

# BAB I PENDAHULUAN

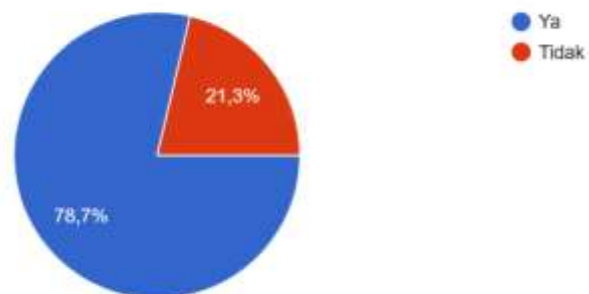
## I.1 Latar Belakang

Gangguan kesehatan mental adalah gangguan *mood*, kondisi emosional berkepanjangan yang mewarnai seluruh proses mental (berpikir, berperasaan dan berperilaku) seseorang (Rice PL,2018). Gangguan mental akibat tidak bisa mengendalikan pikiran berlebih yang cenderung negatif dapat merusak kesehatan mental. Seseorang yang ingin mendapatkan kesehatan mental yang baik, sebaiknya mengedukasi dirinya tentang apa itu kesehatan mental.

Pada era yang mengharuskan penggunaan teknologi seperti saat ini, semakin lama dapat membuat penggunaan berlebih yang mengakibatkan kecanduan. Karena hal itu, kebanyakan pikiran seseorang menjadi tidak tenang dan tidak fokus, sebelum terjadi hal yang tidak diinginkan seseorang cenderung mencari solusi yang paling mudah untuk ditemukan, salah satunya adalah menemui seseorang yang dapat membantu permasalahan kita baik teman dekat atau orang yang sudah profesional di bidangnya seperti konselor. Tak jarang untuk menemui konselor secara langsung seseorang merasa malu dengan berbagai macam alasan, salah satunya takut disangka tidak waras. Dengan demikian seseorang cenderung memilih alternatif lain yaitu dengan mencari alat bantu secara *online* yang dapat menyelesaikan permasalahannya.

Apakah kamu membutuhkan solusi dari permasalahan tersebut ?

61 tanggapan



Gambar I.1 Survei kecenderungan individu yang membutuhkan solusi dari permasalahannya

Pada Gambar I.1 penulis menggunakan kuesioner yang berisikan 61 responden dengan pertanyaan seputar kesehatan mental yang dilakukan dengan rentan waktu 25 oktober 2020 sampai dengan 1 november 2020. Hasil kuesioner menunjukkan bahwa 78,7% responden membutuhkan solusi dari permasalahannya sendiri, oleh karena itu penulis memberikan alternatif solusi dari permasalahan ini yaitu sebuah *website* kesehatan mental yang bertujuan mengendalikan tingkat stres seseorang sedini mungkin. Pada *website* ini terdapat berbagai informasi mengenai kesehatan mental, konseling *online* dengan konselor, forum curhat untuk berdiskusi secara *online*, serta tes skrining di awal halaman *website*.

Menurut Puspitosari dalam Kesuma & Rahmawati(2017) *website* memiliki halaman informasi yang menyediakan jalur internet sehingga bisa diakses oleh seluruh dunia, selama tersambung dengan jaringan internet. Di indonesia sendiri terdapat beberapa *website* pencegahan bunuh diri salah satunya *website* pijarpsikologi.org dan intothelighid.org. Penulis membuat perbandingan kedua *website* tersebut beserta *website* yang akan penulis buat :

Tabel I.1 Perandingan *Website*

<b>Fitur</b>	<b>Pijarpsikologi.Org</b>	<b>Intothelighid.Org</b>	<b>Pahamee.com</b>
<i>Login, register</i>	-	-	v
<i>konseling online</i>	v	-	v
Forum curhat	-	-	v
Daftar konselor	v	-	v
Konten	v	v	v

