

Studi Deskriptif Proses Penggunaan Aplikasi Kesehatan Mental (Studi Kasus: Aplikasi Teduh)

Navira Isni Nuraini

Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi, Universitas Setia Budi, Indonesia

Didik Setyawan

Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi, Universitas Setia Budi, Indonesia

Nang Among Budiadi

Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi, Universitas Setia Budi, Indonesia

Alamat: Kampung Sewu RT 01 RW 07 Sewu, Jebres, Surakarta, Indonesia, (57123)

Korespondensi penulis : naviraisnin@gmail.com*

Abstract. *This research aims to explore public responses regarding the existence of mental health applications. This research was conducted using descriptive qualitative phenomenological methods. This research uses a phenomenological approach with data collection techniques using focus group discussions and interviews. The object of this research was students aged 16-22 years and who had experience with mental health. The data obtained came from 8 people in FGDs and 16 people in interviews with a trial period of 3-4 weeks. The results of the research show that the user interface has an effect on the user's perspective, application performance has an effect on the intention to use it continuously, emotional release has an effect on changes in individual behavior.*

Keywords: *Mental Health Apps, App User Behavior, Mobile Apps, User Responses, Health App Usage*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi tanggapan masyarakat mengenai keberadaan aplikasi kesehatan mental. Penelitian ini dilakukan dengan metode kualitatif fenomenologi deskriptif. Penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologi dengan teknik pengambilan data menggunakan diskusi grup fokus dan wawancara. Obyek penelitian ini menggunakan pelajar yang berusia 16-22 tahun dan memiliki pengalaman mengenai kesehatan mental. Data yang diperoleh berasal dari 8 orang dalam FGD dan 16 orang dalam wawancara dengan masa uji coba 3-4 minggu. Hasil penelitian mendapatkan user interface berpengaruh pada perspektif pengguna, kinerja aplikasi berpengaruh pada niat penggunaan secara berkelanjutan, pelepasan emosi berpengaruh pada perubahan perilaku individu.

Kata kunci: Aplikasi Kesehatan Mental, Perilaku Pengguna Aplikasi, Aplikasi Seluler, Tanggapan Pengguna, Penggunaan Aplikasi Kesehatan

PENDAHULUAN

Kesehatan mental dianggap oleh beberapa negara sebagai masalah serius yang dapat mengganggu kehidupan sosial, pendidikan atau pekerjaan, bahkan kesehatan fisik (Wang et al., 2018). Penyakit kesehatan mental seperti depresi, skizofrenia, gangguan bipolar, kecemasan dan psikosis lainnya dapat dialami oleh individu berusia 10–24 tahun (Aschbrenner et al., 2019; Kaligis et al., 2021). Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan 12 juta remaja terkena gangguan kesehatan mental dan jumlah kematian akibat bunuh diri pada tahun 2020 sebanyak 671 kasus dan jumlah kasus bunuh diri dan percobaan bunuh diri pada tahun 2021 sebanyak 5.787 kasus (Firdaus, 2021; Rokom, 2021). Permasalahan kesehatan mental berujung pada tindakan menyakiti diri sendiri hingga kematian, seperti kasus bunuh diri siswa

SMK Kota Mojokerto pada tanggal 2 Februari 2021 disebabkan depresi mengetahui ayahnya menikah lagi, dan kasus lainnya terjadi pada mahasiswa UGM yang ditemukan bunuh diri akibat depresi di sebuah hotel daerah Sleman, Yogyakarta (Joe, 2021; Fadli, 2022; Rosa, 2022). Permasalahan kesehatan mental dapat berdampak pada lingkungan, seperti kekhawatiran terhadap prestasi akademis dan isolasi sosial akibat kekhawatiran diri yang berdampak pada berkurangnya pelayanan medis (Khademian et al., 2020; Son et al., 2020). Aplikasi kesehatan mental menawarkan pilihan bagi orang-orang yang tidak ingin menemui dokter secara langsung mengenai kehidupan pribadinya (Gamble, 2020). Negara Indonesia mulai mengembangkan aplikasi kesehatan mental yang memberikan kenyamanan kepada pasien seperti Teduh.io yang masih relatif terbatas penggunaannya (Torous et al., 2018; Wang et al., 2018).

