

# BAB I

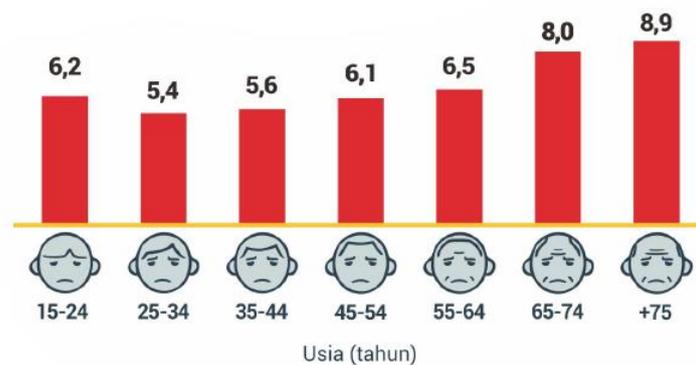
## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Berdasarkan InfoDatin yang dikeluarkan oleh Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2019, diperkirakan jumlah penderita gangguan jiwa di dunia adalah sekitar 450 juta jiwa. Di Asia Tenggara, kontribusi terbesar beban penyakit (DALYs) dan penyebab kematian saat ini adalah penyakit kardiovaskuler (31.5%). Tetapi dilihat dari tahun hilang akibat kesakitan atau kecacatan (YLDs), maka persentase kontributor lebih besar pada gangguan mental (13.5 %).(Pusat Data dan Informasi Kementrian Kesehatan RI, 2019).

Perhitungan beban penyakit yang dilakukan di tahun 2017, menyatakan bahwa prediksi penyakit gangguan jiwa yang dialami oleh penduduk Indonesia adalah gangguan depresi, cemas, skizofrenia, bipolar, gangguan perilaku Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD), autisme, gangguan perilaku makan, dan cacat intelektual.

Gangguan Depresi menempati urutan nomor satu karena dapat dialami oleh semua kelompok usia. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menyatakan bahwa gangguan depresi sudah mulai terjadi sejak rentang usia remaja (15-24 tahun) dan akan makin meningkat seiring peningkatan usia.



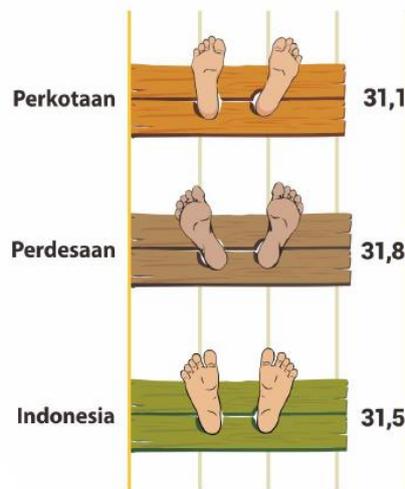
**Gambar 1. 1** Kelompok usia gangguan depresi (Riskesdas 2018)

Dan dengan seiring kemajuan teknologi dan makin cepatnya penyebaran informasi, animo masyarakat terhadap Kesadaran akan Mental-Illness atau Penyakit Mental serta Kesehatan Mental cukup tinggi. Hal ini dapat dilihat dengan

makin maraknya akun-akun media sosial yang bertemakan Kesehatan Mental, seperti Into The Light, Save Yourself, Ibunda.id, Sahabat Karib, dan lain-lain.

Namun, itu tidak berarti penanganan penyakit mental sudah ditangani dengan baik. Menurut data Riskesdas, sebanyak 31,1% orang yang mengidap penyakit Skizofrenia/Psikosis yang tinggal di daerah perkotaan pernah dipasung selama 3 bulan. Sedangkan yang di perdesaan sebanyak 31,8%.

