

BAB I PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Menurut (Pieper & Uden, 2006) kesehatan mental merupakan suatu keadaan dimana seseorang menerima apa pun yang ada didirinya, kekurangan maupun kelebihan, dan tidak mempunyai perasaan bersalah terhadap dirinya sendiri, merasakan kepuasan pada kehidupan, serta merasakan kebahagiaan dalam hidupnya. Kesehatan mental sama pentingnya seperti kesehatan fisik yang harus dijaga. Individu merasakan sesuatu yang merasa dirinya tidak nyaman, akan mencari tahu yang salah dari dirinya dan ingin memenuhi rasa keingintahuannya. Sering kali individu tersebut akan banyak mendapatkan informasi, dan langsung mengeneralisir fakta yang ditemukan dan individu tersebut bisa melakukan *self diagnose* atau mendiagnosa dirinya sendiri dan akan merasa takut dan panik berlebihan, padahal yang dialaminya belum tentu termasuk penyakit yang serius. Individu tersebut harus mendapatkan bantuan psikolog professional, dan memastikan keadaannya.

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) yang dilakukan oleh Badan Litbangkes Kemenker RI pada tahun 2018, di Indonesia sendiri, penduduk yang berusia 15 tahun keatas yang mengalami depresi sebesar 6 persen dari total jumlah penduduk, atau sekitar 14 juta orang. Tetapi, untuk persebaran psikolognya sendiri masih terpusat di kota-kota besar terutama pada pulau Jawa. Persebaran psikolog yang tidak merata itu membuat pasien yang berada diluar pulau Jawa, mengalami kesulitan mendapatkan bantuan psikolog pada daerah mereka.

Selain masalah persebaran psikolog untuk diluar Pulau Jawa, individu yang mempunyai fasilitas untuk ke psikolog, banyak yang merasa malu untuk ke psikolog karena stigma masyarakat yang negatif. Stigma masyarakat tersebut membuat individu tersebut malu untuk datang dan meminta bantuan profesional. Alasannya bermacam-macam, seperti malu untuk datang karena seperti mempunyai gangguan jiwa, takut untuk bercerita kepada psikolog atau psikiater yang tidak sesuai, dan alasan biaya. Stigma-stigma tersebut yang

membuatnya hanya ingin memendam perasaan itu sendiri dan ada kemungkinan munculnya rasa ingin bunuh diri.

IBUNDA.ID merupakan salah satu *social enterprise* fokus pada konseling dan layanan kesehatan *online* dengan fokus kepada topik masalah diri, percintaan, pertemanan, dan keluarga. IBUNDA.ID berdiri bertujuan untuk menjadi tempat atau pertolongan pertama bagi individu yang memiliki permasalahan yang sedang dialami. IBUNDA.ID melayani konseling *online* melalui aplikasi *chat LINE* untuk layanan gratis yang akan dilayani oleh konselor. Selain layanan konseling gratis, IBUNDA.ID juga melayani konseling berbayar *online*, dan konseling berbayar bertemu langsung dengan psikolognya.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan, IBUNDA.ID masih menggunakan aplikasi *chat Line* untuk melakukan konseling *online*, dan belum mempunyai aplikasi konseling sendiri untuk mempermudah penggunaannya. Dan untuk penjadwalan antara pengguna dengan psikolog atau konselor masih menggunakan aplikasi *chat Whatsapp* dan belum ada sistem yang terintegrasi yang mencakup layanan-layanan yang ada di IBUNDA.ID. Maka dari itu penulis mencoba untuk membuat aplikasi konseling *online* berbasis *Android* untuk mempermudah pengguna membuat jadwal konseling dan berkonsultasi pada jadwal yang sudah ditentukan dengan psikolog profesional.

1.2. Maksud dan Tujuan

1.2.1. Maksud

Maksud dari penelitian ini agar dapat dijadikan sebagai acuan untuk membangun aplikasi konseling *online* sehingga pengguna bisa berkonsultasi dimana pun tentang masalah yang sedang dihadapi dan ditangani oleh psikolog profesional.

1.2.2. Tujuan

Penelitian yang dilakukan ini memiliki tujuan sebagai berikut:

- a. Membantu individu yang memerlukan bantuan psikolog profesional untuk konseling *online* dimana pun ia berada.

- b. Membantu individu yang memerlukan bantuan psikolog profesional untuk membuat jadwal konseling agar jadwal tersebut sesuai dengan pengguna dan psikolognya.
- c. Membantu individu untuk melakukan pencatatan diri yang dilakukan setiap hari, agar psikolog atau konselor lebih mengenal pasiennya pada saat konseling.

