonomi dan kesehatan mental mahasiswa. Diharapkan penelitian ini mempunyai kontribusi teoritis dalam berkembangannya kajian tentang psikologi pada ranah kesehatan mental bagi mahasiswa dalam kondisi ketidakpastian ekonomi ditahun 2026, serta mempunyai dampak bagi lembaga pendidikan dalam menentukan intervensi yang sesuai untuk dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis bagi mahasiswanya.

Metode

Pendekatan kuantitatif yang digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan desain *explanatory research* yang nantinya mempunyai tujuan untuk mengetahui pengaruh tingkat stress ekonomi terhadap Kesehatan mental yang diamali mahasiswa dengan

future anxiety yang akan dijadikan sebagai variabel mediasi pada saat kondisi ketidakpastian ekonomi seperti saat ini. Pemilihan pendekatan kuantitatif dikarenakan fokus penelitian ini pada uji hipotesis yang telah dirumuskan dengan analisis statistik secara obyektif dan terukur. Paradigma positivistik yang dipakai dalam penelitian ini dikarenakan realita sosial yang ada di kalangan mahasiswa sebagai hal yang dapat diukur oleh angka, diamati serta dapat diuji secara empiris. Untuk populasi dalam penelitian ini ada 1017 mahasiswa universitas islam al Azhar Gresik dengan 170 sampel dengan ketentuan 1) Mahasiswa aktif 2) Usia 18-25 tahun dan 30 Pernah mengalami tekanan finansial akademik. Adapun untuk Teknik pengumpulan data dengan cara pengumpulan data primer dengan melakukan penyebaran skala dengan penyusunan berdasarkan indikator dari 3 variabel tersebut serta menggunakan instrument skala Likert positif 1-5. Sedangkan untuk analisis data menggunakan metode Struktural Equation Modeling berbasis Partial Least Squares (SEM-PLS V. 4.0.9.9) dengan meminta bantuan pada perangkat lunak SmartPLS 4, metode ini di pilih berdasarkan kesesuaian untuk dapat menguji beberapa variabel serta hubungan mediasi yang ada didalamnya.

Hasil dan Pembahasan

Pengujian *collinearity statistics* dilakukan menggunakan nilai *Variance Inflation Factor (VIF)* untuk memastikan tidak terjadi multikolinearitas antar indikator dalam model pengukuran. Menurut (Hair dkk., 2021)., suatu indikator dinyatakan bebas dari masalah multikolinearitas apabila memiliki nilai VIF kurang dari 5.

Hasil pengujian menunjukkan bahwa seluruh indikator pada variabel Financial Stress, Future Anxiety, dan Mental Health memiliki nilai VIF berkisar antara 1,797 hingga 3,602. Nilai tertinggi terdapat pada indikator Y1.5 sebesar 3,602, sedangkan nilai terendah terdapat pada indikator X1.3 sebesar 1,797. Karena seluruh nilai VIF berada di bawah batas maksimum 5, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat masalah multikolinearitas antar indikator, sehingga model pengukuran dinyatakan stabil dan layak untuk dianalisis lebih lanjut.

Pengujian *collinearity statistics* dilakukan menggunakan nilai *Variance Inflation Factor (VIF)* untuk memastikan tidak terjadi multikolinearitas antar indikator dalam model pengukuran. Menurut Joseph F. Hair Jr., suatu indikator dinyatakan bebas dari masalah multikolinearitas apabila memiliki nilai VIF kurang dari 5.

Hasil pengujian menunjukkan bahwa seluruh indikator pada variabel Financial Stress, Future Anxiety, dan Mental Health memiliki nilai VIF berkisar antara 1,797 hingga 3,602. Nilai tertinggi terdapat pada indikator Y1.5 sebesar 3,602, sedangkan nilai terendah terdapat pada indikator X1.3 sebesar 1,797. Karena seluruh nilai VIF berada di bawah batas maksimum 5, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat masalah multikolinearitas antar indikator, sehingga model pengukuran dinyatakan stabil dan layak untuk dianalisis lebih lanjut.

