

1. Pendahuluan

Latar Belakang

Stres merupakan salah satu masalah yang sering dihadapi setiap individu. Stres dapat berdampak secara fisik maupun psikologis. Stres yang dialami oleh individu biasanya disertai dengan ketegangan emosi dan ketegangan fisik yang menyebabkan ketidaknyamanan[1]. Salah satu gangguan psikologis yang melibatkan stres dan masih luput dibicarakan masyarakat di Indonesia adalah *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD) atau dapat disebut dengan stres pasca trauma. PTSD adalah suatu sindrom yang dialami oleh seseorang yang mengalami kejadian yang traumatis dan individu tersebut tidak mampu menghilangkan ingatan akan kejadian traumatis tersebut dari pikirannya[2]. Nevid[3] menjelaskan bahwa kejadian atau peristiwa traumatis ini dapat berupa serangan kekerasan, bencana alam yang menimpa manusia, kecelakaan, atau perang.

Langkah awal sebelum mendapatkan penanganan PTSD, *self-assessment* atau penilaian diri dengan mengukur tingkat keparahan gejala PTSD dapat dilakukan. Berdasarkan *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Fifth Edition* (DSM-5), PTSD memiliki tingkat keparahan gejala yang dapat diukur, salah satunya dengan alat ukur *Posttraumatic Diagnostic Scale for DSM-5* (PDS-5). Alat ukur PDS memiliki validitas yang tinggi karena secara langsung mencerminkan pengalaman PTSD dengan konsistensi internal yang tinggi[4]. Hasil skor atau nilai keparahan gejala tidak dapat dijadikan acuan untuk mendiagnosis seseorang mengidap gangguan PTSD atau tidak, namun dengan nilai yang diperoleh menggunakan alat ukur yang valid dan reliabel dapat menjadi dorongan bagi seseorang untuk mencari bantuan profesional, salah satunya dengan psikolog, dalam mendiagnosa dan menangani gangguan PTSD.

National Institute of Mental Health[6] menyatakan bahwa dokter yang memiliki pengalaman membantu orang dengan penyakit mental, seperti psikolog, dapat mendiagnosis PTSD. Dengan memanfaatkan teknologi informasi dan komunikasi, pemberian wadah bagi psikolog untuk berkomunikasi langsung dalam bentuk konsultasi dengan pasien PTSD menjadi salah satu solusi untuk mempercepat penanganan PTSD di Indonesia. Pesatnya perkembangan teknologi informasi dan komunikasi meningkatkan penggunaan internet dan pengembangan aplikasi yang dapat membantu segala aspek kehidupan manusia, salah satunya adalah kesehatan[5].

Layanan kesehatan dalam bentuk aplikasi teknologi informasi dan komunikasi dapat disebut juga dengan eHealth. Di Indonesia sudah banyak pengembangan aplikasi eHealth yang dapat menangani permasalahan kesehatan secara umum, namun aplikasi yang dikhususkan melakukan dan mengetahui hasil *self-assessment* atau tes penilaian diri sebagai bentuk pengidentifikasian awal gangguan PTSD serta pemberian wadah untuk berkonsultasi dengan psikolog dalam pendiagnosaan dan penanganan PTSD masih belum ada.

Berdasarkan uraian yang telah disebutkan, sebuah *platform* berbasis aplikasi layanan kesehatan dengan kegunaan yang dikhususkan untuk melakukan tes penilaian diri PTSD dan dilanjutkan untuk berkonsultasi langsung dengan psikolog secara online menjadi solusi yang dibutuhkan. Metode penelitian yang dipilih untuk mengembangkan aplikasi tersebut adalah *Design and Development* (D&D). Berdasarkan pernyataan dari Thomas dan Rothman[11], beberapa penelitian D&D mengembangkan kegiatan-kegiatan inovatif untuk menghasilkan kemungkinan solusi terhadap suatu permasalahan yang bersifat praktikal. Jenis penelitian D&D dilakukan melalui proses desain, pengembangan, dan evaluasi dengan tujuan untuk membentuk dasar empiris untuk menciptakan produk dan alat untuk kegiatan pembelajaran maupun non pembelajaran dan menciptakan model baru atau meningkatkan model yang mengatur perkembangannya. Richey dan Klein[7] menyatakan bahwa "*design and development research seeks to create knowledge grounded in data systematically derived from practice*" serta penelitian D&D memiliki "*...major impact on the development of interactive, computer-based media and web design*".

Topik dan Batasannya

Berdasarkan latar belakang penelitian ini, permasalahan yang dapat diuraikan yaitu bagaimana metode desain dan pengembangan dapat diterapkan untuk aplikasi tes penilaian diri PTSD dan konsultasi langsung dengan psikolog secara online dan bagaimana penilaian para ahli dan pengguna terhadap aplikasi tes penilaian diri PTSD dan konsultasi langsung dengan psikolog secara online.

Penelitian ini memiliki beberapa batasan, yaitu aplikasi dikhususkan untuk melakukan tes penilaian diri PTSD dan dilanjutkan dengan konsultasi langsung dengan psikolog secara langsung, aplikasi ini juga tidak menggunakan sistem pakar seperti *chatbot* atau intelegensi artifisial. Teknik pengumpulan data yang digunakan ialah melalui kuesioner dengan target konsumen atau pengguna dikhususkan untuk mahasiswa dengan rentang usia 18 hingga 22 tahun yang masih membutuhkan wali sebagai pihak yang dapat dihubungi selama pengguna menggunakan aplikasi. Evaluasi dan analisis data yang telah didapatkan dari pengumpulan data sesuai langkah-langkah dari metode *Design and Development* (D&D) akan dilakukan menggunakan rumus pengukuran skala Likert.

Tujuan

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengembangkan aplikasi layanan kesehatan dengan kegunaan khusus untuk melakukan tes penilaian diri PTSD dan dilanjutkan untuk berkonsultasi langsung dengan psikolog secara online dengan metode *design and development* (D&D), untuk mengetahui desain dan proses pengembangan seperti apa yang dapat diterapkan dalam aplikasi tes penilaian diri PTSD dan konsultasi langsung dengan psikolog secara online, dan untuk mengetahui penilaian para ahli dan pengguna terhadap aplikasi tes penilaian diri PTSD dan konsultasi langsung dengan psikolog secara online.

Organisasi Tulisan

Proses penelitian ini dibagi menjadi lima bab yaitu: pendahuluan, studi terkait, sistem yang dibangun, evaluasi, dan kesimpulan. Bagian pendahuluan berisikan mengenai latar belakang dari penelitian untuk memberikan alur proses awal ide penelitian, serta diuraikan pula tujuan, manfaat, rumusan masalah, dan ruang lingkup dari penelitian ini. Bagian studi terkait berisi penjelasan tentang literatur dan artikel mengenai penelitian-penelitian terdahulu yang menjadi acuan penelitian. Bagian sistem yang dibangun berisikan tentang langkah dan metode yang digunakan untuk penelitian. Bagian evaluasi berisikan tentang analisis dari hasil penelitian sesuai dengan permasalahan dan tujuan penelitian. Bagian kesimpulan berisikan rangkuman dari penelitian yang telah dilakukan dengan adanya saran yang ditujukan untuk mengembangkan penelitian selanjutnya.