Penelitian sebelumnya telah meneliti penggunaan aplikasi kesehatan mental (Kaligis et al., 2021; Marshall et al., 2020). Namun berbagai penelitian masih memiliki kekurangan dalam menjelaskan perilaku penggunaan aplikasi kesehatan mental. Penelitian Marshall et al. (2020) menggunakan survei dengan kelemahan pada informan yang tidak melaporkan kondisinya setiap minggu mempengaruhi data yang dikumpulkan dan dianggap tidak memadai untuk pengujian data. Penelitian yang dilakukan oleh Kaligis *et al.* (2021) dengan analisis deskriptif mengungkap kelemahan dalam penjelasan pemecahan masalah. Kelemahan penelitian ini adalah belum menjelaskan secara tepat perilaku penggunaan aplikasi kesehatan mental untuk mengatasi masalah kesehatan mental. Berdasarkan kekurangan tersebut, penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif untuk mengkaji perilaku aplikasi kesehatan mental perlu dilakukan.

Metode kuantitatif yang telah dijelaskan sebelumnya terdapat kelemahan pada perilaku informan (Kaligis et al., 2021; Marshall et al., 2020; Zhang et al., 2019). Penelitian tersebut kurang melakukan pendekatan dengan partisipan sehingga hasilnya tidak teridentifikasi dengan baik (Marshall et al., 2020; Zhang et al., 2019). Penerapan di bidang kesehatan mental memerlukan pendekatan untuk menyelidiki pola perilaku informan (Kaligis et al., 2021). Berdasarkan hal tersebut, studi ini perlu menggunakan pendekatan kualitatif untuk mengetahui dengan baik pola perilaku informan.

Penelitian sebelumnya telah meneliti penggunaan metode kualitas untuk penggunaan sistem informasi di bidang kesehatan (Jung et al., 2021; Keshvari et al., 2018). Penelitian ini dilakukan oleh Keshvari *et al.* (2018) menggunakan analisis deskriptif kualitatif untuk menjelaskan hambatan penggunaan sistem informasi rumah sakit. Keuntungannya adalah menjelaskan temuan dengan menggunakan wawancara dan kutipan peneliti lain. Peneliti

mampu meyakinkan informan untuk merahasiakan identitasnya. Studi lain oleh Jung *et al.* (2021) menggunakan metode fenomenologis kualitatif menjelaskan tentang hambatan dan fasilitator dari perubahan dokumen menjadi EHR (*Electronic Health Record*). Kelebihan penelitian ini adalah memberikan penjelasan bahasa yang mudah dipahami dan bukti wawancara kasus pada subjek penelitian. Penelitian ini telah menemukan informan pengganti yang memenuhi kriteria peneliti. Kesimpulan dari penjelasan tersebut adalah penelitian kualitatif mempunyai keunggulan interaksi dan observasi peneliti terhadap peneliti yang terinformasi, sehingga dapat memperoleh hasil yang lebih luas dibandingkan penelitian kuantitatif. Penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui reaksi masyarakat terhadap keberadaan aplikasi kesehatan mental.

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif deskriptif. Penelitian ini pada dasarnya menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif untuk mendeskripsikan fenomena melalui proses menemukan dan memahami perilaku dan pengalaman informan, mendeskripsikan atau menggambarkan perilaku, peristiwa, atau kondisi individu (Nassaji, 2015; Siedlecki, 2020).

Penelitian ini menggunakan pendekatan eksploratif. Penelitian eksploratif digunakan untuk mengeksplorasi, menemukan dan memahami, fenomena yang cukup. Penggunaan metode penelitian kualitatif untuk mengeksplorasi, menemukan dan memahami fenomena yang cukup sehingga mendapatkan wawasan seluas-luasnya (Moen & Middelthon, 2015).

Penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenal. Fenomena penelitian ini adalah berkembangnya penerapan kesehatan mental secara luas di masyarakat. Tujuan penelitian ini untuk menilai respon siswa usia 16–22 tahun yang memiliki pengalaman kesehatan mental terhadap aplikasi kesehatan mental. Dalam penelitian ini, pendekatan etnografi digunakan untuk mengidentifikasi permasalahan dari sudut pandang informan, sehingga meningkatkan keakuratan data yang dikumpulkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk reaksi masyarakat terhadap keberadaan aplikasi kesehatan mental dari proses perubahan perilaku pengguna aplikasi kesehatan mental. Penelitian-ini menggunakan pendekatan eksploratif guna membantu peneliti memperoleh informasi sebanyak-banyaknya. Informan penelitian ini terdapat 46 persen siswa SMA/K, dan 54 persen mahasiswa dari keseluruhan 24 informan.

Penelitian ini menggunakan diskusi kelompok terfokus dan wawancara yang lebih rinci. Metode FGD digunakan untuk memperoleh informasi proses penggunaan aplikasi kesehatan mental. Metode FGD digunakan untuk membahas tentang adanya aplikasi untuk kesehatan mental. Metode FGD kelompok pertama dilakukan di kafe pada tanggal 15 Juni 2023 dengan delapan orang informan. Pemilihan lokasi café merupakan kesepakatan bersama untuk mendapatkan suasana nyaman dan tenang dengan memilih waktu sore hari. Hal ini bertujuan agar informan dapat dengan leluasa mengemukakan pandangannya tanpa merasa malu. Kelompok kedua dan ketiga disurvei melalui wawancara. Wawancara kelompok kedua terdiri dari 8 informan dan kelompok ketiga berjumlah 8 informan. Metode wawancara digunakan untuk mengetahui apakah terdapat kesamaan pengalaman informan mengenai penggunaan aplikasi mental dengan hasil diskusi pada metode FGD.

Kondisi Kesehatan Mental Informan

Lingkungan sosial baik dari pertemanan maupun keluarga dapat terlihat baik memberikan pengaruh yang baik, begitu pula sebaliknya. Peneliti memperhatikan kondisi lingkungan informan yang sebagian terlihat baik-baik saja. Namun, sebagian individu merasakan kesepian akibat dari keluarga dan teman yang sibuk. Kondisi tersebut menjadikan individu tidak memiliki teman untuk diajak bicara, dan mengaku stres akibat memendam masalahnya sendiri. Penelitian sebelumnya yang dilakukan Zhao et al. (2021) menunjukkan bahwa orang tua yang sibuk bekerja relatif lebih banyak menimbulkan konflik dengan anak mereka, sehingga dapat mempengaruhi kesehatan mental anak mereka.

Kesehatan mental diperburuk oleh lingkungan yang tidak mendukung seperti pelecehan verbal oleh keluarga atau teman. Pelecehan verbal berupa kalimat merendahkan individu baik disengaja maupun tidak yang menciptakan beberapa masalah dalam kesehatan mental. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kekerasan verbal dapat membuat orang merasa takut, kesulitan mengingat, perubahan psikomotorik, dan mudah tersinggung (Yun et al., 2019).

Penelitian ini menemukan pengaruh konsekuensi persepsi berhubungan dengan lingkungan sosial. Informan memiliki persepsi terhadap privasi dapat menjadi konsumsi publik. Pernyataan tersebut sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Jerry Y. Buitlena et al, (2022) yang menunjukkan bahwa masyarakat mempunyai persepsi yang memotivasi dirinya untuk bertindak lebih baik. Hal ini sesuai dengan perilaku informan yang berubah menjadi lebih waspada. Berdasarkan penjelasan tersebut, kita dapat menyimpulkan bahwa persepsi mempengaruhi perilaku individu dan mengubahnya.

Penelitian ini memiliki beberapa informan bertipe tertutup. Persepsi ini dirasakan peneliti ketika mewawancarai informan. Kepribadian tertutup cenderung senang menyendiri

dan menyimpan masalahnya sendiri. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Feng dkk (2022) yang menunjukkan bahwa orang introvert dan neurotik mungkin lebih rentan terhadap lingkungan sosial, oleh karena itu mereka memerlukan pengobatan. Perilaku rentan untuk mengungkapkan perasaan kelemahan psikologis. Perilaku ini membuat lingkaran sosial individu menjadi lebih kecil, sehingga memungkinkan teman-teman kecil untuk berdiskusi. Informan dengan kepribadian tersebut cenderung merasa cemas dan stres.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa ketiga pengaruh tersebut saling berhubungan dan menghasilkan perilaku yang mempengaruhi kesehatan mental, seperti kecemasan, stres dan depresi yang dialami remaja.

