

Pengaruh Lingkungan Kampus, Dukungan Sosial, dan Pola Belajar terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa dengan Motivasi Belajar sebagai Variabel Mediasi pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Makassar

Romansyah Sahabuddin, Zahrawati, Asnidar, Aulia Qalbi, Runy Desinta
Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Negeri Makassar
zahrawati432@gmail.com, auliaqalbiiii@gmail.com, asnidar0015@gmail.com, runydesinta05@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis bagaimana Lingkungan Kampus, Dukungan Sosial, dan Pola Belajar memengaruhi Kesehatan Mental mahasiswa, serta mengevaluasi apakah Motivasi Belajar dapat berfungsi sebagai variabel mediasi dalam hubungan tersebut. Kesehatan mental menjadi perhatian penting karena mahasiswa menghadapi berbagai tekanan, seperti tuntutan akademik, proses adaptasi terhadap lingkungan baru, serta dinamika sosial yang tidak selalu mudah dihadapi. Kondisi tersebut dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis sehingga diperlukan pemahaman mengenai faktor-faktor yang berpengaruh. Penelitian ini melibatkan 100 mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Makassar yang dipilih menggunakan teknik proportionate stratified random sampling agar representasi setiap program studi tetap seimbang. Untuk menganalisis hubungan antarvariabel, digunakan metode Partial Least Square (PLS) melalui aplikasi SmartPLS 3.0, karena model penelitian memiliki tingkat kompleksitas yang cukup tinggi dan melibatkan variabel mediasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Lingkungan Kampus dan Dukungan Sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap Kesehatan Mental mahasiswa. Hal ini berarti bahwa suasana kampus yang kondusif dan dukungan dari orang-orang terdekat, seperti keluarga, teman, maupun dosen, mampu meningkatkan kondisi mental mahasiswa. Sebaliknya, Pola Belajar tidak memberikan pengaruh signifikan terhadap kesehatan mental, sehingga cara belajar mahasiswa tidak secara langsung menentukan kondisi psikologis mereka. Selain itu, Motivasi Belajar terbukti berpengaruh positif terhadap Kesehatan Mental, namun tidak dapat berfungsi sebagai mediator antara Lingkungan Kampus, Dukungan Sosial, maupun Pola Belajar terhadap Kesehatan Mental.

Kata kunci: Lingkungan Kampus, Dukungan Sosial, Pola Belajar, Kesehatan Mental, Motivasi Belajar

1. Latar Belakang

Perguruan tinggi bukan hanya berfungsi sebagai tempat memperoleh ilmu, tetapi juga menjadi wadah pembentukan karakter, kepribadian, dan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Pada masa kuliah, mahasiswa berada dalam fase perkembangan yang penuh perubahan, di mana mereka dituntut untuk mandiri, berprestasi, dan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan akademik yang kompleks. Di tengah proses ini, kondisi kesehatan mental menjadi faktor penting yang menentukan keberhasilan mereka dalam menyelesaikan studi. Tanpa kondisi psikologis yang stabil, kemampuan berpikir dan motivasi belajar dapat melemah, bahkan memicu stres akademik maupun kelelahan emosional. Meningkatnya tekanan mental pada mahasiswa menjadi perhatian serius bagi pendidikan tinggi di Indonesia, karena hal tersebut berkaitan langsung dengan kualitas sumber daya manusia yang akan dihasilkan.

Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Makassar juga menghadapi berbagai tuntutan akademik dan sosial. Tumpukan tugas, persaingan dalam meraih prestasi, serta tuntutan untuk beradaptasi dengan perkembangan digital dan dinamika dunia kerja sering kali menimbulkan tekanan psikologis. Kondisi tersebut dapat menimbulkan stres, kecemasan, maupun penurunan motivasi belajar. Situasi ini menunjukkan bahwa keberhasilan akademik tidak semata-mata ditentukan oleh kemampuan intelektual, tetapi juga oleh kemampuan mahasiswa mengelola tekanan dan menjaga keseimbangan mental. Karena itu, mengkaji faktor-faktor yang

memengaruhi kesehatan mental mahasiswa di lingkungan fakultas menjadi langkah penting agar pihak kampus dapat menciptakan suasana akademik yang lebih sehat, suportif, dan produktif.

Salah satu faktor yang berpengaruh besar terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa adalah lingkungan kampus. Lingkungan kampus yang nyaman dan positif dapat meningkatkan motivasi belajar sekaligus memberi rasa diterima secara sosial. Sebaliknya, suasana kampus yang terlalu kompetitif dan minim dukungan justru dapat memperburuk stres dan menurunkan semangat belajar. Berdasarkan Teori Ekologi Perkembangan (Bronfenbrenner, 1979), perkembangan dan perilaku individu sangat dipengaruhi oleh lingkungan tempat ia berinteraksi, baik keluarga, sosial, maupun institusi. Dalam konteks mahasiswa, kampus menjadi microsystem utama yang membentuk pengalaman akademik, sosial, dan psikologis mereka. Ketika kampus menyediakan suasana belajar yang mendukung seperti komunikasi yang terbuka dengan dosen, kebijakan akademik yang adil, serta fasilitas pendidikan yang memadai mahasiswa cenderung memiliki kesejahteraan mental yang lebih baik serta motivasi belajar yang lebih tinggi.

lingkungan kampus, dukungan sosial juga memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan mental mahasiswa. Dukungan dari keluarga, teman, dan dosen dapat membantu mahasiswa mengatasi tekanan, meningkatkan kepercayaan diri, serta memperkuat ketahanan mental mereka. Menurut temuan (Fauziah dan Ardiansyah ,2025), mahasiswa dengan tingkat dukungan sosial yang baik cenderung mengalami stres lebih rendah dan memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang merasa kurang mendapat dukungan. Rasa diterima, dihargai, dan dipahami melalui dukungan sosial membantu mahasiswa meningkatkan motivasi belajar sekaligus memperbaiki kemampuan adaptasi mereka terhadap tuntutan akademik.

