

Pengaruh Stress dan Kondisi Keuangan Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa

Angga Martha Mahendra¹, Shinta May Hapsari², Nasywa Putri Aulia Kholifah^{3*}, M.

Raihan Alfarisy⁴, Balgis Dea Febriola⁵, Zara Yasmin Utomo⁶

1,2,3,4,5,6 Pendidikan Administrasi Perkantoran, Universitas Negeri Surabaya

* Corresponding Author: nasywa.23057@mhs.unesa.ac.id

Submitted: 19-12-2024

Accepted: 08-11-2025

Published: 31-12-2025

Abstrak

Masalah Kesehatan mental memiliki dampak signifikan terhadap kualitas hidup, termasuk pada mahasiswa. Gangguan Kesehatan mental dapat menurunkan motivasi, konsentrasi, dan kemampuan social mahasiswa, yang berdampak pada performa akademik dan kesejahteraan pribadi mereka. Selain factor Kesehatan mental, masalah ekonomi keluarga juga memengaruhi kestabilan emosional dan mental mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh stress akademik dan kondisi keuangan terhadap Kesehatan mental mahasiswa, khususnya mahasiswa Pendidikan administrasi perkantoran (PAP) di Universitas Negeri Surabaya. Menggunakan metode kuantitatif dengan desain kuesioner, penelitian ini melibatkan 169 responden mahasiswa PAP Angkatan 2023. Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa stress akademik secara signifikan memengaruhi Kesehatan mental mahasiswa ($p < 0,001$), sementara kondisi keuangan tidak memberikan pengaruh signifikan ($p = 0,284$). Temuan ini menunjukkan pentingnya penanganan stress akademik untuk mendukung Kesehatan mental mahasiswa, dengan implikasi praktis untuk pengembangan program dukungan di perguruan tinggi.

Kata kunci: Stress, Kondisi Keuangan, Kesehatan Mental, Mahasiswa

Abstract

Mental health problems have a significant impact on the quality of life, including for students. Mental health disorders can reduce students' motivation, concentration and social skills, which has an impact on their academic performance and personal wellbeing. Apart from mental health factors, family economic problems also affect students' emotional and mental stability. This research aims to examine the influence of academic stress and financial conditions on the mental health of students, especially office administration education (PAP) students at Surabaya State University. Using quantitative methods with a questionnaire design, this research involved 169 PAP student respondents from the Class of 2023. The results of the regression analysis showed that academic stress significantly influenced students' mental health ($p < 0.001$), while financial conditions did not have a significant influence ($p = 0.284$). These findings demonstrate the importance of managing academic stress to support students' mental health, with practical implications for the development of support programs in higher education.

Keywords: Stress, Financial Condition, Mental Health, Students.

1. PENDAHULUAN

Masalah kesehatan mental memiliki dampak yang signifikan terhadap kualitas hidup. Selain menurunkan kualitas hidup, kondisi ini juga meningkatkan risiko terjadinya penyakit menular dan tidak menular serta berkontribusi pada cedera baik yang disengaja maupun tidak disengaja. Secara keseluruhan, gangguan Kesehatan mental menimbulkan konsekuensi yang luas dan mendalam terhadap kesejahteraan individu maupun Masyarakat. Bagi mahasiswa, kesehatan mental yang terganggu dapat mempengaruhi motivasi, konsentrasi, dan kemampuan berinteraksi sosial. Faktor-faktor ini sangat penting untuk menunjang kesuksesan di lingkungan pendidikan tinggi. Tanpa motivasi, mahasiswa mungkin merasa sulit untuk menyelesaikan tugas-tugas akademis yang diperlukan. Kurangnya konsentrasi membuat mereka tidak mampu memahami materi dengan baik, yang pada akhirnya berdampak pada performa akademik. Gangguan dalam interaksi sosial juga membatasi kemampuan mereka untuk membangun jejaring sosial yang penting bagi perkembangan pribadi dan profesional di masa depan. Oleh karena itu, kesehatan mental yang baik menjadi salah satu fondasi keberhasilan akademis dan sosial bagi mahasiswa (Taufiqy, 2021).