Pengenalan Aplikasi Kesehatan Mental

Penelitian ini menemukan adanya dampak user interface pada aplikasi mempengaruhi keinginan menggunakan aplikasi kesehatan mental. Dampak dari aplikasi kesehatan mental dapat dikaitkan dengan fitur chatbot yang membantu pengguna mengurangi gangguan mental. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Dencke & Warren (2020) menjelaskan evaluasi penggunaan aplikasi kesehatan pada antarmuka pengguna dan temuan bahwa perspektif pengguna terhadap fungsionalitas aplikasi kesehatan dapat mempengaruhi niat menggunakan aplikasi.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa sudut pandang individu terhadap user interface mempengaruhi niat menggunakan aplikasi kesehatan mental. Efeknya adalah tampilan dan fitur yang tersedia pada aplikasi kesehatan mental.

Proses Penggunaan Aplikasi Kesehatan Mental

Aplikasi yang berjalan berjam-jam dan tidak dapat diakses oleh jaringan yang lemah menjadi salah satu pengaruh kegagalan sistem operasi. Penelitian sebelumnya oleh Amin & Hasan (2019) menjelaskan bahwa kegagalan sistem operasi dapat mempengaruhi kinerja penggunaan aplikasi. Niat individu untuk menggunakan aplikasi berkurang sehingga mengurangi minat untuk terus menggunakannya. Hal ini sesuai dengan perilaku menunggu informan ketika dihadapkan pada pembatasan penggunaan.

Persepsi individu terhadap privasi data pribadi dapat mengubah perilaku menjadi lebih waspada. Persepsi dapat memotivasi individu untuk bertindak lebih (Jery Y. Buitlena, 2022). Hal ini dibuktikan dengan adanya persepsi bahwa responden lebih aman dan nyaman menggunakan aplikasi dibandingkan orang lain yang menceritakan permasalahannya.

Ketertarikan individu terhadap aplikasi berasal dari tampilan dan fitur yang tersedia. Fitur dibagi menjadi dua jenis: fitur berbayar dan fitur gratis. Responden dalam penelitian ini

cenderung lebih memilih fitur gratis dibandingkan fitur berbayar. Perubahan perilaku individu dipengaruhi oleh kondisi tertentu, misalnya fitur berbayar masa percobaan (Schueller et al., 2018). Hal ini bisa terjadi ketika masyarakat merasakan pentingnya fitur berbayar untuk solusi gangguan jiwa.

Berdasarkan penjelasan tersebut, kita dapat menyimpulkan bahwa ketiga pengaruh tersebut saling berhubungan untuk menghasilkan niat penggunaan berkelanjutan, yang dapat dipengaruhi oleh pengaruh sistem operasi, keamanan, dan fitur.

Perubahan Setelah Menggunakan Aplikasi Kesehatan Mental

Penelitian ini menemukan adanya perubahan perilaku yang berasal dari pelepasan emosi atau perasaan yang dilakukan individu saat menggunakan aplikasi kesehatan mental seperti aplikasi Teduh.

Pernyataan tersebut sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa durasi pemakaian aplikasi yang singkat mempengaruhi perubahan perilaku pengguna sehingga diperlukan penelitian selanjutnya untuk lebih mengidentifikasi teori perubahan perilaku pengguna (Milne-Ives et al., 2020). Penelitian ini dengan durasi yang cukup singkat memberikan perubahan perilaku positif.

