

Dinamika Performa Akademik Mahasiswa Gen Z : Antara Motivasi, Stres, dan Kepuasan Akademik

Iman Fauzi Sudirman¹, Eli Herlina Khoirunnisa²

¹ Sekolah Tinggi Agama Islam Idrisiyyah, Indonesia

² Institut Agama Islam Tasikmalaya, Indonesia

Email : iman.fauzi10@gmail.com¹, nurhasanahkia91@gmail.com²,
eliherlina.khoirunnisa@gmail.com³

Hal 1-14

Received: 26-11-2026

Accepted: 28-06-2026

Published: 30-06-2026

Abstract :

The academic success of Generation Z students is influenced by various psychological factors, including motivation, academic stress, and academic satisfaction. This study aims to analyze the dynamics of the relationship between these three factors and their impact on students' academic performance. The research employs a quantitative approach using SEM-PLS and involves a sample of 135 students in Tasikmalaya.

The findings indicate that academic motivation has a positive effect on academic satisfaction, both directly and indirectly through academic stress as an intervening variable. However, academic motivation does not have a direct impact on academic performance but influences it indirectly through academic stress and satisfaction. Meanwhile, academic stress has a negative impact on both academic satisfaction and performance, suggesting that higher levels of stress lead to lower satisfaction and academic achievement among students.

Based on these results, strategies focused on enhancing academic motivation and managing stress are necessary to improve students' academic satisfaction and performance. Educational institutions and faculty members are encouraged to develop more adaptive policies to support the academic well-being of Generation Z students.

Keywords: Generation Z, academic motivation, academic stress, academic satisfaction, academic performance.

Abstrak :

Kesuksesan akademik mahasiswa Generasi Z dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis, termasuk motivasi, stres akademik, dan kepuasan akademik. Studi ini bertujuan untuk menganalisis dinamika hubungan antara ketiga faktor tersebut serta dampaknya terhadap performa akademik mahasiswa. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan SEM-PLS dan melibatkan 135 mahasiswa di Tasikmalaya sebagai sampel.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa motivasi akademik berpengaruh positif terhadap kepuasan akademik, baik secara langsung maupun melalui stres akademik sebagai variabel perantara. Namun, motivasi akademik tidak memberikan dampak langsung terhadap performa akademik, melainkan melalui stres akademik dan kepuasan akademik. Sementara itu, stres akademik memiliki dampak negatif terhadap kepuasan dan performa akademik, yang menandakan bahwa semakin tinggi stres yang dialami mahasiswa, semakin rendah tingkat kepuasan dan pencapaian akademik mereka.

Berdasarkan hasil ini, diperlukan strategi yang berfokus pada peningkatan motivasi akademik serta pengelolaan stres guna meningkatkan kepuasan dan performa akademik mahasiswa. Institusi pendidikan dan dosen diharapkan dapat mengembangkan kebijakan yang lebih adaptif untuk mendukung kesejahteraan akademik mahasiswa Generasi Z.

Kata kunci: Generasi Z, motivasi akademik, stres akademik, kepuasan akademik, performa akademik

INTRODUCTION (Written in bold capital, Book Antiqua 12)

Pandemi COVID-19 sangat berdampak terhadap kesehatan psikologis, terutama meningkatnya kecemasan dan stress. Faktor-faktor seperti ketidakamanan dalam keterikatan dan temperamen cemas meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental. Secara keseluruhan, penelitian menunjukkan bahwa pandemi COVID-19 dapat menyebabkan masalah kesehatan mental yang serius (Fiorillo & Gorwood, 2020). Stres merupakan reaksi alami tubuh terhadap tantangan atau tuntutan, stres yang berkepanjangan dapat menurunkan performa akademik dan memicu perilaku maladaptif. Lebih lanjut, dampak stres juga dapat merugikan kualitas hidup seseorang (Mosanya, 2021).

Stres di kalangan mahasiswa bisa muncul dari faktor akademik maupun non-akademik, termasuk sosial-budaya, lingkungan, dan psikologis. Tingkat stres dapat meningkat secara signifikan pada beberapa mahasiswa hingga menimbulkan gejala kecemasan (Bedewy & Gabriel, 2015). Stres mempengaruhi performa akademik secara negatif dan dapat menjadi lingkaran setan yang terus meningkat stresnya dan menurunkan performa akademiknya (Tus, 2020).

Faktanya, penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa sekitar 10 hingga 35 persen mahasiswa mengalami tingkat kecemasan ketika menghadapi ujian. Menariknya, perempuan secara signifikan lebih merasakan stres dalam aspek interpersonal dibandingkan laki-laki. (Bedewy & Gabriel, 2015). Sedangkan Deb, Strodl, & Sun (2015) dampak stres akademik sangat luas: tingkat stres akademik yang tinggi dapat menyebabkan dampak negatif dalam berbagai aspek kehidupan, seperti olahraga, pola makan, penggunaan zat berbahaya, dan diri menjadi tidak terawat. Selain itu, stres akademik juga merupakan faktor risiko psikopatologi (gangguan mental atau abnormal).

Ketakutan akan kegagalan akademik diperparah oleh tekanan dari guru/dosen dan orang tua, menyebabkan anak-anak kehilangan minat dalam belajar. Hal ini mirip dengan negara-negara Asia Timur, di mana para psikiater menggunakan istilah "*gejala siswa kelas akhir*" atau "*gejala ujian masuk*" untuk menggambarkan masalah kesehatan mental di kalangan pelajar (Deb et al., 2015). Performa akademik bergantung pada berbagai faktor, dua di antaranya adalah stres dan motivasi. Ini merupakan aspek yang penting karena performa akademik yang lebih baik memberikan peluang hidup yang lebih baik (Tus, 2020). Orang-orang dari kelas sosial ekonomi menengah ke bawah menaruh harapan besar pada keberhasilan akademik anak-anak mereka, karena bagi mereka pendidikan adalah satu-satunya jalan menuju kehidupan yang lebih baik (Deb et al., 2015).

