

POLA PENCARIAN INFORMASI KESEHATAN MENTAL PADA MAHASISWA DI KOTA SUKABUMI

Chelsea Maharani Alkautsar, Edwin Rizal, Saleha Rodiah

Universitas Padjadjaran

chelsea18002@mail.unpad.id

ABSTRAK

Kesehatan mental merupakan salah satu aspek yang penting dalam kehidupan manusia. Fenomena yang terjadi belakangan ini menyangkut tentang krisis kesehatan mental di seluruh kalangan masyarakat terutama mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pola pencarian informasi mahasiswa di kota Sukabumi mengenai pentingnya kesehatan mental yang berfokus pada beberapa proses yang terdiri dari starting, chaining, browsing, differentiating, monitoring, extracting, verifying, ending. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus jamak yang menggunakan teknik pengumpulan data seperti wawancara dan studi pustaka. Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah mahasiswa akhir perguruan tinggi di Kota Sukabumi. Penelitian ini mengacu pada teori information behavior yang dikemukakan oleh David Ellis pada tahun 1993. Kesimpulan dari penelitian ini adalah pada proses awal starting, pengguna mulai sadar akan permasalahan yang sedang dialami dan memiliki keinginan untuk mencari informasi mengenai kesehatan mental; pada proses chaining pengguna mulai mengetahui topik apa yang akan dicari sumber-sumber informasi; kemudian pada proses browsing, pengguna mulai melakukan pencarian informasi kesehatan mental di berbagai macam sumber informasi seperti internet, buku, dan lainnya; pada proses keempat differentiating, pengguna mulai memilih informasi apa saja yang akan digunakan; di proses kelima monitoring; pengguna melakukan pemantauan perkembangan informasi mengenai kesehatan mental; di proses keenam extracting, pengguna mengambil salah satu informasi dan sudah memutuskan informasi apa yang akan digunakan mengenai kesehatan mental; di proses ketujuh verifying, pengguna melakukan pengecekan kembali informasi mengenai kesehatan mental secara seksama; pada proses terakhir ending, pengguna sudah menyelesaikan pencarian informasi mengenai kesehatan mental guna memenuhi kebutuhan informasi sesuai dengan permasalahan yang dialami.

Kata kunci: Pencarian Informasi, Kesehatan Mental, Information Behavior, Kebutuhan Informasi.

ABSTRACT

Mental health is an important aspect of human life. The phenomenon that has occurred recently concerns the mental health crisis in all levels of society, especially students. This research aims to determine the information seeking patterns of students in the city of Sukabumi regarding the importance of mental health which focuses on several processes consisting of starting, chaining, browsing, differentiating, monitoring, extracting, verifying, ending. This research is qualitative research with a multiple case study approach that uses data collection techniques such as interviews and literature study. The research subjects in this study were final college students in Sukabumi City. This research refers to the information behavior theory put forward by David Ellis in 1993. The conclusion of this research is that in the initial starting process, users begin to become aware of the problems they are experiencing and have a desire to seek information about mental health; in the chaining process users begin to know what topics to search for information sources; then in the browsing process, users start searching for mental health information in various information sources such as the internet, books, and others; in the fourth process of differentiating, users begin to choose what information to use; in the fifth monitoring process; users monitor developments in information regarding mental health; in the sixth process of extracting, the user takes one piece of information and decides what information to use regarding mental health; in the seventh verifying process, the user carefully checks information regarding mental health again; in the final ending process, the user has completed the search for information about mental health in order to fulfill information needs according to the problems they are experiencing.

Keywords: Information Search, Mental Health, Information Behavior, Information Needs.

