INABA Journal of Psychology
Volume. 4, Issue. 2, 2026, pp. 126-140
P-ISSN: 2964-3074; E-ISSN: 2964-3066
Open Access

HUBUNGAN *FUTURE ANXIETY* DAN *PERCEIVED STRESS* DENGAN *CONSUMPTION COPING* PADA GENERASI Z DI KOTA BANDUNG

Rizal Khoiri[1], Rifqi Farisan Akbar[2], Pratidina Ekanesia[3], Benny Bernadus[4]
[1,2,3,4]Program Studi Psikologi, Universitas Indonesia Membangun, Bandung, Indonesia
Email:[1]rizalkhoirii@student.inaba.ac.id, [2]rifqi.farisan@inaba.ac.id,
[3]pratidina.ekanesia@inaba.ac.id,[4]benny.bernadus@inaba.ac.id

Informasi Artikel

Lini masa Penerbitan Artikel:
Diterima: 11-11-2026
Direvisi: 18-11-2026
Disetujui: 25-11-2026
Tersedia secara *online*: 26-11-2026

Kata Kunci:
Konsumsi coping, Kecemasan di Masa Depan, Stres yang Dirasakan, Penilaian-Coping, *Generasi Z*

***Keyword*:**
Consumption Coping, *Future Anxiety*, *Perceived Stress*, *Appraisal-coping*, Generation Z

This is an open access article under the CC BY-SA license.
Copyright ©2026 by Author. Published by Universitas Indonesia Membangun

Abstrak

Pada tahap emerging adulthood, Generasi Z berhadapan dengan beragam opsi dan tuntutan hidup yang bisa memicu kekhawatiran masa depan serta beban psikologis. Pada kondisi tertentu, kegiatan konsumsi dapat dimanfaatkan guna mengatur perasaan yang mengiringi tekanan tersebut. Studi ini menelaah hubungan *Future Anxiety* dan Perceived Stress dengan *Consumption Coping* pada Generasi Z di Kota Bandung. Studi ini menggunakan rancangan kuantitatif korelasional, melibatkan 107 responden berusia 18–29 tahun yang tinggal di Kota Bandung. Subjek dipilih memakai purposive sampling. Informasi dihimpun lewat angket berjenjang Likert, kemudian dianalisis dengan korelasi Pearson dan korelasi multipel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Future Anxiety* berkorelasi positif dan signifikan dengan *Consumption Coping* ($r = 0{,}859$; $p < 0{,}001$). Hubungan positif dan signifikan juga tampak antara Perceived Stress dan *Consumption Coping* ($r = 0{,}640$; $p < 0{,}001$). Secara simultan, kedua faktor memperlihatkan keterkaitan positif dan signifikan dengan *Consumption Coping* ($R = 0{,}874$; $p < 0{,}001$), sementara nilai determinasi sebesar 76,4%. Temuan ini mengindikasikan bahwa kekhawatiran tentang masa depan dan persepsi atas tekanan hidup berkaitan dengan kecenderungan Generasi Z menggunakan konsumsi untuk mengelola keadaan emosional.

Abstract

In emerging adulthood, Generation Z faces a variety of life options and demands that can trigger future concerns and psychological burdens. Under certain conditions, consumption activities can be used to manage the feelings that accompany these pressures. This study examines the relationship between Future Anxiety and Perceived Stress with Consumption Coping in Generation Z in Bandung City. This study used a quantitative correlational design, involving 107 respondents aged 18–29 years living in Bandung City. Subjects were selected using purposive sampling. Information was collected through a Likert-type questionnaire, then analyzed using Pearson correlation and

multiple correlation. The results showed that Future Anxiety was positively and significantly correlated with Consumption Coping ($r = 0.859$; $p < 0.001$). A positive and significant relationship was also seen between Perceived Stress and Consumption Coping ($r = 0.640$; $p < 0.001$). Simultaneously, both factors showed a positive and significant relationship with Consumption Coping ($R = 0.874$; $p < 0.001$), while the determination value was 76.4%. This finding indicates that concerns about the future and perceptions of life stress are related to Generation Z's tendency to use consumption to manage emotional states.

1. Pendahuluan

Generasi Z merupakan golongan masyarakat yang dilahirkan pada rentang 1997 sampai 2012. Berdasarkan Sensus Penduduk 2020, kelompok ini mencakup kira-kira 27,94 persen dari populasi Indonesia (BPS, 2021). Penelitian ini memusatkan perhatian pada individu-individu Generasi Z berusia 18 hingga 29 tahun, saat mereka memasuki tahap yang disebut emerging adulthood. Berdasarkan Arnett (2000) , fase ini adalah saat seseorang mulai memahami identitas dirinya, menghadapi perubahan signifikan dalam hidup, dan mulai mengambil keputusan utama terkait pendidikan, karier, hubungan sosial, serta masa depan. Di fase ini, seseorang diharapkan kian mandiri, berpikir secara realistis, dan menyusun cara menghadapi tekanan serta mengelola emosinya secara mandiri.

Namun, jalan menuju kemandirian tidak selalu lancar. Riset Jakpat terhadap 1.155 Generasi Z di Indonesia pada 2024 mencatat bahwa 61 persen dari mereka mengalami perubahan suasana hati. Lebih lanjut, 38 persen menyatakan kesulitan mengontrol impuls, sedangkan 37 persen melaporkan adanya kecemasan (Santika, 2025). Temuan serupa tercatat dalam jajak pendapat global yang digelar oleh Deloitte pada tahun 2025, melibatkan Generasi Z dan kalangan milenial. Pada laporan mengenai jajak pendapat tersebut, kira-kira 29 persen peserta Generasi Z Indonesia menyatakan bahwa mereka merasakan stres atau kecemasan nyaris tiap hari. Penyebab utama tekanan tersebut ialah kekhawatiran mengenai situasi keuangan kelak serta kendala yang dihadapi dalam kehidupan keseharian (Deloitte, 2025).

Temuan survei ini bukan berarti seluruh Generasi Z mengalami persoalan emosional ataupun kesulitan dalam menghadapi kehidupan sehari-hari. Namun, informasi itu mengindikasikan bahwa terdapat kondisi mental yang perlu memperoleh perhatian istimewa pada usia ini. Ketika menghadapi tekanan yang berat, banyak dari mereka mencari cara untuk meredakan ketidaknyamanan. Mereka bisa menemukan penyelesaian atas sumber persoalan, atau menjalankan kegiatan yang memberi kenyamanan dengan cepat. Karena itulah, metode Generasi Z ketika menghadapi tekanan menjadi fokus penting untuk dipahami.