Faktor lainnya adalah pola belajar. Pola belajar menggambarkan bagaimana mahasiswa mengatur waktu, memahami materi, dan menyesuaikan strategi belajar dengan beban akademik. Mahasiswa yang memiliki kebiasaan belajar teratur biasanya lebih mampu mengendalikan tekanan akademik dan menjaga kestabilan emosional. Sebaliknya, pola belajar yang tidak konsisten sering kali memicu stres dan kelelahan mental. Penelitian (Nurhasanah dan Lestari, 2023) menemukan hubungan negatif yang signifikan antara pola belajar dan stres akademik mahasiswa dengan pola belajar yang baik memiliki tingkat stres lebih rendah dibandingkan yang pola belajarnya tidak teratur. Temuan ini menegaskan pentingnya pengelolaan pola belajar untuk menjaga kesehatan mental mahasiswa.

Motivasi belajar berfungsi sebagai variabel mediasi yang menghubungkan faktor eksternal seperti lingkungan kampus, dukungan sosial, dan pola belajar dengan kesehatan mental sebagai faktor internal. Merujuk pada Self-Determination Theory (Deci & Ryan, 2000), motivasi belajar muncul ketika tiga kebutuhan psikologis dasar terpenuhi: autonomy (kemandirian), competence (perasaan mampu), dan relatedness (hubungan sosial positif). Jika kebutuhan ini terpenuhi, mahasiswa akan menunjukkan motivasi intrinsik yang tinggi, yang kemudian berdampak pada kesejahteraan mental yang lebih baik. Namun, apabila lingkungan kampus kurang mendukung, dukungan sosial minim, dan pola belajar tidak terstruktur, kebutuhan psikologis tersebut sulit tercapai dan akhirnya dapat melemahkan kesehatan mental mahasiswa.

Berdasarkan berbagai uraian tersebut, penelitian berjudul “*Pengaruh Lingkungan Kampus, Dukungan Sosial, dan Pola Belajar terhadap Kesehatan Mental dengan Motivasi Belajar sebagai Variabel Mediasi pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Makassar*” menjadi penting untuk dilakukan. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris sejauh mana lingkungan kampus, dukungan sosial, dan pola belajar berpengaruh terhadap kesehatan mental mahasiswa, serta melihat bagaimana motivasi belajar memperkuat keterkaitan tersebut. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi landasan bagi fakultas dan universitas dalam merumuskan kebijakan pembelajaran yang lebih berpihak pada kesejahteraan mahasiswa, meningkatkan motivasi belajar, serta membangun ekosistem kampus yang lebih sehat, adaptif, dan mendukung pengembangan potensi mahasiswa secara menyeluruh.

2. Tinjauan Literatur

Kesehatan mental mahasiswa kini menjadi topik yang semakin sering dibahas karena masa kuliah adalah periode yang penuh perubahan dan tuntutan. Di fase ini, mahasiswa dituntut untuk cepat beradaptasi, mengelola waktu, menyelesaikan tugas, hingga menghadapi tekanan akademik. Tidak heran jika mental well-being menjadi faktor penting yang menentukan bagaimana mahasiswa bisa bertahan dan berhasil menyelesaikan studi (Santrock, 2020). Lingkungan kampus, dukungan sosial, dan pola belajar termasuk faktor yang sangat memengaruhi kondisi psikologis mahasiswa. Menurut Bronfenbrenner (1979), dalam Ecological Systems Theory, perkembangan

seseorang sangat dipengaruhi oleh lingkungan terdekatnya atau microsystem. Bagi mahasiswa, kampus adalah lingkungan utama tempat mereka berinteraksi dan berkembang.

Lingkungan kampus yang positif dan kondusif dapat membantu mahasiswa lebih nyaman, termotivasi, dan terhindar dari stres berlebihan. Lingkungan ini tidak hanya soal fasilitas yang lengkap, tetapi juga suasana akademik, hubungan dengan dosen, serta bagaimana aturan-aturan kampus diterapkan secara adil. Penelitian Sahabuddin et al. (2025) menunjukkan bahwa lingkungan kampus berpengaruh signifikan terhadap kesehatan mental mahasiswa FEB UNM. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Rahardjo dan Putri (2022) yang menyatakan bahwa suasana kampus yang mendukung mampu meningkatkan rasa percaya diri dan mengurangi tekanan akademik. Artinya, semakin positif iklim kampus, semakin baik kondisi mental mahasiswa.

Selain itu, dukungan sosial juga sangat menentukan apakah mahasiswa mampu bertahan menghadapi berbagai tekanan kuliah. Dukungan yang datang dari keluarga, teman, maupun dosen dapat membuat mahasiswa merasa diterima dan dihargai. Cohen dan Wills (1985) menjelaskan bahwa dukungan sosial berfungsi seperti penyangga stres atau stress-buffering yang membantu seseorang menghadapi tekanan. Fauziah dan Ardiansyah (2025) juga menemukan bahwa mahasiswa dengan dukungan sosial tinggi cenderung memiliki tingkat stres lebih rendah. Penelitian Sahabuddin et al. (2025) pun menguatkan bahwa dukungan sosial berpengaruh positif terhadap kesehatan mental mahasiswa FEB UNM.

Pola belajar juga berpengaruh terhadap kondisi mental mahasiswa. Pola belajar yang baik, seperti manajemen waktu yang teratur atau rutin mengulang materi, dapat membantu mahasiswa terhindar dari stres akademik. Nurhasanah dan Lestari (2023) menemukan bahwa pola belajar teratur berhubungan dengan tingkat stres yang lebih rendah. Namun, dalam konteks mahasiswa FEB UNM, penelitian Sahabuddin et al. (2025) menunjukkan bahwa pola belajar tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap kesehatan mental. Hal ini dapat menjadi research gap, karena hasilnya berbeda dengan beberapa penelitian lain. Perbedaan ini mungkin disebabkan oleh konteks kampus atau cara pengukuran pola belajar yang digunakan.

Motivasi belajar juga berperan penting dan bahkan diduga menjadi variabel yang menghubungkan faktor eksternal dengan kesehatan mental. Berdasarkan Self-Determination Theory (Deci & Ryan, 2000), motivasi muncul ketika tiga kebutuhan dasar terpenuhi: autonomy, competence, dan relatedness. Jika ketiga kebutuhan tersebut tercapai, mahasiswa cenderung lebih semangat belajar dan merasa lebih baik secara mental. Sahabuddin et al. (2025) menemukan bahwa motivasi belajar memang berpengaruh pada kesehatan mental, tetapi tidak memediasi hubungan antara lingkungan kampus, dukungan sosial, maupun pola belajar dengan kesehatan mental. Temuan ini membuka ruang penelitian lanjutan karena peran motivasi sebagai mediator belum konsisten.

