

Pengaruh Perekonomian Keluarga Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa

Siti Khadijah¹, Ariu Lahesi², Ridhona³, Eka Wulandari⁴

Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang¹⁻³, Universitas PGRI Palembang⁴

Corresponding email author: sitikhadijah0014@gmail.com

ARTICLE INFO

Article History

Submission : 28-11-2023

Received : 17-12-2023

Revised : 25-03-2024

Accepted : 15-03-2024

Keywords

College Students

Family Economy

Mental Health

Kata kunci

Mahasiswa

Ekonomi Keluarga

Kesehatan Mental

ABSTRACT

This study analyzes the relationship of family economy to the health of college students, where in this context many families are facing economic challenges. Through surveys and data analysis, this study showed a significant correlation between family economic pressure, stress levels and mental health disorders in university students. Open communication and finding additional sources of income were identified as effective mitigating factors. These findings confirm the need for a comprehensive approach to supporting students' mental health, which considers the family economic context as an important part of mental health support planning in higher education institutions. This research makes an important contribution to better understanding the complexity of the relationship between family economic conditions and college students' mental health.

ABSTRAK

Penelitian ini menganalisis hubungan ekonomi keluarga terhadap kesehatan mental mahasiswa, dimana dalam konteks ini banyak keluarga yang menghadapi tantangan ekonomi. Melalui survei dan analisis data, penelitian ini menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara tekanan ekonomi keluarga, tingkat stres dan gangguan kesehatan mental pada mahasiswa. Komunikasi yang terbuka dan mencari sumber pendapatan tambahan diidentifikasi sebagai faktor mitigasi yang efektif. Temuan ini menegaskan perlunya pendekatan yang komprehensif untuk mendukung kesehatan mental mahasiswa, yang mempertimbangkan konteks ekonomi keluarga sebagai bagian penting dari perencanaan dukungan kesehatan mental di institusi pendidikan tinggi. Penelitian ini memberikan kontribusi penting untuk lebih memahami kompleksitas hubungan antara kondisi ekonomi keluarga dan kesehatan mental mahasiswa.

Pendahuluan

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 memengaruhi 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.

Kondisi ekonomi keluarga tentunya dapat mempengaruhi pemenuhan kebutuhan mahasiswa. Dikatakan bahwa orang tua yang berstatus ekonomi tinggi, tidaklah banyak mengalami kesulitan dalam memenuhi kebutuhan pendidikan anaknya. Sebaliknya, untuk orang tua yang berstatus ekonomi rendah mereka tidak mampu memenuhi hak-hak tersebut yang menyebabkan anak mengalami hambatan-hambatan (Taluke et al., 2021)

Mahasiswa yang melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi, membawa latar belakang ekonomi yang berbeda-beda. Beberapa mahasiswa mungkin berasal dari keluarga dengan kondisi ekonomi yang stabil dan dukungan finansial yang kuat, sementara yang lain mungkin menghadapi tantangan keuangan yang signifikan. Kondisi ekonomi keluarga ini dapat memengaruhi kesehatan mental, pilihan akademik, pemenuhan kebutuhan dasar, dan mengambil kebijakan dalam kehidupan perkuliahan.

Masalah kesehatan mental di kalangan mahasiswa telah menjadi perhatian utama di berbagai institusi pendidikan tinggi. Faktor-faktor seperti stress akademik, tekanan untuk mencapai prestasi tinggi, ketidakpastian masa depan, beradaptasi dengan kehidupan kampus, hingga salah satunya yaitu masalah keuangan. Mahasiswa yang berasal dari keluarga dengan tingkat pendapatan yang rendah atau mengalami kesulitan dalam keuangan mungkin memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan kesehatan mental. Namun, sistem yang menghubungkan perekonomian keluarga dengan kesehatan mahasiswa masih memerlukan pemahaman lebih lanjut.