Salah satu pendekatan yang dapat dipertimbangkan ketika menghadapi tekanan psikologis adalah melibatkan diri kepada kegiatan konsumsi. Dalam kehidupan harian, banyak orang membeli hidangan atau minuman favorit, membeli benda yang mereka inginkan, ataupun menyaksikan konten berbayar. Kegiatan ini kerap dilihat sebagai cara pemenuhan kebutuhan. Akan tetapi, kerap kali maksudnya bukan sekadar mencukupi keperluan. Adakalanya, seseorang menjalani kegiatan konsumtif untuk merasa semakin

gembira, meningkatkan suasana hati ataupun hanya memindahkan fokus dari persoalan yang tengah membebani.

Saat konsumsi dijadikan upaya untuk meredakan emosi yang timbul karena tekanan, perilaku tersebut dapat dipahami melalui fokus yang dikenal sebagai *Consumption Coping* (CC). Berdasarkan teori *appraisal-coping* yang dikemukakan Lazarus dan Folkman (1984), sebagaimana dipaparkan ulang Zourrig dan El Hedhli (2023) , individu dapat mengalami perubahan pada cara serta kebiasaan konsumsinya ketika menghadapi kondisi tekanan tinggi. Respons terhadap tekanan tak selalu berpusat pada penyelesaian akar persoalan. Sesekali, seseorang lebih suka menenangkan gejolak perasaan mereka terlebih dahulu. Dalam keadaan seperti ini, membeli barang mungkin dipilih karena menghadirkan rasa senang atau nyaman, walaupun dampaknya mungkin cuma bertahan sebentar saja.

Temuan awal terkait fenomena tersebut didapatkan melalui sebuah studi pendahuluan yang melibatkan 35 Generasi Z yang berdomisili di Kota Bandung. Dengan 31 partisipan (88,6%) memiliki usia 20–24 tahun. Dua individu lain dalam rentang usia 18–19 tahun, sementara dua individu lagi masuk kategori 25–29 tahun. Temuan wawancara mengindikasikan bahwa kegiatan konsumsi bukan semata-mata berhubungan dengan keperluan harian. Mereka mengatakan bahwa berbelanja karena merasa penat atau tertekan usai menjalani aktivitas rutin sehari-hari. Beberapa orang turut menyampaikan kecemasan mengenai masa depan, misalnya kompetisi untuk memperoleh pekerjaan. Sehingga mereka memutuskan membeli makanan atau minuman kesukaan, berbelanja, ataupun pergi berwisata sebagai cara merespons gejolak emosi yang tengah mereka rasakan.

Temuan dalam penelitian pendahuluan mengindikasikan bahwa seseorang dapat memanfaatkan konsumsi saat mereka merasa cemas mengenai hal-hal yang barangkali berlangsung pada waktu mendatang. Kecemasan peserta terutama berkaitan dengan persaingan mendapatkan pekerjaan serta ketidakpastian mengenai masa depan mereka. Gagasan mengenai keadaan tersebut bisa berjalan beriringan dengan motivasi melakukan kegiatan yang mencukupi kebutuhan ataupun hasrat personal. Situasi ini berhubungan dengan periode emerging adulthood, yakni masa ketika seseorang mulai menetapkan keputusan utama mengenai pendidikan, karier, dan tujuan hidupnya (Arnett, 2000).

Pengalaman itu terkait *Future Anxiety*, yakni kondisi saat individu merasa sangat cemas atau khawatir terhadap berbagai kemungkinan buruk yang mungkin muncul pada masa mendatang (Zaleski, 1996). Kekhawatiran serupa juga tercermin dalam potret kehidupan kalangan generasi muda di Indonesia. Riset IDN Research Institute bersama Populix terhadap 1.500 partisipan dari kalangan Generasi Z dan milenial menunjukkan bahwa 22% responden khawatir menghadapi tantangan mendapatkan pekerjaan (Santika, 2025). Di samping itu, penelitian Cahyaningrum et al. (2026) terhadap 220 responden Generasi Z di Indonesia juga mencakup *Future Anxiety* sebagai dimensi dalam pengembangan skala doom spending. Temuan tersebut menandakan bahwa kecemasan mengenai masa yang akan datang penting untuk diteliti pada studi perilaku konsumsi. Meski demikian, doom spending berhubungan dengan kebiasaan berbelanja berlebihan, sedangkan CC menyoroti fungsi konsumsi dalam mengelola emosi. Perbedaan penekanan ini menjadi landasan untuk menelaah *Future Anxiety* dalam hubungannya dengan CC, tanpa menyatakan kedua konstruk sama.

Selain kecemasan mengenai masa depan, respons dalam studi pendahuluan turut mencakup pengalaman yang lebih berkaitan dengan tekanan harian. Sejumlah informan menyebutkan beban, aneka pikiran, kelelahan, dan tuntutan kegiatan sebagai keadaan awal sebelum aktivitas memenuhi kebutuhan atau keinginan. Ini menunjukkan bahwa penilaian individu terhadap tekanan yang sedang dirasakan juga perlu untuk diperhitungkan saat membahas perilaku konsumsi. Saat tekanan terasa berat, konsumsi terkadang dipilih guna menghadirkan suasana lebih menyenangkan atau rasa lega selama periode yang cukup singkat. Pengalaman tersebut berkaitan dengan Perceived Stress. Cohen et al. (1983) menyatakan jika konstruk ini berarti menilai secara pribadi seberapa tak terduga, sulit dikendalikan, atau berat hidup seseorang. Jadi, Perceived Stress menyoroti bagaimana seseorang menilai tekanan yang sedang dialami.

Berbagai penelitian membantu kita memahami bagaimana tekanan psikologis memengaruhi perilaku konsumsi. Misalnya, Zheng et al. (2020) menemukan kaitan Perceived Stress dengan belanja kompulsif secara online. Jain et al. (2023) mengkaji bagaimana masyarakat menghadapi tekanan melalui konsumsi sepanjang pandemi. Chen et al. (2024) meneliti kaitan antara Perceived Stress dan pola makan pada dewasa muda, sedangkan Jaud dan Lunardo (2022) menguraikan bagaimana kecemasan bisa mendorong konsumsi makanan serta minuman tertentu. Walaupun setiap studi meneliti hal yang sedikit berbeda, semua menunjukkan bahwa pengalaman psikologis dapat memengaruhi pilihan konsumsi. Tetapi, hanya melakukan konsumsi saja tidak cukup dianggap sebagai strategi koping; maksud seseorang saat melakukan itu harus dipertimbangkan.