Tabel 1. *Variance Inflation Factor (VIF)-Test*

VIF	
M1.1	2.265
M1.2	2.675
M1.3	2.827
M1.4	2.562
M1.5	2.218
X1.1	2.734
X1.2	3.108
X1.3	1.797
X1.4	1.904
X1.5	2.050
Y1.1	2.294
Y1.2	2.112
Y1.3	1.798
Y1.4	3.276
Y1.5	3.602

Berdasarkan hasil pengujian *outer model*, seluruh indikator pada variabel Financial Stress, Future Anxiety, dan Mental Health menunjukkan nilai *outer loading* berkisar antara 0,753 hingga 0,898. Menurut (Hair dkk., 2021), indikator dinyatakan memenuhi *convergent validity* apabila memiliki nilai *loading factor* $\geq 0,70$. Dengan demikian, seluruh indikator dalam penelitian ini dinyatakan valid karena telah melampaui batas minimum yang ditetapkan. Hal ini menunjukkan bahwa setiap indikator mampu merepresentasikan konstruk laten yang diukur secara baik, sehingga layak digunakan dalam analisis model struktural pada tahap berikutnya.

Tabel 2. *Outer Loading Test*

	Financial Stress	Future Anxiety	Mental Health	Kategori
M1.1		0.831		Valid
M1.2		0.864		Valid
M1.3		0.886		Valid
M1.4		0.850		Valid
M1.5		0.811		Valid
X1.1	0.835			Valid
X1.2	0.865			Valid
X1.3	0.770			Valid
X1.4	0.821			Valid
X1.5	0.817			Valid
Y1.1			0.828	Valid
Y1.2			0.816	Valid
Y1.3			0.753	Valid
Y1.4			0.869	Valid
Y1.5			0.898	Valid

Berdasarkan hasil pengujian reliabilitas dan validitas konstruk, seluruh variabel dalam penelitian ini dinyatakan memenuhi kriteria *internal consistency reliability* dan

convergent validity. Menurut (Hair dkk., 2021), suatu konstruk dinyatakan reliabel apabila memiliki nilai Cronbach's Alpha dan Composite Reliability di atas 0,70, sedangkan nilai Average Variance Extracted (AVE) harus melebihi 0,50. Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel Financial Stress memiliki nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,880, Composite Reliability sebesar 0,912, dan AVE sebesar 0,676. Variabel Future Anxiety memperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,903, Composite Reliability sebesar 0,928, dan AVE sebesar 0,720. Sementara itu, variabel Mental Health menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,890, Composite Reliability sebesar 0,920, dan AVE sebesar 0,696. Dengan demikian, seluruh konstruk dalam penelitian ini dinyatakan reliabel dan valid, karena seluruh nilai telah melampaui batas minimum yang direkomendasikan.

Tabel 3. *convergent validity test*

	Cronbach's alpha	Composite reliability (rho_a)	Composite reliability (rho_c)	Average variance extracted (AVE)
Financial Stress	0.880	0.885	0.912	0.676
Future Anxiety	0.903	0.909	0.928	0.720
Mental Health	0.890	0.895	0.920	0.696

Pengujian *discriminant validity* dalam penelitian ini dilakukan menggunakan metode *Heterotrait-Monotrait Ratio* (HTMT). Menurut (Hair dkk., 2021), suatu konstruk dinyatakan memenuhi *discriminant validity* apabila nilai HTMT berada di bawah 0,90. Hasil pengujian menunjukkan bahwa hubungan antara Financial Stress dan Future Anxiety sebesar 0,778, Financial Stress dan Mental Health sebesar 0,766, serta Future Anxiety dan Mental Health sebesar 0,831. Seluruh nilai tersebut berada di bawah batas maksimum 0,90, sehingga dapat disimpulkan bahwa masing-masing konstruk dalam penelitian ini memiliki validitas diskriminan yang baik dan mampu merepresentasikan konsep yang berbeda secara empiris.

Tabel 4. *Heterotrait-Monotrait Ratio Test (HTMT)*

	Financial Stress	Future Anxiety	Mental Health
Financial Stress			
Future Anxiety	0.778		
Mental Health	0.766	0.831	

Pengujian *coefficient of determination (R-square)* dilakukan untuk mengetahui kemampuan variabel eksogen dalam menjelaskan variabel endogen pada model penelitian. Menurut (Hair dkk., 2021), nilai *R-square* sebesar 0,67 dikategorikan kuat, 0,33 sedang, dan 0,19 lemah. Hasil pengujian menunjukkan bahwa variabel Future Anxiety memiliki nilai *R-square* sebesar 0,501 dan *Adjusted R-square* sebesar 0,495. Hal ini menunjukkan bahwa Financial Stress mampu menjelaskan sebesar 50,1% variasi pada Future Anxiety, sedangkan sisanya sebesar 49,9% dipengaruhi oleh variabel lain

di luar model penelitian. Selanjutnya, variabel Mental Health memiliki nilai *R-square* sebesar 0,611 dan *Adjusted R-square* sebesar 0,603. Hal ini menunjukkan bahwa Financial Stress dan Future Anxiety mampu menjelaskan sebesar 61,1% variasi pada Mental Health, sedangkan sisanya sebesar 38,9% dijelaskan oleh faktor lain di luar model. Dengan demikian, model struktural dalam penelitian ini memiliki kemampuan prediktif yang tergolong moderat menuju kuat.