Pendahuluan

Kesehatan mental merupakan salah satu aspek yang penting dalam kehidupan manusia. Akan tetapi, fenomena yang terjadi belakangan ini menyangkut tentang krisisnya kesehatan mental di seluruh kalangan masyarakat. Hal ini didukung oleh fakta yang menunjukkan bahwa prevalensi gangguan mental masih dalam kategori tinggi. Untuk saat ini Indonesia memiliki prevalensi orang dengan gangguan mental sekitar 1 dari 5 penduduk, artinya sekitar 20% populasi di Indonesia itu mempunyai potensi-potensi masalah gangguan mental. Data dari World Health Organization (2017) mengatakan bahwa prevalensi gangguan mental yang paling mendominasi

adalah depresi dan kecemasan. Di Indonesia, depresi menjadi pemicu utama terjadinya bunuh diri yang mengakibatkan kematian dengan kasus hampir 8000 kejadian bunuh diri setiap tahunnya (Statista, 2021). Prevalensi gangguan mental emosional dengan usia 15 tahun keatas menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKERDAS), di Jawa Barat menduduki peringkat ke delapan dengan jumlah kasus 130.528 setara dengan 12,1 % dari jumlah penduduk di Jawa Barat (RISKESDAS, 2018).

Kota Sukabumi merupakan kota kecil dimana kebanyakan masyarakat di sana belum sadar akan pentingnya kesehatan mental. Berdasarkan Profil Kesehatan Kota Sukabumi, sebanyak 493 penduduk di Kota Sukabumi mengalami gangguan mental tingkat berat. Hal ini terjadi karena kurangnya edukasi kesehatan mental yang sangat berpengaruh bagi kesadaran masyarakat akan kesehatan mental. Pernyataan ini diperkuat dengan adanya data Dinas Kesehatan Jawa Barat bahwa orang yang mengalami gangguan kesehatan mental meningkat 20% pada tahun 2021 dan 2022. Minimnya tenaga medis dalam kesehatan mental juga menjadi salah satu penyebab masih daruratnya kesehatan mental di Indonesia. Dengan jumlah penduduk sekitar 260.000.000 jiwa, Indonesia hanya memiliki 773 psikiater atau tingkat rasio 1:323.000 jiwa. Padahal rasio terbaik menurut WHO adalah 1:30.000 jiwa. Selain kekurangan jumlah tenaga medis, Indonesia juga kurang memperhatikan pentingnya penempatan tenaga medis kesehatan mental. Selain itu juga karena stigma masyarakat yang masih membedakan orang yang memiliki masalah pada kesehatan mental, sampai pemahaman tentang kesehatan mental yang masih kurang.

Angka gangguan kesehatan mental di kalangan mahasiswa tergolong tinggi. Rentang usia mahasiswa yaitu antara remaja akhir sampai dewasa awal, dimana pada tahap ini kondisi kesehatan mental tidak menetap dan selalu berhubungan dengan masalah, tuntutan hidup, serta kondisi suasana hati yang tidak stabil. Ketika seseorang berada di fase tersebut cenderung dapat menimbulkan masalah kesehatan mental yang berpengaruh pada kondisi kesehatan secara keseluruhan. Mengikuti perkembangan berita melalui online saat ini, mahasiswa yang berada di tingkat akhir menjadi mahasiswa yang paling banyak mengalami gangguan kesehatan mental. Penyebab yang paling umum yaitu seperti stres dalam waktu yang sangat lama, trauma signifikan dari pelecehan, dan kekerasan lainnya. Bisa juga disebabkan karena faktor genetik, kelainan otak, cedera kepala, kesepian, kemiskinan hingga mengalami diskriminasi. Faktor-faktor ini tentunya harus diatasi dengan tepat dan cepat, karena apabila terdapat kesalahan pada penanganannya, maka akan berakibat fatal pada masa yang akan datang.

Dalam kasus ini, terdapat beberapa faktor penyebab, seperti misalnya faktor biologis seperti keturunan genetik, masa dalam kandungan, cedera kepala, gangguan pada otak, lalu terdapat juga faktor dalam kehidupan sehari-hari trauma, pelecehan, stres berat, pengaruh zat racun, alkohol, atau obat-obatan, kemudian faktor keluarga seperti riwayat pengidap kesehatan mental dalam keluarga, mengalami kehilangan, masalah keluarga dan faktor sosial yang meliputi faktor sosial, ekonomi, politik, adat kebiasaan dan sebagainya. Dari beberapa faktor yang telah disebutkan, faktor keluarga merupakan faktor yang paling berpeluang dalam mempengaruhi keadaan mental seseorang. Misalnya pada mahasiswa, yang mengalami beberapa tekanan sehingga membuat dirinya tertekan dan stres. Namun hal ini juga tidak bisa dipukul rata, karena kembali lagi ke faktor dari dalam diri sendiri seperti pengendalian diri, ketenangan hidup atau ketenangan batin yang tidak selalu bergantung pada faktor-faktor luar.