Future Anxiety dan Perceived Stress berasal dari pengalaman yang berbeda. *Future Anxiety* berfokus pada kecemasan tentang hal di masa yang akan datang, sedangkan Perceived Stress menilai tuntutan yang sedang dihadapi. Kedua konsep ini secara teori berkaitan dengan konsumsi sebagai cara menenangkan emosi. Namun, penelitian awal belum menemukan secara jelas apakah hubungan statistik antara variabel-variabel tersebut memang ada. Tingkat keterkaitan tiap variabel tidak dapat diputuskan dari cerita tentang tekanan dan keinginan melakukan konsumsi. Ini harus diuji dengan pengukuran dan statistik.

Penelitian sebelum ini telah meneliti *Consumption Coping* di bawah tekanan (Jain et al., 2023; Zourrig, H., & El Hedhli, 2023), meneliti hubungan stres dengan belanja kompulsif (Zheng et al., 2020) , dan membahas belanja dikarenakan kecemasan Generasi Z (Cahyaningrum et al., 2026). Setiap penelitian memakai fokus dan konstruk yang sedikit berbeda. Dengan begitu, masih ada peluang untuk mengkaji *Future Anxiety* dan Perceived Stress secara bersama-sama dalam kaitannya dengan CC, khususnya pada Generasi Z yang menetap di wilayah Kota Bandung. Celah itu adalah area penelitian yang dikenali berdasarkan referensi-referensi yang sudah dikaji, bukan pernyataan bahwa studi sejenis belum pernah dikerjakan.

Kajian ini dilaksanakan guna mendapatkan pemahaman empiris tentang keterkaitan antara kecemasan akan masa mendatang, beban yang dirasakan dalam keseharian, serta pemanfaatan konsumsi sebagai salah satu cara untuk menghadapi tekanan tersebut. Temuan diharapkan mampu memperluas kajian psikologi tentang coping dalam bidang konsumsi dan turut menerangkan faktor psikologis yang mendasari aktivitas tersebut. Studi ini sejak mula tidak memandang konsumsi sebagai tindakan yang senantiasa adaptif maupun maladaptif. Secara spesifik, studi bermaksud menganalisis keterkaitan *Future Anxiety* dan Perceived Stress terhadap *Consumption Coping* pada Generasi Z di

Kota Bandung sekaligus meninjau kekuatan hubungan tiap variabel sesuai hasil analisis. Dengan memakai rancangan penelitian korelasional, studi ini mengulas hubungan antarvariabel, bukan membuktikan kaitan sebab-akibat.

Dengan begitu, masih ada peluang untuk mengkaji *Future Anxiety* serta Perceived Stress secara bersama-sama berkaitan dengan CC, khususnya pada Generasi Z yang tinggal di daerah Kota Bandung. Kesenjangan ini ialah ranah kajian yang dikenali dari sumber yang sudah ditelaah, bukan pernyataan bahwa riset serupa belum pernah dilakukan.

Studi ini diselenggarakan guna mendapatkan pemahaman empiris tentang keterkaitan antara kecemasan akan masa depan, beban yang dialami dalam keseharian serta pemanfaatan konsumsi sebagai salah satu cara merespons tekanan yang muncul.

Temuan ini diharapkan mampu memperkaya kajian psikologi tentang coping pada bidang konsumsi dan menerangkan alasan psikologis di balik aktivitas tersebut. Kajian ini tidak dari awal memosisikan konsumsi sebagai perilaku yang senantiasa adaptif maupun maladaptif. Secara spesifik, penelitian bertujuan menelaah hubungan *Future Anxiety* dan Perceived Stress dengan *Consumption Coping* pada Generasi Z di Kota Bandung serta memperjelas keeratan hubungan tiap variabel berdasarkan hasil analisis.

2. Metode

Desain Penelitian

Studi ini menerapkan metode kuantitatif dengan desain penelitian korelasional guna mengidentifikasi keterkaitan antara variabel-variabel yang dikaji (Cholid, A.J ; Nuradina, 2025). Metode kuantitatif memberi peluang untuk menguji hipotesis dengan mengukur sampel maupun populasi spesifik, menghimpun data memakai instrumen, lalu menganalisis temuan secara statistik (Sugiyono, 2019). Semua tahapan analisis pada penelitian ini menggunakan perangkat lunak SPSS 27 dengan prosedur statistik parametrik.

Sampel dan Populasi

Data penelitian dikumpulkan memakai angket yang memuat berbagai pertanyaan maupun pernyataan untuk dijawab para responden (Sugiyono, 2017). Tautan survei dibagikan secara daring kepada peserta yang memenuhi kriteria penelitian. Alat ini digunakan guna menghimpun informasi mengenai *Future Anxiety*, Perceived Stress, dan *Consumption Coping* pada Generasi Z di Kota Bandung. Dalam publikasi Kota Bandung 2025, BPS menyebutkan bahwa tahun 2024 ada 198.209 penduduk berusia 15–19 tahun, 208.288 penduduk berusia 20–24 tahun, dan 203.954 penduduk berusia 25–29 tahun. Jika tiga kelompok usia tersebut digabungkan, estimasi penduduknya mencapai 610.451 jiwa (BPS, 2025). Sampel yaitu bagian dari populasi yang dipilih berdasarkan karakteristik relevan terhadap sasaran utama penelitian (Farisan Akbar et al., 2023; Arikunto, 2019; Sugiyono, 2019). Syarat penelitian mencakup Generasi Z dengan umur 18–29 tahun dan tinggal di wilayah Kota Bandung. Banyaknya sampel ditentukan berdasarkan formula Slovin dengan galat sebesar 10% atau 0,10. Penentuan taraf kekeliruan ini memperhatikan efektivitas penghimpunan data dan keterbatasan waktu serta sumber daya penelitian. Data yang terkumpul selanjutnya dikaji guna menguji keterkaitan *Future Anxiety* dan Perceived Stress dengan *Consumption Coping*.