Tabel 5. *R-Square Test*

	R-square	R-square adjusted
Future Anxiety	0.501	0.495
Mental Health	0.611	0.603

Hasil pengujian menunjukkan bahwa Financial Stress berpengaruh positif dan signifikan terhadap Future Anxiety dengan koefisien jalur sebesar 0,708, nilai t-statistic sebesar 14,403, dan p-value sebesar 0,000. Menurut Joseph F. Hair Jr., suatu hubungan dinyatakan signifikan apabila nilai t-statistic lebih besar dari 1,96 dan p-value lebih kecil dari 0,05. Dengan demikian, hipotesis pertama diterima. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tekanan finansial yang dialami mahasiswa, maka semakin tinggi pula kecemasan mereka terhadap masa depan. Financial Stress berpengaruh positif dan signifikan terhadap Mental Health dengan koefisien jalur sebesar 0,315, nilai t-statistic sebesar 3,489, dan p-value sebesar 0,000, sehingga hipotesis kedua diterima. Temuan ini menunjukkan bahwa tekanan finansial secara langsung memengaruhi kondisi kesehatan mental mahasiswa.

Future Anxiety berpengaruh positif dan signifikan terhadap Mental Health dengan koefisien jalur sebesar 0,527, nilai t-statistic sebesar 6,230, dan p-value sebesar 0,000. Dengan demikian, hipotesis ketiga diterima. Hasil ini menunjukkan bahwa kecemasan terhadap masa depan memiliki kontribusi yang kuat dalam menjelaskan perubahan kondisi kesehatan mental mahasiswa.

Tabel 6. *Path Coefficient Test*

	Original sample (O)	Sample mean (M)	Standard deviation (STDEV)	T statistics (O/STDEV)	P values
Financial Stress -> Future Anxiety	0.708	0.713	0.049	14.403	0.000
Financial Stress -> Mental Health	0.315	0.322	0.090	3.489	0.000
Future Anxiety -> Mental Health	0.527	0.523	0.085	6.230	0.000

Hasil pengujian *specific indirect effect* menunjukkan bahwa Financial Stress berpengaruh terhadap Mental Health melalui Future Anxiety dengan nilai koefisien sebesar 0,373, nilai t-statistic sebesar 5,664, dan p-value sebesar 0,000. Menurut (Hair

dkk., 2021) suatu hubungan mediasi dinyatakan signifikan apabila nilai t-statistic lebih besar dari 1,96 dan p-value lebih kecil dari 0,05. Dengan demikian, Future Anxiety terbukti mampu memediasi secara signifikan hubungan antara Financial Stress dan Mental Health.

Selain itu, jalur langsung Financial Stress terhadap Mental Health juga tetap signifikan, sehingga model mediasi dalam penelitian ini termasuk complementary partial mediation. Hal ini menunjukkan bahwa pengaruh tekanan finansial terhadap kesehatan mental mahasiswa tidak hanya terjadi secara langsung, tetapi juga secara tidak langsung melalui meningkatnya kecemasan terhadap masa depan.

Tabel 7. Specific Indirect Effect Test

	Original sample (O)	Sample mean (M)	Standard deviation (STDEV)	T statistics (O/STDEV)	P values
Financial Stress - > Future Anxiety - > Mental Health	0.373	0.373	0.066	5.664	0.000

Pengujian *predictive relevance* dilakukan menggunakan *Stone-Geisser's Q-square (Q²)* dengan rumus $Q^2 = 1 - \frac{SSE}{SSO}$. Menurut Michael Stone dan Seymour Geisser, model

dinyatakan memiliki kemampuan prediksi apabila nilai Q² lebih besar dari 0.