Dari kondisi ini, penelitian ini bertujuan untuk memaparkan pengaruh perekonomian keluarga terhadap kesehatan mental mahasiswa. Kami akan menganalisis sejauh mana variabel-variabel seperti stress keuangan, kondisi keluarga, jangkauan dalam memenuhi kebutuhan, serta dukungan sosial sehingga dapat menjelaskan hubungan ini. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan ilmu dan wawasan yang lebih mendalam tentang pentingnya faktor perekonomian keluarga dalam konteks kesehatan mental

mahasiswa, serta memberikan dasar untuk pengembangan intervensi yang lebih efektif dalam mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan jenis rancangan penelitian korelasional, yaitu penelitian yang menyelidiki sejauh mana variasi pada satu variabel berkaitan pada satu variabel lain, berdasarkan koefisiensi korelasi, dengan penelitian korelasional peneliti dapat memperoleh informasi mengenai tingkat hubungan yang terjadi (Alsa, 2010). Dalam penelitian ini variabel bebas adalah Perekonomian Keluarga, dan variabel terikat adalah Kesehatan Mental.

Adapun maksud penelitian yaitu untuk meneliti bagaimana pengaruh Perekonomian Keluarga terhadap Kesehatan Mental mahasiswa UIN Raden Fatah Palembang. Populasi dalam penelitian ini diambil dari mahasiswa UIN Raden Fatah Palembang. Populasi dalam penelitian ini memiliki karakteristik sebagai berikut :

1. Mahasiswa aktif UIN Raden Fatah Palembang
2. Berusia 17-25 tahun
3. Bersedia menjadi partisipan dalam survei penelitian.

Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel penelitian ini adalah dengan metode Simple Random Sampling yaitu pengambilan anggota sample dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu (Sugiyono, 2019). Dalam penelitian ini, peneliti menetapkan jumlah sampel dalam penelitian ini adalah berjumlah 109 subjek penelitian. Metode pengumpulan data dalam penelitian menggunakan metode skala. Skala yang digunakan terdiri dari dua macam, yaitu skala *Family Economic Strain Scale*, dimana peneliti memodifikasi skala tersebut dengan mengurangi jumlah item semula 25 item dikurangi menjadi 12 item, mengubah bahasa, dan konteks subjek skala tersebut. Skala yang kedua peneliti menggunakan skala *Psychological Well-Being*, dimana peneliti memodifikasi skala tersebut dengan mengurangi jumlah item semula dari 14 item dikurangi menjadi 10 item, mengubah bahasa, dan konteks subjek skala tersebut. Alat ukur dalam penelitian ini menyajikan sejumlah pernyataan yang diikuti dengan kolom-kolom yang menunjukkan tingkatan yang bergerak. Setiap dalam alat ukur ini memiliki 4 respon pilihan jawaban yaitu: SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju), STS (Sangat Tidak Setuju).

Hasil dan Diskusi

I. Uji Hipotesis

Peneliti melakukan uji asumsi dengan menggunakan software Jasp dan ditemukan bahwa data yang diteliti tidak berdistribusi normal, sehingga teknik analisis yang digunakan adalah teknik analisis *Spearman's rho*. Teknik analisis ini biasanya digunakan untuk skala ordinal dan *tau* Kendall digunakan untuk data dengan sampel kecil atau ketika banyak data yang memiliki nilai angka yang sama. Oleh karena itu, peneliti memilih

menggunakan pendekatan statistik non-parametrik. Hasil uji hipotesis adalah sebagai berikut :

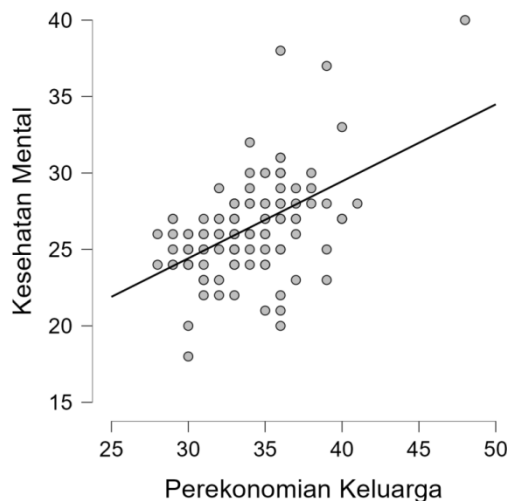
Table 1
Uji korelasi perekonomian keluarga terhadap kesehatan mental mahasiswa