Analisis Data

Mutu instrument diolah melalui uji validitas dan reliabilitas. Validitas butir dianalisis dengan korelasi Pearson Product Moment memakai SPSS pada taraf signifikansi sebesar 5%. Pernyataan yang valid adalah apabila nilai r hitung lebih tinggi daripada r tabel. Sebaliknya, pernyataan tak memenuhi kriteria bila r hitung lebih rendah daripada r tabel (Ekanesia, P et al., 2024; Sugiyono, 2017). Konsistensi instrumen tersebut kemudian diuji memakai koefisien Cronbach's Alpha. Pada penelitian ini, alat ukur dinyatakan andal apabila alpha melebihi 0,60.

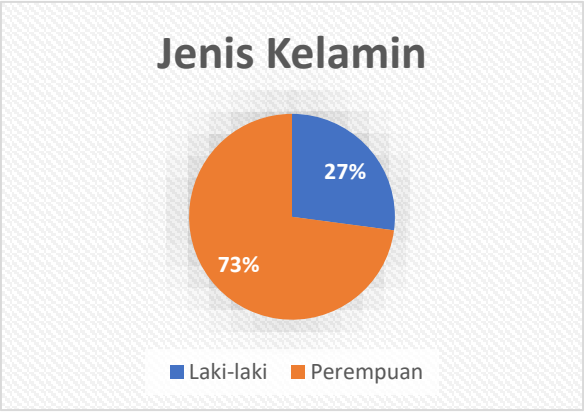
Ketiga konstruk penelitian, yaitu *Future Anxiety*, Perceived Stress, serta *Consumption Coping*, diukur memakai skala Likert. Informasi dari pengisian angket diolah secara numerik dengan metode verifikatif guna menilai keterkaitan antarvariabel. Sebelum hipotesis dites, data lebih dahulu dianalisis melalui pengujian uji normalitas serta multikolinearitas. Normalitas diperiksa melalui Kolmogorov-Smirnov atas unstandardized residual. Sementara itu, pengujian multikolinearitas berpedoman pada angka Tolerance yang wajib lebih dari 0,10 serta VIF yang harus lebih rendah dari 10.

Keterkaitan antarvariabel dianalisis dengan korelasi Pearson Product Moment, sementara proporsi variasi yang mampu diterangkan model dievaluasi berdasarkan nilai koefisien determinasi (R^2). Analisis dilaksanakan guna mengamati keterkaitan tiap variabel secara parsial serta keterkaitan *Future Anxiety* dan Perceived Stress secara bersama-sama terhadap *Consumption Coping*. Dengan analisis ini, kemana arah serta seberapa tinggi kekuatan hubungan di antara variabel-variabel penelitian dapat dipahami.

3. Hasil Penelitian

Temuan

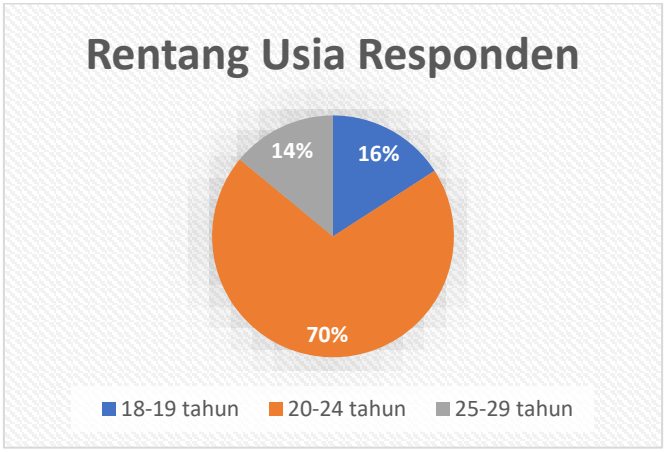
Data dikumpulkan guna menelaah hubungan *Future Anxiety* dan Perceived Stress terhadap *Consumption Coping* Generasi Z yang tinggal di daerah Kota Bandung. Formulir survei daring dibagikan kepada calon peserta sesuai kriteria studi. Data yang diperoleh kemudian digunakan untuk menjelaskan tiga variabel yang dikaji. Untuk menunjukkan susunan sampel, ciri-ciri responden di pisahkan pada gender dan kelompok usia, kemudian ditampilkan melalui sebuah grafik.



Gambar 1. Identitas Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Sumber: Data diolah Peneliti (2026)

Pada Gambar 1, tercatat jumlah Generasi Z perempuan mencapai 78 orang (73%), sedangkan laki-laki berjumlah 29 orang (27%). Karena itu, perempuan merupakan Generasi Z dengan jumlah terbanyak di antara partisipan yang mengikuti penelitian ini.



Gambar 2. Identitas Responden Berdasarkan Usia
Sumber: Data diolah Peneliti (2026)

Sebaran usia pada Gambar 2 menunjukkan bahwa mayoritas peserta tercatat 20–24 tahun, yaitu sebanyak 75 orang (69%). Golongan usia 18–19 tahun mencakup 17 orang (16%), sementara peserta berusia 25–29 tahun mencapai 15 orang (14%). Merujuk pada distribusi tersebut, kebanyakan responden penelitian adalah individu dalam kategori usia penelitian.

Hasil

Analisis Verifikatif

Analisis konfirmatori dimanfaatkan untuk menguji hipotesis berdasarkan statistik terhadap data yang sudah dihimpun. Hasil kalkulasi menjadi landasan untuk memperjelas apakah hipotesis penelitian mendapat dukungan empiris atau tidak (Sugiyono, 2018). Dalam studi ini, evaluasi instrumen meliputi uji validitas dan reliabilitas. Rangkuman hasil dua pengujian itu tercantum pada tabel berikut:

Tabel 1. Hasil Uji Validitas

Variabel	Total Pernyataan	Keterangan r_{hitung}	Keterangan Valid
Consumption Coping (Y)	18	> r_{tabel}	Valid
Future Anxiety (X1)	18	> r_{tabel}	Valid
Perceived Stress (X2)	18	> r_{tabel}	Valid

Sumber: Data diolah Peneliti (2026)

Berdasarkan Tabel 1, angka r hitung untuk semua variabel tercatat melampaui nilai r tabel yang berlaku. Hasil tersebut menunjukkan jika seluruh butir pernyataan dalam instrumen ini telah memenuhi persyaratan validitas.

Tabel 2. Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Cronchbach's Alpha	Keterangan
Consumption Coping (Y)	0.879	Reliabel
Future Anxiety (X1)	0.859	Reliabel
Perceived Stress (X2)	0.822	Reliabel

All Variabel	0.943	Reliabel

Sumber: Data diolah Peneliti (2026)

Konsistensi alat ukur dievaluasi berdasarkan koefisien Cronbach's Alpha 0,60 menjadi ambang reliabilitas yang diterapkan. Temuan pada Tabel 2, menunjukkan bahwa nilai alpha tiap variabel telah melampaui batas tersebut. Dengan demikian, alat penelitian mencapai standar tingkat yang telah di terapkan.

