

Screening Gangguan Kesehatan Mental Remaja Menggunakan Web SICHI Pada Remaja Di Kota Batam

Ichi Salsabila Anggreswari¹, Eka Fitri Amir², Ridni Husnah³, I Wayan Eka Budi Utama⁴

¹⁻³ Sarjana dan Profesi Pendidikan Kebidanan, Universitas Awal Bros

⁴Engineering, Excelitas

Email: ¹ichisalsabilaanggreswari@gmail.com, ²ekafitriamir@gmail.com, ³ridnih2@gmail.com, ⁴ekabudi387@gmail.com

Email Penulis Korespondensi: ichisalsabilaanggreswari@gmail.com

Article History:

Received Aug 20th, 2024

Accepted Sep 30th, 2024

Published Oct 10th, 2024

Abstrak

Latar Belakang: SICHI adalah singkatan dari Screening Adolescent Mental Health Indonesia. SICHI ini merupakan alat berupa media website yang dikembangkan oleh peneliti sebagai alat bantu untuk melakukan skrining gangguan kesehatan mental seperti stres pada remaja. Kesehatan mental merupakan keadaan kesehatan mental yang memungkinkan seseorang untuk melakukan hal yang terbaik, bisa kerja secara efektif dan berkontribusi dalam hal positif terhadap lingkungan, bahkan ketika menghadapi situasi kehidupan yang penuh dengan tekanan. Remaja termasuk salah satu kelompok umur yang rentan terhadap gangguan kesehatan mental. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengembangkan website yang mempermudah dalam melakukan screening gangguan kesehatan mental pada remaja dan melakukan screening secara mandiri. **Metode:** Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian Research and Development dengan menggunakan pendekatan deskriptif analitik. Penelitian ini dilakukan pada bulan Juli 2024 dengan jumlah sampel sebanyak 36 orang mahasiswa prodi sarjana kebidanan tingkat 1 di Universitas Awal Bros yang diminta untuk mengisi data dengan login di website yang telah berisi pertanyaan terkait tingkat stres remaja serta sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitas. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa website SICHI dapat menampilkan skrining tingkat stres remaja secara real time. **Kesimpulan:** didapatkan hasil sebanyak 17 orang (47,2%) responden berada pada kategori stres berat, hal ini membuktikan bahwa website SICHI dapat digunakan untuk skrining gangguan kesehatan mental remaja secara real time.

Kata Kunci : Kesehatan Mental, Remaja, Screening, SICHI, Stres

Abstract

Background: SICHI stands for Screening Adolescent Mental Health Indonesia. SICHI is a tool in the form of website media developed by researchers as a tool to screen for mental health disorders such as stress in adolescents. Mental health is a state of mental health that allows a person to do their best, work effectively and contribute positively to the environment, even when facing stressful life situations. Adolescents are one of the age groups that are vulnerable to mental health disorders. The purpose of this study is to develop a website that makes it easier to screen for mental health disorders in adolescents and conduct screening independently. Methods: This research method uses the Research and Development research method using an analytic descriptive approach. This research was conducted in July 2024 with a sample size of 36 undergraduate midwifery study program students in level 1 at Awal Bros University who were asked to fill in data by logging in on a website that already contained questions related to adolescent stress levels and had been tested for validity and reliability. Results: The results showed that the SICHI website can display screening of adolescent stress levels in real time. Conclusion: 17 people (47.2%) of respondents were in the severe stress category, proving that the SICHI website can be used to screen adolescent mental health disorders in real time.

Keyword : Mental Health, Adolescent, Screening, SICHI, Stress



1. PENDAHULUAN

Seseorang dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial sehingga seseorang dapat menyesuaikan dan berinteraksi dengan lingkungannya dengan cara yang positif sehingga dapat mencegah terjadinya gangguan kesehatan jiwa. Lingkup kesehatan jiwa meliputi sehat, masalah psikososial, dan gangguan jiwa. Gangguan pada fungsi mental, seperti emosi, pikiran, perilaku, perasaan, motivasi, kemauan, keinginan, daya tarik dan persepsi sehingga dapat mengganggu dalam proses kehidupan bermasyarakat [1].

