

BAB I PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Banyak faktor-faktor yang mempengaruhi hubungan antar manusia, sehingga membuat salah satunya merasakan ketidaknyamanan dalam berinteraksi, sehingga muncul berbagai perilaku yang tidak baik yang dapat mempengaruhi kesehatan mentalnya. Apalagi disaat pandemi COVID-19 ini membuat hampir semua orang merasakan keterbatasan ruang gerak, dan juga penggunaan teknologi menjadi meningkat dikarenakan semua pekerjaan beralih menjadi daring, peningkatan ini dapat mempengaruhi kesehatan mental yang dapat memicu stres ringan, hingga stres berat. WHO mengatakan bahwa pandemi COVID-19 ini merupakan krisis kesehatan mental maka dari itu perlu memperkuat tindakan terhadap kesehatan mental (Niederkröthaler et al., 2020). Menurut Holmes et al., 2020; Rogers et al., 2020; Wu et al. 2020, potensi pandemi COVID-19 memengaruhi otak dan menyebabkan morbiditas fisik jangka panjang berarti itu mungkin menjadi relevan sebagai faktor risiko penyakit mental dan bunuh diri di masa depan (Niederkröthaler et al., 2020)

Untuk memperkuat kesehatan mental, salah satunya adalah dengan berkonsultasi dengan profesional. Peran Konselor sebagai seorang profesional juga ikut serta sebagai peran pendukung dalam suatu konseling. Dimulai dari pemahaman yang menyeluruh tentang prinsip-prinsip psikoanalisis, sehingga dapat membantu klien memperoleh perkembangan secara optimal dan dapat menyelesaikan permasalahan Klien.. Agar mampu membantu klien secara optimal, Konselor juga harus menciptakan hubungan baik dengan kliennya, mulai dari sambutan hangat, hingga dapat mewujudkan keterbukaan diri klien agar sesi konseling dapat berjalan dengan baik. Namun adanya pandemi COVID-19 ini mengakibatkan konsultasi tidak dapat dilakukan dengan cara bertatap muka.

Saat ini, sudah banyak aplikasi-aplikasi pendukung untuk melakukan konseling yang dilakukan secara daring untuk dapat meningkatkan Kesehatan mental ini. Aplikasi berbasis *website*, pijarpsikologi.org yang merupakan produk garapan Mahasiswa UGM yang bertujuan untuk memberikan layanan konsultasi

daring yang dapat dimanfaatkan secara gratis tanpa batasan ruang dan waktu. Klien diharapkan mendaftar terlebih dahulu melalui LINE official account Pijar Psikologi, kemudian ikuti arahan prosedur dari admin Pijar Psikologi. Selanjutnya juga ada sebuah *website* dukungan dari komunitas pencegahan bunuh diri yaitu intothelight.org, yang berisi kalangan muda yang berfokus pada advokasi, kajian, dan edukasi pencegahan bunuh diri dan kesehatan jiwa yang berbasis bukti ilmiah dan hak asasi manusia.

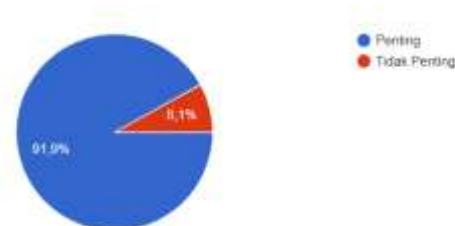
Tabel I.1 Perbandingan *Website*

Fitur / <i>Website</i>	pijarpsikologi.org	intothelightid.org	<i>Website</i> yang akan dibuat
Konseling <i>Online</i>	✓		✓
Pencarian Psikolog	✓		✓
Media Dokumentasi		✓	✓
Relawan		✓	
Cerita dari Klien	✓	✓	✓
Merchandise	✓		
Donasi		✓	