Uji Asumsi Klasik

Uji asumsi klasik dilakukan untuk menilai apakah data memenuhi persyaratan analisis. Dalam penelitian ini, pemeriksaan mencakup dua aspek, yaitu normalitas residual dan kemungkinan terjadinya multikolinearitas. Kedua tes itu dilaksanakan berdasarkan tolok ukur yang telah terstandar.

Uji normalitas mengevaluasi apakah residual model memiliki distribusi data yang tergolong normal. (Ghozali, 2019). Kenormalan data dilihat dari uji normalitas *Kolmogorov Smirnov* berdasarkan nilai *unstandarized residual*.

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

	Unstandardized Residual
N	107
Test Statistic	0.067
Asymp. Sig. (2-tailed)	0.200

Sumber: Data diolah Peneliti (2026)

Tabel 3, memperlihatkan besaran nilai signifikansi sebesar 0,200. Sebab nilai itu melampaui ambang 0,05 (0,200 > 0,05), residual data penelitian ini dinilai memenuhi distribusi normal.

Tabel 4. Hasil Uji Multikolinearitas

Model		***Collinearity Statistics***	
		Tolerance	**VIF**
1	(Constant)		
	Future Anxiety (X1)	0.289	3.463
	Perceived Stress (X2)	0.289	3.463

Sumber: Data diolah Peneliti (2026)

Dalam Tabel 4, besaran nilai Tolerance untuk X1 dan X2 masing-masing tercatat sebesar 0,289, yang melampaui batas minimum sebesar 0,10. Setiap variabel memiliki besaran nilai VIF sebesar 3,463, angka tersebut masih berada di bawah batas 10. Temuan tersebut menunjukkan model penelitian tidak mengalami gejala multikolinearitas.

Uji Hipotesis

Tabel 5. Hasil Uji Korelasi Parsial

		Consumption Coping	***Future Anxiety***	***Perceived Stress***
Consumption Coping	Pearson Correlation	1	.859**	.640**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000
	N	107	107	107

Future Anxiety	Pearson Correlation	.859**	1	.843**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000
	N	107	107	107
Perceived Stress	Pearson Correlation	.640**	.843**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	N	107	107	107

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).
Sumber: Data diolah Peneliti (2026)

Hasil Tabel 5 menunjukkan bahwa kedua variabel bebas berkorelasi secara positif serta signifikan terhadap *Consumption Coping*. Hubungan *Future Anxiety* dengan *Consumption Coping* menunjukkan nilai r = 0,859 (p < 0,05) serta korelasi yang erat. Dan korelasi Perceived Stress dengan *Consumption Coping* menunjukkan r = 0,640 (p < 0,05), yang turut tergolong dalam kategori kuat.

Tabel 6. Uji Korelasi Berganda Simultan

					Change Statistics				
Model	**R**	**R Square**	**Adjusted R Square**	**Std. Error of the Estimate**	**R Square Change**	**F Change**	**df1**	**df2**	**Sig. F Change**
1	.874[a]	.764	.759	5.450	.764	167.907	2	104	.000

a. Predictors: (Constant), *Perceived Stress*, *Future Anxiety*
Sumber: Data diolah Peneliti (2026)

Mengacu pada Tabel 6, uji simultan menghasilkan besaran nilai koefisien korelasi berganda sebesar R = 0,874 (p < 0,05). Temuan tersebut menunjukkan bahwa *Future Anxiety* dan Perceived Stress secara bersamaan mempunyai hubungan positif yang signifikan dengan *Consumption Coping*. Signifikansi Nilai F sebesar 0,000, yang lebih kecil daripada 0,05, turut menunjukkan bahwa keterkaitan secara simultan tersebut signifikan.

Hipotesis pertama mendapat penguatan dari hasil korelasi Pearson antara *Future Anxiety* dan *Consumption Coping*. Koefisien yang didapat bernilai r = 0,859 dengan p = 0,000, sehingga hubungan keduanya berarah positif serta signifikan. Menurut pengelompokan korelasi (Sugiyono, 2019). koefisien ini terletak dalam kisaran 0,80–1,00 dan dapat dikatakan sangat kuat. Jadi, H_1 mendapat dukungan dan H_0 ditolak.

Pengujian hipotesis kedua mengindikasikan besaran nilai koefisien korelasi sebesar r = 0,640 (p < 0,05) antara Perceived Stress dan *Consumption Coping*. Data tersebut menunjukkan hubungan yang positif dan signifikan. Menurut klasifikasi (Sugiyono, 2019). koefisien 0,60–0,799 menunjukkan hubungan dalam kategori kuat. Atas dasar itu, H_2 diterima sementara H_0 ditolak.

Hipotesis ketiga menguji hubungan *Future Anxiety* dan Perceived Stress secara bersamaan terhadap *Consumption Coping*. Kajian hubungan berganda menunjukkan signifikansi F sebesar 0,000, yaitu lebih kecil daripada 0,05. Dengan demikian, hubungan serentak dua variabel prediktor terhadap *Consumption Coping* signifikan secara statistik. Dengan demikian, H_3 diterima dan H_0 ditolak.

Secara keseluruhan, hasil uji setiap hipotesis menunjukkan dukungan terhadap ketiga hipotesis yang dirumuskan sesuai kriteria statistik yang digunakan dalam penelitian ini.

4. Pembahasan

Di antara partisipan Generasi Z yang berasal dari Kota Bandung, *Future Anxiety* serta Perceived Stress menunjukkan besaran arah positif serta signifikan dengan *Consumption Coping* (R = 0,874; p < 0,001). Hasil ini mengisyaratkan bahwa tingkat kecemasan lebih besar terhadap masa yang akan datang serta persepsi tekanan yang lebih besar juga mempengaruhi kecenderungan lebih kuat untuk memanfaatkan konsumsi sebagai cara mengelola emosi. Karena itu, kegiatan pada focus konsumsi Generasi Z tidak semata-mata dipahami hanya memenuhi kebutuhan maupun hasrat pribadi saja. Pada situasi khusus, aktivitas itu turut menjalankan peran mental saat seseorang menghadapi beban berat.