Spearman's Correlations

Variabel	Spearman's rho	p
Perekonomian Keluarga >> Kesehatan Mental	0.461	< .001

* p < .05, ** p < .01, *** p < .001

Hasil uji Hipotesis adalah nilai p-value = <.001 dimana nilai tersebut kurang dari nilai α yaitu < .05 sehingga nilai ujinya signifikan artinya terdapat hubungan antara variabel Perekonomian Keluarga dengan variabel Kesehatan Mental Mahasiswa. Nilai α (*alpha*) adalah kesalahan maksimal yang ditentukan (dijadikan patokan) oleh peneliti, dalam penelitian ini nilai α yang digunakan yaitu alpha 5% = 0.05. maka bisa dilihat bahwa nilai p-value lebih kecil dari nilai α sehingga peluang untuk menolak H0 semakin besar.



Gambar 1 Grafik Pencar (Scatter Plot)

Perekonomian Keluarga mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap kesehatan mental mahasiswa, hal ini bisa kita lihat pada grafik pencar diatas, dimana semakin tinggi tingkat keadaan perekonomian suatu keluarga, maka semakin sehat mental mahasiswa

tersebut. Sebaliknya jika semakin rendah keadaan perekonomian suatu keluarga maka, semakin tinggi tingkat gangguan pada kesehatan mental mahasiswa tersebut. Namun tingkat hubungan yang dimiliki yaitu tingkat hubungan yang sedang, karena bisa kita lihat dari titik-titik diagram pencar yang saling menjauh ke segala arah dan tidak mendekati mengikuti garis linear.

Penelitian ini mengungkapkan adanya keterkaitan antara Perekonomian Keluarga terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa. World Health Organization (WHO) mendefinisikan kesehatan mental sebagai keadaan individu bisa berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial sehingga individu tersebut sadar akan kemampuan yang dimiliki guna mengatasi tekanan, bisa bekerja secara produktif, serta mampu untuk memberikan kontribusi untuk komunitasnya (Radiani, 2019). Masa universitas merupakan masa dengan risiko tinggi terjadinya masalah kesehatan mental, dengan dimulainya masuk universitas bertepatan dengan dengan usia rata-rata timbulnya banyak gangguan kejiwaan (Reavley dkk, 2012).

Kesehatan mental mahasiswa merupakan perhatian utama dalam konteks pendidikan tinggi. Banyak faktor beragam yang dapat mempengaruhi kesehatan mental mereka, termasuk situasi ekonomi keluarganya. Ekonomi keluarga dapat menjadi faktor pemicu gangguan kesehatan mental mahasiswa, pengaruhnya yaitu meliputi beberapa aspek seperti akses terhadap sumber daya, dukungan sosial, dan tingkat stress. Keluarga dengan keuangan yang stabil dapat mendukung mahasiswa secara emosional dan finansial dengan lebih baik. Di sisi lain, mahasiswa dari keluarga yang berpenghasilan rendah memiliki tekanan ekonomi dan dapat menciptakan lingkungan yang kurang mendukung, menyebabkan ketidakstabilan dan stress tambahan bagi mahasiswa. Faktor-faktor ini dapat menjadi pemicu timbulnya masalah kesehatan mental, seperti kecemasan dan depresi. Tingkat tekanan ekonomi dalam keluarga seringkali menjadi beban tambahan bagi mahasiswa, terutama bagi mereka yang bertanggung jawab secara finansial untuk diri sendiri sekaligus keluarga mereka.