Secara keseluruhan, penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa faktor seperti lingkungan kampus dan dukungan sosial sangat penting bagi kesehatan mental mahasiswa. Namun, masih ada beberapa research gap yang perlu dieksplorasi lebih jauh, seperti ketidakkonsistensi pengaruh pola belajar serta peran motivasi belajar yang belum jelas. Oleh karena itu, penelitian tentang bagaimana lingkungan kampus, dukungan sosial, pola belajar, dan motivasi belajar berhubungan dengan kesehatan mental mahasiswa FEB UNM sangat penting dilakukan sebagai upaya memperkuat bukti empiris dan membantu kampus membangun ekosistem belajar yang lebih sehat dan suportif.2.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental

3. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian asosiatif, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan serta pengaruh antara variabel bebas seperti lingkungan kampus, dukungan sosial, dan pola belajar terhadap variabel terikat yaitu kesehatan mental mahasiswa. Selain itu, motivasi belajar berfungsi sebagai variabel mediasi. Penelitian ini dilakukan di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Makassar (UNM), yang berlokasi di Jalan A.P. Pettarani, Kota Makassar, Sulawesi Selatan. Penelitian berlangsung selama bulan Oktober hingga November 2025, mencakup beberapa tahapan seperti membuat instrumen, mengumpulkan data, menganalisis data, serta menyusun laporan penelitian.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif di Fakultas Ekonomi dan Bisnis UNM pada tahun akademik 2025/2026. Jumlah responden yang ditentukan adalah 100 orang, dan pengambilan sampel menggunakan teknik proportionate stratified random sampling. Teknik ini dipilih karena populasi mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis UNM terdiri dari berbagai program studi dan angkatan, sehingga diperlukan

pembagian sampel secara proporsional di setiap kelompok strata Pengambilan responden dilakukan melalui beberapa tahap berikut:

Pengambilan responden dilakukan melalui beberapa tahap berikut:

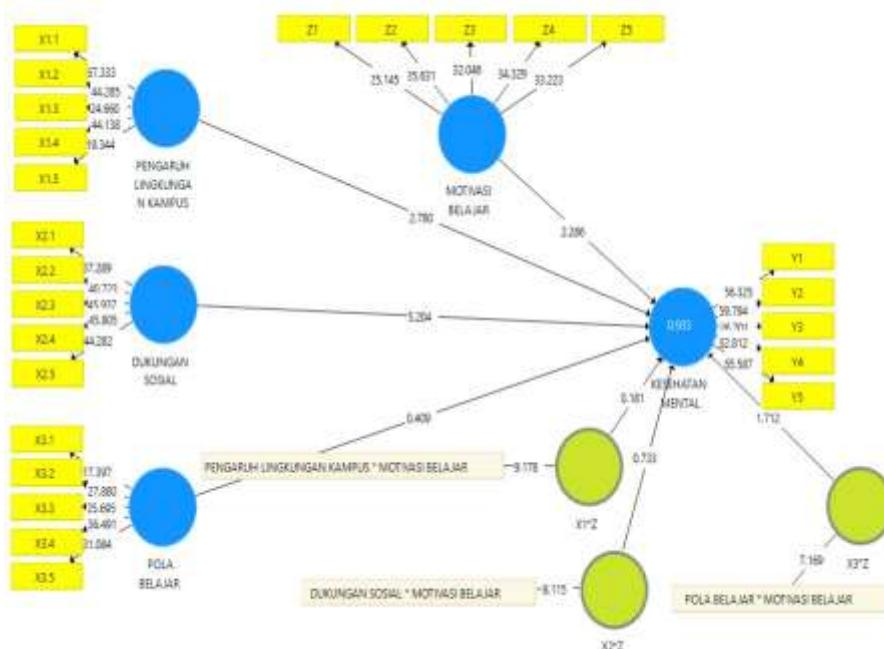
- a. Menentukan strata penelitian
Populasi mahasiswa dikelompokkan berdasarkan program studi dan angkatan. Setiap kelompok dianggap sebagai satu strata agar seluruh bagian populasi terwakili secara proporsional.
 - b. Menetapkan jumlah sampel total sebanyak 100 responden
Dalam penelitian ini, jumlah responden ditetapkan sebanyak 100 orang mahasiswa. Penetapan jumlah tersebut dilakukan dengan mempertimbangkan batas minimal sampel yang memadai dalam analisis PLSSEM, ketersediaan waktu, dan kemudahan pengumpulan data.
 - c. Membagikan jumlah sampel ke setiap strata secara proporsional
Jumlah responden pada setiap program studi dihitung secara proporsional berdasarkan persentase jumlah mahasiswa dalam strata tersebut terhadap total populasi. Dengan demikian, strata dengan jumlah mahasiswa lebih banyak akan memperoleh jumlah responden lebih besar.
 - d. Pemilihan responden secara acak (random)
Setelah menentukan jumlah responden per strata, pemilihan individu dilakukan menggunakan teknik simple random sampling, sehingga setiap mahasiswa pada strata memiliki kesempatan yang sama untuk terpilih sebagai responden penelitian.

4. Hasil dan Pembahasan

4.1 Hasil

4.1.1 Convergent Validity

Convergent validity bisa dilihat dengan melihat nilai loading factor (λ). Nilai ini menunjukkan seberapa kuat hubungan antara setiap item pengukuran (indikator) dengan konstraknya (variabel laten). Jika nilai loading factor atau outer loading lebih dari 0,7, maka dianggap baik, artinya indikator tersebut cukup mampu mengukur konstrak (variabel laten). Meski nilai loading factor di bawah 0,7, masih bisa diterima selama di atas 0,5. Untuk mengecek convergent validity, kita bisa melihat nilai outer loading pada setiap variabel beserta indikator-indikatornya.