Konsep psikologi positif seperti *grit* dan *growth mindset* dapat menawarkan solusi terhadap tantangan ini karena keduanya berhubungan dengan resiliensi psikologis. *Growth mindset* menggambarkan keyakinan individu tentang fleksibilitas kecerdasan, sedangkan *grit* mengacu pada dedikasi terhadap tujuan jangka panjang. Temuan ini menunjukkan bahwa *grit* dan *growth mindset*, sebagai variabel dinamis, dapat diajarkan kepada mahasiswa sebagai strategi pencegahan stres akademik selama pandemi COVID-19. (Mosanya, 2021). Perilaku yang didorong oleh motivasi intrinsik (*to know*) memiliki hubungan dengan tingkat stres yang lebih rendah (Baker, 2004).

Fenomena FoMO (*Fear of Missing Out*), yang baru-baru ini menjadi

perhatian, berkaitan dengan masalah mental yang muncul akibat penggunaan media sosial di kalangan mahasiswa (Alt, 2015). Berdasarkan teori *self-determination* motivasi intrinsik, motivasi ekstrinsik dan *amotivation* bisa berdampak pada kebahagiaan dan kesejahteraannya (Ryan & Deci, 2020). Bahkan motivasi intrinsik juga dapat berpengaruh pada kepuasan kerja, kinerja kerja dan kesejahteraan keluarga (Sudirman, Budiono, & Sya'diah, 2024).

Meneghel et al (2019) menyebutkan kepuasan akademik dianggap sebagai evaluasi kognitif mahasiswa terhadap berbagai aspek dalam konteks akademik mereka (misalnya, dosen, program studi, dan fakultas). Dalam Lent et al., (2007) sosial-kognitif (efikasi diri, ekspektasi hasil, dukungan lingkungan, dan persepsi progress meraih harapan) merupakan peranan penting dalam kepuasan akademik. Kepuasan akademik menjadi penghubung antara ketahanan akademik dan kinerja atau performa akademik mahasiswa (Meneghel et al., 2019).

Student subjective well-being masih menjadi topik yang relatif terabaikan meskipun memiliki keterkaitan erat dengan hasil positif di sekolah. Kenyataannya kesejahteraan para pelajar memiliki timbal balik dengan performa akademik mereka (Ng, Huebner, & Hills, 2015). Menariknya, dalam Jamshidi et al., (2017) meningkatkan motivasi dan kepuasan akademik mahasiswa dapat menjadi landasan penting dalam meningkatkan prestasi akademik.

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (2021) Indonesia memiliki 70,72% penduduk pada usia produktif, lebih jauhnya lagi generasi Z menjadi yang paling banyak dibandingkan dengan generasi lain yaitu 27,94%. Generasi Z saat ini masih banyak dalam masa pendidikan rentang usia 12-27 tahun. Generasi Z juga dikenal sebagai generasi digital (Muthoharoh & Kurniati, 2023). Sedangkan dalam Dolot (2018) generasi Z merasa cemas tentang mendapatkan pekerjaan dan kehidupannya.

Perkembangan dunia saat ini mencerminkan dunia modern, serba digital dan tidak dapat diprediksi sehingga penuh dengan ketidakpastian. Tantangan ini telah berkembang dan menjadi semakin kompleks (Mieszajkina, 2024). Sama halnya terjadi dengan dunia Pendidikan yang dipenuhi generasi z dan post z, yang memiliki karakteristik berbeda dalam menjalani kehidupan seperti bersosial, lingkungan sekolah dan pekerjaan (Hinduan, Anggraeni, & Agia, 2020).

Meskipun terdapat berbagai penelitian mengenai dinamika yang mempengaruhi performa atau prestasi akademik. Sebagian besar literatur yang ada hanya membahas aspek teknis atau material pencapaian performa akademik, selain itu sedikit penelitian yang fokus pada karakteristik generasi Z dalam menghadapi proses dan performa akademiknya. Penelitian ini dirancang untuk mengidentifikasi dan menawarkan strategi dalam meningkatkan performa akademik generasi z, dengan menganalisis efek dari motivasi, stress dan kepuasan akademik.

Hipotesis yang diajukan peneliti adalah sebagai berikut :

H1: Motivasi akademik memiliki pengaruh signifikan terhadap stres akademik mahasiswa generasi z.

H2: Motivasi akademik memiliki pengaruh signifikan terhadap kepuasan

akademik mahasiswa generasi z.

H3: Motivasi akademik memiliki pengaruh signifikan terhadap performa akademik mahasiswa generasi z.

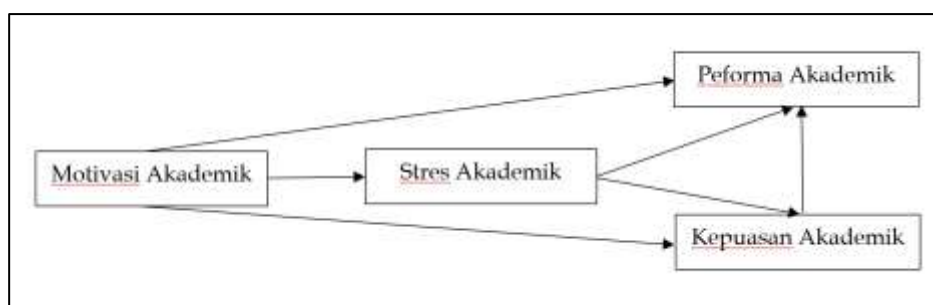
H4: Stres akademik memiliki pengaruh signifikan terhadap kepuasan akademik mahasiswa generasi z.