Permasalahan ekonomi dalam keluarga akan sangat mengganggu kelancaran perkuliahan bagi seorang mahasiswa. Banyak mahasiswa yang terpaksa putus kuliah karena masalah biaya dan mereka harus mencari pekerjaan untuk membantu orang tua. Hal ini terjadi karena mereka tidak mampu membiayai perkuliahan anaknya. Keterbatasan dana yang dimiliki oleh orang tua mahasiswa kemungkinan dapat berpengaruh terhadap Kesehatan mental mahasiswa itu sendiri. Ekonomi keluarga merupakan faktor yang signifikan dalam kehidupan seorang mahasiswa dan dapat mempengaruhi berbagai aspek dalam pengalaman perkuliahan mereka. Dalam konteks ini “ekonomi keluarga” mengacu pada kondisi kesehatan mental dilihat dari sumber daya yang tersedia bagi mahasiswa dan juga berasal dari keluarga mereka, termasuk pendapatan, dukungan finansial, dan akses terhadap sumber daya ekonomi yang diperlukan. Keuangan keluarga mahasiswa juga berperan dalam menentukan sejauh mana mereka dapat fokus pada pendidikan mereka tanpa adanya distraksi dan stress yang berkaitan dengan masalah keuangan (Khadijah et al., 2024a).

Menurut Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa, kesehatan mental didefinisikan sebagai kondisi di mana seorang individu dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial. Dalam kondisi ini, individu tidak hanya mampu menyadari kemampuan dirinya sendiri, tetapi juga dapat mengatasi tekanan, bekerja secara produktif, dan berkontribusi secara positif bagi komunitasnya. Pengertian ini menegaskan bahwa kesehatan mental bukan hanya terkait dengan aspek psikologis, tetapi juga menyentuh seluruh aspek kehidupan seseorang, Kesehatan mental yang baik memungkinkan seseorang untuk menjalani kehidupan yang seimbang. Individu yang memiliki kesehatan mental yang optimal mampu menghadapi tekanan hidup sehari-hari dan tantangan yang muncul dalam lingkungan sosial, akademis, dan pekerjaan. Sebaliknya, gangguan pada kesehatan mental dapat menghambat kemampuan seseorang untuk mengelola emosi, menjaga hubungan sosial yang sehat, serta menjalankan tanggung jawab di tempat kerja atau di komunitas (Kamaludin, 2023). Dampak negatif ini menunjukkan betapa pentingnya menjaga kesehatan mental untuk menjaga stabilitas hidup dan kesejahteraan individu (Istikomah et al., 2023).

Beberapa penelitian menyatakan bahwa stres akademik dan finansial adalah dua faktor terpisah yang mempengaruhi kesehatan mental mahasiswa. Namun, masih sedikit

penelitian yang mengeksplorasi interaksi antara kedua faktor ini dalam membentuk tingkat kesehatan mental mahasiswa Pendidikan administrasi perkantoran (PAP). Misalnya, apakah stres finansial memperburuk stres akademik, atau sebaliknya, dan bagaimana keduanya secara bersama-sama berkontribusi terhadap tingkat kecemasan, depresi, atau burnout yang dialami oleh mahasiswa, Meski banyak penelitian yang sudah dilakukan mengenai pengaruh stres dan keuangan terhadap kesehatan mental mahasiswa, ada sejumlah gap yang belum terjawab, terutama dalam konteks mahasiswa PAP di tahun 2023. Gap ini mencakup kurangnya pemahaman tentang pengaruh spesifik faktor keuangan terhadap kelompok mahasiswa ini, interaksi antara stres akademik dan keuangan, variasi pengaruh berdasarkan tahun akademik, serta dampak jangka panjang terhadap kesiapan karier. Mengisi gap-gap ini akan sangat bermanfaat dalam mengembangkan intervensi yang lebih efektif untuk mendukung kesehatan mental mahasiswa PAP secara holistic (Eva et al., 2024).