Gambar 1 Model Penelitian Outer Model

Tabel 1. Nilai Outer Loading

Variabel	Indikator	Outer Loading	Ket.
Pengaruh Lingkungan Kampus (X1)	X1.1	0.914 0.873	<i>Valid</i>
	X1.2	0.841 0.874	<i>Valid</i>
	X1.3	0.791	<i>Valid</i>
	X1.4		<i>Valid</i>
	X1.5		<i>Valid</i>
Dukungan Sosial (X2)	X2.1	0.873 0.860	<i>Valid</i>
	X2.2	0.882 0.880	<i>Valid</i>
	X2.3	0.892	<i>Valid</i>
	X2.4		<i>Valid</i>
	X2.5		<i>Valid</i>
Pola Belajar (X3)	X3.1	0.778 0.829	<i>Valid</i>
	X3.2	0.815 0.853	<i>Valid</i>
	X3.3	0.849	<i>Valid</i>
	X3.4		<i>Valid</i>
	X3.5		<i>Valid</i>
Kesehatan Mental (Y)	Y1	0.895 0.920	<i>Valid</i>
	Y2	0.817 0.919	<i>Valid</i>
	Y3	0.920	<i>Valid</i>
	Y4		<i>Valid</i>
	Y5		<i>Valid</i>
Motivasi Belajar (Z)	Z1	0.815 0.865	<i>Valid</i>
	Z2	0.846 0.858	<i>Valid</i>
	Z3	0.867	<i>Valid</i>
	Z4		<i>Valid</i>
	Z5		<i>Valid</i>
Moderating Effect	X2 Z	0.896	<i>Valid</i>
	X1 Z	0.981	<i>Valid</i>
	X3 Z	0.969	<i>Valid</i>

Berdasarkan hasil uji outer loadings diatas semuanya memiliki nilai diatas 0,7 sehingga dianggap valid.

4.1.2 Uji Realibilitas dan Validitas

Composite Reliability dilakukan dengan melihat hasil koefisien variabel laten. Suatu konstruk atau variabel dianggap reliabel jika memiliki nilai Cronbach's Alpha lebih dari 0,7 dan Composite Reliability lebih dari 0,7. Average Variance Extracted(AVE) yang umum digunakan adalah minimal 0,5.

Berdasarkan hasil pengujian validitas pada masing-masing variabel, diperoleh nilai AVE dari masing masing variabel yang disajikan pada tabel 2. Kriteria terpenuhinya validitas variabel adalah nilai AVE di atas 0,5, sehingga dapat disimpulkan bahwa model pengukuran telah valid. Untuk menilai reliabilitas dan Validitas, kita bisa melihat nilai Cronbach's Alpha, Composite Reliability, dan AVE, serta hasilnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 2. Nilai AVE (Average Variance Extracted)

Variabel	Cronbach's Alpha	rho_a	Composite Reliability	Average Variance Extracted (AVE)
Dukungan Sosial	0.925	0.926	0.944	0.770
Kesehatan Mental	0.937	0.939	0.953	0.801
Motivasi Belajar	0.904	0.906	0.929	0.723
Pengaruh Lingkungan Kampus	0.911	0.915	0.934	0.739
Pola Belajar	0.883	0.888	0.914	0.681

X1.Z	1.000	1.000	1.000	1.000
X2.Z	1.000	1.000	1.000	1.000
X3.Z	1.000	1.000	1.000	1.000

Sumber: Data diolah menggunakan aplikasi SmartPLS (2025)

Nilai AVE seluruh konstruk berada diatas 0,5 yang berarti lebih dari 50% varians indicator dapat menjelaskan varians yang diukur. Dengan demikian semua variable diatas telah memenuhi validitas konvergen sebagaimana kriteria yang disarankan oleh Hair et al. (2019). Hal ini menunjukkan bahwa indicator-indikator yang digunakan benar-benar merepresentasikan konsep variable yang diukur.

Tabel 3.Nilai Composite Realibility Dan Cronbach's Alpha

Variabel	Cronbac's Alpha	Composite Realibility	Ket.
Dukungan Sosial	0.925	0.944	<i>Realible</i>
Kesehatan Mental	0.937	0.953	<i>Realible</i>
Motivasi Belajar	0.904	0.929	<i>Realible</i>
Pengaruh Lingkungan Kampus	0.911	0.934	<i>Realible</i>
Pola Belajar	0.883	0.914	<i>Realible</i>
X1 Z	1.000	1.000	<i>Realible</i>
X2 Z	1.000	1.000	<i>Realible</i>
X3 Z	1.000	1.000	<i>Realible</i>

Sumber: Data diolah menggunakan aplikasi SmartPLS (2025)

Berdasarkan hasil analisis yang terlihat pada table diatas, semua konstruk dalam penelitian ini memiliki nilai cronbac's alpha dan composite realibility diatas 0,7 sehingga dikatakan realible yang artinya setiap item dalam variable tersebut memiliki kemampuan yang cukup untuk mengukur konstruk secara konsisten. Angka tersebut menunjukkan bahwa masing-masing reabilitas dan validitas konvrgent seperti yang dianjurkan oleh Hair et al. (2019).

Oleh karena itu seluruh indicator atau item pernyataan diatas dalam variable dukungan social, Kesehatan mental, motivasi belajar, pengaruh lingkungan kampus, pola belajar, dan variable moderating effect diatas dapat dikatakan realibel karena memiliki tingkat konsistensi yang tinggi dalam mengukur konsep yang diteliti. Kondisi ini menunjukkan bahwa instrument penelitian yang digunakan mampu menghasilkan data yang stabil dan konsisten, sehingga dapat dipercaya untuk digunakan pada penelitian.

4.1.3 Discriminant Validity

Kemudian dilakukan pengujian discriminant validity melalui cross loading dengan hasil bahwa seluruh variabel laten dapat memprediksi indikator pada blok mereka lebih baik dibandingkan dengan indikator di blok yang lainnya.