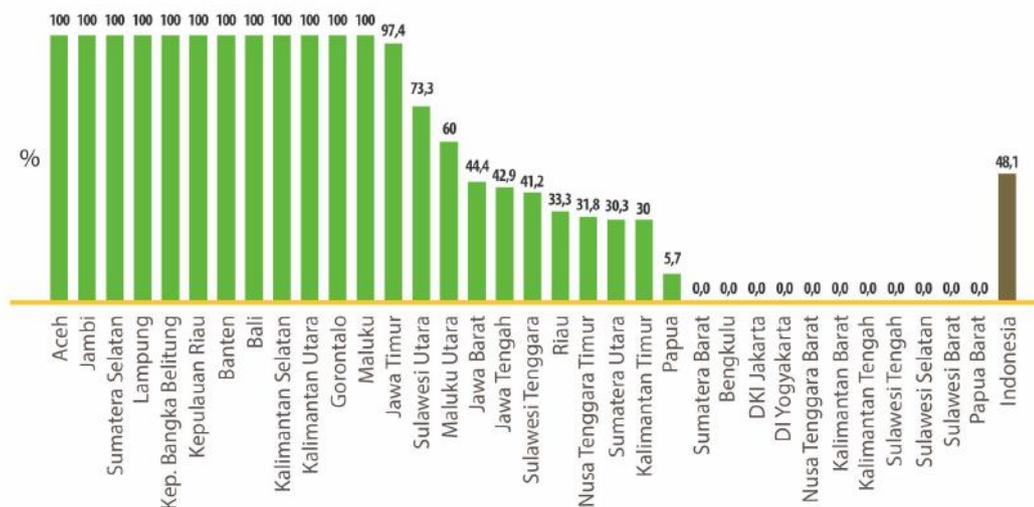
**Dipasung 3 bulan terakhir (%)**



Tahun 2018

**Gambar 1. 2** Tingkat pemasungan 3 bulan terakhir (Riskesdas 2018)

Sumber: Direktorat Jenderal P2P, 2019

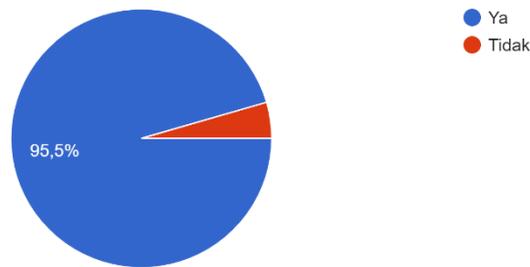


**Gambar 1. 3** Tingkat ketersediaan layanan kesehatan mental (Riskesdas 2018)

Sampai pada tahun 2019, hanya provinsi Aceh, Jambi, Sumatera Selatan, Lampung, Kep. Bangka Belitung, Kep. Riau, Banten, Bali, Kalimantan Selatan, Kalimantan Utara, dan Gorontalo, yang telah menyelenggarakan upaya kesehatan mental atau memiliki poli psikologi i puskesmas nya yang sudah mencapai angka 100%. Hal ini berarti dari semua puskesmas yang ada di Indonesia, hanya 48,1% yang menyediakan layanan kesehatan mental.

Berdasarkan data yang diambil dari kuesioner yang disebar Pada tanggal 10-13 Agustus 2020 melalui Google Form dengan pengisi kuesioner berumur antara 14-33 tahun diperoleh data sebagai berikut:

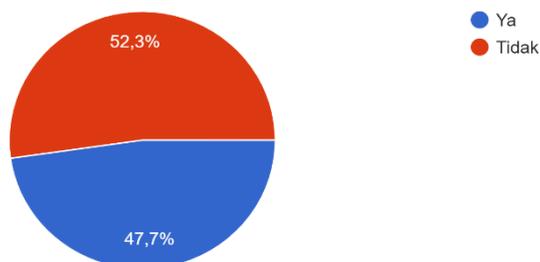
Apakah Anda familiar/pernah mendengar tentang Mental Health Awareness/Kesehatan Mental/Topik terkait ?  
111 tanggapan



**Gambar 1. 4** Hasil Kuesioner 1

Pertanyaan ini mendapatkan respon sebesar 95.5% dari 111 orang yang menanggapi kuesioner ini. Dapat ditarik kesimpulan bahwa sistem Kenalan Yuk, bisa memiliki target pasar yang bagus karena animo masyarakat sudah cukup tinggi.