Selain faktor penyebab, terdapat juga faktor resiko yang dapat mengganggu kesehatan mental seseorang dengan lebih tinggi seperti pada perempuan yang rentan depresi dan cemas, sedangkan laki-laki memiliki resiko mengidap ketergantungan zat dan antisosial, orang yang memiliki masalah di masa kanak-kanak, orang yang dilahirkan dengan kelainan otak, orang yang memiliki profesi yang memicu stres, orang yang memiliki kegagalan dalam hidup, serta orang yang memiliki riwayat penyakit mental sebelumnya.

Pada kondisi ini, literasi kesehatan mental sangat diperlukan untuk menambah pengetahuan dan kesadaran mahasiswa untuk mencari penanganan yang tepat dan informasi yang tepat terutama dalam mencari bantuan profesional yang tepat. Dalam hal ini, tentunya dibutuhkan peningkatan dalam pencarian informasi, mengingat informasi sangatlah penting untuk kebutuhan pemenuhan informasi di kehidupan sehari-hari. Dalam menghadapi krisis kesehatan mental, upaya pertama yang dapat dilakukan yakni mengenai pencarian informasi baik secara online ataupun melalui media sosial maupun secara langsung menanyakan hal tersebut pada tenaga ahli. Untuk menangani masalah ini tentunya dibutuhkan pihak-pihak yang ahli dalam bidangnya yakni psikolog ataupun psikiater. Dengan adanya interaksi langsung dengan pihak yang ahli di bidangnya, maka mahasiswa dapat memaksimalkannya untuk memperoleh informasi sesuai dengan kebutuhannya.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik meneliti gambaran literasi kesehatan mental pada mahasiswa di Kota Sukabumi. Subjek penelitian dalam penelitian ini yakni mahasiswa tingkat akhir beberapa perguruan tinggi di Sukabumi. Dengan adanya penelitian ini tentu saja diharapkan dapat membantu dan mengetahui beberapa proses dan tahapan dalam pola pencarian informasi mengenai kesehatan

mental. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode penelitian kualitatif yang difokuskan pada pola pencarian informasinya. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan teknik wawancara dengan beberapa informan yang sudah memenuhi kriteria dalam penelitian ini. Lalu, penelitian ini menggunakan studi pustaka dengan membaca dan memilih informasi tambahan dari bahan bacaan atau penelitian terdahulu mengenai topik permasalahan yang serupa.

Metode Penelitian

Penelitian ini menjelaskan tentang fenomena yang terjadi di kalangan mahasiswa di Kota Sukabumi yang dilakukan secara mendalam untuk mempelajari keadaan yang sedang terjadi. Pendekatan yang digunakan untuk menyusun informasi adalah pendekatan studi kasus dengan melakukan penelusuran mengenai pengalaman yang terjadi pada individu.

Melakukan pemilihan metode penelitian yang tepat merupakan langkah awal dari sebuah penelitian. Penelitian ini dilakukan menggunakan metoda penelitian kualitatif. Metode penelitian kualitatif adalah penelitian yang bersifat deskriptif dan cenderung menggunakan analisis. Metode penelitian kualitatif dilakukan pada kondisi yang alamiah (*natural setting*) yang digunakan untuk mendapatkan data yang mendalam, suatu data yang mengandung makna sebenarnya, data pasti yang merupakan suatu nilai dibalik data yang tampak.