Tabel 4. Nilai Cross Loading

	Dukungan Sosial	Kesehatan Mental	Motivasi Belajar	Pengaruh Lingkungan Kampus				X1.Z	X2.Z	X3.Z
Dukungan										
Sosial Motivasi	-0.438	-0.431	-0.463	-0.459	-0.387	0.892	1.000	0.865		
Belajar										

Pengaruh								
Lingkungan		-0.419	-0.412	-0.441	-0.423	-0.309	1.000	0.892 0.752
Kampus Motivasi								
Belajar								
Pola								
Belajar Motivasi		-0.358	-0.305	-0.386	-0.313	-0.392	0.752	0.865 1.000
Belajar								
X1.1		0.829	0.850	0.790	0.914	0.771	-0.379	-0.409 -0.286
X1.2		0.802	0.837	0.797	0.873	0.751	-0.337	-0.392 -0.245
X1.3		0.778	0.791	0.730	0.841	0.719	-0.381	-0.376 -0.251
X1.4		0.817	0.821	0.770	0.874	0.780	-0.390	-0.454 -0.317
X1.5		0.678	0.704	0.745	0.791	0.658	-0.330	-0.337 -0.245
X2.1		0.873	0.794	0.771	0.764	0.801	-0.351	-0.345 -0.292
X2.2		0.860	0.812	0.789	0.796	0.778	-0.324	-0.368 -0.334
X2.3		0.882	0.879	0.758	0.831	0.776	-0.360	-0.396 -0.311
X2.4		0.880	0.840	0.787	0.817	0.776	-0.428	-0.437 -0.360
X2.5		0.892	0.822	0.760	0.784	0.799	-0.376	-0.374 -0.273
X3.1		0.650	0.600	0.682	0.628	0.778	-0.256	-0.294 -0.344
X3.2		0.726	0.724	0.752	0.730	0.829	-0.178	-0.245 -0.244
X3.3		0.739	0.712	0.740	0.717	0.815	-0.293	-0.396 -0.403
X3.4		0.794	0.775	0.752	0.751	0.853	-0.238	-0.292 -0.279
X3.5		0.772	0.765	0.712	0.705	0.849	-0.312	-0.368 -0.356
Y1		0.862	0.895	0.776	0.835	0.776	-0.363	-0.363 -0.243
Y2		0.875	0.920	0.822	0.851	0.789	-0.434	-0.463 -0.334
Y3		0.778	0.817	0.803	0.793	0.753	-0.300	-0.325 -0.256
Y4		0.858	0.919	0.808	0.851	0.811	-0.339	-0.347 -0.236

Y5	0.857	0.920	0.811	0.846	0.768	-0.402	-0.426	-0.292
Z1	0.723	0.695	0.815	0.710	0.718	-0.309	-0.344	-0.317
Z2	0.747	0.788	0.865	0.779	0.772	-0.378	-0.395	-0.334
Z3	0.807	0.813	0.846	0.803	0.789	-0.352	-0.379	-0.263
Z4	0.733	0.754	0.858	0.754	0.754	-0.427	-0.421	-0.377
Z5	0.731	0.761	0.867	0.737	0.712	-0.405	-0.426	-0.354

Sumber : diolah dari Aplikasi SmartPLS Versi 3

Tabel tersebut menunjukkan bahwa setiap indikator memiliki nilai loading tertinggi pada konstruk yang seharusnya ia ukur. Misalnya, indikator pada variabel Dukungan Sosial terhadap Motivasi Belajar memiliki korelasi paling kuat dengan variabel tersebut dibandingkan dengan variabel lain. Pola yang sama terlihat pada variabel Kesehatan Mental, Lingkungan Kampus, dan Pola Belajar, di mana seluruh indikator lebih tinggi memuat pada konstruk asalnya. Hal ini menandakan bahwa masing-masing indikator mampu membedakan dengan jelas konstruk yang diukur dan tidak mengalami masalah tumpang tindih dengan konstruk lain. Dengan demikian, model memiliki discriminant validity yang baik karena setiap konstruk bersifat unik dan tidak saling mengganggu secara statistik.

Evaluasi Model Struktural

Setelah menyelesaikan evaluasi model luar, langkah berikutnya dalam prosedur analisis data dengan menggunakan metode PLS-SEM adalah mengevaluasi model dalam atau model struktural.

4.1.4 Coefficient of Determination/R-Square (R^2)

Koefisien determinasi atau R-Square digunakan untuk mengetahui sejauh mana model mampu menjelaskan perubahan nilai variabel yang dipengaruhi oleh variabel lain dalam penelitian. Nilai R-Square menunjukkan seberapa besar kemampuan variabel dalam meramalkan perubahan variabel utama yang diteliti. Jika nilai R-Square semakin tinggi, maka model tersebut semakin baik dalam menjelaskan hubungan antar variabel, sehingga kemampuan prediksi model dianggap lebih baik.

Dalam analisis PLS-SEM, konstruk endogen dapat dikenali melalui nilai R-Square yang didapat. Nilai ini digunakan untuk menilai sejauh mana model struktural mampu menjelaskan fenomena yang diteliti. Nilai R^2 dapat dinilai dengan kriteria berikut: jika nilai R^2 mencapai 0,70 atau lebih, maka dikatakan kuat. Jika nilai R^2 sekitar 0,50, maka dikatakan sedang. Sedangkan jika nilai R^2 sekitar 0,25, maka dikatakan lemah.

R-Square adalah angka yang menunjukkan seberapa besar kemampuan variabel variabel independen (variabel bebas, termasuk variabel moderasi) dalam model Anda menjelaskan (mempengaruhi) perubahan yang terjadi pada variabel dependen (variabel terikat).

Tabel 5. Nilai R-Square

Varibel	R-Square	Ket.
Kesehatan Mental	0.933	Akurat

Sumber: Data diolah menggunakan aplikasi SmartPLS (2025)

Pada table diatas terlihat bahwa nilai r-square untuk konstruk Kesehatan mental adalah 0.933 maka nilai ini menunjukkan Kesehatan mental dapat diukur sebesar 0,93,3% dijelaskan oleh variable-variabel yang digunakan dalam model, sehingga struktur model sudah baik dan layak digunakan dalam analisis yang lebih lanjut.

