

## 1. Pendahuluan

### 1.1. Latar Belakang

Kesehatan mental adalah sebuah kondisi yang memungkinkan seseorang untuk mengatasi tekanan hidup, menyadari kemampuan yang dimiliki, belajar dan bekerja dengan baik serta dapat berkontribusi untuk diri sendiri maupun orang lain [1]. Berdasarkan hasil survey yang dilakukan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melalui Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan bahwa prevalensi gangguan kesehatan mental pada tahun 2018 untuk umur diatas 15 tahun di Indonesia mencapai angka 9,8% [2]. Kemudian menurut artikel ilmiah pada situs *The Conversation* yang ditulis oleh Fransiska Kaligis [3], terdapat riset yang dilakukan oleh tim Divisi Psikiatri Anak dan Remaja, Fakultas Kesehatan di Universitas Indonesia, menyatakan sebanyak 95,4% menyatakan bahwa mereka pernah mengalami gejala kecemasan (*anxiety*), dan 88% pernah mengalami gejala depresi dalam menghadapi permasalahan selama di usia ini. Meski begitu, pemahaman literasi akan kesehatan mental masyarakat Indonesia cenderung masih rendah [4].

Mengikuti klasifikasi umur Departemen Kesehatan RI tahun 2009 [5], penulis melakukan survey secara *online* mengenai pemahaman tentang kesehatan mental terhadap 38 responden remaja yang tersebar di provinsi Jakarta, Jawa barat, Jawa Tengah, Sumatera Selatan, Sumatera Utara, Sumatera Barat, Nusa Tenggara Barat, Sulawesi Selatan dan Riau dengan rentan umur 12-25 tahun. Dari hasil survey tersebut, sebanyak 71,1% responden mengaku pernah merasa bahwa orang di sekitarnya mengalami gangguan kesehatan mental. Namun tidak semua responden tersebut mengetahui dengan betul ciri-ciri atau gejala orang dengan gangguan kesehatan mental dengan persentase 52,6% menyatakan mungkin (ragu-ragu), 36,8% menyatakan mengetahui dan 10,5% menyatakan tidak tahu. Terakhir, saat diberikan pertanyaan terkait kurang atau tidak lengkapnya informasi yang ada di internet atau media sosial, sebanyak 73,7% menyatakan setuju terhadap hal tersebut..

Saat ini, terdapat beberapa aplikasi mengenai kesehatan mental, seperti Kalm, Amaha, Bicarakan.id, Riliv dan Halodoc. Mayoritas aplikasi tersebut memberikan fitur bimbingan konseling yang ditujukan bagi penderita gangguan kesehatan mental yang ingin mencari pengobatan. Namun beberapa aplikasi tersebut, belum banyak ditemukan aplikasi yang dapat digunakan untuk mengedukasi masyarakat khususnya remaja terkait hal-hal yang berkaitan tentang kesehatan mental.

Kurangnya pemahaman mengenai kesehatan mental secara tidak langsung akan berdampak pada salahnya perlakuan terhadap penderita gangguan kesehatan mental [6]. Menurut *World Federation of Mental Health* (WFMH), kasus kesehatan mental tidak lagi bisa dilihat secara individual, namun harus diintervensi dalam skala makro atau sistem yang berarti segala pengetahuan tentang kesehatan mental selayaknya perlu dipahami oleh masyarakat [7]. Pemahaman akan bagaimana cara memeriksa, mencegah atau menjaga diri serta orang lain dari gejala gangguan mental, maupun bagaimana cara yang tepat untuk menyikapi orang yang mengalami gangguan mental yang kurang, menjadi salah satu penyebab seseorang mengalami gangguan kesehatan mental dan menjadi sumber stigma dalam masyarakat yang terus berkembang [6]. Hal tersebut merupakan salah satu masalah dan alasan terjadinya kenaikan angka penderita kesehatan mental setiap tahunnya [6], [8]. Sehingga diperlukan suatu media informasi yang dapat menyediakan edukasi mengenai kesehatan mental kepada masyarakat, khususnya remaja.