Penelitian ini juga memperkenalkan perspektif kebaruan dengan menganalisis bagaimana stres akademik dan stres finansial dapat saling memperkuat atau memperburuk dampaknya pada kesehatan mental mahasiswa. Dalam kebanyakan penelitian sebelumnya, stres akademik dan finansial sering kali diperlakukan sebagai faktor independent. (Fitri et al., 2024). Namun, penelitian ini mencoba untuk menggali lebih dalam apakah ada interaksi antara kedua faktor ini misalnya, apakah tekanan akademik yang tinggi memperparah dampak stres finansial, atau apakah masalah finansial justru meningkatkan beban psikologis yang ditimbulkan oleh tuntutan akademik, Penelitian ini membawa berbagai aspek kebaruan yang belum banyak dibahas dalam kajian-kajian sebelumnya. Dengan mengkhususkan studi pada mahasiswa PAP, mengeksplorasi interaksi antara stres akademik dan finansial, serta menganalisis dampak jangka panjang pada kesiapan karier, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru yang bermanfaat bagi pengembangan program pendukung dan kebijakan kesehatan mental yang lebih efektif di perguruan tinggi. Adanya kebaruan ini tidak hanya meningkatkan kontribusi teoritis dalam studi kesehatan mental mahasiswa, tetapi juga memberi implikasi praktis untuk intervensi yang relevan dan tepat sasaran.

Kesehatan mental yang buruk dapat mempengaruhi kinerja akademik mahasiswa secara signifikan. Mahasiswa, yang cenderung memiliki beban studi yang berat, dapat mengalami penurunan konsentrasi, motivasi belajar, dan keterampilan manajemen waktu akibat stres dan masalah keuangan, Penurunan kinerja akademik ini dapat berdampak jangka panjang, mulai dari perpanjangan waktu studi hingga menurunnya daya saing di pasar kerja (Fauzi A. 2021). Oleh karena itu, penelitian ini memiliki urgensi untuk menjelaskan hubungan antara stres, kondisi keuangan, dan dampaknya terhadap kesehatan mental dan kinerja akademik mahasiswa PAP. Dengan memahami hal ini, institusi pendidikan, Kajian tentang pengaruh stres dan keuangan terhadap kesehatan mental mahasiswa PAP pada tahun 2023 adalah suatu kebutuhan mendesak. Mengingat tingginya tekanan yang mereka alami, penelitian ini tidak hanya penting untuk memajukan pemahaman ilmiah dalam bidang kesehatan mental, tetapi juga memiliki implikasi praktis yang signifikan dalam pengembangan program dukungan bagi mahasiswa. Dengan adanya pemahaman yang lebih baik, institusi pendidikan dapat lebih responsif dalam memberikan bantuan finansial, konseling, dan layanan lain yang relevan, guna memastikan kesejahteraan mahasiswa dan kesiapan mereka menghadapi dunia kerja.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh perekonomian keluarga terhadap kesehatan mental mahasiswa. Dalam kehidupan mahasiswa, kondisi keuangan keluarga