Pada variabel *Future Anxiety*, diperoleh nilai SSO sebesar 495 dan SSE sebesar 323.826, sehingga diperoleh nilai Q² sebesar 0.346 $\left(1 - \frac{323.826}{495}\right)$. Selanjutnya pada

variabel *Mental Health*, nilai SSO sebesar 495 dan SSE sebesar 289.726, sehingga diperoleh nilai Q² sebesar 0.415 $\left(1 - \frac{289.726}{495}\right)$. Karena seluruh nilai Q² lebih besar dari 0,

maka model penelitian memiliki *predictive relevance* yang baik dalam memprediksi variabel endogen. Selain itu, nilai Q² pada variabel Mental Health yang melebihi 0.35 menunjukkan kemampuan prediksi model yang kuat

Tabel 8. Stone-Geisser's Q-square (Q²) Test

	SSO	SSE	Q ² (=1-SSE/SSO)
Financial Stress	495.000	495.000	0.000
Future Anxiety	495.000	323.826	0.346
Mental Health	495.000	289.726	0.415

Analisis *Importance-Performance Map Analysis (IPMA)* dilakukan untuk mengidentifikasi konstruk yang memiliki pengaruh terbesar sekaligus tingkat performa aktual terhadap variabel target, yaitu Mental Health. Menurut (Sarstedt dkk., 2024), *importance* merepresentasikan *total effect*, sedangkan *performance* menunjukkan tingkat capaian konstruk pada skala 0–100. Hasil analisis menunjukkan bahwa variabel Financial Stress memiliki nilai *importance* sebesar 0,688 dengan *performance* sebesar 53,202. Sementara itu, variabel Future Anxiety memiliki nilai *importance* sebesar 0,527 dengan *performance* sebesar 54,582. Hasil ini menunjukkan bahwa Financial Stress merupakan

konstruk dengan tingkat kepentingan tertinggi dalam memengaruhi Mental Health, namun performanya masih berada pada kategori sedang. Dengan demikian, Financial Stress menjadi prioritas utama dalam upaya meningkatkan kesehatan mental mahasiswa, diikuti oleh Future Anxiety sebagai mekanisme psikologis yang memperkuat pengaruh tersebut

Tabel 9. *Importance-Performance Map Analysis (IPMA) Test*

Konstruk	Importance	Performance
Financial Stress	0.688	53.202
Future Anxiety	0.527	54.582

Hasil penelitian menunjukkan bahwa financial stress berpengaruh positif dan signifikan terhadap future anxiety pada mahasiswa. Temuan ini mengindikasikan bahwa tekanan finansial tidak hanya berkaitan dengan kesulitan memenuhi kebutuhan ekonomi saat ini, tetapi juga membentuk kekhawatiran terhadap masa depan. Kondisi tersebut sejalan dengan Conservation of Resources Theory dari Hobfoll yang menjelaskan bahwa ancaman terhadap sumber daya ekonomi, seperti stabilitas finansial, peluang kerja, dan kemandirian ekonomi, dapat menimbulkan tekanan psikologis. Dalam konteks mahasiswa, meningkatnya biaya hidup dan ketidakpastian ekonomi mendorong munculnya persepsi negatif terhadap prospek kehidupan setelah lulus sehingga meningkatkan future anxiety.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa financial stress berpengaruh signifikan terhadap mental health mahasiswa. Temuan ini mendukung Mental Health Continuum Theory dari Keyes yang memandang kesehatan mental sebagai kondisi yang mencakup kesejahteraan emosional, psikologis, dan sosial. Tekanan ekonomi yang berkepanjangan dapat mengurangi optimisme, menurunkan rasa percaya diri, serta mengganggu fungsi sosial mahasiswa. Namun demikian, pengaruh langsung financial stress terhadap mental health ditemukan lebih kecil dibandingkan pengaruh financial stress terhadap future anxiety maupun pengaruh future anxiety terhadap mental health, yang menunjukkan bahwa hubungan tersebut tidak sepenuhnya berlangsung secara langsung.

Lebih lanjut, future anxiety terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap mental health. Temuan ini sejalan dengan Future Anxiety Theory dari Zaleski yang menjelaskan bahwa individu dapat mengalami kecemasan akibat antisipasi negatif terhadap berbagai kemungkinan yang akan terjadi di masa depan. Dalam kondisi ketidakpastian ekonomi, mahasiswa cenderung merasa khawatir terhadap peluang kerja, kestabilan pendapatan, dan kemampuan mencapai kehidupan yang diharapkan setelah lulus. Akibatnya, masa depan dipersepsikan sebagai sumber ancaman yang berdampak pada menurunnya kesejahteraan psikologis.