Dengan pertimbangan bahwa penggunaan smartphone lebih mendominasi dan lebih mudah digunakan dibandingkan dengan komputer [9], [10], maka media informasi pada penelitian ini dirancang dalam bentuk aplikasi mobile. Selain itu, mobile app dapat menerima feedback secara cepat dari pengguna, dapat menggunakan fitur-fitur pada perangkat seluler yang dimiliki dan dapat bekerja secara offline [10]. Agar media informasi yang dibangun dapat membantu mengatasi kurangnya pemahaman mengenai kesehatan mental, maka diperlukan model aplikasi media informasi kesehatan mental.

Penelitian ini mengadaptasi metode *User Centered Design* dengan melibatkan remaja berusia 12-25 tahun. *User Centered Design* (UCD) merupakan metode yang memprioritaskan keinginan dan kebutuhan masing-masing pengguna pada setiap fase proses desain [11]. Metode ini merupakan metode yang tepat dalam penelitian ini karena target pengguna dalam penelitian ini memiliki karakteristik, pola pikir, dan aktivitas yang cenderung berbeda dibandingkan dengan anak-anak maupun orang dewasa. Untuk mengetahui usability dari model yang dibangun, penelitian ini melakukan pengujian usability (*Usability Testing*) secara online dengan menggunakan alat bantu Maze Design dan *USE Questionnaire* dengan penilaian 5 poin skala likert. Proses *interview* juga dilakukan untuk lebih memahami hasil dari pemodelan aplikasi yang dibuat.

### 1.2. Topik dan Batasannya

Kasus kesehatan mental tidak lagi bisa dilihat secara individual, namun harus diintervensi dalam skala makro atau sistem yang berarti segala pengetahuan tentang kesehatan mental selayaknya perlu dipahami oleh masyarakat. Pemahaman mengenai kesehatan mental di Indonesia yang cenderung masih rendah merupakan akibat dari kurangnya informasi yang didapatkan oleh masyarakat. Akibatnya akan semakin banyak orang mengalami gangguan kesehatan mental dan menjadi sumber stigma dalam masyarakat terus berkembang. Meskipun banyak aplikasi yang memiliki keterkaitan mengenai kesehatan mental, belum banyak ditemukan aplikasi yang dapat digunakan untuk mengedukasi masyarakat khususnya remaja terkait hal-hal yang berkaitan tentang kesehatan mental. Berdasarkan hal tersebut diperoleh batasan masalah sebagai berikut:

1. Objek penelitian akan dibatasi untuk remaja berumur 12-25 tahun yang sedang menempuh pendidikan kuliah.

2. Perancangan *User Interface* disesuaikan kedalam tampilan *mobile*.

### 1.3. Tujuan

Berdasarkan latar belakang masalah pada sub-bab sebelumnya, dapat dibuat tujuan sebagai berikut:

1. Merancang sebuah model *User Interface* untuk media informasi kesehatan mental dengan metode *User Centered Design* yang dapat memenuhi tujuan dan kebutuhan pengguna.
2. Menganalisis tingkat *Usability* pada media yang dihasilkan
3. Membuat dan menghasilkan desain produk berupa sebuah model aplikasi *mobile* yang sesuai dengan kebutuhan pengguna.

### 1.4. Organisasi Tulisan

Organisasi penulisan pada tugas akhir ini memiliki beberapa bagian yaitu, bagian pertama adalah pendahuluan. Dalam pendahuluan terdiri dari permasalahan yang ada, dan tujuannya. Selanjutnya bagian kedua adalah studi terkait, dalam studi terkait berisi penjelasan terperinci mengenai dukungan dasar dan teori yang digunakan dalam tugas akhir ini. Selanjutnya pada bagian ketiga adalah sistem yang dibangun, pada bagian ini akan dibahas tentang apa saja rancangan yang akan dibangun pada tugas akhir ini. Yang terakhir, adalah bagian keempat yang berisi evaluasi dari rancangan yang sudah dibuat, pada bagian ini merupakan kesimpulan dari hasil tugas akhir yang dibuat.