Menurut World Health Organization (WHO) mengatakan bahwa kesehatan mental merupakan masalah yang mendasar untuk mencapai kesejahteraan dan fungsi manusia secara maksimal. Kesehatan mental merupakan keadaan kesehatan mental yang memungkinkan seseorang untuk melakukan hal yang terbaik, bisa kerja secara efektif dan berkontribusi dalam hal positif terhadap lingkungan, bahkan ketika menghadapi situasi kehidupan yang penuh dengan tekanan. Remaja termasuk salah satu kelompok umur yang rentan terhadap gangguan kesehatan mental. Menurut WHO tahun 2021 mengatakan bahwa remaja usia 10 – 19 tahun memiliki gangguan mental di dunia dan penyakit yang terhitung sekitar 13% sebagai beban penyakit global pada kelompok usia ini [2].

Hasil survey Indonesia National Adolescent Health (I-NAMSH) pada tahun 2022, menunjukkan peningkatan sebanyak 82,5% kasus gangguan psikologi jiwa, jika dibandingkan dengan data pada tahun 2020 sebanyak 80,45% dan pada tahun 2019 sebanyak 70,7%. Masalah kesehatan mental pada remaja seperti masalah kecemasan, depresi, trauma psikologis, dan bunuh diri [3]. Berdasarkan hasil survey dari data Dinas Perlindungan, Pemberdayaan Perempuan dan Anak, Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana (DP3AP2KB) di Kota Batam didapatkan data sebanyak 109 anak yang mengalami tindak kekerasan di Kota Batam pada bulan Januari sampai Desember tahun 2022. Dan pada bulan Januari sampai Desember tahun 2023, adanya peningkatan kasus sebanyak 132 anak yang mengalami tindak kekerasan di Kota Batam diantaranya kekerasan fisik, psikis, seksual, eksploitasi, trafiking dan lainnya [4].

Menurut Savitri (2023) mengatakan bahwa Kesehatan mental dikalangan remaja saat ini sangat memprihatinkan. Gangguan kesehatan mental biasanya muncul pada usia 14 tahun, tetapi kebanyakan orang tidak menyadarinya dan tidak mendapatkan pengobatan. Kondisi tertekan juga dikenal sebagai stress, yang mana stress pada remaja sangat berpengaruh pada seberapa baik siswa belajar. Kondisi kesehatan mental pada remaja merupakan hal yang sangat penting terhadap perkembangan psikososial remaja, dimana remaja diperlukan untuk menunjang perkembangan dan keterampilan hidup dan menjadi sumber daya dalam mengatasi masalah yang sedang dihadapi [5]. Hal ini sejalan dengan penelitian jurnal Komang Wahyu Gintari (2023) tentang kesehatan mental pada remaja mengatakan bahwa hasil survey didapat remaja yang memiliki tingkat stres didominasi dengan stres ringan sebanyak 74% (196 orang), Remaja dengan Gangguan Mental Emosional (GME) sebanyak 46,8% (124 orang), remaja dengan gejala psikotik/psikosis sebanyak 4,9% (13 orang), dan remaja dengan gejala Post-Traumatic Stres Disorder (PTSD) sebanyak 7,5% (20 orang). Para remaja juga membutuhkan kesehatan mental yang baik, dapat mengembangkan hubungan social yang kuat, mudah beradaptasi dengan perubahan, dan dapat menghadapi tantangan dalam hidup. Oleh karena itu upaya dalam menangani kesehatan mental pada remaja harus dilakukan sedini mungkin untuk mencegah dampak berkelanjutan masalah kesehatan mental yang lebih berat pada remaja [5].

Sistem yang digunakan dalam membantu mengatasi gangguan kesehatan mental sekarang masih konvensional yaitu dengan face to face antara tenaga medis dengan pasien. Hal ini yang membuat remaja dengan mempunyai masalah kesehatan mentalnya mempunyai berbagai alasan

untuk tidak mengunjungi psikiater, misalnya remaja memiliki perasaan takut, malu identitas nya diketahui, takut bertemu dengan orang yang dikenalnya pada saat mengantri, kurangnya edukasi mengenai kesehatan mental, tidak berani berbicara kepada kedua orang tua untuk meminta mendampingi ke psikiater karena takut perlakuan orang tua berubah kepada anaknya, menganggap bahwa masalah yang dialaminya sepele, anak belum bisa menerima jika hasil dari psikiater masuk dalam kategori tidak normal, malu untuk konsultasi dengan psikiater, takut mendapatkan berbagai stigma negatif dan diskriminatif oleh banyak pihak, dan lain sebagainya [6].

Untuk mengatasi permasalahan diatas, proses pengembangan dalam membangun sebuah layanan kesehatan mental berbasis website merupakan suatu hal yang sangat membantu dan sangat dibutuhkan bagi para tenaga medis maupun para remaja, karena website ini diharapkan dapat bermanfaat lebih banyak dalam kebutuhan dan pengobatan kesehatan remaja. Melakukan Screening terhadap gangguan kesehatan mental remaja yang ada di Kota Batam dengan menggunakan website ini dapat memudahkan proses screening. Dengan ini proses screening dapat dilakukan dengan jarak jauh tanpa mengharuskan remaja datang ke pusat pelayanan kesehatan [7]. Berdasarkan penelitian jurnal Hilmi Hari Mustahim (2023) mengatakan bahwa manfaat dari screening kesehatan mental pada remaja adalah membantu 5 para tenaga medis untuk dapat melayani pasien yang ingin melakukan screening dengan mudah serta membantu pasien yang ingin berkonsultasi dengan para tenaga medis sehingga proses screening dapat berjalan dengan efektif dan efisien [8].

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMA Negeri 16 Kota Batam, peneliti melakukan wawancara kepada 15 orang siswa dengan menggunakan panduan kuisioner PSS-10 dan didapatkan hasil dari wawancara tersebut yaitu siswa yang mengalami gejala stres ringan sebanyak 2 orang (13,3%), stres sedang sebanyak 12 orang (80%), dan stres berat sebanyak 1 orang (6,7%). Peneliti juga melakukan wawancara dengan menanyakan tentang gejala gangguan kesehatan mental remaja (seperti bullying dengan teman kelas, sering murung/ sedih, tidak mengerjakan tugas pada setiap mata pelajaran, bolos sekolah, melakukan tindak kekerasan dengan teman kelas diluar sekolah, mengejek nama orang tua dan lain-lain). Dari paparan diatas penulis memiliki gagasan bahwa pencegahan gangguan kesehatan mental remaja dapat dideteksi dini menggunakan website SICHI, sehingga screening bisa menjadi lebih mudah dan efektif

2. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode jenis penelitian Research and Development karena akan mengembangkan suatu produk berupa website yang digunakan untuk mendeteksi kesehatan mental remaja. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian deskriptif statistik, karena berupaya untuk mengetahui nilai variabel mandiri, baik itu satu variabel atau lebih tanpa ada perbandingan dengan variabel lain. Populasi dari penelitian ini adalah mahasiswa tingkat 1 prodi sarjana kebidanan. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 36 mahasiswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik Non Probability yaitu total sampling. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skrining kesehatan mental remaja berupa kuisioner tingkat stres remaja menggunakan website SICHI yang diberikan melalui link website. Analisis data dalam Penelitian ini menggunakan analisis deskriptif yang bertujuan untuk mendeskripsikan hasil distribusi frekuensi tingkat stres pada remaja dan hasil tampilan dari website SICHI.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil Analisis

- a. Karakteristik responden Mahasiswa Universitas Awal Bros Batam, Tingkat 1 Prodi Sarjana Kebidanan Tahun 2024

Tabel 1. Karakteristik Responden: Mahasiswa Prodi Sarjana Kebidanan Tingkat 1

Karakteristik Responden	Kategori	F	%
Usia	18 – 20 Tahun	31	86,2
	>20 Tahun	5	13,8
Total		36	100

Berdasarkan tabel 1, didapatkan bahwa berdasarkan kriteria usia, proporsi usia paling kecil berusia 18 - 20 tahun sebanyak 31 orang (86,2%), dan usia paling besar adalah >20 tahun sebanyak 5 orang (13,8%).

- b. Tingkat Stres Berdasarkan Hasil *Real time* Web SICHI

Tabel 2. Hasil tingkat Stres Remaja secara Real Time dari Web SICHI

Tingkat Stres Remaja	Jumlah Responden	%
Normal	1	2,8
Stres Ringan	1	2,8
Stres Sedang	1	2,8
Stres Berat	17	47,2
Stres Sangat Berat	16	44,4
Total	36	100

Berdasarkan Tabel 2. didapatkan bahwa berdasarkan hasil tingkat stres remaja yang keluar secara real time, remaja yang tidak mengalami stres atau kondisi normal sebanyak 1 orang (2,8%), remaja dengan stres ringan sebanyak 1 orang (2,8%), remaja dengan stres sedang sebanyak 1 orang (2,8%), remaja dengan stres berat sebanyak 17 orang (47,2%), dan remaja dengan tingkat stres sangat berat sebanyak 16 orang (44,4%).

- c. Hasil Tampilan Dari Web SICHI

Aplikasi digunakan dibagi menjadi 2 (dua) pengguna, yaitu administrator dan pengguna biasa. Screening Kesehatan mental remaja berbasis web

1. Role sebagai Admin

Pada admin, fitur yang dikelola adalah bagian pengolahan bank soal yang berfungsi untuk memasukkan setiap item pertanyaan dan mengklasifikasikan setiap item pertanyaan sesuai dengan kategori tingkat stres remaja. Soal-soal tersebut di bagi menjadi beberapa bagian group soal untuk mengklasifikasikan nilai per kategori tingkat stres remaja. admin mempunyai hak untuk mengetahui identitas remaja dengan melihat biodata yang telah di isi

oleh responden. Berikut ini merupakan tampilan atau database dari hasil secara real time skrining tingkat stres remaja dengan menggunakan website SICH. Admin dapat melihat hasil skrining yang telah dilakukan oleh pengguna.

No.	Kode Responden	Tanggal Lahir	Kelas	Jenis Kelamin	Skor Status	Tanggal Tes
1	81	2001-09-07	-	P	68 Sangat Berat	2024-06-26
2	81	2006-10-23	XSJPA	P	32 Berat	2024-06-27
3	82	2007-07-10	XSJPS	P	17 Ringan	2024-06-27
4	83	2007-09-03	XSJPA	P	33 Berat	2024-06-27
5	84	2007-11-14	XSJPS	L	15 Ringan	2024-06-27
6	85	2007-08-02	XSJPA	P	30 Berat	2024-06-27
7	86	2006-12-12	XSJPS	L	16 Ringan	2024-06-27
8	87	2007-07-27	XSJPA	P	32 Berat	2024-06-27
9	88	2008-05-23	XSJPS	L	32 Berat	2024-06-27
10	89	2006-08-17	XSJPA	L	35 Sangat Berat	2024-06-27

Gambar 1. Tampilan Laporan Hasil Skrining

2. Role sebagai User (Remaja)

Adapun fitur untuk user, yaitu user mengisi biodata untuk membantu data dalam hasil yang akan keluar secara real time, kemudian user bisa mengisi kuisioner tingkat stres remaja. Pada fitur ini user di beri petunjuk untuk pengisian kuisioner lalu bisa menjawab kuisioner dengan cara memilih salah satu dari opsi jawaban, kemudian menekan tombol next untuk menjawab pertanyaan selanjutnya. Jumlah soal yang ada saat ini sebanyak 36 soal dan harus memilih salah satu jawaban untuk melanjutkan ke pertanyaan selanjutnya, kemudian melakukan finish untuk melihat hasil jawaban secara realtime. Berikut gambar hasil skor secara real time dari *screening* skala tingkat stress pada remaja dan terdapat saran untuk user dalam mengatasi hasil tingkat stress remaja.

KODE RESPONDEN: 8
UMUR: 18 Tahun
JENIS KELAMIN: Perempuan
KELAS: T41
HARI/TANGGAL: Jumat, 19/07/2024

SKOR
22

"Hasil tes menunjukkan skala tingkat stres anda adalah STRES SEDANG"

SARAN:

- Melakukan therapy untuk mengalihkan/mendistrak rasa cemas, seperti:
 - hipnotis 5 jari (teknik menghipnotis diri sendiri dengan menggunakan jari tangan yang berguna untuk menenangkan pikiran agar tidak berfokus pada kecemasan yang dialami).
 - benson (merelaksasi nafas dalam dan penengangan bagian otot dengan keyakinan)
 - aromatherapy (menggunakan minyak esensial untuk menjaga kesehatan).

Gambar 2. Tampilan Hasil Screening

3.2 Pembahasan

a. Tingkat Stres Remaja Berdasarkan Hasil Web SICHI

Stres merupakan suatu tuntutan penyesuaian yang menghendaki individu untuk meresponnya secara adaptif dengan dorongan dan peristiwa yang ada dilingkungan sekitar. Stres terjadi akibat adanya masalah yang muncul dari ketidakseimbangan antara tuntutan dan kemampuan sehingga terjadi gangguan baik secara fisik maupun psikologis [9]. Pada umumnya, sumber eksternal stres remaja itu berasal dari lingkungan individu mereka sendiri, seperti keluarga, pekerjaan, fasilitas, lingkungan dan Pendidikan. Banyak reaksi penyesuaian remaja yang negatif merupakan pernyataan dari upaya-upaya untuk mencapai kebebasan. Gejala yang sangat umum dari kesulitan penyesuaian diri pada remaja ini diantaranya adalah sering bolos sekolah, bersikap keras kepala atau melawan, tawuran, bullying, melakukan tindak kriminal, mengkomsumsi 83 minuman keras (miras), dan obat-obatan terlarang (Narkoba) serta sering berbohong.

Faktor penyebab stres berbeda-beda pada setiap orang. Faktor penyebab stres dapat dibedakan menjadi faktor internal dan eksternal. Faktor internal berasal dari individu itu sendiri, misal keadaan fisik, dorongan, dan karakter individu. Bagaimana seseorang merespon dan mengekspresikan peristiwa bergantung pada apa yang menyebabkan mereka mengalami stres. Penilaian kognitif menggabungkan seseorang dengan bagaimana kita menerima dan beradaptasi dengan dorongan serta peristiwa yang sifatnya membuat individu merasakan stres [9].

Ada beberapa faktor penyebab stres pada siswa di sekolah yaitu adanya tuntutan akademik yang terlampaui besar, hasil ujian yang buruk, tugas yang menumpuk dan lingkungan pergaulan. Berdasarkan dari jurnal Itsna Hasni (2023) tentang manajemen stres pada remaja dalam menghadapi permasalahan akademik yaitu Siswa sekolah menengah yang terlibat dalam tugas, keterampilan, dan perilaku yang menuntut seorang siswa tersebut. Stres yang dialami siswa disebut stres akademik. Stres akademik disebabkan oleh stresor akademik yang terjadi pada saat proses belajar mengajar atau yang berkaitan dengan kegiatan pembelajaran seperti ujian yang akan datang, banyaknya tugas yang harus diselesaikan, dan lain-lain. Stres akademik merupakan reaksi yang disebabkan oleh ketegangan yang disebabkan oleh tuntutan akademik yang harus dipenuhi oleh seorang individu [10].

Menurut Itsna Hasni (2023) mengatakan ada 3 tahap manajemen dalam stres, yaitu langkah pertama adalah menyadari stres dan sumber stress yang dihadapi oleh siswa baik dalam kaitannya dengan pembelajaran maupun aktivitas yang dilakukan. Langkah kedua adalah mempelajari keterampilan dalam manajemen stres. Dan langkah ketiga adalah melibatkan latihan Teknik relaksasi manajemen stres untuk mengelola stres siswa. Salah satu strategi coping yang paling umum digunakan untuk fokus pada emosional adalah dengan relaksasi. Relaksasi juga merupakan salah satu Teknik dalam manajemen stress yang dapat meningkatkan aliran darah dan mengurangi perasaan cemas dan khawatir [10]. Dukungan sosial teman sebaya juga merupakan perhatian dan dukungan yang diterima remaja dari teman sebaya yang relatif sama dalam usia, minat, dan ambisi. Dukungan sosial dari teman sebaya memberikan pengaruh positif pada remaja berupa kenyamanan fisik dan psikologis, membuat individu merasa dicintai, dihargai, dan dihargai sebagai bagian dari kelompok sosial. Remaja yang mampu membina hubungan baik dengan teman sebayanya dapat mengembangkan kemampuan berpikir dan belajar mengekspresikan emosinya [11].