H5: Stres akademik memiliki pengaruh signifikan terhadap performa akademik mahasiswa generasi z.

H6: Kepuasan akademik memiliki pengaruh signifikan terhadap performa akademik mahasiswa generasi z.

H7: Stres akademik, kepuasan akademik menjadi variable penghubung antara motivasi akademik dan peforma akademik mahasiswa generasi z.

H8 : Kepuasan akademik menjadi variable penghubung antara stress akademik dan peforma akademik mahasiswa generasi z.



Gambar 1 : Kerangka Pemikiran
(Sumber: Diolah Peneliti, 2024)

RESEARCH METHOD (Written in bold capital, Book Antiqua 12)

Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik analisis data multivariat *Structural Equation Modeling-Partial Least Square* (SEM-PLS). Penelitian dimulai dengan studi literatur mendalam mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi performa akademik mahasiswa. Dari kajian teori dibuatlah formulasi kerangka teori dan hipotesis yang disesuaikan dengan kebutuhan penelitian.

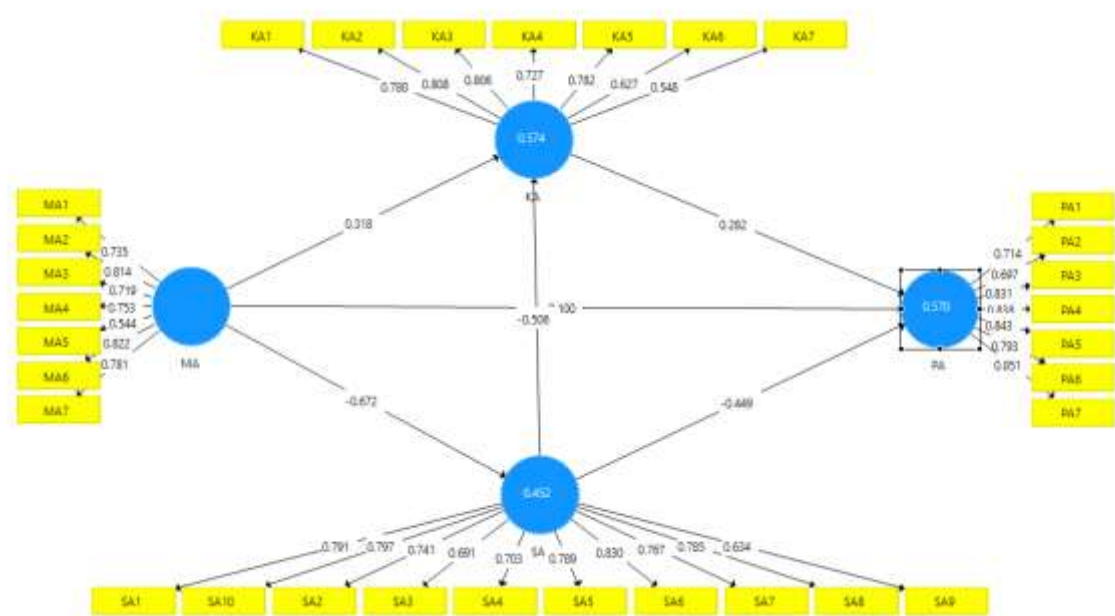
Penelitian ini mengumpulkan data melalui kuesioner. populasi penelitian terdiri dari mahasiswa generasi z yang belajar di Tasikmalaya. Pengumpulan data dilakukan menggunakan *Google Forms*. Sebanyak 135 kuesioner yang terkumpul dapat digunakan untuk analisis lebih lanjut. Selanjutnya, data dianalisis menggunakan metode analisis deskriptif PLS-SEM dengan perangkat lunak SmartPLS 3.0.

FINDINGS AND DISCUSSION

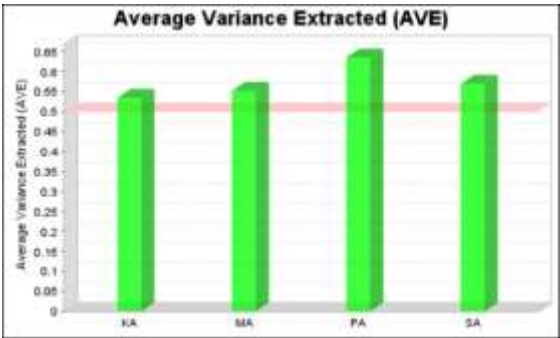
Temuan Penelitian

Tahapan penelitian ini menggunakan dua fase terdiri dari analisis SEM: model pengukuran dan analisis struktural. Tujuan melakukan model pengukuran adalah untuk menentukan seberapa kuat variabel manifest menggambarkan masing-masing variabel laten endogen dan eksogen. Untuk mengetahui apakah model luar memenuhi syarat validitas konvergen untuk

kontruks reflektif, dua kriteria harus dipenuhi: faktor penambahan harus di atas 0,70 dan nilai p harus signifikan di bawah 0,05 (Hair, Hult, Ringle, & Sarstedt, 2017). Namun, seringkali syarat penambahan di atas 0,70 tidak dipenuhi. Oleh karena itu, seperti yang dinyatakan oleh Hair et al. (2017), pengisian antara 0,40 dan 0,70 harus tetap dipertimbangkan untuk mempertahankan.



Gambar 2 : Hasil Output Model Pengukuran Outer Loading
(Sumber: Diolah Peneliti, 2024)



Gambar 3 : Hasil Average Variance Extracted (AVE)
(Sumber: Diolah Peneliti, 2024)

Berdasarkan gambar 3 diatas semua variabel (Motivasi Akademik, Stres Akademik, Kepuasan Akademik dan Performa Akademik) melebihi 0,50 maka variabel semua **diterima**.