Berdasarkan hasil perbandingan pada Tabel I.1 Perbandingan *Website*, kedua *website* tersebut sama-sama memberikan wadah pengetahuan tentang kesehatan mental khususnya bunuh diri. Namun, intothelight.org lebih cenderung pada kampanye tentang pencegahan bunuh diri yang melibatkan relawan. Sedangkan pijarpsikologi.org lebih cenderung pada bagaimana memberikan saran dan atau arahan langsung dari tenaga ahli yaitu Psikolog. Untuk mendukung

Menurut kamu, apakah kehadiran psikolog/konselor penting untuk membantu mengatasi masalah yg sedang kalian alami ? *

62 tanggapan



Gambar I.1 Hasil Survei Pentingnya Konselor untuk Mengatasi Masalah

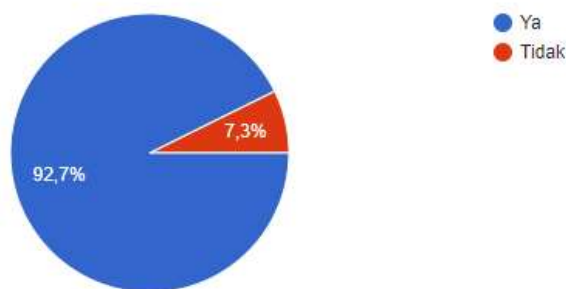
Sumber : Kuesioner Perancangan *Website* Kesehatan Mental, 2020.

keberlangsungan *Konseling Online* ini, peran tenaga ahli juga penting untuk memberikan arahan tertentu dalam langkah meningkatkan kesehatan mental bagi para pasien. Didukung dengan hasil survei yang telah penulis lakukan pada Gambar I.1 Hasil Survei Pentingnya Konselor untuk Mengatasi Masalah, dengan pertanyaan “Menurut kamu, apakah kehadiran Psikolog atau Konselor penting untuk membantu mengatasi masalah yang sedang kalian alami?”. Survei tersebut menghasilkan 91,9% dari keseluruhan responden memilih untuk berkonsultasi dengan tenaga ahli yaitu Psikolog ataupun Konselor.

Tenaga ahli, yaitu Konselor memegang kendali penuh pada suatu sesi konseling *online*. Namun, sebagai tenaga ahli, Konselor juga harus melakukan pembatasan dalam menangani Klien. Untuk memberikan kemudahan dalam melakukan pembatasan sesi *Konseling Online* ini, penulis menyarankan penjadwalan Konselor yang dilakukan secara transparan, dimana Konselor dapat memasukkan jadwal Konselor yang tersedia. Diperkuat dengan hasil survei yang penulis buat pada Gambar I.2 Hasil Survei untuk Fitur Memasukkan Jadwal, pernyataan ini mendapatkan respon 92,7% menyatakan bahwa fitur memasukkan jadwal konseling dapat meringankan beban kerja Konselor, sehingga Konselor dapat lebih fleksibel mengatur jadwal untuk melakukan *Konseling Online*.

Menurut kamu apakah fitur penginputan jadwal sesi konseling dapat meringankan beban pekerjaan kamu?

41 jawaban



Gambar I.2 Hasil Survei untuk Fitur Memasukkan Jadwal Konselor

Sumber: Kuesioner Perancangan Website Kesehatan Mental, 2020.

Dari penjabaran diatas, penulis merencanakan fitur *Dashboard* Konselor, Jadwal Konselor, *Konseling Online* dan Hasil Diagnosis. Dimana *Dashboard* Konselor menjadi halaman utama yang dapat melihat semua fitur yang ada pada bagian Konselor. Selanjutnya terdapat fitur Jadwal Konselor, pada halaman ini Konselor dapat memasukkan data Jadwal Konselor yang tersedia untuk melakukan sesi *Konseling Online*. Kemudian ada fitur pendukung yaitu halaman *Curhat Online*, diharapkan dapat memberikan rasa nyaman sehingga Klien dapat berbagi cerita serta adanya fitur komen yang diharapkan dapat mendukung satu sama lain antar pengguna maupun Konselor dalam suasana yang berbeda dari *konseling*. Dalam perancangan fitur diatas, penulis akan menerapkan kerangka kerja *System Development Life Cycle* untuk merancang *website* yang akan dikembangkan.