Sumber : *Website* pijarpsikologi.org dan intothelighid.org

*Website* pijarpsikologi.org menyediakan berbagai fitur pengetahuan khususnya untuk orang-orang yang mengunjungi *website* tersebut, seperti fitur fakta mitos, kiat, serta ajang memasukan tulisan pembaca agar bisa dilihat oleh khalayak umum yang mengakses *website* tersebut, tetapi pada *website* pijarpsikologi.org belum ada info berupa video serta forum curhat *online*. Sedangkan dalam *website* intothelighid.org, terfokus pada artikel-artikel yang dapat membantu pencegahan bunuh diri, tetapi belum ada fitur forum untuk curhat, konseling *online*, serta daftar konselor. Pada *website* yang akan penulis rancang, terdapat fitur konseling, forum curhat, serta konten (artikel, video,

*podcast*) dengan tujuan agar pembaca terdaftar merasa terfokuskan dalam proses meditasi penyembuhan mentalnya.

Pada pembuatan *website* ini, penulis akan melakukan penelitian menggunakan metode *Extreme Programming (XP)*. *Extreme programming (XP)* merupakan salah satu cabang dari metode agile. Untuk pengujian *website* Pahamee penulis menggunakan dua metode yaitu *black box testing* dan *usability testing*.

## **I.2 Perumusan Masalah**

Rumusan masalah yang akan penulis bahas dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

“Bagaimana rancangan sebuah sistem aplikasi yang dapat membantu mendukung kesehatan mental pada *user* klien ?”

## **I.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan yang diharapkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

“Membuat rancangan dan membangun sistem aplikasi yang dapat membantu mendukung kesehatan mental pada *user* klien”

## **I.4 Batasan Penelitian**

Agar pembahasan tidak terlalu luas, penulis membuat beberapa batasan permasalahan yakni sebagai berikut :

- a. Aplikasi ini difokuskan untuk pencegahan awal terjadinya stres.
- b. Hanya fokus dalam pembuatan *website* tidak ada versi mobilnya.
- c. Penelitian ini difokuskan kepada fitur *user* klien.
- d. Aplikasi dibangun menggunakan *framework* laravel.
- e. Pengujian ini menggunakan metode *blackbox testing* dan *usability testing*.

## **I.5 Manfaat Penelitian**

Dalam penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam aspek teoritis maupun praktis, seperti :

1. Teoritis

Secara teoritis diharapkan hasil penelitian ini mampu menambah wawasan sehingga bermanfaat dalam perkembangan pembuatan aplikasi berbasis *website*. Serta mampu menjadi acuan perbandingan dalam pembuatan *website* kesehatan mental.

2. Praktis
  - a. Membantu mengedukasi *user* yang memiliki masalah tentang kesehatan mental.
  - b. Membantu *user* dalam pengelolaan stres yang dialaminya.
  - c. Membantu konselor dalam menyampaikan ilmu terhadap masalah pengelolaan stres seseorang.

## **I.6 Sistematika Penulisan**

### **BAB I Pendahuluan**

Pada bab 1 pendahuluan ini berisi tentang penjelasan mengenai latar belakang penulisan, rumusan masalah yang dibahas, tujuan dan manfaat penelitian, batasan masalah agar tidak terlalu luas, serta sistematika laporan penelitian.

### **BAB II Kajian Teori**

Pada bab 2 ini berisikan teori-teori penjelasan yang relevan dengan pembahasan penelitian yang akan dilakukan.

### **BAB III Metodologi Penelitian**

Pada bab 3 ini akan menjelaskan tentang metode penelitian yang digunakan dalam penelitian. Dalam hal ini penulis akan menjelaskan tentang metode *EXTREME PROGRAMMING (XP)*.

### **BAB IV Analisis Dan Perancangan**

Pada bab ini berisikan analisis serta perancangan dari aplikasi yang akan digunakan dalam penelitian ini.

### **BAB V Pengujian Dan Implementasi**

Dalam bab ini dilakukan hasil pengujian aplikasi dan implementasi nya terhadap pengguna aplikasi.

### **BAB VI Kesimpulan Dan Saran**

Bab ini adalah bab terakhir dalam penelitian ini, bab ini berisikan penjelasan terhadap kesimpulan yang telah dilakukan dalam penelitian, serta saran yang berguna terhadap penelitian ini.