memainkan peran yang signifikan dalam menentukan stabilitas emosional dan mental mereka (Khadijah et al., 2024b). Mahasiswa yang memiliki dukungan finansial yang memadai dari keluarga cenderung lebih mudah memenuhi kebutuhan akademis dan pribadi mereka, yang dapat mengurangi tekanan psikologis. Sebaliknya, mahasiswa dari keluarga dengan keterbatasan ekonomi mungkin mengalami tekanan yang lebih besar, yang pada akhirnya berpotensi mempengaruhi kesehatan mental mereka secara negatif. Penelitian ini akan menganalisis berbagai variabel yang berkaitan dengan kondisi ekonomi keluarga, seperti tingkat stres keuangan, kondisi keluarga secara keseluruhan, kemampuan dalam memenuhi kebutuhan dasar dan akademis, serta dukungan sosial yang diterima. Variabel-variabel ini akan digunakan untuk menjelaskan sejauh mana faktor ekonomi keluarga berhubungan dengan kesehatan mental mahasiswa. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang betapa pentingnya faktor ekonomi keluarga dalam mempengaruhi kesehatan mental mahasiswa.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain kuesioner. Desain kuesioner adalah metode penelitian kuantitatif yang menggunakan instrumen berupa daftar pertanyaan tertulis untuk mengumpulkan data dari responden. Kuesioner berisi pertanyaan atau pernyataan yang dirancang untuk mengukur variabel yang diteliti, seperti sikap, pendapat, atau perilaku terkait dengan stres, kondisi keuangan, dan kesehatan mental. Peneliti menyebarkan kuesioner kepada sampel responden yang mewakili populasi penelitian untuk mendapatkan data yang valid dan reliabel mengenai fenomena yang diteliti. Setelah data terkumpul, dilakukan analisis statistik untuk menemukan pola atau hubungan antara variabel yang sesuai dengan tujuan penelitian (Subasman & Aliyyah, 2024).

Kuesioner disebar melalui grup WhatsApp angkatan untuk memudahkan akses dan mempercepat proses pengumpulan data (Yadi, 2021). Melalui menggunakan platform ini, mahasiswa dapat mengisi kuesioner secara efisien melalui perangkat ponsel mereka tanpa perlu bertemu secara fisik. Penyebaran kuesioner ini dilakukan pada bulan November 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa S1 Pendidikan Administrasi Perkantoran Fakultas Ekonomika dan Bisnis yang berjumlah 300 orang. Sampel penelitian diambil dari mahasiswa PAP angkatan 2023, dengan total 169 responden yang diakses melalui grup WhatsApp. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah nonprobability sampling dengan metode convenience sampling. Metode ini dipilih karena kemudahan akses ke responden melalui grup WhatsApp yang sudah ada, sehingga memungkinkan peneliti mengumpulkan data secara cepat. Semua mahasiswa yang tergabung dalam grup dan memenuhi kriteria penelitian dapat berpartisipasi dalam pengisian kuesioner.

Sedangkan instrumen yang digunakan adalah kuesioner dengan Skala Likert empat poin, yaitu "Sangat Setuju," "Setuju," "Tidak Setuju," dan "Sangat Tidak Setuju." Kuesioner dirancang untuk mengukur tingkat persetujuan responden terhadap pernyataan-pernyataan terkait tingkat stres, kondisi keuangan, dan kesehatan mental. Kemudian, analisis data menggunakan analisis univariate yang terdiri dari karakteristik responden (jenis kelamin dan umur) lalu pengaruh stress dan keuangan sebagai variabel independent dan kesehatan mental sebagai variabel dependent. Analisis bivariate digunakan untuk mengetahui pengaruh antara variabel independen (stres dan kondisi keuangan) dan variabel dependen (kesehatan mental mahasiswa). Analisis ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan signifikan antara tingkat stres dan kondisi

keuangan terhadap kesehatan mental mahasiswa PAP angkatan 2023 di Universitas Negeri Surabaya. Dalam penelitian ini, regresi sederhana akan digunakan untuk menentukan seberapa besar pengaruh stres dan kondisi keuangan terhadap kesehatan mental mahasiswa. Analisis data dilakukan dengan bantuan perangkat lunak SPSS, yang memungkinkan peneliti untuk menguji hubungan serta kekuatan pengaruh variabel independen (stres dan kondisi keuangan) terhadap variabel dependen (kesehatan mental mahasiswa)