Menurut Bogdan dan Guba (1982) penelitian kualitatif atau disebut juga *naturalistic inquiry* adalah suatu prosedur penelitian yang menghasilkan data-data deskriptif baik dalam bentuk kata-kata maupun secara lisan dari orang yang diteliti. Adapula pengertian kualitatif lainnya, seperti yang dipaparkan oleh Kirk dan Miller (1981) bahwa penelitian kualitatif sebagai tradisi dalam ilmu pengetahuan social yang bergantung pada pengamatan manusia dalam lingkungannya dan berhubungan dengan orang-orang dalam bahasannya.

Penelitian kualitatif ini menggunakan pendekatan studi kasus. Studi kasus adalah suatu rangkaian kegiatan alamiah yang dilakukan secara intensif, terinci, dan mendalam tentang suatu peristiwa untuk memperoleh pengetahuan mendalam tentang peristiwa tersebut. Pendekatan studi kasus yang digunakan pada penelitian ini adalah studi kasus jamak atau *collective or multiple case study*. Penelitian studi kasus jamak adalah penelitian yang menggunakan lebih dari satu isu atau kasus dalam satu penelitian. Penelitian ini bisa terfokus pada satu kasus dan memanfaatkan banyak kasus untuk menjelaskannya. Penelitian ini hanya menggunakan satu lokasi dengan banyak isu yang akan diteliti. Penggunaan studi kasus jamak ini dinilai memiliki keunikan karena terdapat beberapa kasus dan permasalahan yang berbeda-beda sehingga penelitian ini bersifat kompleks karena terfokus pada berbagai macam kasus untuk menjelaskannya.

Untuk menguji keabsahan data dalam penelitian ini yaitu dengan Uji Credibility. Cara pengujiannya terhadap data hasil penelitian kualitatif salah satunya dengan triangulasi. Menurut Sugiyono (2010), cara uji kredibilitas data dilakukan dengan perpanjangan pengamatan, peningkatan ketekunan, triangulasi, diskusi dengan teman, analisis kasus negatif, dan membercheck. Penelitian menggunakan beberapa sesuai dengan kebutuhan dalam penelitian

Hasil dan Pembahasan

Pada penelitian ini, peneliti mewawancarai enam orang informan yang merupakan mahasiswa akhir di kota Sukabumi. Keenam informan ini memiliki kriteria dan karakteristik yang berbeda-beda. Dalam melakukan proses pencarian informasi mengenai kesehatan mental, keenam informan ini juga memiliki permasalahan yang berbeda seperti informan 1 dan informan 2 yang memiliki permasalahan dari keluarga sehingga mengakibatkan adanya rasa trauma, kemudian informan 3 memiliki permasalahan dalam diri sendiri seperti selalu merasa kekurangan, merasa rendah diri dan merasa tertekan, ada pula informan 4 dan informan 6 memiliki permasalahan yang timbul dari lingkungan seperti ketakutan ketika beradaptasi dan bersosialisasi dengan lingkungan, serta ada informan 5 yang memiliki permasalahan berupa pelecehan seksual yang akhirnya menimbulkan trauma seperti saat ini.

Kota Sukabumi adalah sebuah kota yang berada di provinsi Jawa Barat, Indonesia. Kota ini merupakan enklave dari Kabupaten Sukabumi. Luas kota ini yakni 48,33 km² yang memiliki ketinggian 584 m. Populasi penduduk di kota Sukabumi mencapai 353.455 penduduk. dengan luas wilayah sebesar 48 km², rata-rata kepadatan penduduk sebesar 7.364 penduduk untuk setiap km².

Kota ini terdiri dari 7 kecamatan, terdapat kecamatan dengan jumlah penduduk terbanyak dan jumlah penduduk yang paling sedikit. Urutan kecamatan di Kota Sukabumi dari jumlah penduduk terbanyak yakni, peringkat pertama adalah kecamatan cikole yang mempunyai 64.424 penduduk, yang menduduki peringkat kedua adalah kecamatan warudoyong yang mempunyai 60.302 penduduk, peringkat ketiga adalah kecamatan citamiang yang mempunyai 54.522 penduduk, peringkat keempat adalah kecamatan gunung puyuh yang mempunyai 49.531 penduduk, peringkat kelima adalah kecamatan cibereum mempunyai 44.309 penduduk, peringkat keenam adalah kecamatan lembursitu yang mempunyai 41.650 penduduk, lalu yang terakhir adalah kecamatan baros yang hanya mempunyai 38.717 penduduk.