KESIMPULAN

Berdasarkan temuan penelitian, dapat disimpulkan bahwa aplikasi kesehatan mental mendapat respon positif dan negatif dari pengguna. Aplikasi ini terbukti bermanfaat dalam memecahkan masalah, namun kurangnya kesadaran masyarakat luas menimbulkan keraguan dalam penggunaannya. Antarmuka pengguna dan berbagai pengaruh, seperti sistem operasi dan fitur berbayar, berperan dalam minat dan perilaku individu. Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa informan menghadapi masalah kesehatan mental yang dipengaruhi oleh lingkungan sosial dan perilaku individu. Meskipun terdapat kendala seperti kerusakan sistem operasi dan biaya, pengguna menyatakan keinginan untuk terus menggunakan aplikasi tersebut. Penggunaan aplikasi secara konsisten menghasilkan perubahan perilaku terkait kecemasan, stres, dan depresi, meskipun penelitian ini memiliki jangka waktu yang lebih singkat dibandingkan penelitian sebelumnya.

SARAN

Berdasarkan keterbatasan penelitian yang telah dijelaskan, maka saran untuk penelitian kedepannya adalah sebagai berikut:

1. Persiapan penelitian diharapkan dapat maksimal dalam hal waktu hingga prosedur penelitian selanjutnya.
2. Diharapkan dilakukan penelitian selanjutnya dengan menggunakan metode kuantitatif untuk memverifikasi konstruksi penelitian, sehingga menghasilkan temuan generalisasi tingkat tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul-Halim, N. A., Vafaei-Zadeh, A., Hanifah, H., Teoh, A. P., & Nawaser, K. (2022). Understanding the determinants of e-wallet continuance usage intention in Malaysia. *Quality and Quantity*, 56(5), 3413–3439. <https://doi.org/10.1007/s11135-021-01276-7>
- Amin, A. A., & Hasan, K. M. (2019). A review of Fault Tolerant Control Systems: Advancements and applications. *Measurement: Journal of the International Measurement Confederation*, 143, 58–68. <https://doi.org/10.1016/j.measurement.2019.04.083>
- Arfi, W. Ben, Nasr, I. Ben, Kondrateva, G., & Hikkerova, L. (2021). The role of trust in intention to use the IoT in eHealth: Application of the modified UTAUT in a consumer context. *Technological Forecasting and Social Change*, 167(February), 120688. <https://doi.org/10.1016/j.techfore.2021.120688>
- Aschbrenner, K. A., Naslund, J. A., Tomlinson, E. F., Kinney, A., Pratt, S. I., & Brunette, M. F. (2019). Adolescents' use of digital technologies and preferences for mobile health coaching in public mental health settings. *Frontiers in Public Health*, 7(JUL), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2019.00178>
- Attig, S., Chu, A. M. Y., Azam, R. I., Wong, W. K., & Mumtaz, S. (2021). Antecedents of consumer food waste reduction behavior: Psychological and financial concerns through the lens of the theory of interpersonal behavior. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(23). <https://doi.org/10.3390/ijerph182312457>
- Bandura, A. (1998). Health promotion from the perspective of social cognitive theory. *Psychology and Health*, 13(4), 623–649. <https://doi.org/10.1080/08870449808407422>
- Bisjoe, A. R. H. (2018). MENJARING DATA DAN INFORMASI PENELITIAN MELALUI FGD (Focus Group Discussion): BELAJAR DARI PRAKTIK LAPANG Achmad Rizal H. Bisjoe. *Info Teknis EBONI*, 15(1), 17–28.
- Choi, W., & Tulu, B. (2017). Effective use of user interface and user experience in an mHealth application. *Proceedings of the Annual Hawaii International Conference on System Sciences*, 2017-Janua, 3803–3812. <https://doi.org/10.24251/hicss.2017.460>

