

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Kesehatan mental merupakan kondisi Emosional, Psikologis dan Sosial yang menyebabkan sebuah kondisi dimana seseorang memiliki mental yang stabil dan jauh dari gangguan seperti depresi, kecemasan berlebih serta stres berkepanjangan [1]. Hal ini semakin mengkhawatirkan mengingat bahwa kondisi kesehatan mental yang buruk dapat memicu berbagai gejala fisik dan psikologis yang serius. Saat ini terdapat sekitar 450 juta orang di dunia yang menderita gangguan mental [2]. Diperkirakan satu dari empat orang akan mengalami satu atau lebih jenis gangguan mental selama hidupnya. Gangguan ini dapat menimbulkan berbagai gejala berbeda, seperti kelelahan, sakit kepala, kehilangan nafsu makan, mudah lupa, kebingungan, gugup, mudah tersinggung, penurunan gairah seksual, masalah pencernaan, dan tekanan darah tinggi. Semua gejala tersebut bisa menjadi tanda stres berat dan memerlukan perhatian khusus [3]. Tanda dan gejala lainnya termasuk perubahan tingkat aktivitas kemampuan kognitif, seperti: pembicaraan, dan fungsi vegetatif, seperti tidur, nafsu makan, aktivitas seksual, dan irama biologis lainnya, namun perubahan ini paling sering dikaitkan dengan gangguan fungsi interpersonal atau bisa disebut kemampuan seseorang dalam berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain, yang menyebabkan gangguan dalam sosial dan pekerjaannya. Saat ini, sistem kesehatan dunia belum mampu menangani kasus gangguan mental dengan baik, sekitar 85% penduduk di negara berkembang tidak menerima pengobatan untuk gangguan mental [4]. Dilihat dari angka penderita Kesehatan Mental yang tinggi, maka seharusnya perawatan dan pengobatan disediakan di setiap Negara. Namun penderita atau korban Kesehatan Mental di Indonesia masih dianggap aneh. Masih banyak korban Kesehatan Mental menutupi masalahnya karena takut mendapat stigma negatif dari masyarakat [5]. Kondisi ini semakin menekankan pentingnya pembahasan kesehatan mental dalam memberdayakan individu, keluarga, dan komunitas untuk mampu menemukan dan merawat kondisi kesehatan mental mereka dalam menghadapi kehidupan sehari-hari.

Dengan semakin cepat berkembangnya teknologi, terutama layanan *internet*. Salah satu layanan *internet* yang dicari adalah Konsultasi Kesehatan *Online*. Dengan penggunaan konsultasi *online*, dapat lebih memudahkan pengguna, lebih hemat waktu, lebih hemat biaya, lebih mudah

diakses di mana saja dan kapan saja, serta Layanan Konsultasi juga dapat berlanjut ke pertemuan secara langsung. Layanan konsultasi *online* memberikan pengaruh pada hubungan dokter dan pasien, terutama terkait rasa percaya (*trust*). Hubungan seperti ini diperlukan untuk menciptakan kontak terapeutik yang efektif, sehingga pasien merasa lebih nyaman dalam berbagi informasi kesehatan mereka dan dokter dapat memberikan perawatan yang lebih tepat [6]. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Dwiningsih Yuniarti dari Universitas Komputer Indonesia, dalam penelitiannya yang berjudul “Aplikasi konsultasi kesehatan pada Yakes-Telkom berbasis Android” bertujuan untuk membantu Yakes-Telkom dalam meningkatkan pelayanan kesehatan kepada pengguna dan memberikan kemudahan khusus bagi pegawai dan keluarganya dalam melakukan konsultasi kesehatan dan dapat digunakan juga sebagai alternatif dalam memperoleh informasi tentang dunia kesehatan yang sering terjadi saat ini [7]. Menurut Dr. Catherin M.Ked, Sp.KJ dari RSU Vina Estetika Medan mengatakan melalui Halodoc “Keluarga sangat berperan untuk mendukung kesembuhan kesehatan mental. Jika keluarga tidak mendukung, maka akan memperlambat penyembuhan gangguan kesehatan mentalnya”. Untuk membantu penyembuhan pada korban, memerlukan Psikoterapi dan obat-obatan. Contoh Psikoterapi yang dilakukan adalah Psikoterapi suportif, CBT, Psikoterapi keluarga.