Periode emerging adulthood dicirikan oleh tahapan memilih beragam sisi kehidupan, seperti pendidikan, karier, hubungan sosial, serta kemandirian. Pada masa ini, seseorang bisa merasakan kecemasan tentang hal-hal yang ada di masa mendatang sembari menghadapi tuntutan yang masih berlangsung. Ketidaknyamanan batin yang muncul selama pengalaman itu bisa mendorong seseorang mencari aktivitas guna memperoleh kesenangan atau kenyamanan untuk sesaat. Membeli hidangan serta minuman favorit, berbelanja, atau menikmati hiburan bisa menjadi cara merespons ketika aktivitas tersebut dilakukan untuk mengatur emosi karena stres. Oleh karena itu, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa CC berhubungan dengan keadaan psikologis dan cara seseorang menanggapinya.

Hubuungan *Future Anxiety* dengan *Consumption Coping*

Analisis korelasi parsial menunjukkan adanya hubungan positif yang amat kuat antara *Future Anxiety* dan *Consumption Coping* (r = 0,859; p < 0,001). Nilai koefisien menunjukkan bahwa makin besar kecemasan individu terhadap peluang buruk di masa depan, makin kuat pula kecenderungan memanfaatkan konsumsi guna mengatur emosi. *Future Anxiety* mencakup perasaan takut, keraguan, dan kegelisahan mengenai peristiwa yang belum tentu akan terjadi (Zaleski, 1996). Seseorang merasakan kegelisahan saat membayangkan sasaran hidup yang belum tercapai, hambatan mendapatkan pekerjaan, ataupun belum mampu menghadapi tekanan hidup mendatang.

Pemikiran tentang beragam hal yang belum tentu terjadi bisa memunculkan dorongan untuk mencari kenyamanan atau mengurangi emosi yang kurang menyenangkan. Salah satu pendekatan yang dapat dipilih ialah menjalankan aktivitas yang menghadirkan pengalaman positif dalam jangka waktu singkat. Pada kondisi itu, konsumsi dapat menjadi metode untuk memperoleh ketenangan, meningkatkan suasana hati, ataupun mengalihkan fokus dari kecemasan. Misalnya, seseorang yang memikirkan kompetisi pekerjaan serta pencapaian sasaran hidup bisa membeli hidangan atau minuman favorit, berbelanja, maupun melakukan rekreasi. Aktivitas itu tak menghapus pemicu kecemasan, namun mungkin menawarkan pengalaman perasaan yang lebih menyenangkan untuk sesaat.

Temuan itu selaras dengan jawaban partisipan pada penelitian awal di Kota Bandung. Beberapa partisipan menyampaikan bahwa bayangan mengenai masa depan yang tidak dapat dipastikan, khususnya kompetisi memperoleh pekerjaan, sering memicu rasa cemas. Pada waktu yang berdekatan, timbul pula dorongan untuk

melakukan aktivitas konsumsi demi memperoleh perasaan bahagia, nyaman, atau tenteram. Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi bisa menjadi respons terhadap ketidaknyamanan yang timbul saat individu membayangkan beragam kemungkinan di masa depan, bukan hanya ketika menghadapi tekanan yang tengah berlangsung.

Uraian ini selaras dengan konsep *Future Anxiety* menurut Zaleski (1996), yang mengulas kecemasan atas kemungkinan munculnya situasi buruk sebelum peristiwa tersebut benar-benar terjadi. Untuk Generasi Z, ketidakjelasan tentang pekerjaan, situasi hidup, keberhasilan pribadi, serta kesiapan menghadapi kebutuhan masa mendatang bisa memicu kecemasan. Saat kepastian belum didapatkan, beberapa individu mungkin memperoleh kenyamanan melalui aktivitas konsumsi. Dengan begitu, korelasi positif yang terungkap dalam studi ini menunjukkan kaitan antara kecemasan berfokus masa depan serta pemanfaatan konsumsi guna mengatur kondisi emosional pada masa sekarang.

Hubungan *Perceived Stress* dengan *Consumption Coping*

Perceived Stress turut mengonfirmasi hubungan positif dan signifikan dengan *Consumption Coping* ($r = 0{,}640$; $p < 0{,}001$). Hasil ini menunjukkan bahwa individu yang menganggap hidupnya sulit diprediksi, kurang dapat dikendalikan, dan terasa membebani cenderung lebih banyak melampiaskan pada konsumsi sebagai respons ketika menghadapi tekanan emosional. Meski koefisiennya tak setinggi hubungan *Future Anxiety* dengan CC, keterkaitan persepsi terhadap tekanan yang tengah dialami serta pemanfaatan konsumsi guna mengatur perasaan masih tergolong kuat.

Hubungan dapat dimengerti melalui pencermatan karakteristik Perceived Stress yang berfokus pada evaluasi individu atas kondisi kehidupan. Kondisi serupa tidak selalu dianggap sebagai tekanan oleh masing-masing individu, karena penilaian itu juga bergantung pada pandangan tentang kapasitas serta sumber daya yang mereka miliki untuk dapat menanganinya. Saat tuntutan terasa sukar dikendalikan, sulit diprediksi, atau melampaui kapasitas pribadi, individu dapat mengalami kewalahan serta ketidaknyamanan emosional. Dalam situasi demikian, aktivitas yang memberikan pengalaman menyenangkan, termasuk konsumsi, mungkin dipilih untuk meredakan perasaan tidak mengenakan.

Generasi Z yang dihadapkan pada keperluan pekerjaan, tugas kuliah, kewajiban rumah tangga, maupun masalah sosial, contohnya, bisa memutuskan membeli sesuatu, ataupun menikmati hiburan usai melakukan kegiatan yang menguras tenaga. Hal tersebut bisa menimbulkan perasaan tenteram, juga meringankan suasana hati, serta menyediakan waktu istirahat dari tekanan yang tengah dialami. Oleh karena itu, konsumsi bisa berfungsi secara emosional ketika seseorang membutuhkan kelegaan sesaat saja.

Temuan penelitian inti turut selaras dengan kondisi yang didapatkan dalam kajian awal. Sejumlah Gen Z menjelaskan bahwa mereka menjalankan aktivitas konsumsi saat merasa tertekan, letih, banyak pikiran, ataupun terbebani oleh rutinitas. Aktivitas yang dimaksud mencakup kegiatan membeli hidangan atau minuman kesukaan, berbelanja, serta mencari berbagai hiburan. Partisipan menghubungkan aktivitas itu dengan keinginan agar merasa lebih tenteram serta meredakan perasaan kurang menyenangkan. Dengan demikian, hasil studi ini semakin menegaskan dugaan awal bahwa stres harian berhubungan dengan perilaku konsumsi sebagai salah satu metode mengatur emosi.