Temuan terpenting dalam penelitian ini adalah terbuktinya peran future anxiety sebagai variabel mediasi dalam hubungan antara financial stress dan mental health. Besarnya pengaruh tidak langsung yang melebihi pengaruh langsung menunjukkan bahwa future anxiety merupakan mekanisme psikologis utama yang menjelaskan bagaimana tekanan ekonomi memengaruhi kesehatan mental mahasiswa. Dengan kata lain, kesehatan

mental mahasiswa tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi ekonomi yang mereka alami saat ini, tetapi juga oleh bagaimana mereka menginterpretasikan konsekuensi kondisi tersebut terhadap masa depan mereka.

Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami tekanan ekonomi cenderung mengembangkan berbagai kekhawatiran mengenai masa depan, seperti ketakutan tidak memperoleh pekerjaan yang layak, tidak mampu mencapai kemandirian finansial, maupun gagal memenuhi ekspektasi sosial setelah lulus. Berbagai kekhawatiran tersebut berkembang menjadi *future anxiety* yang selanjutnya memengaruhi kesehatan mental. Hal ini menunjukkan bahwa kondisi ekonomi objektif hanya menjadi pemicu awal, sedangkan dampak yang lebih besar muncul melalui proses kognitif dan afektif ketika individu memaknai ancaman ekonomi yang dihadapinya.

Secara teoritis, penelitian ini berhasil mengintegrasikan *Conservation of Resources Theory*, *Future Anxiety Theory*, dan *Mental Health Continuum Theory* dalam satu model empiris yang menjelaskan kesehatan mental mahasiswa pada era ketidakpastian ekonomi. Selain itu, penelitian ini memperluas temuan Ranta dkk. (2020) yang menekankan faktor finansial dalam menjelaskan kesejahteraan psikologis serta melengkapi penelitian Goodwin dan Kraft (2022) yang berfokus pada faktor protektif dalam menghadapi kecemasan. Berbeda dengan kedua penelitian tersebut, penelitian ini menunjukkan bahwa *future anxiety* merupakan mekanisme psikologis penting yang menjelaskan bagaimana *financial stress* memengaruhi *mental health*. Dengan demikian, penelitian ini mengisi kesenjangan penelitian terdahulu dan memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai hubungan antara *financial stress*, *future anxiety*, dan *mental health* pada mahasiswa.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa *financial stress* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *future anxiety* dan *mental health* mahasiswa, serta *future anxiety* juga berpengaruh positif dan signifikan terhadap *mental health*. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa tekanan ekonomi yang dialami mahasiswa tidak hanya berdampak secara langsung terhadap kondisi kesehatan mental, tetapi juga memengaruhi cara mahasiswa memandang dan mengantisipasi masa depan mereka. Hasil analisis lebih lanjut membuktikan bahwa *future anxiety* berperan sebagai variabel mediasi yang signifikan dalam hubungan antara *financial stress* dan *mental health*, bahkan memiliki pengaruh tidak langsung yang lebih besar dibandingkan pengaruh langsung *financial stress* terhadap *mental health*. Temuan ini menegaskan bahwa penurunan kesehatan mental mahasiswa pada era ketidakpastian ekonomi tidak semata-mata disebabkan oleh keterbatasan finansial, tetapi juga oleh kecemasan terhadap berbagai kemungkinan negatif yang dipersepsikan akan terjadi di masa depan. Penelitian ini memperkuat dan mengintegrasikan *Conservation of Resources Theory*, *Future Anxiety Theory*, dan *Mental Health Continuum Theory* dalam menjelaskan hubungan antara tekanan ekonomi dan kesehatan mental mahasiswa, sekaligus memberikan kebaruan berupa pembuktian empiris bahwa *future anxiety* merupakan

mekanisme psikologis penting yang menjembatani pengaruh financial stress terhadap mental health. Meskipun demikian, penelitian ini masih terbatas pada mahasiswa Universitas Islam Al Azhar Gresik sehingga generalisasi hasil perlu dilakukan secara hati-hati. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan melibatkan sampel yang lebih luas dari berbagai perguruan tinggi dan mempertimbangkan variabel psikologis lain, seperti resilience, optimism, coping strategy, atau dukungan sosial untuk memperkaya model penelitian. Secara praktis, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa upaya peningkatan kesehatan mental mahasiswa tidak cukup hanya melalui bantuan ekonomi, tetapi juga memerlukan intervensi psikologis yang berorientasi pada pengelolaan future anxiety, penguatan harapan, serta pembangunan keyakinan mahasiswa terhadap masa depan mereka.