4.1.5 Effect Size/F-square (F2)

Menurut Cohen (1988), nilai f-square (f^2) digunakan untuk menilai seberapa besar pengaruh dari variabel bebas terhadap variabel hasil dalam model struktural. Nilai ini menunjukkan seberapa besar peran suatu variabel bebas dalam meningkatkan R-Square (R^2) pada variabel hasil ketika variabel tersebut dimasukkan ke dalam model. Cohen membagi nilai f-square ke dalam tiga kategori, yaitu 0,02 menunjukkan pengaruh kecil, 0,15 menunjukkan pengaruh sedang, dan 0,35 menunjukkan pengaruh besar. Semakin besar nilai f^2 yang diperoleh, semakin kuat pengaruh variabel bebas terhadap variabel hasil, sedangkan nilai f^2 yang kecil menunjukkan bahwa kontribusi variabel tersebut terhadap model tidak terlalu besar. Tabel 6.Nilai F-square

Tabel 6. Nilai F-Square

Variabel	F-square	Ket.
Dukungan Sosial → Kesehatan Mental	0.442	<i>Besar</i>
Motivasi Belajar →Kesehatan Mental	0.061	<i>Sedang</i>
Pengaruh Lingkungan→ Kesehatan Mental	0.133	<i>Sedang</i>
Pola Belajar→Kesehatan Mental	0.002	<i>Kecil</i>
X1.Z→Kesehatan Mental	0.001	<i>Kecil</i>
X2.Z→Kesehatan Mental	0.011	<i>Kecil</i>
X3.Z→Kesehatan Mental	0.046	<i>Sedang</i>

Sumber: Data diolah menggunakan aplikasi SmartPLS (2025)

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa:

1. Dukungan social Kesehatan mental= 0,442 (besar)
2. Motivasi Belajar Kesehatan mental= 0,061 (sedang)
3. Pengaruh Lingkungan Kesehatan mental= 0,133 (sedang)
4. Pola Belajar Kesehatan mental= 0,002 (kecil)
5. X1.Z Kesehatan mental= 0,001 (kecil)
6. X2.Z Kesehatan mental= 0,011 (kecil)
7. X3.Z Kesehatan mental= 0,046 (sedang)

Dari hasil diatas variable Dukungan social berpengaruh paling besar terhadap Kesehatan mental. Variabel lain seperti Motivasi Belajar, Pengaruh Lingkungan, dan Moderating Effect X3 memiliki pengaruh yang relatif sedang terhadap Kesehatan Mental. Pada Pola Belajar moderating effect X1dan X2 memiliki pengaruh kecil terhadap Kesehatan Mental.

4.1.6 Uji Multikolinearitas/Collinearity Statistic (VIF)

Multikolinearitas menggambarkan hubungan yang kuat antar variabel bebas, sehingga dapat menyebabkan hasil estimasi model tidak stabil. Menurut Latan & Ghazali (2016), untuk mengetahui apakah terjadi multikolinearitas, kita melihat nilai VIF. Jika nilai $VIF > 5$, maka terjadi masalah multikolinearitas, sedangkan jika nilai $VIF < 5$, maka tidak ada masalah multikolinearitas. Dengan kata lain, semakin kecil nilai VIF yang diperoleh, semakin baik kualitas model regresi karena setiap variabel bebas memberikan kontribusi yang berbeda dan tidak saling mengganggu secara berlebihan.

Tabel 7. Nilai Outer VIF Values

	VIF
Dukungan Sosial Motivasi Belajar	1.000
Pengaruh Lingkungan Kampus Motivasi Belajar	1.000
Pola Belajar Motivasi Belajar	1.000
X1.1	3.752
X1.2	2.808
X1.3	2.296
X1.4	2.876
X1.5	2.008
X2.1	3.113
X2.2	2.586
X2.3	2.966
X2.4	2.914
X2.5	3.408
X3.1	1.883
X3.2	2.174
X3.3	2.002
X3.4	2.434
X3.5	2.421
Y1	3.717
Y2	4.275
Y3	2.190
Y4	4.285
Y5	4.294
Z1	2.128
Z2	2.651
Z3	2.336
Z4	2.520
Z5	2.640

Sumber: Data diolah menggunakan aplikasi SmartPLS (2025)

Berdasarkan hasil penelitian diatas semua nilai VIF dalam model berada dalam rentang 1.000 hingga 4.294 yang menunjukkan Sebagian besar variable tidak terdapat multi kolinearitas yang signifikan. Namun ada beberapa variable yang terdapat indikasi adanya multi kolinearitas.

4.1.7 Uji Goodnes of Fit (GoF)

Uji model fit dilakukan untuk mengecek seberapa tepat model struktural yang dibuat sesuai dengan data empiris. Dalam analisis menggunakan PLS-SEM (Partial Least Squares Structural Equation Modeling) melalui software SmartPLS, terdapat beberapa indikator yang digunakan untuk menilai kesesuaian model (Goodness of Fit / GoF), seperti SRMR (Standardized Root Mean Square Residual), d_ULS (Squared Euclidean Distance), d_G (Geodesic Distance), nilai Chi-Square, dan NFI (Normed Fit Index).

Tabel 8. Model Fit

	Saturated Model	Estimasi Model
SRMR	0.047	0.048
d_ULS	0.731	0.737
d_G	0.976	0.976
Chi-Square	487.167	489.486
NFI	0.828	0.827

Sumber: Data diolah menggunakan aplikasi SmartPLS (2025)

Hasil model fit menunjukkan bahwa model sudah layak digunakan. Nilai SRMR sebesar 0.048 berada di bawah batas 0.08 sehingga model dinilai baik. Nilai d_ULS, d_G, dan Chi-Square juga sangat dekat dengan saturated model, yang berarti kesesuaian model dengan data cukup kuat. Selain itu, nilai NFI sebesar 0.827 menunjukkan bahwa model memiliki tingkat kecocokan yang memadai. Secara keseluruhan, model dapat dikatakan sesuai dan layak untuk dianalisis lebih lanjut.

4.1.8 Pengujian Hipotesis

Dengan menggunakan data yang telah diproses melalui metode resampling bootstrapping di software SmartPLS, diperoleh hasil yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian. Metode bootstrapping ini dilakukan dengan mengambil sampel berulang dari data asli agar estimasi hubungan antar variabel laten lebih stabil dan akurat. Untuk menguji hipotesis, digunakan tiga indikator utama, yaitu nilai original sample (O) yang menunjukkan arah dan tingkat pengaruh, nilai T-statistic yang menunjukkan tingkat signifikansi hubungan, serta nilai P-value yang menunjukkan probabilitas pengaruh antar variabel. Hasil dari ketiga indikator tersebut disajikan dalam Tabel 7 (Path Coefficient), yang menjadi dasar dalam menentukan penerimaan atau penolakan hipotesis penelitian.