Jika dibagi berdasarkan usia, kelompok usia produktif (15-59 tahun) memiliki jumlah yang cukup besar sekitar 64,7% dari total keseluruhan penduduk Kota Sukabumi. Kelompok usia dibawah 15 tahun ada sekitar 25,7% dan kelompok usia lanjut (> 59 tahun) terdapat sekitar 9,6% dari total populasi penduduk.

Pola Pencarian Informasi Kesehatan Mental

Pola pencarian informasi kesehatan mental adalah kegiatan yang dilakukan oleh individu dalam mencari informasi untuk memenuhi kebutuhan melalui sumber-sumber informasi. Pencarian informasi ini dilakukan ketika adanya kebutuhan yang harus dipenuhi karena terdapat banyak pertanyaan-pertanyaan dari dalam diri yang harus dijawab. Hal ini juga dilakukan oleh individu yang merasa mendapat tekanan dan merasa takut serta cemas ketika menghadapi suatu masalah. Tujuan individu yang sedang mengalami ketakutan dan kecemasan pada mental dalam melakukan pencarian informasi adalah untuk memenuhi kebutuhan akan kepuasan psikologis yang diharapkan bisa meningkatkan kestabilan mental yang lebih baik pada masa mendatang.

Untuk mengetahui pola pencarian informasi mengenai kesehatan mental yang dilakukan, peneliti menggunakan model information behavior oleh David Ellis (1993). Model ini menggambarkan pola pencarian informasi dari awal hingga akhir sampai kepuasan informasi. Pengumpulan data ini dikelompokkan berdasarkan latar belakang permasalahan, perbedaan, serta persamaan dalam pola pencarian informasi yang dilakukan oleh keenam informan. Data ini juga akan disajikan dalam bentuk dekriptif dan tabel. Adapun gambaran pola pencarian informasi meng Tahap motif pencarian informasi ini digunakan peneliti untuk mengetahui latar belakang informan dalam melakukan pencarian informasi mengenai kesehatan mental. Tahap ini memberikan gambaran bahwa informan menyadari akan kebutuhan informasi yang ingin dicari khususnya yang berkaitan dengan kesehatan mental.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, menunjukkan bahwa seseorang akan memahami kesehatan mental ketika orang yang bersangkutan pernah mengalami atau sedang mengalami gangguan kesehatan mental, sehingga dia sadar berdasarkan pengalaman pribadinya. Pemahaman ini akan dirasakan oleh seseorang apabila seseorang tersebut telah melewati fase sulit dalam permasalahannya. Hal ini dapat peneliti ketahui berdasarkan jawaban ketika wawancara berlangsung, keenam informan ini dapat menjawab pertanyaan ketika mereka sudah melewati fase tersebut dan sudah dalam kondisi mental yang jauh lebih baik. Melalui pengalaman individu, keenam informan ini menyadari bahwa gangguan pada mental dapat dialami oleh siapapun.

“Kalau soal gangguan mental, kayaknya semua orang ngalamin tanpa pandang usia. Tapi kayaknya kalau orang segede kita gini (mahasiswa akhir) tuh kayak banyak banget yang dikhawatirin, apalagi tentang masa depan” – Informan 1

Menurut informan 1, kesehatan mental diapat dialami oleh siapapun terutama oleh mahasiswa tingkat akhir. Dikarenakan terdapat banyak beban moral yang ditanggung.

“...Malah mungkin aku dari kecil juga udah pernah ngalamin (gangguan kesehatan mental), karena kan dulu waktu kecil tuh tekanannya lebih ke tuntutan orang tua ya. Aku dituntut harus nilai bagus dan harus ranking 5 besar. Lumayan tertekan juga sih waktu itu.” – Informan 4

Menurut informan 4, gangguan kesehatan mental bahkan dirasakan ketika informan masih dalam usia dini. Dikarenakan tuntutan keluarga dan membuat informan menjadi tertekan.