Tabel : 1 Hasil Outer Loading

MA		SA		KA		PA	
MA1	0,735	SA1	0,791	KA1	0,780	PA1	0,714
MA2	0,814	SA2	0,741	KA2	0,808	PA2	0,697
MA3	0,719	SA3	0,691	KA3	0,806	PA3	0,831

MA4	0,753	SA4	0,703	KA4	0,727	PA4	0,838
MA5	0,544	SA5	0,789	KA5	0,782	PA5	0,843
MA6	0,822	SA6	0,830	KA6	0,627	PA6	0,793
MA7	0,781	SA7	0,767	KA7	0,548	PA7	0,851
		SA8	0,785				
		SA9	0,634				
		SA10	0,797				

(Sumber: Diolah Peneliti, 2024)

Berdasarkan tabel 1, diketahui bahwa semua variabel melebihi 0,5 ini sejalan dengan Hair et al., (2017) jika 0,7 tidak tercapai maka hasil diatas 0,4 bisa dipertimbangkan. Maka dengan itu semua hasil *outer loading* bisa **diterima**.

Tabel : 2 Hasil Cross Loading

	MA	SA	KA	PA
MA1	0,735	-0,543	0,447	0,347
MA2	0,814	-0,539	0,469	0,427
MA3	0,719	-0,496	0,505	0,503
MA4	0,753	-0,386	0,437	0,351
MA5	0,544	-0,349	0,445	0,471
MA6	0,822	-0,634	0,541	0,439
MA7	0,781	-0,495	0,550	0,491
SA1	-0,694	0,791	-0,627	-0,577
SA2	-0,598	0,741	-0,546	-0,501
SA3	-0,324	0,691	-0,570	-0,568
SA4	-0,368	0,703	-0,505	-0,557
SA5	-0,554	0,789	-0,524	-0,512
SA6	-0,501	0,830	-0,534	-0,489
SA7	-0,540	0,767	-0,428	-0,519
SA8	-0,411	0,785	-0,545	-0,538
SA9	-0,440	0,634	-0,456	-0,582
SA10	-0,565	0,797	-0,654	-0,576
KA1	0,580	-0,592	0,780	0,522
KA2	0,694	-0,653	0,808	0,527
KA3	0,549	-0,632	0,806	0,617
KA4	0,401	-0,477	0,727	0,512
KA5	0,415	-0,555	0,782	0,484
KA6	0,331	-0,347	0,627	0,374
KA7	0,255	-0,299	0,548	0,326
PA1	0,446	-0,573	0,545	0,714
PA2	0,585	-0,601	0,612	0,697
PA3	0,442	-0,588	0,514	0,831
PA4	0,355	-0,536	0,459	0,838
PA5	0,431	-0,568	0,503	0,843
PA6	0,408	-0,524	0,499	0,793
PA7	0,557	-0,589	0,570	0,851

(Sumber: Diolah Peneliti, 2024)

Model validitas diskriminan dianggap baik ketika nilai *loading factor* dari setiap variabel laten lebih besar dibandingkan dengan variabel lainnya. Dari data pada Tabel 2, dapat disimpulkan bahwa dibandingkan dengan nilai *loading factor* variabel lainnya, setiap indikator variabel laten memiliki nilai *loading factor* terbesar. Hal ini berarti bahwa validitas diskriminan dalam penelitian ini telah terpenuhi.

Tabel : 3 Hasil Reabilitas

Variabel	Cronbach's Alpha	Composite Reliability	Hasil
MA	0,861	0,895	Reliable
SA	0,915	0,929	Reliable
KA	0,854	0,888	Reliable
PA	0,903	0,924	Reliable

(Sumber: Diolah Peneliti, 2024)

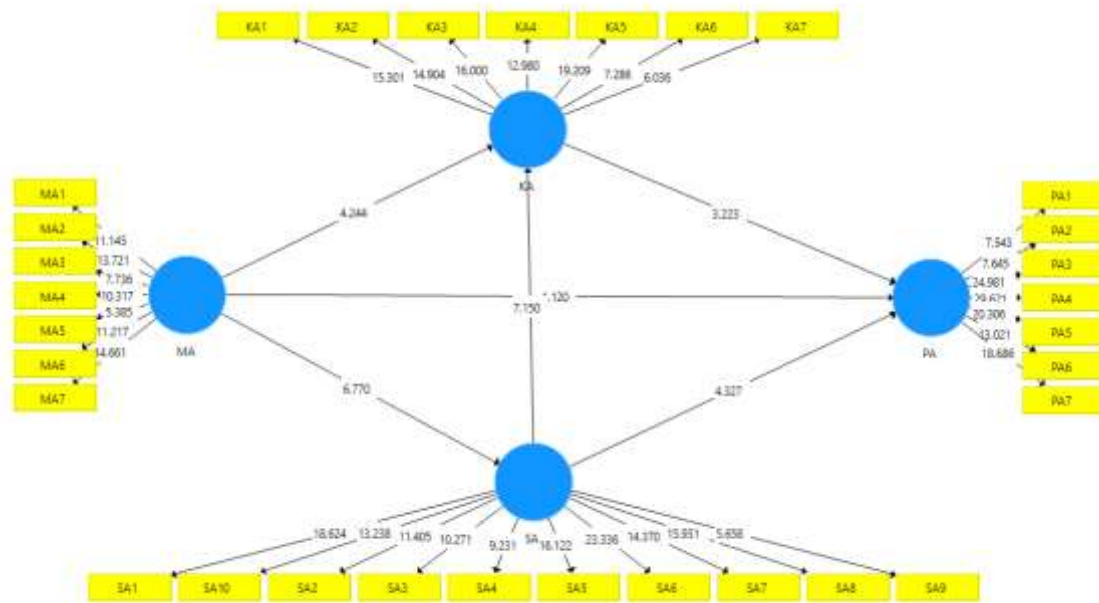
Tabel 3 menunjukkan hasil reliabilitas baik dari *Cronbach's Alpha* maupun *Composite Reliability* untuk semua indikator variabel (MA, SA, KA dan PA) yang memiliki nilai lebih dari 0,7. Dengan demikian, semua variabel **diterima**.