Tabel 9. Nilai Path Coefficient

Variabel	Original Sample (O)	Sample Mean (M)	Standard Deviation (Stdev)	T Statistics (O/STDEV)	P Values
Dukungan Sosial Kesehatan Mental	0.510	0.485	0.098	5.204	0.000
Motivasi Belajar Kesehatan Mental	0.170	0.161	0.074	2.286	0.023
Pengaruh Lingkungan Kampus Kesehatan Mental	0.282	0.301	0.102	2.780	0.006
Pola Belajar Kesehatan Mental	0.036	0.050	0.088	0.409	0.683
X1.Z Kesehatan Mental	-0.015	-0.012	0.082	0.181	0.856
X2.Z Kesehatan Mental	-0.096	-0.109	0.131	0.733	0.464
X3.Z Kesehatan Mental	0.136	0.143	0.079	1.712	0.088

Sumber: Data diolah menggunakan aplikasi SmartPLS (2025)

4.2. Pembahasan

4.2.1 Pengaruh Lingkungan Kampus terhadap Kesehatan Mental

Hasil analisis dengan menggunakan SmartPLS 3 menunjukkan bahwa lingkungan kampus memiliki pengaruh yang baik dan nyata terhadap kesehatan mental mahasiswa. Hal ini bisa dilihat dari nilai P-Value sebesar 0,006 yang lebih kecil dari 0,05, nilai Original Sample sebesar 0,322, dan T-Statistic 2,780 yang melebihi batas 1,96 sesuai dengan prinsip Ekonometrika. Dengan demikian, hipotesis mengenai pengaruh lingkungan kampus diterima. Artinya, suasana kampus yang aman, nyaman, dan mendorong proses belajar dapat menciptakan lingkungan psikologis yang lebih sehat bagi mahasiswa. Ketika mahasiswa merasa fasilitas kampus memadai dan suasana belajar menyenangkan, mereka lebih mudah menghadapi tekanan akademik dan menjaga kesehatan mentalnya.

Temuan ini sesuai dengan penelitian Lestari et al. (2023) yang menyebutkan bahwa lingkungan kampus baik secara fisik maupun sosial berdampak besar terhadap kesejahteraan mahasiswa. Deviany (2025) juga menemukan bahwa jika mahasiswa merasa nyaman dengan layanan dan suasana kampus, hal itu bisa meningkatkan kenyamanan mental mereka. Selain itu, Syafi'i (2024) menjelaskan bahwa kegiatan di kampus yang memfasilitasi ekspresi diri dan kreativitas dapat mendukung kesehatan mental mahasiswa. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa lingkungan kampus sangat berperan dalam membentuk kesehatan mental yang baik bagi mahasiswa.

4.2.2 Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesehatan Mental

Berdasarkan pengujian hipotesis dengan menggunakan software SmartPLS 3, terbukti bahwa dukungan sosial berdampak positif dan signifikan terhadap kesehatan mental mahasiswa. Hal ini terlihat dari nilai P-Value 0,000, nilai Original Sample 0,520, serta T-Statistic 5,204 yang jauh melebihi nilai kritis 1,96 (Ekonometrika). Dengan demikian, hipotesis yang menyatakan bahwa dukungan sosial memengaruhi kesehatan mental dapat diterima. Dampak ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan emosional, moral, atau bantuan praktis yang diperoleh mahasiswa dari keluarga, teman, atau lingkungan sekitar, semakin baik pula ketahanan mental mereka menghadapi tekanan akademik.

Hasil ini sesuai dengan penelitian Dwitami dan Selian (2025) yang menyebutkan bahwa dukungan sosial berperan sebagai faktor pelindung ketika seseorang menghadapi tekanan emosional. Fauziah dan Ardiansyah (2025) juga menemukan bahwa dukungan sosial bisa mengurangi stres akademik dan meningkatkan kesejahteraan mahasiswa. Temuan ini didukung oleh Maura (2023) yang menunjukkan bahwa dukungan sosial menjadi prediktor penting bagi kesehatan mental mahasiswa psikologi. Dengan demikian, penelitian ini selaras dengan bukti-bukti empiris sebelumnya, yaitu mahasiswa yang memiliki jaringan dukungan sosial yang kuat cenderung memiliki kondisi mental yang lebih stabil dan lebih tangguh.

4.2.3 Pengaruh Pola Belajar terhadap Kesehatan Mental

Hasil uji hipotesis dengan menggunakan SmartPLS 3 menunjukkan bahwa pola belajar tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesehatan mental mahasiswa. Hal ini dapat dilihat dari nilai P-Value 0,683 yang lebih besar dari 0,05, nilai Original Sample 0,044 yang sangat kecil, serta T-Statistic 0,409 yang jauh di bawah nilai kritis 1,96 (Ekonometrika). Karena itu, hipotesis yang menyatakan bahwa pola belajar memengaruhi kesehatan mental ditolak. Tidak adanya hubungan yang signifikan ini menunjukkan bahwa pola belajar lebih berkaitan dengan kemajuan akademik dibandingkan dengan kondisi psikologis mahasiswa.

Penelitian Handayani (2020) mendukung temuan ini dengan menyatakan bahwa pola belajar lebih berpengaruh pada prestasi akademik dibandingkan kesehatan mental. Azzahra dan Dewi (2021) juga menemukan bahwa tekanan psikologis mahasiswa lebih dipengaruhi oleh stres akademik dibandingkan pola belajar. Sukmawati (2022) menambahkan bahwa pola belajar tidak memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kesejahteraan mental mahasiswa. Temuan dalam penelitian ini sesuai dengan hasil studi sebelumnya.

4.2.4 Pengaruh Motivasi Belajar sebagai variabel Moderasi terhadap Kesehatan Mental

Pengujian ini menunjukkan bahwa motivasi belajar memiliki pengaruh positif dan nyata terhadap kesehatan mental siswa. Hal ini terlihat dari hasil P-Value 0,023 yang lebih kecil dari 0,05, nilai sampel asli 0,247, dan nilai T-Statistic 2,286 (Ekonometrika). Oleh karena itu, hipotesis yang menyatakan bahwa motivasi belajar memengaruhi kesehatan mental siswa dapat diterima. Hasil ini menunjukkan bahwa siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi lebih mampu menghadapi tekanan belajar, memiliki cara mengatasi masalah yang lebih baik, serta mampu menjaga kesehatan mental mereka dengan lebih baik.

Temuan ini sesuai dengan hasil penelitian Natasya et.al (2025) yang menunjukkan bahwa motivasi dari dalam diri mahasiswa berdampak positif pada kondisi psikologis mereka. Selain itu, Arfandi (2025) juga menemukan bahwa mahasiswa dengan motivasi tinggi lebih mampu menjaga keseimbangan mental ketika menghadapi tekanan di lingkungan akademik. Karena itu, motivasi belajar bisa menjadi faktor internal yang membantu meningkatkan kesehatan mental mahasiswa.

4.2.5 Pengaruh Moderasi Motivasi Belajar terhadap Hubungan Antarvariabel

Berdasarkan hasil uji SmartPLS 3, motivasi belajar tidak terbukti berpengaruh terhadap hubungan antara lingkungan kampus, dukungan sosial, dan pola belajar terhadap kesehatan mental mahasiswa. Hal ini terlihat dari nilai P-Value semua interaksi yang lebih besar dari 0,05 dan T-Statistic yang rendah, sehingga hipotesis moderasi ditolak berdasarkan metode ekonometrika. Tidak adanya pengaruh moderasi menunjukkan bahwa motivasi belajar hanya berpengaruh langsung terhadap kesehatan mental, tanpa memperkuat atau memperlemah pengaruh faktor-faktor eksternal lainnya.

Temuan ini didukung oleh Gomes & Resende (2014) serta Rosmawati (2022), yang menyatakan bahwa variabel motivasi internal lebih sering berfungsi sebagai prediktor langsung dibandingkan sebagai moderator. Selain itu, Deliviana (2020) juga menekankan bahwa faktor psikologis internal mahasiswa tidak selalu berperan sebagai mediator atau moderator dalam kondisi mental. Temuan ini menunjukkan bahwa motivasi belajar tidak memengaruhi hubungan antarvariabel secara langsung.

5. Kesimpulan

Penelitian ini menjelaskan bahwa kesehatan mental mahasiswa dipengaruhi oleh beberapa faktor yang saling terkait dalam lingkungan akademik. Ditemukan bahwa lingkungan kampus dan dukungan dari orang lain memiliki dampak positif yang nyata, menunjukkan bahwa suasana kampus yang baik serta hubungan dengan teman dan orang sekitar dapat meningkatkan ketahanan mental mahasiswa. Kedua hal ini memainkan peran penting dalam membantu mahasiswa menghadapi tekanan dari belajar dan hubungan sosial, serta menciptakan rasa aman dan nyaman saat belajar. Sementara itu, pola belajar tidak terbukti secara signifikan memengaruhi kesehatan mental, yang menunjukkan bahwa kebiasaan belajar lebih berkaitan dengan hasil akademik daripada kondisi psikologis. Motivasi belajar justru terbukti berpengaruh langsung dan signifikan terhadap kesehatan mental, menunjukkan bahwa mahasiswa dengan motivasi tinggi lebih mampu mengelola stres dan menjaga keseimbangan emosional. Meski demikian, motivasi belajar tidak dapat memengaruhi hubungan antara lingkungan kampus, dukungan sosial, dan pola belajar terhadap kesehatan mental. Hasil ini menunjukkan bahwa motivasi lebih berperan sebagai faktor internal yang langsung memengaruhi, bukan sebagai penguat hubungan antar faktor eksternal. Secara umum, penelitian ini memberikan penjelasan yang kuat mengenai kondisi kesehatan mental mahasiswa sekaligus menegaskan pentingnya peran lingkungan dan aspek psikologis dalam mendukung kesejahteraan mereka.

Referensi

1. Arfandi, M. A. (2025). *Gambaran Kondisi Kesehatan Mental Mahasiswa. Mental Health Care Journal*
2. Arif, R. N., & Firmansyah, A. (2023). *Apakah Kepemimpinan Memiliki Peran Moderasi dalam Kualitas Pengawasan pada Auditor Internal Pemerintah?*
3. Astuti, N., & Rahmawati, D. (2022). *Pengaruh Lingkungan Kampus terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa. Jurnal Psikologi Konseling.*
4. Azzahra, N., & Dewi, S. (2021). *Pola Belajar dan Kesehatan Mental Mahasiswa.*
5. Bronfenbrenner, U. (n.d.). *Ecology of Human Development EXPERIMENTS BY NATURE AND DESIGN.*
6. Deliviana, E. (2020). *Pengelolaan Kesehatan Mental Mahasiswa.*
7. Deviany, N. F. (2025). *Analisis Persepsi dan Kebutuhan Pelayanan Kesehatan Mental Mahasiswa.*
8. Dwitami, P. R., & Selian, S. N. (2025). *Makna Dukungan Sosial bagi Mahasiswa yang Mengalami Masalah Kesehatan Mental.*
9. Fauziah, S., & Ardiansyah, H. (n.d.). *Peran Dukungan Sosial dalam Kesehatan Mental Mahasiswa Pendidikan Ekonomi UPI.*
10. Gomes, C., & Resende, L. (2014). *Motivation as a direct predictor and not a moderator in learning outcomes.*

11. Handayani, M. (2020). *Pola belajar dan hubungannya dengan prestasi akademik mahasiswa*.
12. Lestari, D. P., Safitri, A., & Mas'udiyah, N. A. (2023). *Partisipasi Organisasi, Kualitas Lingkungan Kampus, dan Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Mahasiswa*.
13. Maura, R. (2023). *Uji Pengaruh Dukungan Sosial dan Coping Stress sebagai Prediktor Kesehatan Mental pada Mahasiswa Psikologi*.
14. Ryan, R. M., & Deci, E. L. (1985). *Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being Self-Determination Theory*. Ryan.
15. Syafi'i, S. (2024). *Pengaruh Aktivitas Seni terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa di Lingkungan Kampus*.