Temuan ini dapat dipahami selaras dengan gagasan Perceived Stress dari Cohen et al. (1983), yang memandang evaluasi atas ketidakpastian, kontrol, serta besarnya tuntutan kehidupan sebagai unsur utama dalam pengalaman stres. Jain et al. (2023) turut mengulas pemanfaatan konsumsi guna mengatasi tekanan mental pada saat terjadi pandemi. Sementara itu, Zheng et al. (2020) menyebutkan adanya kaitan antara Perceived Stress dan pembelian kompulsif secara daring. Perilaku pembelian kompulsif jelas mempunyai ciri-ciri berbeda dibandingkan dengan CC. Namun, hasil tersebut memberikan perihal bahwa beban psikologis dapat berjalan seiring kegiatan pada focus konsumsi yang sejalan dengan kondisi individu.

Hubungan *Future Anxiety* dan *Perceived Stress* dengan *Consumption Coping*

Saat kedua prediktor tersebut dianalisis secara bersamaan, *Future Anxiety* dan Perceived Stress berkorelasi positif dan signifikan dengan *Consumption Coping* ($R = 0{,}874$; $p < 0{,}001$). Besaran nilai koefisien determinasi 0,764 mengindikasikan model itu menerangkan 76,4% keragaman CC pada sampel penelitian. Adapun 23,6% sisanya terkait berbagai faktor lain yang tidak tercakup di dalam model. Temuan ini menunjukkan bahwa kecemasan mengenai masa yang akan datang serta evaluasi terhadap tekanan kehidupan, bila ditinjau secara bersamaan, berkaitan erat dengan kecenderungan memanfaatkan konsumsi guna mengatur kondisi perasaan pribadi.

Secara konsep, *Future Anxiety* dan Perceived Stress mencerminkan dua aspek pengalaman psikologis yang berlainan. *Future Anxiety* tertuju pada potensi negatif yang belum berlangsung, sedangkan Perceived Stress berhubungan dengan bagaimana individu mengevaluasi situasi yang tengah dialaminya. Seseorang bisa menangani kebutuhan saat ini sambil memperkirakan dampak pada masa mendatang. Dua jenis pengalaman itu dapat memicu ketidaknyamanan emosional serta mendorong seseorang mencari jalan untuk meraih kelegaan.

Contohnya, mahasiswa atau karyawan yang tengah menjalani banyak kegiatan bisa merasa stres akibat beragam tugas yang harus diselesaikan. Di waktu yang sama, ia mungkin mempertanyakan apakah situasi tersebut akan menghambat pencapaian sasaran atau memengaruhi hidupnya kelak. Saat tekanan yang dialami sekarang dan kecemasan tentang masa mendatang muncul bersamaan, seseorang terdorong mencari hal-hal yang memberi kesenangan, seperti membeli sesuatu maupun menikmati rekreasi. Dalam konteks ini, konsumsi bisa menjadi cara mereaksi untuk mengatasi ketidaknyamanan yang berasal dari kondisi kini ataupun perkiraan tentang masa mendatang.

Temuan ini dapat dijelaskan lewat model *appraisal-coping* dari Lazarus dan Folkman (1984), Pada metode itu, bagaimana seseorang mengevaluasi sebuah situasi menjadi bagian utama dalam proses mengatasi tekanan. Individu pertama-tama menilai apakah keadaan yang dialaminya memuat ancaman, terasa memberatkan, atau mungkin menyebabkan konsekuensi buruk yang tidak dikehendaki. Usai evaluasi tersebut, seseorang memilih tindakan yang dinilai mampu membantunya menghadapi situasi serta mengendalikan konsekuensi emosionalnya. Dalam studi ini, *Future Anxiety* menjelaskan kecemasan saat seseorang memperkirakan hal-hal negatif pada waktu mendatang, sementara Perceived Stress merepresentasikan evaluasi terhadap beban yang tengah dirasakan. Kedua pengalaman itu berhubungan dengan penggunaan konsumsi sebagai cara mengontrol perasaan.

Bila dihubungkan dengan ketiga dimensi CC yang dipakai pada riset ini, keterkaitan itu bisa ditinjau lewat fungsi psikologis konsumsi. Pertama, aktivitas konsumsi bisa menjadi cara mendapatkan ketenangan emosional, yaitu timbulnya perasaan nyaman atau lega saat seseorang menghadapi situasi menekan. Kedua, aktivitas tersebut bisa ditujukan guna mengurangi perasaan negatif serta membantu memperbaiki kondisi hati. Ketiga, konsumsi bisa menjadi sarana pengalihan perhatian (distraction), yakni memberikan peluang bagi seseorang untuk menggeser fokus sejenak dari pikiran atau situasi yang memicu tekanan. Tiga fungsi tersebut memperlihatkan bahwa aktivitas konsumsi bisa mempunyai arti psikologis berlainan dibanding hanya pemenuhan berbagai kebutuhan.

Walaupun demikian, korelasi positif antara *Future Anxiety*, Perceived Stress, dan CC tidak otomatis berarti bahwa konsumsi senantiasa menjadi strategi koping yang merugikan. Aktivitas konsumtif yang dijalankan demi merasakan kegembiraan, kenyamanan, ataupun istirahat sejenak dari tekanan bisa menjadi cara mengatur perasaan asalkan tidak menjadi hal negatif bagi diri. Risiko dapat terjadi ketika tindakan itu dijalankan secara berlebihan, sukar dikontrol, atau menimbulkan masalah lain, misalnya belanja yang melebihi kapasitas keuangan. Karena itu, evaluasi terhadap CC harus memperhatikan motif seseorang dalam mengonsumsi dan konsekuensi yang ditimbulkan olehnya.

Secara umum, temuan penelitian menunjukkan bahwa kekhawatiran mengenai masa yang akan datang serta tekanan dalam kehidupan sehari-hari berkaitan dengan perilaku konsumsi sebagai strategi koping bagi kalangan Generasi Z di Kota Bandung. Hasil itu mengisyaratkan bahwa perilaku konsumsi harus dipahami bukan semata-mata berdasarkan frekuensi pembelian atau besaran uang yang dibelanjakan, tetapi juga mempertimbangkan fungsi psikologis yang melatarbelakanginya. Kajian atas motivasi seseorang dalam berkonsumsi bisa menerangkan cara Generasi Z menghadapi tekanan, mengurangi perasaan negatif, serta menemukan kenyamanan saat berhadapan dengan tuntutan hidup.