Berdasarkan penjelasan pada paragraf di atas, tugas akhir ini melakukan “**Analisis dan Perancangan Aplikasi Konsultasi Kesehatan Mental berbasis Web untuk masyarakat**” yang bertujuan untuk membantu dan meningkatkan kesadaran kesehatan masyarakat, memberikan edukasi kesehatan kepada masyarakat dengan menyediakan fitur konsultasi dengan dokter spesialis, menyediakan fitur tutorial meditasi berdasarkan keluhan apa yang sedang terjadi, menyediakan fitur *music* untuk relaksasi pikiran, dan menyediakan fitur komunitas untuk pengguna yang memiliki riwayat masalah kesehatan mental yang sama.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah dijelaskan, adapun rumusan masalah yang muncul dalam “**Analisis dan Perancangan Aplikasi Konsultasi Kesehatan Mental berbasis Web untuk masyarakat**” ini adalah bagaimana merancang aplikasi yang lebih mudah diakses untuk mendapatkan bantuan dan edukasi terkait kesehatan mental dengan menyediakan tenaga profesional, serta menyediakan fitur meditasi untuk membantu mengurangi atau mengatasi

masalah yang ada. Juga membantu dan mengatasi stigma negatif dari masyarakat terhadap penderita gangguan mental yang bertujuan memberikan solusi kepada masyarakat

### 1.3 Tujuan

Berdasarkan Rumusan Masalah yang sudah didapatkan, maka tujuan penelitian ini adalah menganalisis dan merancang Aplikasi Konsultasi Kesehatan mental agar memudahkan masyarakat dalam mengakses edukasi tentang pentingnya menjaga Kesehatan mental.

### 1.4 Manfaat

1. Mempermudah akses konsultasi kesehatan mental, terutama di daerah yang masih kekurangan tenaga spesialis kesehatan mental
2. Perancangan aplikasi ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran kesehatan mental kepada masyarakat
3. Memeberikan dukungan psikologis kepada masyarakat, terutama kepada masyarakat yang merasa takut menceritakan masalah yang dihadapi mereka secara langsung

### 1.5 Ruang Lingkup

Adapun Ruang Lingkup dari penelitian ini berfokus pada :

1. Konsep Konsultasi, Memprioritaskan kebutuhan pengguna untuk berkonsultasi dengan Psikater
2. Klien, Mengakses berbagai fitur yang ada pada aplikasi
  - a. Menu login dan pendaftaran, pengguna dapat masuk ke aplikasi untuk mulai mengakses berbagai fitur yang ada
  - b. Pesan Psikater, penggna dapat melakukan pemesanan Psikater yang diinginkan sesuai dengan keluhan dan gangguan yang sedang dialami
  - c. Chat dengan Psikater, pengguna melakukan konsultasi dengan Psikater
  - d. *Video Call* dengan Psikiater, pengguna dapat melakukan *video call* dengan Psikater agar lebih memudahkan pengguna dan Psikater saling berkomunikasi
  - e. Komunitas, pengguna dapat bertukar pengalaman didalam forum tentang keluhan dan gangguan yang sama antara pengguna lain

- f. Meditasi, pengguna dapat mengakses fitur ini untuk melakukan dan mengikuti sesi meditasi
  - g. Artikel, pengguna dapat mengakses fitur artikel. Fitur ini bertujuan untuk membantu pengguna mendapatkan informasi dan edukasi tentang gangguan mental
3. Psikater, Mengakses berbagai fitur yang ada pada aplikasi dan memberikan layanan konsultasi kepada pengguna
- a. Fitur konsultasi dengan pengguna, Psikater dapat mengelola sesi konsultasi dalam bentuk chat, video call, panggilan suara dan penjadwalan jumpa langsung
  - b. Chat dengan pengguna, Psikiater dapat berinteraksi dengan pengguna setelah penjadwalan, pada sesi ini Psikater berkomunikasi langsung dengan pengguna dengan memberikan jawaban dari pertanyaan pengguna dan memberikan dukungan psikologis
  - c. Berbagi artikel, Psikater dapat memberikan artikel terkait kesehatan mental atau memberikan beberapa sumber yang relevan agar membantu pengguna memahami masalah yang dialami
  - d. Catatan, Psikater bisa memberikan catatan kepada pengguna ketika sudah selesai sesi konsultasi
4. Admin, memastikan layanan berjalan dengan baik
- a. Pengelolaan akun pengguna dan psikater, Admin bertanggung jawab untuk membuat, mengedit dan memblokir akun pengguna dan psikater
  - b. Verifikasi akun, Admin dapat melakukan verifikasi akun psikater dan pengguna untuk memastikan layanan yang diberikan berjalan sesuai dengan peraturan yang ditetapkan