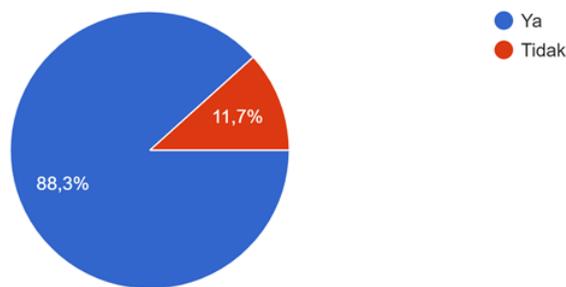
Apakah Anda pernah mencoba untuk self-diagnosis (contoh : melakukan tes online, membuka video youtube, dll) untuk mengetahui apakah anda memiliki mental-illness?  
111 tanggapan



**Gambar 1. 5** Hasil Kuesioner 2

Pertanyaan ini digunakan sebagai tolak ukur Kenalan Yuk, untuk mengetahui urgensi dari kesadaran kesehatan mental di Indonesia. Self-Diagnose adalah proses mendiagnosa penyakit sendiri, baik fisik maupun mental, berdasarkan pengalaman masa lalu atau informasi yang tersedia di media populer, seperti internet atau buku. Self-Diagnose bisa dikatakan cukup berbahaya karena dapat memperparah kondisi yang sedang ditanggung melebihi kondisi sebenarnya. Atau dapat menyebabkan indikasi penyakit lain yang sebenarnya dialami menjadi terabaikan. Dan dari hasil pertanyaan ini sebanyak 52,3% merespon Tidak, sedangkan 47,7% merespon Ya.

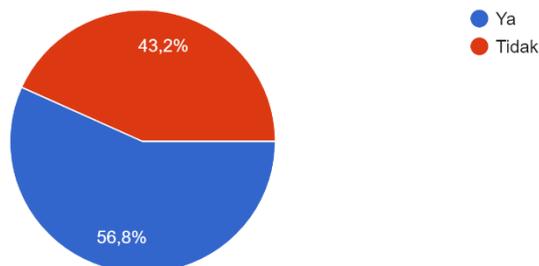
Menurut Anda, Apakah masih ada stigma terhadap Mental-illness?  
111 tanggapan



**Gambar 1. 6** Hasil Kuesioner 3

Dari 111 perespon 88,3% menjawab Ya. Dapat ditarik kesimpulan bahwa penyebab banyaknya kasus mental-illness yang tidak tertangani dengan baik adalah salah satunya masih tingginya stigma terhadap mental-illness.

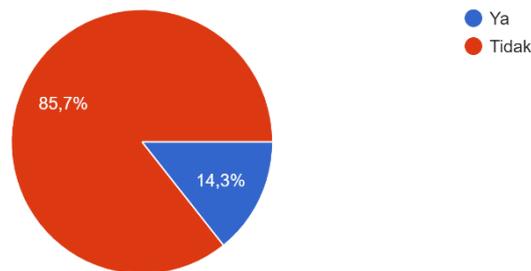
Apakah Anda pernah merasa membutuhkan bantuan tenaga profesional (Psikolog/Psikiater) untuk Kesehatan Mental Anda?  
111 tanggapan