Table : 4 R Square Result

Variable	R Square
SA	0,452
KA	0,574
PA	0,570

(Sumber: Diolah Peneliti, 2024)

Model pengaruh MA terhadap SA memberikan nilai R-Square sebesar 0,452, dengan hasil ini menyatakan bahwa variabel konstruk SA dapat dijelaskan oleh variabel konstruk MA sebesar 45,2%. Selanjutnya, KA mendapatkan nilai R-Square sebesar 0,574, yang berarti variabel konstruk KA dapat dijelaskan oleh variabel konstruk MA dan SA sebesar 57,4%. Kemudian, PA memperoleh nilai R-Square sebesar 0,570, yang menunjukkan bahwa variabel konstruk PA dapat dijelaskan oleh variabel konstruk MA, SA dan KA sebesar 57%.



Gambar 3 : Hasil Bootstrapping
(Sumber: Diolah Peneliti, 2024)

Jika berdasarkan Gambar 3, pengaruh MA terhadap SA memiliki nilai positif sebesar 6.770, MA terhadap KA memiliki nilai positif sebesar 4.244, dan MA terhadap PA memiliki nilai positif sebesar 1.120. Selanjutnya, SA terhadap KA memiliki nilai positif sebesar 7.150, KA terhadap PA memiliki nilai positif sebesar 3.223, SA terhadap PA memiliki nilai positif sebesar 4.327.

Table : 5 Path Coefficients

Variable	Coefficients	T Statistics	P Values
MA -> SA	-0,672	6.770	0.000
MA -> KA	0.318	4.244	0.000
MA -> PA	0.100	1.120	0.263
SA -> KA	-0.506	7.150	0.000
SA -> PA	-0.449	4.327	0.000
KA -> PA	0.282	3.223	0.001

(Sumber: Diolah Peneliti, 2024)

Table : 6 Specific Indirect Effect

Variable	Coefficients	T Statistics	P Values
MA -> SA -> KA -> PA	0,096	2,565	0,011
SA -> KA -> PA	-0,143	2,890	0,004

(Sumber: Diolah Peneliti, 2024)

Table : 7 Pengujian Hipotesis

Variable	Coefficients	T Statistics	P Values (<0,05)	Hipotesis
----------	--------------	--------------	------------------	-----------

		(>1,656)		
MA -> SA	-0,672	6.770	0.000	Diterima
MA -> KA	0.318	4.244	0.000	Diterima
MA -> PA	0.100	1.120	0.263	Tidak Diterima
SA -> KA	-0.506	7.150	0.000	Diterima
SA -> PA	-0.449	4.327	0.000	Diterima
KA -> PA	0.282	3.223	0.001	Diterima
MA -> SA -> KA -> PA	0,096	2,565	0,011	Diterima
SA -> KA -> PA	-0,143	2,890	0,004	Diterima

(Sumber: Diolah Peneliti, 2024)

Pembahasan

MA memiliki pengaruh signifikan terhadap SA dengan P-Values 0.000, Selain itu juga MA memiliki koefisien -0,672, dan T-Statistik 6.770. itu artinya semakin bertambah MA maka akan mengurangi SA. Ini selaras dengan Coverdale & Long (2015) bahwa ketenangan dan kesejahteraan emosional ditunjang dengan kemampuan menghadapi tantangan, kebahagiaan, kepercayaan diri, keseimbangan, empati. Kemudian rasa nyaman pada diri sendiri, mengelola dan mengendalikan emosi, serta memiliki kepercayaan diri dan motivasi untuk menghadapi tantangan berdampak baik pada peningkatan ketenangan dan mengurangi stress secara emosional dan psikologis.

Walaupun generasi z memiliki kelebihan dalam hal optimis tentang masa depan karena mereka memiliki pola pikir praktis, tetapi didalamnya terlihat rapuh dan penuh kecemasan (Hinduan et al., 2020). Bahkan dalam Dolot (2018) gen z selalu penuh kecemasan dalam lingkungan pekerjaan dan kekurangan dalam berkomunikasi. Bahkan lebih parahnya dalam Deb et al., (2015) Akibat stres akademik dan kegagalan ujian, setiap hari 6,23 siswa di India melakukan bunuh diri. Dalam penelitian ini ditemukan bahwa factor motivasi intrinsik memainkan peran penting yaitu yang terdiri dari minat yang timbul dari diri sendiri, timbulnya rasa menyenangkan dan ada harapan kepuasan yang melekat. Dalam Sudirman et al., (2024) motivasi intrinsik memiliki peranan penting dalam membangun kesejahteraan keluarganya, bahkan bisa meningkatkan performa dalam pekerjaannya. Menariknya Bedewy & Gabriel (2015) menerangkan bahwa tingkat stres dapat meningkat secara signifikan pada beberapa mahasiswa hingga menimbulkan gejala kecemasan terutama pada periode tes/ujian. konseling dalam pemecahan masalah, akan berdampak pada penyebaran emosi positif dan menimbulkan kenyamanan serta akan berdampak pada ketahanan akademik (Meneghel et al., 2019). Bedewy & Gabriel (2015) juga menjelaskan layanan konseling mahasiswa juga direkomendasikan sebagai salah satu pendekatan yang efektif terutama dalam penguatan motivasi baik secara intrinsik dan ekstrinsik harusnya menjadi jawaban dalam mengurangi stress akademik.