- Denecke, K., & Warren, J. (2020). How to evaluate health applications with conversational user interface? *Studies in Health Technology and Informatics*, 270, 976–980. <https://doi.org/10.3233/SHTI200307>
- Elciyar, K., & Simsek, A. (2021). An investigation of cyberloafing in a large-scale technology organization from the perspective of the theory of interpersonal behavior. *Online Journal of Communication and Media Technologies*, 11(2), 1–15. <https://doi.org/10.30935/ojcm/10823>
- Fabian, E. S. (2000). Social Cognitive Theory of Careers and Individuals with serious mental health disorders: Implications for psychiatric rehabilitation programs. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 23(3), 262–269. <https://doi.org/10.1037/H0095159>
- Fadli, R. (2022). Kesehatan Mental - Gejala, Penyebab, dan Pengobatan | Halodoc. <https://www.halodoc.com/kesehatan/kesehatan-mental>
- Feng, X., Astell-Burt, T., Standl, M., Flexeder, C., Heinrich, J., & Markevych, I. (2022). Green space quality and adolescent mental health: do personality traits matter? *Environmental Research*, 206, 112591. <https://doi.org/10.1016/j.envres.2021.112591>
- Firdaus, A. (2021, December 8). Kesehatan mental dan fenomena tragedi bunuh diri - ANTARA News. <https://www.antaranews.com/berita/2572389/kesehatan-mental-dan-fenomena-tragedi-bunuh-diri>
- Gagnon, M. P., Godin, G., Gagné, C., Fortin, J. P., Lamothe, L., Reinharz, D., & Cloutier, A. (2003). An adaptation of the theory of interpersonal behaviour to the study of telemedicine adoption by physicians. *International Journal of Medical Informatics*, 71(2–3), 103–115. [https://doi.org/10.1016/S1386-5056\(03\)00094-7](https://doi.org/10.1016/S1386-5056(03)00094-7)
- Gamble, A. (2020). Artificial intelligence and mobile apps for mental healthcare: a social informatics perspective. *Aslib Journal of Information Management*, 72(4), 509–523. <https://doi.org/10.1108/AJIM-11-2019-0316>
- Hemakumara, G., & Rainis, R. (2018). Spatial behaviour modelling of unauthorised housing in Colombo, Sri Lanka. *Kemanusiaan*, 25(2), 91–107. <https://doi.org/10.21315/kajh2018.25.2.5>
- Issock Issock, P. B., Roberts-Lombard, M., & Mpinganjira, M. (2020). Understanding household waste separation in South Africa: An empirical study based on an extended theory of interpersonal behaviour. *Management of Environmental Quality: An International Journal*, 31(3), 530–547. <https://doi.org/10.1108/MEQ-08-2019-0181>
- Jamshed, S. (2014). Qualitative research method-interviewing and observation. *Journal of Basic and Clinical Pharmacy*, 5(4), 87. <https://doi.org/10.4103/0976-0105.141942>
- Jeihooni, A., Hidarnia, A., Kaveh, M., Hajizadeh, E., & Askari, A. (2016). Application of the health belief model and social cognitive theory for osteoporosis preventive nutritional behaviors in a sample of Iranian women. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 21(2), 131–141. <https://doi.org/10.4103/1735-9066.178231>
- Jery Y. Buitlena, Tadeus A.L. Regaletha, & Dominirsep O. Dodo. (2022). Persepsi Mahasiswa Tentang Pemanfaatan Layanan Kesehatan (Studi pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan

Masyarakat, Universitas Nusa Cendana Angkatan 2020-2021). SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat, 1(4), 629–639. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v1i4.957>

Joe. (2021, February 2). Depresi, Pelajar SMK Mojokerto Ditemukan Tewas Gantung Diri. <https://liramedia.co.id/read/depresi-pelajar-smk-mojokerto-ditemukan-tewas-gantung-diri>

Jogiyanto, H. M. (2007). Sistem informasi keperilakuan. Andi Offset.

Jung, S. Y., Hwang, H., Lee, K., MDDonghyun Lee, Yoo, S., Lim, K., Lee, H. Y., & Kim, E. (2021). User perspectives on barriers and facilitators to the implementation of electronic health records in behavioral hospitals: Qualitative study. JMIR Formative Research, 5(4). <https://doi.org/10.2196/18764>

Kaligis, F., Ismail, R. I., Wiguna, T., Prasetyo, S., Indriatmi, W., Gunardi, H., Pandia, V., & Magdalena, C. C. (2021). Mental health problems and needs among transitional-age youth in Indonesia. International Journal of Environmental Research and Public Health, 18(8). <https://doi.org/10.3390/ijerph18084046>

Keshvari, M., Yusefi, A. R., Homauni, A., Omidifar, R., & Nobakht, S. (2018). Barriers for the using of information systems in hospitals: A qualitative study. Shiraz E Medical Journal, 19(8). <https://doi.org/10.5812/semj.66180>