**Gambar 1. 7** Hasil Kuesioner 4

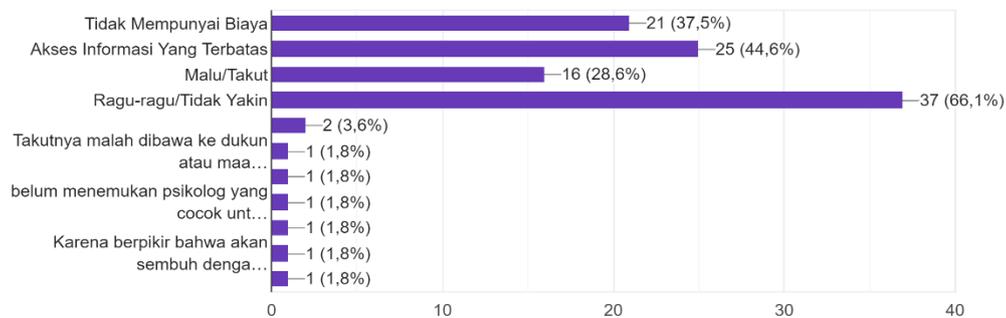
Dari 111 perespon 56,8% menjawab Ya. Berarti kesadaran masyarakat akan bantuan profesional sudah cukup bagus. Dari 111 perespon 85,7% menjawab Tidak. Dapat ditarik kesimpulan bahwa meskipun sudah merasa membutuhkan bantuan profesional, tetapi karena stigma yang masih tinggi, membuat perespon tidak mendapatkan bantuan profesional.

Jika Anda merasa membutuhkan bantuan tenaga profesional, Apakah Anda telah mendapatkannya?  
63 tanggapan



**Gambar 1. 8 Hasil Kuesioner 5**

Jika Anda merasa membutuhkan bantuan dan belum mendapatkan bantuan, kenapa?  
56 tanggapan



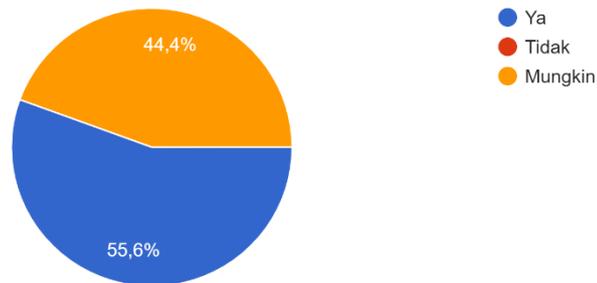
**Gambar 1. 9 Hasil Kuesioner 6**

Sebanyak 66,1% menjawab ragu-ragu/tidak yakin, 44,6% menjawab akses informasi yang terbatas, 37,5% menjawab Tidak mempunyai biaya, 28,6% menjawab malu/takut, 3,6% menjawab masih menganggap mental illness adalah hal yang tabu/aib, 1,8% menjawab daerah tempat saya tinggal belum memiliki psikiater/psikolog, 1,8% Takutnya malah dibawa ke dukun atau ustad yang tidak mengerti tentang psikologi (ahli), 1,8% menjawab belum menemukan psikolog

yang cocok untuk pribadi, 1,8% Karena berpikir bahwa akan sembuh dengan sendirinya. Dapat disimpulkan bahwa mayoritas menjawab ragu-ragu/tidak yakin.

Jika Anda telah mendapatkan bantuan tenaga profesional (Psikolog/Psikiater), Apakah Anda merasa terbantu?

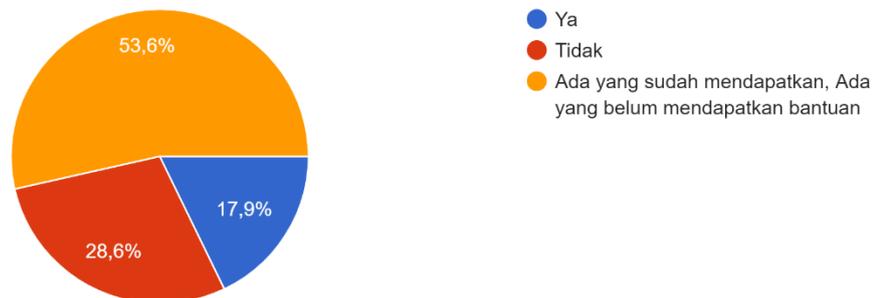
9 tanggapan



**Gambar 1. 10** Hasil Kuesioner 7

Jika Ya, Apakah teman tersebut telah mendapatkan bantuan tenaga profesional (Psikolog/Psikiater)?