Mahasiswa yang berasal dari keluarga mampu secara finansial, biasanya memiliki akses lebih besar terhadap sumber daya ekonomi, termasuk pendidikan tinggi, buku, dan teknologi. Mereka mungkin lebih mudah membiayai biaya pendidikan mereka dan memiliki fasilitas yang lebih layak, baik di rumah maupun di kampusnya. Kategori mahasiswa yang mampu secara finansial, mungkin juga memiliki akses yang lebih besar dalam mengatasi tekanan mental nya, ia mampu pergi ke layanan konseling atau melakukan psikoterapi tanpa memikirkan soal biayanya. Mereka juga mungkin mengalami tekanan akademis yang berbeda, seperti ekspektasi tinggi dari keluarga. Sedangkan mahasiswa yang berasal dari keluarga tidak mampu secara finansial, mungkin menghadapi keterbatasan ekonomi. Mereka mungkin harus bergantung pada beasiswa, pinjaman, atau menjadi pekerja paruh waktu untuk mendukung biaya pendidikan mereka. Tekanan ekonomi dapat menimbulkan stress, kekhawatiran, dan beban tambahan dalam menjalani kehidupan kuliah.

Lingkungan keluarga merupakan tempat pertama bagi anak untuk mengenal tentang masalah keuangan. Jorgensen (2007) dalam Arifa (2019) dalam penelitiannya mengatakan bahwa anak yang belajar banyak pada orangtuanya tentang cara mengelola keuangan, memiliki pengetahuan keuangan yang lebih baik daripada anak yang tidak belajar mengelola keuangan pada orang tuanya. Mahasiswa telah melalui masa transisi dari masa remaja hingga dewasa, sehingga mahasiswa dituntut agar lebih mandiri dalam pengelolaan keuangannya sendiri tanpa bergantung pada orang tua.

Kesulitan dalam hal keuangan bukan hanya dari faktor pendapatan yang rendah, tetapi juga jika seseorang melakukan kesalahan dalam manajemen keuangan, seperti penyalahgunaan kartu kredit dan kurangnya perencanaan keuangan. Kendala keuangan dapat menyebabkan stress dan kepercayaan menjadi rendah. Untuk bisa belajar di perguruan tinggi, dukungan finansial menjadi salah satu syarat utama. Dukungan finansial dibutuhkan untuk biaya pendaftaran masuk, pembelian buku, praktek, biaya transportasi, dan bisa jadi biaya hidup bagi mahasiswa yang tinggal terpisah dari orang tua.

Mahasiswa yang mengalami gangguan kesehatan mental tentu mengalami perubahan sikap dan perilakunya. Salah satunya, dalam hal manajemen keuangan. Mereka cenderung menghabiskan uangnya untuk hal yang tidak penting di luar konteks keperluan kuliah. Oleh karena itu, penting sekali bagi kita mahasiswa generasi Z untuk menjaga kesehatan mental. Kesehatan mental sangat memiliki pengaruh besar dalam kehidupan manusia. Dengan menjaga kesehatan mental, tentu kita dapat manajemen keuangan kita dengan baik.

Mahasiswa ialah orang yang sudah menginjak jenjang pendidikan yang lebih tinggi di universitas, sehingga ia dituntut untuk lebih mandiri dan bijak dalam mengelola keuangan untuk memenuhi kebutuhan dirinya sendiri maupun keluarganya. Beberapa cara yang dapat dilakukan mahasiswa untuk mengurangi tekanan kesehatan mental akibat perekonomian keluarga yaitu: 1) mencari dukungan finansial, dengan menjelajahi beasiswa, bantuan keuangan, atau program bantuan belajar yang dapat mengurangi beban finansial mahasiswa, 2) Manajemen waktu, mahasiswa harus dapat mengatur waktu secara efektif untuk menyeimbangkan waktu belajar, kerja paruh waktu, dan waktu istirahat, 3) Kembangkan keterampilan mengelola keuangan, yaitu dengan belajar mengelola keuangan pribadi, membuat anggaran, dan menabung dapat membantu mengurangi kecemasan terkait uang, 4) Mencari sumber pendapatan tambahan, mencari peluang untuk pekerjaan sampingan, magang, atau proyek-proyek yang dapat menghasilkan pendapatan tambahan.