Informan setuju bahwa gangguan pada mental itu bisa terjadi oleh siapa saja, bahkan untuk anak kecil sekalipun. Yang membedakannya adalah cara pandang seseorang terhadap masalah yang dihadapi tersebut. Permasalahan-permasalahan yang akhirnya berdampak pada mental tentunya tidak memandang latar belakang orang yang mengalaminya, namun gangguan pada mental ini lebih rentan dialami oleh anak-anak sampai masa peralihan remaja menuju dewasa. enai kesehatan mental yang diteliti sebagai berikut:

Sikap

Pada tahap ini, peneliti mencari tahu sikap apa yang dilakukan informan ketika sedang mengalami dan merasakan tekanan demi tekanan yang berupa permasalahan hingga akhirnya menimbulkan rasa tidak nyaman pada mental. Dalam tahap ini, peneliti berusaha untuk menerjemahkan perasaan informan dan seperti apa bentuk pelampiasan terhadap ketidaksanggupannya. Dari hasil pengumpulan data yang dilakukan peneliti dengan enam informan, terhadap beberapa sikap atau tindakan yang dilakukan. Biasanya apabila seseorang sedang dalam kondisi sedih, maka tindakan yang menerjemahkannya yaitu dengan menangis. Menangis adalah cara untuk mengekspresikan diri ketika apapun yang sedang dirasakan maupun dialami sudah tidak bisa diungkapkan dengan kata.

“Kalau lagi terpuruk aku suka nyari kata-kata motivasi aja yang bikin aku bangkit. Atau cukup ngeluarin emosi aja, nangis sambil dengerin musik yang kenceng.” – Informan 1

Jika sedang merasa terpuruk, informan 1 lebih memilih membaca kata-kata motivasi, mengeluarkan emosi dan mendengarkan musik.

Beberapa informan menyatakan bahwa dalam mengekspresikan perasaan itu tidak selalu dengan menangis. Terdapat juga beberapan informan yang mengekspresikannya dengan berkegiatan atau healing ke suatu tempat. Hal ini dilakukan informan untuk berpikir sejenak harus menghadapi permasalahannya seperti apa.

“Makanya sekarang tuh lebih sering ngelakuin hal-hal positif aja, sibukin diri biar kalo ada masalah itu ga dipikirin terus menerus.” – Informan 2

Informan 2 memilih untuk melakukan hal-hal positif dan menyibukan diri, agar pikirannya teralihkan.

“Kalau aku emang cara healing nya dengan baca buku, kalau aku lagi kurang baik aku baca buku yang bisa mengendalikan stress aku itu misalnya buku Filosofi Teras. Aku juga follow akun-akun tentang kesehatan mental dan psikologi.” – Informan 2

Informan 2 juga membaca buku agar dapat mengendalikan stress, juga mengikuti perkembangan informasi kesehatan mental dan psikologi melalui sosial media.

“Mulai rutin healing, jalan-jalan aja gitu ke tempat yang aku mau. Liat alam, atau pergi ke café makan-makanan enak. Pokoknya apapun yang membuat mental jauh lebih baik aku lakuin.” – Informan 3

Sementara informan 4 lebih memilih melakukan kebiasaan yang menyenangkan agar mentalnya dapat membaik.

Kemudian, dalam menghadapi permasalahannya masing-masing, ada beberapa informan yang bercerita dengan orang terdekat seperti keluarga dan sahabat. Hal ini dilakukan dengan harapan bisa mengurangi beban pikiran yang dimiliki. Dengan bercerita juga diharapkan bisa memberikan dukungan dan motivasi. Sedangkan ada beberapa informan juga yang langsung pergi ke psikolog untuk berkeluh kesah dengan alasan lebih nyaman untuk bercerita dengan orang yang sudah ahli dalam bidangnya.

“Aku sempet juga cerita ke orang terdekat aku, tapi ya lama-lama aku pikir aku butuh informasi yang bener-bener tepat buat aku.” – Informan 2

Informan 2 sempat bercerita kepada orang terdekat seperti keluarga dan sahabat, namun menurut informan 2 informasi yang didapat kurang tepat.