Referensi

- Arnup, J. L., Black, N., & Johnston, D. W. (2024). Expecting less in hard times: How the state of the economy influences students' educational expectations. *Economics of Education Review*, 103, 102606. <https://doi.org/10.1016/j.econedurev.2024.102606>
- Gahreza, D. N. (2025). *Dampak Perang Rusia-Ukraina Terhadap Perekonomian Negara Jerman: Studi Kasus Isu Energi Gas Tahun 2022-2024*. 11(2).
- Goodwin, E., & Kraft, K. (2022). Mental health and spiritual well-being in humanitarian crises: The role of faith communities providing spiritual and psychosocial support during the COVID-19 pandemic. *Journal of International Humanitarian Action*, 7(1), 21. <https://doi.org/10.1186/s41018-022-00127-w>
- Hair, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., Sarstedt, M., Danks, N. P., & Ray, S. (2021). *Partial Least Squares Structural Equation Modeling (PLS-SEM) Using R: A Workbook*. Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-80519-7>
- Hazlinda, M., & Salim, A. (2023). Hubungan Antara Tekanan Akademik Dengan Kecemasan Masa Depan Pada Mahasiswa. *Jurnal Riset dan Inovasi Pembelajaran*, 3(3), 265–273. <https://doi.org/10.51574/jrip.v3i3.1244>
- Hobfoll, S. E., Halbesleben, J., Neveu, J.-P., & Westman, M. (2018). Conservation of Resources in the Organizational Context: The Reality of Resources and Their Consequences. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 5(Volume 5, 2018), 103–128. <https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-032117-104640>
- Keyes, C. L. M. (2002). The Mental Health Continuum: From Languishing to Flourishing in Life. *Journal of Health and Social Behavior*, 43(2), 207–222. <https://doi.org/10.2307/3090197>
- Mawardi, A. F., -, P.-, & Ngimadudin, N. (2022). Cognitive And Affective Factor In Learning Proses (Faktor Kognitif dan Afektif dalam Proses Pembelajaran). *ej*, 4(2), 349–371. <https://doi.org/10.37092/ej.v4i2.362>
- Mufarochah, S., Wulandari, F., Kusnadi, S. K., & Zuroida, A. (2025). Dampak Pola Asuh Orang Tua Generasi Milenial terhadap Perilaku Keagamaan Anak Usia Dini.

- Psycho Aksara : Jurnal Psikologi*, 3(1), 132–139.
<https://doi.org/10.28926/pyschoaksara.v3i1.1712>
- Rahmadi, M. A., Nasution, H., Mawar, L., & Sari, M. (2024). *Analisis Keterkaitan Kesehatan Mental Dan Stres Akademik Mahasiswa*. 4(2).
- Ranta, M., Punamäki, R.-L., Chow, A., & Salmela-Aro, K. (2020). The Economic Stress Model in Emerging Adulthood: The Role of Social Relationships and Financial Capability. *Emerging Adulthood*, 8(6), 496–508.
<https://doi.org/10.1177/2167696819893574>
- Sarstedt, M., Richter, N. F., Hauff, S., & Ringle, C. M. (2024). Combined importance–performance map analysis (ciPMA) in partial least squares structural equation modeling (PLS–SEM): A SmartPLS 4 tutorial. *Journal of Marketing Analytics*, 12(4), 746–760. <https://doi.org/10.1057/s41270-024-00325-y>
- Siti Khadijah, Ariu Lahesi, Ridhona, & Eka Wulandari. (2024). Pengaruh Perekonomian Keluarga Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa. *Educate : Journal of Education and Learning*, 2(1), 42–49. <https://doi.org/10.61994/educate.v2i1.324>
- Zahwa, F. K., & Hanif, M. (2024). *Strategi Efektif Mengatasi Stres Akademik Melalui Manajemen Waktu Untuk Meningkatkan Kesehatan Mental Mahasiswa*. 2(4).
- Zaleski, Z. (1996). Future Anxiety: Concept, measurement, and preliminary research. *Personality and Individual Differences*, 21(2), 165–174.
[https://doi.org/10.1016/0191-8869\(96\)00070-0](https://doi.org/10.1016/0191-8869(96)00070-0)