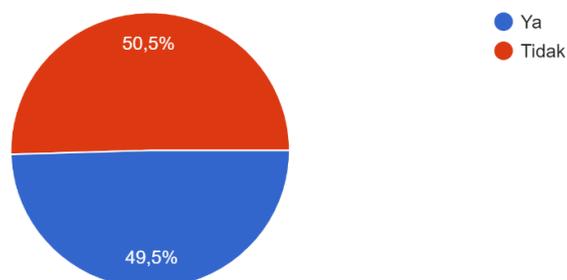
55 tanggapan



**Gambar 1. 11** Hasil Kuesioner 8

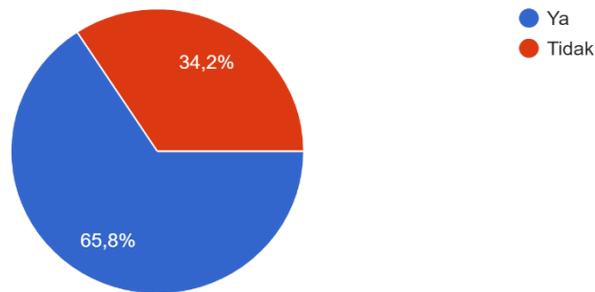
Apakah Anda kenal dengan teman yang menurut Anda membutuhkan bantuan tenaga profesional (Psikolog/Psikiater)?

111 tanggapan



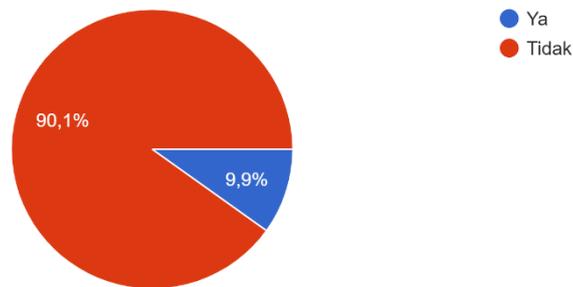
**Gambar 1. 12** Hasil Kuesioner 9

Apakah Anda kenal dengan teman yang peduli atau memiliki mental-illness?  
111 tanggapan



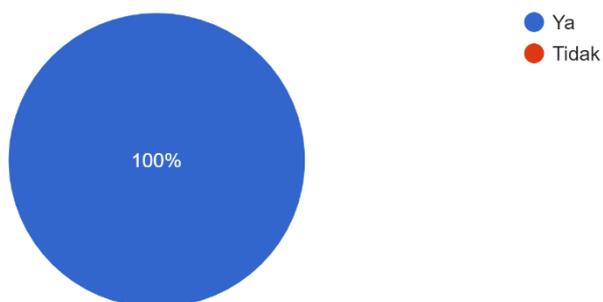
**Gambar 1. 13** Hasil Kuesioner 10

Menurut Anda, Apakah penanganan Mental-illness di Indonesia itu sudah cukup baik?  
111 tanggapan



**Gambar 1. 14** Hasil Kuesioner 11

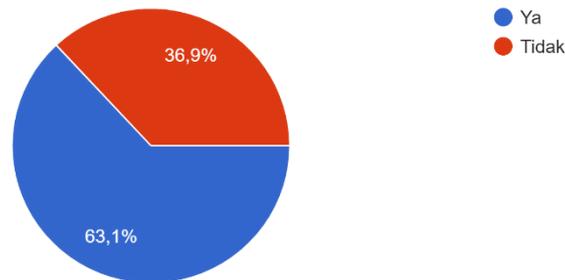
Menurut Anda, Apakah Mental Health-Awareness itu perlu?  
111 tanggapan



**Gambar 1. 15** Hasil Kuesioner 12

Menurut Anda, Apakah Informasi tentang Mental-illness termasuk informasi tentang pencegahan/penanganan mental-illness sudah mudah di akses?