“Kalau ke psikolog pernah, tapi bukan buat cari informasi lebih ke konsultasi. Karena aku merasa ada yang salah dari diri aku, tapi aku gak mau self diagnose jadi aku pergi ke psikolog.” – Informan 4

Sementara informan 4 lebih memilih untuk langsung menemui psikolog, karena informan 4 menghindari terjadinya self diagnose.

Setelah menarasikan hasil penelitian, peneliti membuat matriks penelitian dalam bentuk tabel dengan tujuan untuk mengetahui persamaan dan perbedaan tiap informan dalam melakukan proses pencarian informasi mengenai kesehatan mental, berikut ini adalah tabel penelitian mulai dari proses *starting* hingga proses *ending*.

Starting (Proses Awal)

Starting (Proses Awal)		
Proses	Bentuk Tindakan	Pengguna Informasi
Latar Belakang Pencarian Informasi	Merasa ada yang janggal dan mengganggu dari dalam dirinya	Informan 1 Informan 2
	Insecure dan stress berlebih karena lingkungan sekitar.	Informan 4
	Mengalami trauma masalah keluarga (broken home)	Informan 5 Informan 6
	Trauma karena pernah mengalami pelecehan	Informan 3

4.3.2 Chaining (Catatan Kecil/Kutipan)

Chaining (Catatan Kecil/Kutipan)		
Proses	Bentuk Tindakan	Pengguna Informasi

Menentukan Topik yang Akan Dicari	Topik yang diambil mengenai kesehatan mental, ciri-ciri dan solusi dalam menghadapi masalah	Informan 1
		Informan 2
	Topik yang diambil mengenai gejala depresi	Informan 3
		Informan 4
	Topik yang diambil mengenai <i>broken home</i> , ciri-ciri dan efek dari <i>broken home</i> .	Informan 5
		Informan 6
Kesadaran Diri Mencari Informasi	Melakukan pencarian langsung saat sedang merasa benar-benar membutuhkan informasi karena perasaan <i>down</i> , takut, dan cemas.	Informan 1
		Informan 2
		Informan 3
		Informan 5
		Informan 6
	Kesadaran akan pentingnya mencari informasi mengenai kesehatan mental.	Informan 4
Perasaan di Proses Awal	Sudah mulai tahu kesehatan mental secara umum.	Informan 1
		Informan 2
		Informan 3
		Informan 4
		Informan 5
		Informan 6

4.3.3 *Browsing* (Pencarian Informasi)

***Browsing* (Pencarian Informasi)**

Proses	Bentuk Tindakan	Pengguna Informasi	
Menentukan Sumber Informasi	Melalui media sosial berupa Instagram, Twitter, Youtube, Tiktok untuk mengembangkan informasi mengenai kesehatan mental	Informan 2	
		Informan 6	
	Melalui internet berupa artikel ataupun jurnal	Informan 1	
		Informan 4	
	Melakukan konsultasi dengan orang yang ahli dalam bidang kesehatan mental	Informan 3	
		Informan 5	
	Cara Mendapatkan Informasi	Mendapatkan informasi kesehatan mental lewat internet dengan mencari artikel-artikel yang berkaitan	Informan 1
			Informan 3
			Informan 4
Informan 5			
Informan 6			
Menggunakan media sosial baik Instagram, Twitter, Youtube, Tiktok yang membuat konten mengenai kesehatan mental.		Informan 1	
		Informan 2	
		Informan 3	
		Informan 4	
		Informan 5	
		Informan 6	
Mendapat informasi melalui buku mengenai kesehatan mental.		Informan 3	
		Informan 4	
		Informan 6	
Melakukan konseling langsung dengan		Informan 1	
	Informan 2		
	Informan 3		

	orang yang ahli dalam bidang kesehatan mental (psikolog)	Informan 4
		Informan 5
		Informan 6
Hambatan Dalam Proses Pencarian Informasi	Stigma masyarakat (dalam diri)	Informan 3
		Informan 4
		Informan 5
	Self diagnose (dalam diri)	Informan 1
		Informan 2
	Sulit terbuka dengan orang asing (dalam diri)	Informan 2
		Informan 6
	Kurangnya rasa bersyukur (dalam diri)	Informan 4
	Lingkungan yang kurang paham akan kesehatan mental (luar)	Informan 4
		Informan 5
		Informan 6