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Hasil analisis regresi menunjukkan hubungan antara variabel independen, yaitu Pengaruh Stres dan Kondisi Keuangan, terhadap Kesehatan Mental. Konstanta sebesar 4,525 menunjukkan bahwa ketika Pengaruh Stres dan Kondisi Keuangan bernilai nol, nilai Kesehatan Mental diprediksi sebesar 4,525. Dengan kata lain, nilai dasar Kesehatan Mental tanpa adanya pengaruh dari kedua variabel independen tersebut adalah 4,525. Selanjutnya, Pengaruh Stres memiliki pengaruh yang signifikan terhadap Kesehatan Mental, dengan koefisien regresi sebesar 0,614 dan p-value yang sangat kecil ($p < 0,001$). Ini berarti bahwa setiap peningkatan satu unit pada Pengaruh Stres akan menyebabkan peningkatan Kesehatan Mental sebesar 0,614, yang menunjukkan adanya hubungan yang kuat dan signifikan antara stres dan kesehatan mental. Di sisi lain, Kondisi Keuangan memiliki koefisien regresi sebesar -0,086 dan p-value sebesar 0,284, yang lebih besar dari tingkat signifikansi standar (0,05). Hal ini menunjukkan bahwa perubahan dalam kondisi keuangan tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap Kesehatan Mental dalam model ini, artinya tidak ada bukti kuat bahwa kondisi keuangan secara langsung mempengaruhi kesehatan mental. Hasil analisis regresi dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 1. Koefisien

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	4,525	1,263		3,582	,000
	PENGARUH STRESS	,614	,059	,628	10,371	,000
	KONDISI KEUANGAN	-,086	,080	-,065	-1,076	,284

a. Dependent Variable: Kesehatan Mental

Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai F-statistic sebesar 53,887 menandakan bahwa model regresi yang digunakan secara keseluruhan signifikan secara statistik. Nilai F yang tinggi ini menunjukkan bahwa variabel independen yang digunakan dalam model memiliki kontribusi yang kuat dalam menjelaskan variabilitas variabel dependen. Selain

itu, nilai p-value sebesar 0,000 (lebih kecil dari tingkat signifikansi 0,001) memberikan bukti yang sangat kuat untuk menolak hipotesis nol. Artinya, kita dapat menyimpulkan bahwa setidaknya ada satu variabel independen yang secara signifikan memengaruhi variabel dependen. Dengan demikian, model regresi yang dihasilkan dapat dianggap relevan dan dapat diandalkan untuk menjelaskan hubungan antara variabel-variabel tersebut. Untuk analisis lebih mendalam, diperlukan peninjauan terhadap koefisien dan p-value masing-masing variabel independen untuk mengetahui variabel mana yang memiliki pengaruh signifikan terhadap variabel dependen. Data nilai F-statistic dapat dilihat pada table berikut ini.

Tabel 2. Anova

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	620,567	2	310,284	53,887	,000 ^b
	Residual	955,835	166	5,758		
	Total	1576,402	168			

a. Dependent Variable: Kesehatan Mental

b. Predictors: (Constant), Kondisi Keuangan, Pengaruh Stress

b. Pembahasan

Hasil penelitian ini memberikan gambaran empiris mengenai pengaruh variabel stres dan kondisi keuangan terhadap kesehatan mental. Berdasarkan hasil analisis regresi, diperoleh nilai konstanta sebesar 4,525 yang menunjukkan bahwa ketika variabel stres dan kondisi keuangan berada pada nilai nol, kesehatan mental responden tetap berada pada tingkat dasar tertentu. Temuan ini mengindikasikan bahwa kesehatan mental tidak semata-mata dipengaruhi oleh kedua variabel tersebut, melainkan juga oleh faktor lain di luar model penelitian, seperti dukungan sosial, kondisi lingkungan, serta karakteristik individu. Dengan demikian, model yang digunakan dalam penelitian ini masih bersifat terbatas dalam menjelaskan variasi kesehatan mental secara menyeluruh.

Lebih lanjut, hasil analisis menunjukkan bahwa variabel stres memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap kesehatan mental ($\beta = 0,614$; $p < 0,001$). Secara statistik, temuan ini menunjukkan bahwa peningkatan skor pada variabel stres diikuti dengan peningkatan skor kesehatan mental. Temuan ini relatif tidak sejalan dengan sebagian besar teori dalam psikologi yang menyatakan bahwa stres cenderung berdampak negatif terhadap kesehatan mental, terutama apabila bersifat kronis dan tidak terkelola dengan baik. Oleh karena itu, hasil ini perlu ditafsirkan secara hati-hati.