Oleh karena itu, pada *website* Pahamee yang didalamnya terdapat fitur *Konseling Online* dengan transparansi jadwal Konselor, sehingga memudahkan Konselor dalam mengatur jadwal konsultasi yang dapat dilihat langsung oleh Klien. Dengan adanya fitur *Konseling Online* ini diharapkan dapat menjadi wadah bagi Konselor untuk dapat melakukan Tindakan pencegahan stres. Serta tambahan fitur lain seperti, *Curhat Online* yang dapat menyalurkan pengetahuan dan wawasan serta wisdom yang Konselor pelajari untuk menjadi suatu langkah mengatasi permasalahan pasien, terutama untuk dapat mengatasi stres.

I.2 Perumusan Masalah

Rumusan permasalahan yaitu:

1. Aplikasi *website* seperti apa yang dapat memberikan jawaban terkait penanganan pencegahan stres?
2. Informasi apa saja yang akan didapatkan *user* Konselor pada *website* Pahamee?

I.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Merancang sebuah *platform* berbasis *website* yang dapat mempertemukan seorang profesional Konselor dengan Klien, agar Konselor dapat memberikan arahan mengenai pencegahan stres.
2. Mengetahui informasi yang akan didapatkan *user* Konselor pada *website* Pahamee.

I.4 Batasan Penelitian

Berikut batasan masalah pada penelitian ini:

1. Aplikasi ini berfokus pada pengembangan fitur pada *user* Konselor
2. Pengujian dilakukan dengan metode *black box* dan *usability testing*.
3. Penelitian hanya berfokus pada penanganan pencegahan stres.

I.5 Manfaat Penelitian

Manfaat yang dapat diharapkan dari hasil penelitian ini baik dari segi teoritis maupun praktis yaitu:

1. Teoritis

Pada hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi sarana dan acuan bagi peneliti tentang kesehatan mental agar sistem dapat dikembangkan lebih baik lagi.

2. Praktis

a. Bagi Konselor

Dapat menyalurkan ilmu para Konselor untuk dapat membantu klien dalam kondisi tertentu serta mengurangi hambatan dan kerugian yang (akan) ditimbulkan agar menjadi efektif dan efisien.

b. Bagi Klien

Dengan adanya *Konseling Online* ini, klien mendapatkan pelayanan dari Konselor untuk dapat membantu perkembangan diri klien hingga pemecahan permasalahan yang ada pada klien.

I.6 Sistematika Penulisan

Penelitian ini diuraikan dengan sistematika penulisan sebagai berikut:

Bab I Pendahuluan

Pada bab ini berisi uraian mengenai konteks permasalahan, latar belakang penelitian, perumusan masalah, tujuan penelitian, batasan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

Bab II Tinjauan Pustaka

Pada bab ini memberikan penjelasan mengenai teori-teori yang relevan dengan permasalahan yang diteliti serta beberapa hasil penelitian dari penelitian yang telah dilakukan sebelumnya.

Bab III Metodologi Penelitian.

Pada bab ini menjelaskan mengenai metode XP (*Extreme Programming*) yang digunakan oleh penulis sebagai penunjang jalannya penelitian

Bab IV Analisis dan Perancangan

Pada bab ini memberikan penjelasan mengenai analisis dan perancangan yang dilakukan sebagai persiapan untuk membuat konsep penerapan sistem.

Bab V Hasil dan Evaluasi

Pada bab ini, disajikan hasil rancangan, temuan, analisis dan pengolahan data serta verifikasi hasil dari penelitian.

Bab VI Kesimpulan dan Saran

Pada bab ini dijelaskan kesimpulan dari penelitian yang dilakukan serta jawaban dari pertanyaan penelitian yang disajikan di pendahuluan. Saran penelitian dikemukakan pada bab ini untuk penelitian selanjutnya.