4.3.4 Differentiating (Pemilihan Informasi)

<i>Differentiating (Pemilihan Informasi)</i>		
Proses	Bentuk Tindakan	Pengguna Informasi
Pemilihan Informasi	Memilih informasi yang sudah jelas sumber dan kevalidan datanya, sehingga hasilnya dapat dipertanggungjawabkan	Informan 1
		Informan 2
		Informan 3
		Informan 4
		Informan 5
		Informan 6

4.3.5 Monitoring (Memantau Informasi)

<i>Monitoring (Memantau Informasi)</i>

Proses	Bentuk Tindakan	Pengguna Informasi
Memantau Perkembangan Informasi	Mengikuti akun-akun motivasi mengenai kesehatan mental di Instagram	Informan 2
		Informan 4
	Mengikuti terapi yang diberikan oleh psikolog di Youtube.	Informan 3
	Mengikuti saran dan solusi dari psikolog secara terus menerus.	Informan 1
		Informan 5
Mengikuti saran dari buku yang menyuguhkan tips dan solusi mengenai kesehatan mental.	Informan 6	

4.3.6 *Extracting* (Pengambilan Salah Satu Informasi)

<i>Extracting</i> (Pengambilan Salah Satu Informasi)		
Proses	Bentuk Tindakan	Pengguna Informasi
Informasi yang Digunakan	Mengambil informasi dari seorang psikolog karena dianggap lebih sesuai.	Informan 1
		Informan 4
	Mengambil informasi dari media sosial karena dianggap lebih luas.	Informan 3
		Informan 6
	Mengambil informasi dari	Informan 2
		Informan 5

	beberapa artikel dan buku karena dianggap lebih jelas.	
Pentingnya Kesehatan Mental	Pentingnya kesehatan mental yang akan menciptakan ketenangan dalam hidup	Informan 1
		Informan 2
		Informan 3
		Informan 4
		Informan 5
Kepuasan Informasi	Merasa sudah puas dengan informasi mengenai kesehatan mental dan sudah sangat membantu dalam proses pemulihan.	Informan 1
		Informan 4
		Informan 5
	Merasa belum cukup puas dengan informasi mengenai kesehatan mental karena masih kurangnya informasi yang jelas dan valid.	Informan 6
		Informan 2
		Informan 3

4.3.8 *Verifying* (Pengecekan Kembali)

<i>Verifying</i> (Pengecekan Kembali)		
Proses	Bentuk Tindakan	Pengguna Informasi
Pengecekan Kembali	Melakukan pengecekan kembali informasi yang telah diambil sebagai informasi mengenai kesehatan mental.	Informan 1
		Informan 2
		Informan 3
		Informan 4
		Informan 5
		Informan 6

4.3.9 *Ending* (Akhir Pencarian Informasi)

<i>Ending</i> (Akhir Pencarian Informasi)		
Proses	Bentuk Tindakan	Pengguna Informasi
Akhir Pencarian Informasi	Penyelesaian pencarian informasi mengenai kesehatan mental yang telah didapat.	Informan 1
		Informan 2
		Informan 3
		Informan 4
		Informan 5
		Informan 6

1.1 Ringkasan Hasil Penelitian

Dalam proses pola pencarian informasi mengenai kesehatan mental yang dilakukan oleh mahasiswa terdapat 8 proses yang terdiri dari *starting* (proses awal), *chaining* (catatan kecil/kutipan), *browsing* (pencarian informasi), *differentiating* (pemilihan informasi), *monitoring* (memantau informasi), *extracting* (pengambilan salah satu informasi), *verifying* (pengecekan kembali), *ending* (akhir pencarian informasi). Proses tersebut dijabarkan pada skema proses pencarian informasi yang dijelaskan pada: