

Perancangan Aplikasi Konsultasi Kesehatan Mental

Mochammad Kevin Santosa¹, Andreas Nugroho Sihananto²

^{1,2,3} *Jurusan Informatika, Fakultas Ilmu Komputer, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jawa Timur
Gedung Giri Santika & Gedung FIK Kampus UPN “Veteran” Jawa Timur
Jl. Raya Rungkut Madya, Gunung Anyar, Surabaya*

E-mail: 19081010170@student.upnjatim.ac.id¹, andreas.nugroho.jarkom@upnjatim.ac.id²

Abstract—Health does not only include physical health also includes mental health. Lack of insight into mental health make people less aware of the importance of mental health due to limited access to mental health services. Public awareness of mental health is also quite low. The rate of mental health illness is also quite high in Indonesia. Information on suicide prevention hotlines is also very limited. This problem was obtained through a research process on several respondents. Therefore, the authors take this case study as a solution on these problems. By creating a mobile-based interface design to provide education and also make it easier for the public to get services, suicide prevention hotline, and online seminars on mental health. With these features, we hope to be able to answer these problems.

Abstrak—Kesehatan bukan hanya meliputi kesehatan fisik saja tapi juga meliputi kesehatan mental juga. Kurangnya wawasan akan kesehatan mental membuat masyarakat kurang mengetahui pentingnya kesehatan mental karena terbatasnya akses untuk mendapatkan layanan kesehatan mental. Kepedulian masyarakat pada kesehatan mental juga cukup rendah. Angka penyakit kesehatan mental juga cukup tinggi di Indonesia. Informasi mengenai saluran telepon pencegahan bunuh diri juga sangat terbatas. Permasalahan ini didapat melalui proses penelitian pada beberapa responden. Oleh karena itu, penulis mengambil studi kasus ini sebagai solusi permasalahan tersebut. Dengan membuat sebuah desain antarmuka berbasis mobile untuk memberikan edukasi dan juga memudahkan masyarakat dalam mendapatkan layanan terkait kesehatan mental. Dengan menyediakan beberapa fitur seperti layanan konsultasi, saluran telepon pencegahan bunuh diri, serta seminar daring tentang kesehatan mental. Dengan adanya fitur-fitur tersebut harapannya bisa menjawab permasalahan-permasalahan tersebut..

Kata Kunci—Kesehatan, Kesehatan Mental, Edukasi Kesehatan mental, Perancangan Aplikasi

I. PENDAHULUAN

Kesehatan bukan hanya meliputi kesehatan fisik saja tapi juga meliputi kesehatan mental juga. Kesehatan mental merupakan kondisi psikis seseorang, ketika seseorang mampu mengelola stres dengan baik, dapat bekerja secara produktif, dan berkontribusi untuk lingkungannya.

Di Indonesia sangat kurang akan kepedulian terhadap kesehatan mental. Dilansir dari laman ourbetterworld.org sembilan juta orang Indonesia, atau 3,7% dari populasi menderita depresi. Setiap jam, seseorang di Indonesia mengakhiri hidupnya sendiri. Angka mencengangkan dari 3,4 kasus bunuh diri per 100.000 orang di Indonesia ini dilaporkan oleh World Population Review. Enam belas juta orang (6%) berusia 15 tahun ke atas telah menunjukkan gejala kecemasan atau depresi, dan sekitar 400.000 orang (1,72%) hidup dengan penyakit yang lebih parah seperti psikosis. Dan yang terakhir, 57.000 orang dilaporkan pernah mengalami pasang sebelumnya, menurut laporan Kementerian Kesehatan tahun 2013, sekitar 19% remaja Indonesia memiliki pikiran bunuh diri, dan 45% dari mereka mengakui melukai diri sendiri. Indonesia merupakan negara terpadat keempat di dunia yang memiliki penduduk sekitar 270 juta orang tetapi hanya memiliki sekitar 800 psikiater, 450 psikolog, dan 48 fasilitas kesehatan mental.

Safe Place adalah sebuah rancangan aplikasi berbasis

mobile yang bergerak di bidang kesehatan yang fokusnya adalah kesehatan mental. Pengambilan studi kasus ini dikarenakan sedikitnya fasilitas kesehatan mental dan juga untuk meningkatkan kepedulian masyarakat mengenai kesehatan mental. Kesadaran akan pentingnya kesehatan mental di Indonesia masih sangat kurang. Memiliki penyakit mental masih dianggap hal yang tabu bahkan aib.

Cakupan studi kasus yang akan dilakukan adalah menyediakan fitur konsultasi yang dibagi menjadi dua yaitu secara luring dengan membuat janji temu dengan ahli dan melalui daring, yang kedua pembuatan saluran telepon pencegahan bunuh diri, serta wadah bagi pengguna sebagai penyemangat antar sesama.

II. METODE PENELITIAN

A. Penentuan Topik

Tahap pertama dalam proses perancangan desain aplikasi mobile yaitu menentukan sebuah topik permasalahan. Pada tahapan penentuan topik permasalahan, penulis menentukan topik yang akan dijadikan studi kasus. Setelah menentukan topik studi kasus penulis melakukan analisa untuk menemukan permasalahan pengguna. Langkah terakhir dalam menentukan sebuah topik yaitu penulis menetapkan cakupan studi kasus.

B. UX Research

Pada tahapan UX research latar belakang, tujuan, analisis yang dibutuhkan, target responden, serta lini masa dilakukannya UX research tersebut. Bukan hanya itu saja kita diharuskan berempati dalam memahami pengguna. Hal tersebut sangat penting agar aplikasi yang dibuat nantinya mampu menjawab kebutuhan pengguna. Metode yang digunakan pada saat UX research adalah wawancara, dengan wawancara kita bisa berdiskusi secara langsung dengan pengguna agar dapat memahami permasalahan pengguna. Bukan hanya itu saja, wawancara dapat menimbulkan pertanyaan terbuka yang sebelumnya tidak kita rencanakan. Ini dapat memudahkan mendapatkan data dari berbagai sudut pandang. Sebelum melakukan proses wawancara pastinya dibutuhkan daftar pertanyaan yang nantinya akan ditanyakan saat wawancara. Dalam proses wawancara kita diharuskan berpikir kritis agar mendapatkan data yang kita perlukan. Responden yang diperlukan juga tidak sembarangan, ada kriteria yang diperlukan agar responden yang kita wawancara relevan dengan penelitian untuk mendapatkan hasil yang akurat.

C. Usability Testing Report

Setelah melakukan UX research kepada responden yang memenuhi kriteria, data yang telah didapatkan pada UX research dikumpulkan menjadi satu dan di definisikan untuk memahami pengguna serta mendefinisikan masalah dalam upaya mengidentifikasi solusi permasalahan tersebut.

Pada proses ini bertujuan untuk memetakan permasalahan dan solusi yang di dapat dari pengguna. Yang nantinya akan menghasilkan user persona dan journey map yang nantinya dapat menunjang keberhasilan perancangan aplikasi. User persona bertujuan untuk memetakan bagaimana pengguna dan memahami pengguna. Dibuatlah user persona yang mewakili hasil dari tiap pengguna yang telah kita teliti. User persona dilengkapi dengan data-data yang relevan tentang pengguna.

D. Pembuatan Wireframe

Setelah melakukan beberapa tahapan sebelumnya, mulailah tergambar bagaimana nantinya aplikasi ini dibuat. Wireframe merupakan gambaran dasar rancangan aplikasi yang berbentuk sketsa hitam putih yang berisikan menu-menu inti dan tata letak aplikasi tersebut nantinya dibuat. Tujuan dari proses wireframe adalah memudahkan desainer mempunyai dasar untuk membuat design language dan high fidelity desain.

E. Pembuatan Design Language

Pembuatan design language adalah proses pengumpulan dan pembuatan rancangan aspek-aspek yang menunjang visual pada tahapan high fidelity desain. Yang tadinya wireframe hanya sebuah gambaran kasar berupa sketsa hitam putih akan ditunjang oleh aspek-aspek yang telah di dalam design language antara lain seperti warna, tipografi dan aspek-aspek visual lainnya

F. Pembuatan High Fidelity Desain

Setelah semua aspek yang dibutuhkan selesai, mulai dari penentuan topik hingga pembuatan design language, masuk ke tahap pembuatan high fidelity desain. Dalam pembuatan high fidelity desain, mulai diaplikasikan aspek-aspek yang telah disiapkan sebelumnya. Pembuatan kerangka high fidelity desain mengacu pada wireframe yang telah dibuat sebelumnya serta ditambah dengan aspek visual yang telah disiapkan pada design language

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Penentuan Topik

Hasil dari penentuan topik yang telah dilakukan yaitu Safe Place rancangan aplikasi yang bergerak di bidang kesehatan dan fokus pada kesehatan mental. Cakupan studi yang akan dilakukan nanti adalah membuat fitur konsultasi melalui daring ataupun luring, membuat saluran telepon yang melayani pencegahan kesehatan mental, membuat fitur yang di dalamnya menjadi wadah untuk menyemangati sesama, membuat wadah webinar tentang kesehatan mental, serta membuat halaman artikel yang memuat wawasan mengenai kesehatan mental.

B. UX Research

Latar belakang dilakukannya UX research ini adalah untuk menganalisis kebutuhan pengguna dan penunjang kenyamanan pengguna saat menggunakan aplikasi ini nantinya. Tujuan yang ingin dicapai oleh penulis antara lain adalah menjadikan Safe Place aplikasi yang ramah dan mudah digunakan oleh pengguna, mengetahui kebutuhan pengguna, menetapkan sasaran yang realistis, serta mengidentifikasi permasalahan yang pengguna temukan nantinya. Topik yang dibahas saat dilakukannya wawancara adalah:

1. Sepenting apakah kesehatan mental bagi pengguna?
2. Kapan terakhir pengguna melakukan konsultasi kesehatan mental?
3. Dimana pengguna melakukan konsultasi kesehatan mental?
4. Fitur/layanan apa yang dibutuhkan pengguna tapi tidak didapat pada platform tersebut?
5. Dari mana pengguna mengetahui platform layanan konsultasi kesehatan mental tersebut?
6. Bagaimana urutan proses konsultasi kesehatan mental?
7. Berapa lama waktu yang dibutuhkan dalam satu sesi konsultasi?
8. Bagaimana sistem pembayaran saat melakukan konsultasi kesehatan mental?
9. Apabila melakukan konsultasi secara daring, pengguna lebih nyaman menggunakan mobile atau desktop?
10. Seberapa pentingkah saluran telepon pencegahan bunuh diri?
11. Apakah pengguna tahu mengenai saluran telepon layanan pencegahan bunuh diri yang ada di Indonesia?
12. Apakah pengguna pernah berbagi cerita kepada sesama tentang kesehatan mental?
13. Apa dukungan yang diberikan kepada sesama?

Dari kumpulan pertanyaan di atas harapannya bisa menjadi pedoman untuk mengembangkan rancangan aplikasi ini

C. Usability Testing Report

Setelah melakukan UX research hasil yang telah didapatkan akan dijadikan bahan pemetaan pengguna. Hasil wawancara dari UX research antara lain adalah:

1. Kesehatan mental sangat penting untuk menunjang kehidupan. Kesehatan mental yang baik mampu menciptakan pandangan yang positif baik untuk diri sendiri maupun orang lain.
2. Hampir keseluruhan responden pernah melakukan konsultasi kesehatan mental.
3. Beberapa responden melakukan konsultasi kesehatan mental beberapa bulan terakhir.
4. Hampir semua responden melakukan konsultasi kesehatan mental secara daring
5. Langkah-langkah pada saat melakukan konsultasi kesehatan mental dimulai dari registrasi, memilih tenaga ahli yang akan melayani konsultasi, mengatur jadwal konsultasi, melakukan pembayaran yang terakhir yaitu sesi konsultasi.
6. Rata-rata dalam satu sesi konsultasi kesehatan mental menghabiskan waktu satu sampai dua jam.
7. Pembayaran yang tersedia pada beberapa konsultasi kesehatan mental menggunakan *e-wallet* atau *transfer bank*.
8. Beberapa responden mengaku lebih nyaman menggunakan *mobile* karena fleksibel dapat diakses di mana saja dan kapan saja, juga adanya fitur saluran telepon pencegahan bunuh diri lebih memudahkan akses apabila melalui *mobile*.
9. Kebanyakan responden belum mengetahui informasi saluran telepon pencegahan bunuh diri yang ada di Indonesia.
10. Keseluruhan responden pernah bertukar cerita antar sesama mengenai kesehatan mental.
11. Dukungan yang diberikan biasanya berupa saran untuk mencari pertolongan ke tenaga ahli serta menjadi pendengar yang baik bagi mereka

Dari proses wawancara tersebut dibuatlah user persona yang dijadikan acuan bagaimana sebagian besar pengguna. User persona yang dijadikan acuan setelah hasil UX research adalah sebagai berikut:



Gambar 1. User Persona

Adapun user journey yang telah dibuat setelah melakukan wawancara guna memahami pengguna. User journey yang telah dibuat adalah sebagai berikut:



Gambar 2. Journey Map

Dengan adanya user journey memudahkan untuk memetakan bagaimana perilaku pengguna

D. Pembuatan Wireframe

Setelah terkumpul data yang menunjang perancangan aplikasi. Selanjutnya dibuatlah rancangan aplikasi berupa sketsa hitam putih yang dinamakan wireframe. Berikut wireframe dari rancangan aplikasi ini:



Gambar 3. Wireframe Home



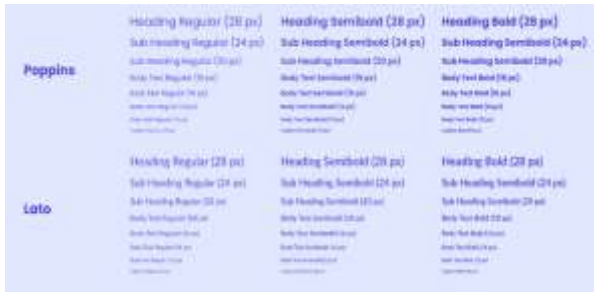
Gambar 4. Wireframe Daftar Tenaga Ahli

E. Pembuatan Design Language

Langkah selanjutnya setelah membuat rancangan aplikasi adalah membuat design language yang nantinya menunjang aplikasi dari segi visual. Berikut aspek-aspek yang ada di dalam design language:



Gambar 5. Warna



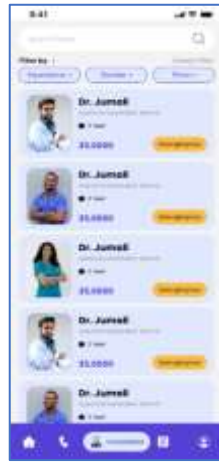
Gambar 6. Tipografi

F. Pembuatan High Fidelity Desain

Setelah mempersiapkan berbagai hal mulai dari penentuan topik hingga pembuatan *design language*, memasuki tahap yang terakhir yaitu pembuatan *high fidelity* desain. Pada tahap ini adalah tahap pengimplementasian dari apa yang kita kumpulkan sebelumnya yaitu pemetaan pengguna, identifikasi masalah, solusi, rancangan dasar aplikasi. Berikut beberapa *high fidelity* desain yang telah dibuat :



Gambar 7. High Fidelity Home



Gambar 8. High Fidelity Daftar Tenaga Ahli



Gambar 9. High Fidelity Konsultasi



Gambar 10. High Fidelity Strong Together



Gambar 11. High Fidelity Webinar

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa dalam pembuatan rancangan aplikasi berbasis mobile konsultasi kesehatan mental dapat dilakukan hingga tahap pembuatan *high fidelity* desain. Adapun harapan untuk dapat meningkatkan berkembangnya rancangan aplikasi ini yaitu antara lain adalah:

- 1) Rancangan aplikasi ini dapat dikembangkan menjadi aplikasi yang dapat digunakan masyarakat.
- 2) Wawasan mengenai kesehatan mental dapat diakses dengan mudah untuk meningkatkan kepedulian masyarakat akan kesehatan mental.
- 3) Masyarakat dapat dengan mudah mendapatkan layanan mengenai kesehatan mental.
- 4) Mengurangi angka kematian akibat bunuh diri, mengurangi penyakit kesehatan mental.

Dari hasil penelitian ini penulis memberikan saran agar nantinya rancangan aplikasi ini dapat digunakan dan dikembangkan untuk meningkatkan efektivitas dan efisiensi dari rancangan aplikasi ini.

DAFTAR PUSTAKA

[1] Mental health in Asia: The numbers. (2019). Ourbetterworld.org.
 [2] Holy. (2022, April 23). Gangguan Kesehatan Mental, Waspada! Penyebab dan Gejalanya pada Diri Sendiri Halaman all - Kompas.com. KOMPAS.com; Kompas.com.
 [3] Firdaus, S. 2012. Perancangan Aplikasi Multimedia Interaktif. Jurnal Algoritma Sekolah Tinggi Teknologi Garut, 1(9) 1-10