Simpulan

Dari pembahasan tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perekonomian keluarga terhadap kesehatan mental mahasiswa. Perekonomian keluarga yang tidak stabil cenderung mengganggu kesehatan mahasiswa sehingga menimbulkan stress yang dapat mempengaruhi prestasi akademiknya di kampus. Pentingnya peran ekonomi keluarga dalam mendukung kesehatan mental mahasiswa

dengan memperhatikan kondisi ekonomi keluarga, lembaga pendidikan dan pemerintah dapat merancang program-program yang mendukung kesejahteraan mahasiswa secara holistik, termasuk akses terhadap layanan kesehatan mental, bantuan finansial, dan dukungan sosial. Hasil penelitian ini memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang kompleksitas hubungan antara faktor ekonomi keluarga dan kesehatan mental mahasiswa. Implikasi dari temuan ini dapat digunakan sebagai dasar untuk pengembangan kebijakan dan intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan mental mahasiswa melalui pendekatan yang komprehensif dan berkelanjutan.

Referensi

- Alfikalia. (2017). *Keterlibatan Orangtua Dalam Pendidikan Mahasiswa Di Perguruan Tinggi*. INQUIRY Jurnal Ilmiah Psikologi. Volume 8(1). 44.
- Goss-Sampson, M.A.(2019). *Statistical Anlysis In JASP : A Guide For Students (2th ed)*. (Bagaskara, S., Sari, Z., Akmal, Grasiawaty, N., & Nurhayati, E. Fakultas Psikologi Universitas YARSI).
- Jones, S.E., Hertz, M.F., DeGue, A.S., Merlo, C.L., Piepenbrink, R.P., Le, V.D., Dittus, P.J., Houston, A.L., Thornton, J.E., Ethier, K.A. (2022). *Family Economics And Mental Health Among High-School Students During COVID-19*. American Journal Of Preventive Medicine. 64.(3). 414-422. <http://doi.org/10.1016/j.amepre.2022.09.015>
- Kamilah, G.A., Setiyawan, S., Azib. (2021). *Pengaruh Lingkungan Keluarga Dan Financial Literacy Terhadap Financial Management Behavior Pada Mahasiswa*. Prosiding Manajemen. 239-240.
- Muhammad, Ali, H.G., Arifin. (2017). *Pengaruh Faktor Sosial Ekonomi Orang Tua Terhadap Minat Melanjutkan Pendidikan Anak Di Desa Wunse Kecamatan Wawonii Tenggara Kabupaten Konawe Kepulauan*. Jurnal Al-Ta'dib. Volume 10(1). 164. DOI: <http://dx.doi.org/10.31332/atdb.v10i1.558>
- Nurhayati, N.R. (2023). *Pengaruh Status Sosial Ekonomi Keluarga Terhadap Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Rantau UIN Jakarta*. UIN Syarif Hidayatullah. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/73652>.
- Richardson, T., Elliot, P., Roberts, R., & Jansen, M. (2016). *A Longitudinal Study Of Financial And Mental Health In A National Sample Of British Undergraduate Students*. Community Mental Health J. 344-345. DOI : 10.1007/s10597-016-0052-0.

- Setyanto, A.T., Hakim, M.A., & Muzakki, F.P. (2023). Deteksi Dini Prevalensi Gangguan Kesehatan Mental Mahasiswa Di Perguruan Tinggi. *Wacana*. Volume 15(1). 68. <https://dx.doi.org/10.20961/wacana.v15i1.69548>
- Sugiyono (2019). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D (2th ed). *ALFABETA*, cv.
- Zaharuddin, Setiawan, K.C.,& Reza, I. F. (2023). *Perilaku Pemilih Dalam Menentukan Pemilihan Presiden Ditinjau Dari Tingkat Religiusitas*. *Psychopolytan : Jurnal Psikologi*. Volume 7(1). 36-37. <https://doi.org/1036341/psi.v7i1.3399>