Khademian, F., Aslani, A., & Bastani, P. (2020). The effects of mobile apps on stress, anxiety, and depression: Overview of systematic reviews. International Journal of Technology Assessment in Health Care, May. <https://doi.org/10.1017/S0266462320002093>

Kim, E., & Han, S. (2021). Determinants of continuance intention to use health apps among users over 60: A test of social cognitive model. International Journal of Environmental Research and Public Health, 18(19). <https://doi.org/10.3390/ijerph181910367>

Kupfer, T. R., Wyles, K. J., Watson, F., La Ragione, R. M., Chambers, M. A., & Macdonald, A. S. (2019). Determinants of hand hygiene behaviour based on the Theory of Interpersonal Behaviour. Journal of Infection Prevention, 20(5), 232–237. <https://doi.org/10.1177/1757177419846286>

Lewin, S., & Glenton, C. (2018). Are we entering a new era for qualitative research? Using qualitative evidence to support guidance and guideline development by the World Health Organization. International Journal for Equity in Health, 17(1), 1–5. <https://doi.org/10.1186/s12939-018-0841-x>

Mahachi-Chatibura, D. (2015). Predicting tourist diners' Sestwana cuisine consumption behaviour in Gabororone, Botswana , an application of the Theory of interpersonal Behaviour. African Journal of Hospitality, Tourism and Leisure, 4(2), 1–25.

Marshall, J. M., Dunstan, D. A., & Bartik, W. (2020). Effectiveness of using mental health mobile apps as digital antidepressants for reducing anxiety and depression: Protocol for a multiple baseline across-individuals design. JMIR Research Protocols, 9(7). <https://doi.org/10.2196/17159>

- Mihas, P. (2019). *Qualitative Data Analysis*. Oxford Research Encyclopedia of Education. <https://doi.org/10.1093/ACREFORE/9780190264093.013.1195>
- Milne-Ives, M., LamMEng, C., de Cock, C., van Velthoven, M. H., & Ma, E. M. (2020). Mobile apps for health behavior change in physical activity, diet, drug and alcohol use, and mental health: Systematic review. *JMIR MHealth and UHealth*, 8(3), 1–16. <https://doi.org/10.2196/17046>
- Moen, K., & Middelthon, A. L. (2015). *Qualitative Research Methods*. In *Research in Medical and Biological Sciences: From Planning and Preparation to Grant Application and Publication*. Elsevier Ltd. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-799943-2.00010-0>
- Moody, G. D., & Siponen, M. (2013). Using the theory of interpersonal behavior to explain non-work-related personal use of the Internet at work. *Information and Management*, 50(6), 322–335. <https://doi.org/10.1016/j.im.2013.04.005>
- Nassaji, H. (2015). Qualitative and descriptive research: Data type versus data analysis. *Language Teaching Research*, 19(2), 129–132. <https://doi.org/10.1177/1362168815572747>
- Opara, I., Assan, M. A., Pierre, K., Gunn, J. F., Metzger, I., Hamilton, J., & Arugu, E. (2020). Suicide among Black Children: An Integrated Model of the Interpersonal-Psychological Theory of Suicide and Intersectionality Theory for Researchers and Clinicians. *Journal of Black Studies*, 51(6), 611–631. <https://doi.org/10.1177/0021934720935641>
- Oyibo, K., Orji, R., & Vassileva, J. (2018). Developing Culturally Relevant Design Guidelines for Encouraging Physical Activity: a Social Cognitive Theory Perspective. 319–352.
- Peterson, J. S. (2019). Presenting a Qualitative Study: A Reviewer’s Perspective. *Gifted Child Quarterly*, 63(3), 147–158. <https://doi.org/10.1177/0016986219844789>
- Reardon, J., On, A. E. B., Feal, Á., Vallina-Rodriguez, N., Wijesekera, P., & Egelman, S. (2019). 50 ways to leak your data: An exploration of apps’ circumvention of the android permissions system. *Proceedings of the 28th USENIX Security Symposium*, 603–620.
- Renjith, V., Yesodharan, R., Noronha, J., Ladd, E., & George, A. (2021). *Qualitative Methods in Health Care Research*. *International Journal of Preventive Medicine*, 12(1). https://doi.org/10.4103/IJPVM.IJPVM_321_19
- Rokom. (2021). *Kemenkes Beberkan Masalah Permasalahan Kesehatan Jiwa di Indonesia – Sehat Negeriku*. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20211007/1338675/kemenkes-beberkan-masalah-permasalahan-kesehatan-jiwa-di-indonesia/>
- Rosa, M. C. (2022, October 14). *Mahasiswa Diduga Bunuh Diri Lompat dari Lantai 11 Hotel, Psikolog: Depresi Kondisi Serius Halaman all - Kompas.com*. https://regional.kompas.com/read/2022/10/14/092232678/mahasiswa-diduga-bunuh-diri-lompat-dari-lantai-11-hotel-psikolog-depresi?page=all&lgn_method=google
- Schueller, S. M., Neary, M., O’Loughlin, K., & Adkins, E. C. (2018). Discovery of and interest in health apps among those with mental health needs: Survey and focus group study. *Journal of Medical Internet Research*, 20(6). <https://doi.org/10.2196/10141>

- Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2020). Motivation and social cognitive theory. *Contemporary Educational Psychology*, 60, 101832. <https://doi.org/10.1016/J.CEDPSYCH.2019.101832>
- Siedlecki, S. L. (2020). Understanding Descriptive Research Designs and Methods. *Clinical Nurse Specialist*, 34(1), 8–12. <https://doi.org/10.1097/NUR.0000000000000493>
- Son, C., Hegde, S., Smith, A., Wang, X., & Sasangohar, F. (2020). Effects of COVID-19 on college students' mental health in the United States: Interview survey study. *Journal of Medical Internet Research*, 22(9), 1–14. <https://doi.org/10.2196/21279>
- Tao, D., Shao, F., Wang, H., Yan, M., & Qu, X. (2020). Integrating usability and social cognitive theories with the technology acceptance model to understand young users' acceptance of a health information portal. *Health Informatics Journal*, 26(2), 1347–1362. <https://doi.org/10.1177/1460458219879337>
- Taymoori, P., Rhodes, R. E., & Berry, T. R. (2010). Application of a social cognitive model in explaining physical activity in Iranian female adolescents. *Health Education Research*, 25(2), 257–267. <https://doi.org/10.1093/her/cyn051>
- Torous, J., Wisniewski, H., Liu, G., & Keshavan, M. (2018). Mental health mobile phone app usage, concerns, and benefits among psychiatric outpatients: Comparative survey study. *JMIR Mental Health*, 5(4), 1–11. <https://doi.org/10.2196/11715>
- Vaghefi, I., & Tulu, B. (2019). The continued use of mobile health apps: Insights from a longitudinal study. *JMIR MHealth and UHealth*, 7(8), 1–11. <https://doi.org/10.2196/12983>
- Wahyuni, N. (2014). Focus Group Discussion. <https://qmc.binus.ac.id/2014/08/28/focus-group-discussion/>
- Wang, K., Varma, D. S., & Prospero, M. (2018). A systematic review of the effectiveness of mobile apps for monitoring and management of mental health symptoms or disorders. *Journal of Psychiatric Research*, 107, 73–78. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2018.10.006>
- Yun, J. Y., Shim, G., & Jeong, B. (2019). Verbal Abuse Related to Self-Esteem Damage and Unjust Blame Harms Mental Health and Social Interaction in College Population. *Scientific Reports*, 9(1), 1–13. <https://doi.org/10.1038/s41598-019-42199-6>
- Zhang, R., Nicholas, J., Knapp, A. A., Graham, A. K., Gray, E., Kwasny, M. J., Reddy, M., & Mohr, D. C. (2019). Clinically meaningful use of mental health apps and its effects on depression: Mixed methods study. *Journal of Medical Internet Research*, 21(12). <https://doi.org/10.2196/15644>
- Zhao, Y., Cooklin, A. R., Richardson, A., Strazdins, L., Butterworth, P., & Leach, L. S. (2021). Parents' Shift Work in Connection with Work–Family Conflict and Mental Health: Examining the Pathways for Mothers and Fathers. *Journal of Family Issues*, 42(2), 445–473. <https://doi.org/10.1177/0192513X20929059>