1.3. Rumusan Masalah

Dari latar belakang di atas, dapat dirumuskan beberapa masalah yang sedang dihadapi adalah:

- a. Bagaimana cara membantu individu yang memerlukan bantuan atas masalah yang sedang dihadapi untuk tetap mendapatkan bantuan psikolog profesional?
- b. Bagaimana cara untuk membuat sistem yang terintegrasi yang mencakup layanan-layanan konseling yang ada di IBUNDA.ID?

1.4. Ruang Lingkup

Ruang lingkup dalam penelitian ini meliputi :

- a. Target pengguna adalah orang yang membutuhkan bantuan psikologi profesional untuk konseling.
- b. Sistem ini berfokus pada layanan konseling IBUNDA.ID, yaitu layanan curhat, e-counseling, dan counseling corner.
- c. Sistem ini membantu pengguna untuk melakukan pendaftaran konseling, agar konseling yang dilakukan sesuai dengan jadwal psikolog dan pengguna.
- d. Sistem ini menghasilkan rekam kasus hasil konseling antara pasien dengan konselor atau psikolog.
- e. Sistem ini tidak membahas tingkatan stres atau kejiwaan dari calon pasien atau pengguna.

1.5. Manfaat Sistem

1.5.1. Manfaat Bagi Pengguna

- a. Membantu individu yang membutuhkan bantuan profesional dalam mengatasi masalah yang sedang dihadapi dalam konseling dengan psikolog.
- b. Membantu melakukan individu yang membutuhkan bantuan profesional dan psikolog atau konselor untuk pembuatan jadwal agar jadwalnya sesuai untuk melakukan konseling.
- c. Membantu melakukan pencatatan diri pada jurnal yang tersedia, yang bertujuan agar psikolog atau konselor lebih mengenal pasien pada saat konseling.

1.5.2. Manfaat Bagi Psikolog

- a. Membantu psikolog melakukan beberapa layanan konseling pada satu sistem ini, dan tidak harus berpindah-pindah aplikasi.
- b. Membantu psikolog untuk melakukan pencacatan jadwal yang bersedia melakukan konseling, dan melihat jadwal yang sudah terjadwal untuk konseling dengan pasien.
- c. Membantu psikolog untuk melihat rekam kasus dan dari seorang pasien pada saat konseling, agar lebih mengenal pasien tersebut.

1.5.3. Manfaat Bagi Admin

- a. Membantu admin untuk mengkonfirmasi pembayaran pasien yang memilih layanan berbayar dan sudah melakukan pembayaran.
- b. Membantu admin untuk menambahkan data psikolog, lokasi konseling, dan layanan konseling

1.5.4. Manfaat Bagi Penulis

- a. Dapat memahami proses membuat aplikasi berbasis *Android* dalam membuat aplikasi konseling kesehatan mental, dengan menggunakan metode analisis PIECES dan metode pengembangan *Prototyping*.

1.6. Luaran yang Diharapkan

Luaran yang diharapkan dari penelitian ini adalah terciptanya aplikasi konseling *online* untuk membantu individu yang membutuhkan bantuan dalam mengatasi masalahnya yang dibantu oleh konselor dan psikolog profesional dalam bentuk aplikasi *Android* dan dapat diakses siapa saja.

1.7. Sistematika Penulisan

Dalam penulisan laporan penelitian ini menggunakan sistematika penulisannya sebagai berikut.

BAB 1: PENDAHULUAN

Bab ini berisikan Latar Belakang, Maksud dan Tujuan, Rumusan Masalah, Ruang Lingkup, Manfaat Sistem, Luaran yang Diharapkan, serta Sistematika Penulisan dari penelitian ini.

BAB 2: LANDASAN TEORI

Pada bab ini berisikan teori yang menjadi acuan dalam penyusunan proposal skripsi yang mendukung judul dari kegiatan penelitian ini.

BAB 3: METODOLOGI PENELITIAN

Pada bab ini berisikan tahap penelitian, uraian penelitian, kerangka berpikir, alat dan bahan yang digunakan, dan tahapan kegiatan yang meliputi waktu dan tempat pelaksanaan, dan jadwal kegiatan.

BAB 4: HASIL DAN PEMBAHASAN

Bab ini menjelaskan tentang pembahasan yang berupa analisis, uji coba, dan evaluasi dari aplikasi yang merupakan hasil dari penelitian ini.

BAB 5: PENUTUP

Bab ini adalah akhir dari laporan penelitian ini yang berisikan simpulan akhir serta saran dari uraian-uraian yang telah dibahas pada laporan ini.

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

LAMPIRAN