Kemudian MA juga memiliki pengaruh signifikan terhadap KA dengan P-Values 0.000, Selain itu juga MA memiliki koefisien 0,318, dan T-Statistik 4.244. berdasarkan data ini menjelaskan dengan bertambahnya MA maka akan berdampak positif pada KA. Sejalan dengan Amrai, Motlagh, Zalani, & Parhon (2011) ketika mahasiswa secara intrinsik menghargai proses pembelajaran, hal

ini akan berdampak positif pada disiplin diri dan efikasi diri mereka sehingga menimbulkan kepuasan. Disebutkan dalam Sudirman, Firdaus, & Ali (2022) motivasi intrinsik yang kuat akan berpengaruh pada kepuasan dalam pekerjaannya. Bahkan dalam Ryan & Deci (2000) motivasi sangat berhubungan erat dengan kepuasan dan kesejahteraan dalam hal apapun. Dalam Dolot (2018) generasi z memiliki karakteristik yang berbeda bila dibandingkan dengan generasi lain seperti bersedia bertahan lebih lama jika sesuatu itu menarik. Bahkan dalam Muthoharoh & Kurniati (2023) generasi Z memiliki sikap multitasking untuk hal-hal yang mereka sukai dan minati.

Dalam penelitian ini juga ditemukan bahwa MA tidak memiliki pengaruh terhadap PA karena memiliki P-value 0.263. Seperti dalam Mulhall, Flowers, & Mertens (2002) keterlibatan orangtua (*parent involvement*) memiliki peran penting dalam performa akademik. Menariknya dalam Ganesh & Magdalin (2007) menemukan bahwa anak-anak dari keluarga yang tidak bercerai memiliki ketahanan akademik yang kuat. Hal ini menyebabkan keluarga yang bercerai mengakibatkan kurangnya perhatian dan bimbingan akademik dari orang tua, sehingga secara paradoks berakibat kepada menurunnya performa akademik. Fithriyah, Indria, & Anisa (2021) kesiapan mahasiswa dan kepuasan akademik memerankan peran penting dalam meningkatnya performa akademik mahasiswa. Jika menganalisis karakteristik generasi z memiliki perilaku instan dan mencintai kebebasan apalagi di era digital ini menjadi tantangan yang luar biasa (Dolot, 2018). Sehingga motivasi bukanlah faktor yang berpengaruh dalam performa akademik

Selanjutnya SA memiliki pengaruh negative pada KA dibuktikan dengan P-values sebesar 0.000, T-statistik sebesar 7.150 serta nilai koefisien mencapai -0.506. Ini menunjukkan semakin besar SA pada mahasiswa akan mengakibatkan pada berkurangnya KA. Indikator SA seperti ekspektasi akademik, tugas/uji akademik dan persepsi diri sendiri terhadap beratnya akademik menjadi penyebab terjadinya stress akademik. Sumber stres bisa ditimbulkan karena ketidakmampuan pribadi, ketakutan akan kegagalan, kesulitan interpersonal dengan dosen, hubungan antara dosen dan mahasiswa, fasilitas belajar yang tidak memadai (Reddy, Menon, & Thattil, 2018). Dalam Tus (2020) stres akademik berpengaruh negative pada kepuasan akademik. Bahkan lebih lanjut (Reddy et al., 2018) menyoroti bahwa stres akademik terus menjadi masalah yang merusak kesehatan mental dan kesejahteraan mahasiswa.

Kemudian SA juga memiliki pengaruh negative pada PA dibuktikan dengan P-values sebesar 0.000, T-statistik sebesar 4.327 serta nilai koefisien mencapai -0.449. Seperti dalam Hinduan et al., (2020) meskipun generasi z memiliki kecemasan yang tinggi tapi memiliki kemauan untuk memulai dari diri sendiri contohnya dalam bekerja yang selalu ingin membuat perusahaan sendiri untuk mengubah dunia menjadi lebih baik. Generasi z memiliki daya tangkap yang cepat dan ambisi yang besar walaupun ada kecenderungan ingin mendapatkan pengakuan baik dalam akademik atau pekerjaan di masa depan (Elizabeth, 2015). Penelitian Tus (2020) merekomendasikan agar para dosen terus menggunakan metode dan strategi pengajaran yang tepat pada siswa guna bisa mengurangi stres akademik.

KA juga memiliki pengaruh positif pada PA dibuktikan dengan P-values sebesar 0.001, T-statistik sebesar 3.223 serta nilai koefisien mencapai 0.282. sejalan dengan Meneghel et al., (2019) kepuasan akademik menjadi penghubung antara ketahanan akademik dan performa akademik mahasiswa. Diperkuat juga dari penelitian Fithriyah et al., (2021) kepuasan akademik berperan penting pada performa akademik. Kepuasan akademik mendorong baik pencapaian akademik maupun retensi mahasiswa (Dhaqane & Afrah, 2016).

Efek Variabel Penghubung

Berdasarkan data dari tabel 7 mengindikasikan bahwa MA memiliki pengaruh tidak langsung terhadap PA dengan P-values 0.011, koefisien 0.096 dan T-statistik 2.565. Pengaruh tidak langsung MA dengan jalur MA-> SA, SA->KA, dan KA->PA menunjukkan hasil yang signifikan serta memiliki efek positif. Hasil ini menunjukkan bahwa peran SA dan KA dapat menjadi mediator atau penghubung antara MA dan PA secara langsung. Sejalan dengan penelitian Jamshidi et al., (2017) meningkatkan motivasi dan kepuasan akademik mahasiswa dapat menjadi landasan penting dalam meningkatkan prestasi akademik. Walaupun secara langsung MA tidak memiliki pengaruh terhadap PA khususnya di generasi z, karena beberapa faktor seperti keterlibatan orangtua (Ganesh & Magdalin, 2007), ataupun dalam (Fithriyah et al., 2021) performa akademik dipengaruhi oleh kepuasan akademik dan kesiapan mahasiswa dalam berkuliah. Bahkan dalam Deb et al., (2015) pengaruh teman sebaya, kritikan dari guru/dosen, factor gender juga bisa berpengaruh terhadap stres akademik dan performa akademik.