5. Simpulan

Generasi Z dalam tahap emerging adulthood dihadapkan pada sejumlah pilihan krusial terkait pendidikan, karier, serta tujuan hidup mereka. Tuntutan tersebut bisa diiringi kecemasan atas ketidakpastian masa depan serta tekanan yang timbul dalam keseharian. Pada penelitian awal di Kota Bandung, sejumlah partisipan menyatakan bahwa membeli sesuatu, serta berwisata merupakan aktivitas untuk mendapatkan kenyamanan emosional, meningkatkan suasana hati, atau mengalihkan pikiran dari tekanan tersebut. Gambaran tersebut menunjukkan bahwa konsumsi dapat berfungsi bukan hanya untuk memenuhi kebutuhan, tetapi juga menjadi cara individu mengelola keadaan psikologis.

Kajian terhadap 107 responden memperlihatkan adanya keterkaitan positif serta signifikan antara *Future Anxiety* dan *Consumption Coping* ($r = 0{,}859$; $p < 0{,}001$). Kaitan positif serta signifikan turut teridentifikasi antara Perceived Stress dan *Consumption Coping* ($r = 0{,}640$; $p < 0{,}001$). Dalam hasil uji bersama-sama terhadap kedua variabel, diperoleh nilai koefisien korelasi $R = 0{,}874$ ($p < 0{,}001$) serta koefisien determinasi sebesar 76,4%. Temuan itu mengindikasikan bahwa kecemasan tentang masa depan serta persepsi terhadap beban hidup berhubungan dengan kecenderungan Generasi Z memanfaatkan konsumsi guna mengatur emosi.

Temuan studi bisa dipahami melalui kerangka *appraisal-coping* Lazarus dan Folkman (1984), yang menyatakan bahwa reaksi pada stres berhubungan dengan evaluasi seseorang terhadap keadaan serta pemilihan strategi untuk mengatasinya. *Future Anxiety* dalam studi ini mengerucut pada kekhawatiran terhadap potensi buruk pada waktu mendatang, sementara Perceived Stress mencerminkan penilaian seseorang atas tekanan yang tengah dialaminya. Kedua faktor itu berkaitan dengan pemanfaatan konsumsi guna memperoleh ketenangan emosional, meredakan perasaan negatif, serta mengalihkan perhatian untuk sementara. Oleh karena itu, CC bisa menjadi bentuk reaksi atas beban psikologis; efeknya mungkin bervariasi sesuai sasaran konsumsi serta akibat yang dihasilkannya.

6. Daftar Pustaka

Akbar, R. F., Ekanesia, P., & Sastri, P. D. (2023). The effectiveness of group therapy in improving self-esteem among female students of the psychology faculty at Univeristy X in Bandung. *West Science Interdisciplinary Studies*, *1*(6), 338–345. https://doi.org/10.58812/wsis.v1i06.198

Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik* (Edisi Revi). Rineka Cipta.

Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, *55*(5), 469–480. https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469

Badan Pusat, S. (2021). *Hasil sensus penduduk 2020*.

Badan Pusat, S. (2025). *Kota Bandung dalam angka 2025*. https://bandungkota.bps.go.id/id/publication/2025/02/28/5f20d72de754dde9b0a7d707/kota-bandung-dalam-angka-2025.html

Cahyaningrum, N., Wicaksono, S. H., Jaro'ah, S., Susilowati, A., Ihsan, A. H. F., Mustafidah, A., & Saffana, K. (2026). Development of the doom spending scale for Generation Z in Indonesia. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, *17*(2), 143–155. https://orcid.org/0009-0002-7825-6973

Chen, M., Lam, W. W. T., Yuan, J., Dong, M., Yang, L., Chan, D. K. C., & Liao, Q. (2024). Executive function, perceived stress and eating behaviours among Chinese young adults. *Stress and Health*, *40*(4). https://doi.org/10.1002/smi.3397

Cholid, A.J ; Nuradina, K. (2025). Hubungan Antara Entepreneurial dan Creative Self-Efficacy dengan Keunggulan Bersaing pada Content Creator Shopee Affiliate di Bintang Agency Mediatama. *Ranah Research: Journal of Multidiciplinary Research and Development*, *7*(6). https://doi.org/10.38035/rrj.v7i6.1781

Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, *24*(4), 358–396. https://doi.org/10.2307/2136404

Deloitte. (2025). *2025 Gen Z and millennial survey*. https://www.deloitte.com/us/en/insights/topics/talent/2025-gen-z-millennial-survey.html

Ekanesia, P., Akbar, R. F., & Sastri, P. D. (2024). Profil perceived social support dan hubunganya dengan kesehatan mental remaja di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*, *22*(1), 21–33. https://doi.org/10.47007/jpsi.v22i01.361

Ghozali, I. (2019). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS*. Badan Penerbit Universitas Dipenonegoro.

Jain, A., Dash, S., & Malhotra, N. K. (2023). *Consumption Coping* to deal with pandemic stress impact on subjective well-being and shifts in consumer behavior. *European Journal of Marketing*, *57*(5), 1467–1501. https://doi.org/10.1108/EJM-11-2021-0864

Jaud, D. A., & Lunardo, R. (2022). Serial coping to anxiety under a pandemic and subsequent regulation of vice food and beverage consumption among young adults. *Journal of Consumer Affairs*, *56*(1), 237–256. https://doi.org/10.1111/joca.12442

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.

Santika. (2025). *Ini kondisi terkait kesehatan mental yang dialami Gen Z Indonesia*.

Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Zaleski, Z. (1996). *Future Anxiety*: Concept, measurement, and preliminary research. *Personality and Individual Differences*, *21*(2), 165–174. https://doi.org/10.1016/0191-8869(96)00070-0

Zheng, Y., Yang, X., Liu, Q., Chu, X., Huang, Q., & Zhou, Z. (2020). Perceived stress and online compulsive buying among women: A moderated mediation model. *Computers in Human Behavior*, *103*, 13–20. https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.09.012

Zourrig, H., & El Hedhli, K. (2023). *Consumption Coping* strategies and well-being among refugee consumers. *Journal of Consumer Affairs*, *57*(1), 140–170. https://doi.org/10.1111/joca.12494