

## BAB V

### SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan pada hasil penelitian yang telah dilakukan, maka kesimpulan yang didapat bahwa mahasiswa angkatan 2018 FIP UPI dalam menggunakan media sosial literasi kesehatan mental “*Riliv*” terhadap *self-diagnosis* memiliki pengaruh yang kuat. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil penilaian yang diperoleh pada kemampuan literasi kesehatan mental memiliki kategori “**Baik**” dan memberikan pengaruh terhadap *self-diagnosis* mahasiswa. Mahasiswa dalam melakukan pencarian informasinya mampu mengolah dengan baik, serta pemahaman dan pengaplikasian informasi mengenai kesehatan mental mahasiswa sudah mampu mengendalikan dengan baik.

Mahasiswa akan terus mencari informasi jika belum puas atau belum sesuai dengan kebutuhan yang diinginkan, pada hasil penelitian tersebut dalam mencari informasi mengenai kesehatan mental mereka memilih untuk melakukannya sendiri, sdengan memanfaatkan media sosial, tidak hanya itu sebagian dari mereka juga menggunakan sumber informasi tercetak seperti buku, artikel dan majalah untuk memenuhi kebutuhan informasinya, karena mahasiswa merasa lebih mudah mencari informasi melalui media mengenai aktifitas yang baik untuk kesehatan mental.

Namun, dengan rendahnya pengetahuan mahasiswa mengenai literasi kesehatan mental akan berdampak terhadap munculnya persepsi negatif dan juga kepercayaan yang tidak tepat mengenai kesehatan mental karena tentunya hal tersebut berdampak pula terhadap cara pandang seseorang mengenai isu kesehatan mental yang ada dan membuat keputusan untuk mencari perawatan ketika dirinya sendiri menemui suatu masalah terkait kesehatan mental.

Dalam melakukan *self-diagnosis* hasil menunjukkan sebesar 72,36% dalam kategori “**Kuat**” yang artinya mahasiswa masih saat mencari dan menemukan informasi yang sesuai dengan yang dialami akan berdampak pada pemikirannya, seperti akan berpikir bahwa informasi yang didapatkan mungkin mereka sendiri mengalaminya juga. Sehingga dampak dari *self-diagnosis* ini ditandai dengan muncul dan berpengaruh pada aktifitas sehari-hari, yang dimaksud ini adalah dampak pada emosi yang akan kurang stabil, pengaruh pada akademik, serta pola hidup yang akan kurang baik

Untuk mengurangi terjadinya *self-diagnosis* yang berlebih karena pencarian informasi yang kurang jelas dari internet, maka muncul lah media sosial literasi kesehatan mental bernama *Riliv* yang hadir sebagai akun media sosial untuk memberikan edukasi mengenai literasi kesehatan mental melalui konten yang dibuat, karena mampu memberikan kebutuhan informasi yang dibutuhkan. Tanggapan mahasiswa terhadap media sosial *Riliv* sebagai media literasi kesehatan mental dikategorikan “**Kuat**” karena konten yang dibuat dikemas dengan sangat ringan dan mudah dimengerti terhadap gejala kesehatan mental, serta informasi yang diberikan juga begitu luas.

## 5.2 Implikasi

Peneliti berharap pada penelitian ini bisa digunakan sebagai bahan rujukan khususnya untuk perkembangan mengenai ilmu informasi dan juga meningkatkan peran perpustakaan sebagai sumber informasi yang efektif yang sebagaimana fungsinya. Umumnya bagi mahasiswa atau masyarakat luas mengenai pentingnya literasi kesehatan mental yang dimulai dari kesadaran diri sendiri. Melalui pemahaman mengenai informasi kesehatan mental ini berimplikasi pada *self-diagnosis*, agar mahasiswa dapat menggunakan informasi dengan bijak mungkin.

### 5.3 Rekomendasi

#### 1. Mahasiswa

Diharapkan mahasiswa bisa lebih bijak dalam mengolah informasi yang dibutuhkan, kemampuan untuk mencari informasinya ditingkatkan kembali dan mampu mengurangi *self-diagnosis* untuk diri sendiri.

#### 2. Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya jika akan meneliti mengenai literasi kesehatan mental terhadap *self-diagnosis*, dapat mempersiapkan kembali literatur sebanyak-banyaknya untuk meneliti lebih dalam dan lebih matang. Dalam penelitian ini masih banyak kurangnya namun semoga bisa menjadi sumber rujukan, dan diharapkan peneliti selanjutnya bisa lebih baik lagi.