Kemudian efek variabel selanjutnya adalah SA terhadap PA memiliki pengaruh tidak langsung terhadap PA dengan P-values 0.004, koefisien -0.143 dan T-statistik 2.890. Pengaruh tidak langsung MA dengan jalur MA-> SA, SA->KA, dan KA->PA menunjukkan hasil yang signifikan serta memiliki efek negative. Hasil ini selaras dengan Tus (2020) bahwa stress akan berdampak pada performa akademik, ini merupakan aspek yang penting karena kinerja akademik yang lebih baik memberikan peluang hidup yang lebih baik. Dalam sejumlah penelitian, ditemukan bahwa faktor yang paling sering menimbulkan stres dan kecemasan selama periode ujian adalah beban kuliah yang berat, kurangnya aktivitas fisik, dan durasi ujian yang panjang (Bedewy & Gabriel, 2015; Harikiran, Srinagesh, Nagesh, & Sajudeen, 2012). Diperjelas kembali dari Bedewy & Gabriel (2015) bahwa tekanan dari teman sebaya untuk bersaing dan berprestasi, keterbatasan waktu dan persepsi diri tentang akademik akan berdampak pada stres akademik dan mempengaruhi performa akademiknya.

CONCLUSION

Penelitian mengenai dinamika performa akademik mahasiswa Gen Z: antara motivasi, stres, dan kepuasan akademik menunjukkan bahwa performa akademik mahasiswa Gen Z dipengaruhi oleh interaksi kompleks antara motivasi, tingkat stres, dan kepuasan akademik. Hasil penelitian ini mengungkap bahwa motivasi akademik memiliki peran dalam meningkatkan performa mahasiswa. Walaupun tidak secara langsung motivasi berdampak pada performa akademik tapi peranannya terhadap mengurangi stress akademik dan meningkatkan kepuasan akademik sangat baik, terutama motivasi intrinsik

yang berfokus pada peningkatan minat, kesenangan/kenyamanan dalam belajar dan harapan yang ingin diraih, ini sangat cocok dengan karakteristik mahasiswa gen Z.

Mahasiswa yang mengalami tekanan akademik yang tinggi cenderung mengalami penurunan performa, terutama jika tidak memiliki mekanisme penanganan yang efektif. Terjadinya stress akademik banyak disebabkan karena tekanan dari orang tua, atau ekspektasi yang terlalu tinggi pada anaknya sehingga menjadi beban yang cukup berat, kemudian faktor persaingan dengan teman yang tidak sehat terkadang menjadikan tekanan akademik serta tugas perkuliahan yang berat atau metode pengajaran yang tidak cocok akan menambah tekanan dalam belajar terutama gen z yang rentan terkena kecemasan dan selalu ingin ada kebebasan tentu ini menjadi tantangan Pendidikan saat ini.

Selain itu, penelitian ini menegaskan bahwa kepuasan akademik berperan sebagai mediator dalam hubungan antara motivasi dengan performa akademik. Mahasiswa yang merasa puas dengan lingkungan akademik, metode pengajaran, dan dukungan dari dosen cenderung lebih termotivasi dan mampu mengelola stres dengan lebih baik, sehingga berdampak positif pada performa akademik mereka.

Dengan demikian, penelitian ini menyoroti pentingnya menciptakan lingkungan akademik yang suportif dan memberikan perhatian lebih terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa Gen Z. Lembaga pendidikan perlu mempertimbangkan program bimbingan dan konseling untuk membantu mahasiswa mengelola stress kemudian dapat mempertimbangkan pendekatan pembelajaran yang lebih interaktif dan berbasis pengalaman untuk meningkatkan motivasi intrinsik mahasiswa. Para dosen juga harus menerapkan metode pengajaran yang lebih inovatif dan adaptif terhadap karakteristik mahasiswa Gen Z kemudian dosen dapat memberikan umpan balik yang konstruktif dan membangun suasana kelas yang lebih suportif. Saran untuk penelitian selanjutnya dapat mengeksplorasi faktor lain yang memengaruhi performa akademik mahasiswa Gen Z, seperti kecerdasan emosional, gaya belajar, self-efficacy, atau peran dukungan sosial dari keluarga dan teman sebaya.

REFERENCES

- Alt, D. (2015). College students' academic motivation, media engagement and fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 49, 111–119. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.057>
- Amrai, K., Motlagh, S. E., Zalani, H. A., & Parhon, H. (2011). The relationship between academic motivation and academic achievement students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 15, 399–402. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.03.111>
- Badan Pusat Statistik. (2021). Berita resmi statistik. In *Bps.Go.Id*. Retrieved from <https://papua.bps.go.id/pressrelease/2018/05/07/336/indeks-pembangunan-manusia-provinsi-papua-tahun-2017.html>
- Baker, S. R. (2004). Orientations : Their Role in University. *Learning*, 23(3), 189–202.
- Bedewy, D., & Gabriel, A. (2015). Examining perceptions of academic stress and its sources among university students: The Perception of Academic Stress Scale.

- Health Psychology Open*, 2(2). <https://doi.org/10.1177/2055102915596714>
- Coverdale, G. E., & Long, A. F. (2015). Emotional wellbeing and mental health: An exploration into health promotion in young people and families. *Perspectives in Public Health*, 135(1), 27–36. <https://doi.org/10.1177/1757913914558080>
- Deb, S., Strodl, E., & Sun, J. (2015). Academic Stress, Parental Pressure, Anxiety and Mental Health among Indian High School Students. *International Journal of Psychology and Behavioral Sciences*, 2015(1), 26–34. <https://doi.org/10.5923/j.ijpbs.20150501.04>
- Dhaqane, M. K., & Afrah, N. A. (2016). Satisfaction of students and academic performance in Benadir University. *Journal of Education and Practice*, 7(24), 59–63. Retrieved from www.iiste.org
- Dolot, A. (2018). The characteristics of Generation Z. *E-Mentor*, (74), 44–50. <https://doi.org/10.15219/em74.1351>
- Elizabeth, T. S. (2015). *Raising Children in Digital Era*. Elex Media Komputindo. Retrieved from https://books.google.co.id/books/about/Raising_Children_in_Digital_Era.html?id=3E1JDwAAQBAJ&redir_esc=y
- Fiorillo, A., & Gorwood, P. (2020). The consequences of the COVID-19 pandemic on mental health and implications for clinical practice. *European Psychiatry*, 63(1). <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2020.35>
- Fithriyah, M., Indria, D. M., & Anisa, R. (2021). Pengaruh Kesiapan Dan Kepuasan Mahasiswa Selama Pembelajaran Daring Terhadap Performa Akademik Mahasiswa Pre-Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang. *Jurnal Kedokteran Komunitas*, 9(2), 1–12.
- Ganesh, M., & Magdalin, S. (2007). Perceived Problems and Academic Stress in Children of Disrupted and Non-disrupted Families. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 33(1), 53–59. Retrieved from <http://medind.nic.in/jak/t07/i1/jakt07i1p53.pdf>
- Hair, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., & Sarstedt, M. (2017). A Primer on Partial Least Squares Structural Equation Modeling (PLS-SEM). Thousand Oaks. In *Sage* (Second edi). Los Angeles: SAGE Publications Ltd.
- Harikiran, A. G., Srinagesh, J., Nagesh, K. S., & Sajudeen, N. (2012). Perceived sources of stress amongst final year dental under graduate students in a dental teaching institution at Bangalore, India: A cross sectional study. *Indian Journal of Dental Research*, 23(3), 331–336. <https://doi.org/10.4103/0970-9290.102218>
- Hinduan, Z. R., Anggraeni, A., & Agia, M. I. (2020). Generation Z in Indonesia: The Self-Driven Digital. *The New Generation Z in Asia: Dynamics, Differences, Digitalization*, 121–134. <https://doi.org/10.1108/978-1-80043-220-820201012>
- Jamshidi, K., Mohammadi, B., Mohammadi, Z., Karimi Parviz, M., Poursaberi, R., & Mohammadi, M. M. (2017). Academic Satisfaction Level and Academic Achievement among Students at Kermanshah University of Medical Sciences: Academic Year 2015-2016. *Research and Development in Medical Education*, 6(2), 72–79. <https://doi.org/10.15171/rdme.2017.016>
- Lent, R. W., Singley, D., Sheu, H. Bin, Schmidt, J. A., & Schmidt, L. C. (2007). Relation of social-cognitive factors to academic satisfaction in engineering students. *Journal of Career Assessment*, 15(1), 87–97. <https://doi.org/10.1177/1069072706294518>
- Meneghel, I., Martínez, I. M., Salanova, M., & de Witte, H. (2019). Promoting academic

- satisfaction and performance: Building academic resilience through coping strategies. *Psychology in the Schools*, 56(6), 875–890. <https://doi.org/10.1002/pits.22253>
- Mieszajkina, E. (2024). *Evaluation of the Impact of the BANI World on Small Business Innovation Activities*. XXVII(3), 272–288.
- Mosanya, M. (2021). Buffering Academic Stress during the COVID-19 Pandemic Related Social Isolation: Grit and Growth Mindset as Protective Factors against the Impact of Loneliness. *International Journal of Applied Positive Psychology*, 6(2), 159–174. <https://doi.org/10.1007/s41042-020-00043-7>
- Mulhall, P. F., Flowers, N., & Mertens, S. B. (2002). Understanding Indicators Related to Academic Performance. *Middle School Journal*, 34(2), 56–61. <https://doi.org/10.1080/00940771.2002.11495355>
- Muthoharoh, A. L., & Kurniati, A. (2023). *Get to Know More About Generation Z*. 3(1), 2808–2117. Retrieved from <http://journal.mbunivpress.or.id/index.php/athfal34>
- Ng, Z. J., Huebner, S. E., & Hills, K. J. (2015). Life Satisfaction and Academic Performance in Early Adolescents: Evidence for Reciprocal Association. *Journal of School Psychology*, 53(6), 479–491. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2015.09.004>
- Reddy, K. J., Menon, K. R., & Thattil, A. (2018). Academic stress and its sources among university students. *Biomedical and Pharmacology Journal*, 11(1), 531–537. <https://doi.org/10.13005/bpj/1404>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 54–67. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1020>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective: Definitions, theory, practices, and future directions. *Contemporary Educational Psychology*, 61. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101860>
- Sudirman, I. F., Budiono, I., & Sya'diah, A. N. (2024). An Analysis of The Impact of Islamic Work Ethic on Maslahah-Based Job Performance and Islamic Family Well-Being. *Jurnal Ilmiah Ekonomi Islam*, 10(02), 1524–1538. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.29040/jiei.v10i2.13823>
- Sudirman, I. F., Firdaus, A., & Ali, Z. M. (2022). Analysis of Islamic Work Ethic on Job Satisfaction with Intrinsic Motivation Mediation Variables in Millennial Generation Employees. ... *Journal of Islamic ...*, 7(June), 104–118. <https://doi.org/https://doi.org/10.30631/ijoieb.v7i2.1553>
- Tus, J. (2020). Academic Stress, Academic Motivation, and Its Relationship on the Academic Performance of the Senior High School Students. *Asian Journal of Multidisciplinary Studies*, 8(11), 2348–7186.