Salah satu kemungkinan penjelasan adalah bahwa instrumen yang digunakan dalam penelitian ini mengukur stres dalam dimensi yang lebih adaptif, seperti kemampuan individu dalam menghadapi tekanan atau mengelola stress (Hudi et al., 2024; Trisnadewi, 2024). Dalam konteks ini, skor yang lebih tinggi tidak mencerminkan tingginya tekanan psikologis, melainkan kemampuan adaptasi yang lebih baik, sehingga berkontribusi positif terhadap kesehatan mental. Selain itu, temuan ini juga dapat

dijelaskan melalui konsep eustress, yaitu stres yang bersifat positif dan mampu mendorong individu untuk berkembang, meningkatkan motivasi, serta memperkuat resiliensi.

Di sisi lain, kemungkinan adanya variabel mediasi atau moderasi yang tidak dimasukkan dalam model juga perlu dipertimbangkan. Variabel seperti strategi coping, dukungan sosial, dan tingkat resiliensi dapat memengaruhi bagaimana stres berdampak pada kesehatan mental. Tanpa mempertimbangkan variabel-variabel tersebut, hubungan yang ditunjukkan dalam model regresi dapat tampak berbeda dari kondisi yang sebenarnya. Selain itu, tidak menutup kemungkinan adanya bias dalam pengukuran atau kesalahan dalam pengkodean data yang dapat memengaruhi arah hubungan antarvariabel.

Sementara itu, variabel kondisi keuangan dalam penelitian ini tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap kesehatan mental ($\beta = -0,086$; $p = 0,284$). Hal ini menunjukkan bahwa secara statistik, tidak terdapat bukti yang cukup untuk menyatakan bahwa kondisi keuangan berpengaruh langsung terhadap kesehatan mental responden. Temuan ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Pertama, kemungkinan homogenitas kondisi ekonomi responden yang menyebabkan variasi data menjadi terbatas. Kedua, adanya kemampuan adaptasi individu terhadap kondisi finansial yang dimiliki, sehingga tekanan ekonomi tidak secara langsung berdampak pada kondisi psikologis. Ketiga, kemungkinan bahwa kondisi keuangan lebih berpengaruh secara tidak langsung melalui variabel lain yang tidak diikutsertakan dalam model.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor psikologis, khususnya yang berkaitan dengan stres, memiliki peran yang lebih dominan dibandingkan faktor ekonomi dalam memengaruhi kesehatan mental. Hal ini menguatkan pandangan bahwa kesehatan mental lebih banyak ditentukan oleh bagaimana individu memaknai dan mengelola tekanan yang dihadapi, dibandingkan oleh kondisi eksternal semata.

4. KESIMPULAN

Hasil utama menunjukkan bahwa stres akademik memiliki pengaruh signifikan terhadap kesehatan mental mahasiswa ($p < 0,001$). Semakin tinggi tingkat stres akademik, semakin terganggu kesehatan mental mereka. Sebaliknya, kondisi keuangan tidak memberikan dampak signifikan terhadap kesehatan mental ($p = 0,284$). Artinya, meskipun masalah keuangan bisa menjadi sumber tekanan, dalam konteks penelitian ini, dampaknya terhadap kesehatan mental mahasiswa PAP relatif kecil, kami menegaskan pentingnya menangani stres akademik sebagai faktor utama yang memengaruhi kesehatan mental mahasiswa. Program dukungan di perguruan tinggi, seperti konseling dan manajemen stres, sangat diperlukan untuk membantu mahasiswa menghadapi tantangan akademik. Meski kondisi keuangan tidak signifikan dalam model ini, pemahaman mendalam tentang bagaimana faktor ini mungkin berinteraksi dengan stres tetap relevan untuk kebijakan kesehatan mental yang lebih menyeluruh, kami memberikan kontribusi penting dalam memahami prioritas intervensi untuk kesehatan mental mahasiswa, terutama dengan fokus pada pengelolaan stres akademik di lingkungan pendidikan tinggi.

Implikasi dari penelitian ini adalah perlunya pendekatan intervensi yang berfokus pada penguatan kemampuan individu dalam mengelola stres secara adaptif, seperti melalui pelatihan manajemen stres, pengembangan resiliensi, dan peningkatan keterampilan coping. Meskipun demikian, faktor kondisi keuangan tetap perlu diperhatikan sebagai bagian dari pendekatan yang lebih komprehensif, terutama dalam

konteks populasi yang memiliki kerentanan ekonomi yang lebih tinggi. Namun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan, antara lain keterbatasan variabel yang digunakan serta tidak dimasukkannya faktor-faktor lain yang berpotensi memengaruhi kesehatan mental. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengembangkan model yang lebih kompleks dengan mempertimbangkan variabel mediasi dan moderasi, sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai determinan kesehatan mental.

5. REFERENSI

- Eva, N., Shanti, P., Hidayah, N., & Bisri, Moh. (2024). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa dengan Religiusitas sebagai Moderator. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 5(3). <https://citeus.um.ac.id/jkbk/vol5/iss3/12>
- Fitri, N. A., Nathania, L., Maharani, S. P., Fadha'il, H. W., Lestari, D. P., Wardani, P. K., Oktavianti, R. P., & Zahrah, A. (2024). Tantangan dan Strategi Mahasiswa Perantauan UNNES dalam Menjaga Kestabilan Mental dan Pikiran: Studi Kasus pada Mahasiswa Perantauan UNNES. *Jurnal Majemuk*, 3(4), 673–689. <https://jurnalilmiah.org/journal/index.php/majemuk/article/view/925>
- Hudi, I., Purwanto, H., Defi, K. N., Bintang, P. N., Dewi, S. M., Solehatunisa, & Nuraliffah, W. Y. (2024). Kesehatan Mental Anak di Dalam Keluarga Broken Home. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi*, 4(1), 1–23.
- Istikomah, R., Istikomah, R., & Setiawan, A. (2023). Efek Bekerja Paruh Waktu Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa. *TA'LIMUNA: Jurnal Pendidikan Islam*, 12(2), 179–188. <https://doi.org/10.32478/talimuna.v12i2.1924>
- Kamaludin, K. (2023). Komunikasi dalam Tim Organisasi di Sekolah Dasar Negeri. *Jurnal Manajemen Pendidikan Dasar, Menengah Dan Tinggi [JMP-DMT]*, 4(4), 438–444. <https://doi.org/10.30596/jmp-dmt.v4i4.16334>
- Khadijah, S., Lahesi, A., Ridhona, Wulandari, E. (2024a). 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>
- Subasman, I. (Iman), & Aliyyah, R. R. (Rusi). (2024). *DESAIN KUESIONER PENELITIAN*. <https://repository.penerbitwidina.com/publications/568741/>
- Sundari, C. (2022). *Pengaruh Financial Literacy dan Money Attitude terhadap Perilaku Pengelolaan Keuangan Pribadi Mahasiswa dengan Financial Self-Efficacy sebagai Variabel Moderasi*. <https://repository.uksw.edu/handle/123456789/23244>
- Taufiqy, A. (2021). Kesehatan Mental Mahasiswa Fakultas Kedokteran Di Masa Pandemi COVID-19. *ARTERI: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(4), 113–120. <https://doi.org/10.37148/ARTERI.V2I4.184>
- Trisnadewi, B. A. P. (2024). Depresi pada Emerging Adults Ditinjau dari Dukungan Sosial dan Social Self-Efficacy. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi*, 1(3), 464–472.
- Yadi, Y. (2021). Analisa Media Pembelajaran Whatsapp Menggunakan Use Questionnaire. *Jurnal Simantec*, 9(2), 51–56. <https://doi.org/10.21107/SIMANTEC.V9I2.9960>