111 tanggapan



**Gambar 1. 16** Hasil Kuesioner 13

Dapat ditarik kesimpulan bahwa animo masyarakat akan kesadaran mental health dan mental-illness sudah cukup, namun dengan adanya stigma, keraguan hingga tidak meratanya akses terhadap bantuan profesional ini masih menghambat proses penyembuhan dan penanganan dari kesehatan mental itu sendiri.

Oleh karena itu, saat ini diperlukan suatu platform untuk membantu masyarakat dalam hal meyakinkan diri supaya ingin ke tenaga profesional. Hal ini dapat dicapai dengan membantu masyarakat mengenali diri sendiri beserta dengan masalah yang sedang terjadi sehingga timbul awareness dan tidak menghindar dari permasalahan tersebut.

Dibutuhkannya platform juga untuk menyalurkan informasi tentang layanan psikolog juga menjadi urgensi saat ini. Adapun dibutuhkan fasilitas untuk edukasi penanganan sendiri supaya masyarakat dapat menghadapi permasalahan sementara tanpa harus ke tenaga profesional secara langsung terutama di masa pandemik COVID-19 ini.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Permasalahan yang dihadapi oleh masyarakat dewasa ini adalah tingginya tingkat orang yang membutuhkan bantuan tenaga profesional dalam bidang psikologi. Padahal, di tengah - tengah pandemik ini masyarakat dibatasi aksesnya untuk pergi ke layanan psikologi. Selain itu, meskipun animo masyarakat akan pelayanan psikologi sudah tinggi, tetapi jumlah orang yang sudah mendapatkan bantuan masih sedikit. Hal ini disebabkan oleh masih tingginya stigma terhadap

orang yang pergi ke layanan tersebut. Maka berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Kurangnya akses terhadap layanan psikologi.
2. Tingginya stigma terhadap orang yang mempunyai penyakit mental.
3. Kurangnya pengetahuan dan kesadaran tentang penyakit mental.

### **1.3 Rumusan Masalah**

1. Bagaimana cara membuat aplikasi/website guna meningkatkan kesadaran terhadap kesehatan mental maupun penyakit mental?
2. Bagaimana cara membuat aplikasi/website guna menyalurkan informasi terkait layanan kesehatan mental/psikologi?
3. Bagaimana cara membuat aplikasi/website guna membantu pengguna untuk terapi sendiri terkait kesehatan mental di tengah-tengah pandemik?
4. Bagaimana cara membuat aplikasi/website guna mengidentifikasi pengguna yang segera membutuhkan bantuan tenaga profesional seperti psikolog/psikiater?
5. Bagaimana cara membuat aplikasi/website yang dapat digunakan sebagai tempat bercerita guna membantu baik tenaga profesional (sebagai data/informasi pasien) dan pengguna (untuk membuat pengguna waspada terhadap permasalahan yang ada)?

### **1.4 Tujuan**

1. Membuat aplikasi kesadaran kesehatan mental yang berdasarkan literasi dari beberapa buku psikologi dan DSM-5 beserta panduan dari seorang psikolog.
2. Membantu pengguna untuk membangun kesadaran kesehatan mental dan menceritakannya tanpa perlu datang ke psikolog.
3. Membantu pengguna untuk mengenali perasaan dan suasana hati.
4. Menjembatani orang-orang yang masih ragu untuk ke psikolog.

### **1.5 Manfaat**

Manfaat yang diterima pengguna:

1. Menjadi lebih sadar dengan kesehatan mentalnya.

2. Mendapatkan tempat untuk mengungkapkan perasaannya, dan bisa mendapatkan saran apabila membutuhkan bantuan profesional.

Manfaat yang diterima tenaga profesional:

1. Mempermudah penyebaran akses informasi terkait kesehatan mental.
2. Mempermudah tenaga profesional untuk mengetahui permasalahan pasien.
3. Semakin cepat pasien sadar dan pergi ke layanan psikologi, hal ini dapat membantu tenaga profesional untuk semakin cepat juga mengidentifikasi dan membantu pasien.