Berdasarkan hasil penelitian karakteristik responden menurut usia, usia ini sangat berpengaruh terhadap terjadinya stres, biasanya pada usia remaja hingga usia dewasa awal sangat rentan dalam mengalami stres. Berdasarkan hasil penelitian menurut karakteristik usia responden

usia 18-20 tahun yang berjumlah 31 orang (86,2%), mayoritas responden yang usianya paling banyak yaitu berusia 19 tahun (41,7%). Mahasiswa dengan usia remaja yang mengalami stres biasanya dikarenakan faktor internal yaitu belum mampu memahami dan menyikapi masalah dengan baik, sedangkan pada faktor eksternal yaitu dengan bertambahnya beban kuliah dan mendapat nilai lebih kecil dari yang diharapkan. Hal ini sejalan dengan penelitian Feri Fernandes (2023) mengatakan bahwa terdapat lebih dari setengah responden dari rentan usia 18-21 tahun adalah responden dengan usia 19 tahun (59,5%). Menurut Feri Fernandes (2023) mengatakan bahwa Mahasiswa baru merupakan remaja dengan masa peralihan sebagai siswa di bangku sekolah menjadi mahasiswa di perguruan tinggi. Pada mahasiswa baru akan mengalami berbagai macam masalah saat berada di lingkungan akademik perguruan tinggi, dan mereka akan dituntut untuk mampu beradaptasi dengan dunia perkuliahan, lingkungan, dan suasana di dalam perguruan tinggi. Mahasiswa baru juga harus yakin dengan keputusan yang diambilnya untuk menyelesaikan tugas-tugas selama dalam masa perkuliahan [12].

Menurut Hariaty (2023) mengatakan salah satu sumber stres pada mahasiswa tingkat pertama yaitu bagaimana berinteraksi dengan teman barunya, kemudian adanya tuntutan pembelajaran yang berbeda pada saat di bangku perkuliahan dengan bangku sekolah serta ada sebagian mahasiswa yang jauh dari lingkungan keluarga. Sumber stres lainnya adalah kurangnya motivasi dan nasihat, finansial, serta harus tinggal secara mandiri atau ngekost. Namun ada juga sebagian mahasiswa yang masih tinggal bersama keluarga atau saudara merasa tidak leluasa dikarenakan harus membantu dan mengikuti aturan yang ada di rumah. Menurut Feri Fernandes (2023) juga mengatakan bahwa tingkat stres juga dipengaruhi oleh lingkungan tempat tinggal mahasiswa. Hal ini dikarenakan mahasiswa harus menyesuaikan diri dengan lingkungan baru yang mereka belum kenal. Selain itu juga menurut Wulandari (2021) juga mengatakan bahwa mahasiswa yang kuliah dengan mengambil jurusan yang tidak sesuai dengan yang diinginkan, maka mereka akan mengalami stres yang dapat menyebabkan masalah pada akademisnya dengan menunjukkan prestasi yang kurang kompeten. Hal ini dapat mengganggu memori, konsentrasi, penurunan dalam penyelesaian masalah serta kemampuan mahasiswa dalam akademik dan akan mempengaruhi terhadap indeks prestasi (IP).

Berdasarkan hasil penelitian tingkat stres remaja, didapatkan hasil tingkat stres tertinggi berdasarkan kategori stres berat sebanyak 17 orang (47,2%). Hal ini sejalan dengan penelitian Salwa Salsabila (2023) mengatakan bahwa terdapat remaja yang mengalami stres paling banyak adalah kategori stres berat dengan jumlah 86 orang (62,3%). Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa stres akademik yang dialami oleh mahasiswa baru yaitu masalah ketegangan emosional dan tuntutan akademik yang berdampak pada gangguan fisik dan psikis mahasiswa.

Peneliti dapat menyimpulkan bahwa hasil dari penelitian ini menunjukkan mahasiswa baru merupakan salah satu faktor pemicu terjadinya stres yang disebabkan oleh tuntutan akademik (seperti tugas-tugas, adaptasi pembelajaran), tempat tinggal (misalnya tinggal sendiri/ngekost), dan adaptasi lingkungan sekitar (misalnya harus beradaptasi atau berkenalan dengan teman baru).

b. Proses Pengembangan Dari Hasil Website SICHI

Web SICHI merupakan website yang dikembangkan oleh peneliti yang tujuan untuk digunakan sebagai alat untuk mengskrining gangguan kesehatan mental remaja seperti tingkat stres remaja. SICHI itu sendiri adalah singkatan dari Screening Adolescent Mental Health Indonesia. Sebelum dilakukan pengembangan web SICHI, peneliti melakukan pengambilan data, mengumpulkan instrument penelitian, dan uji expert judgement tingkat stres. Selanjut akan dilakukan perancangan pemodelan.

Proses pengembangan dari website SICHI ini adalah langkah pertama untuk membuat tampilan awal itu menggunakan HTML adalah membuat text, tombol, background, CSS adalah style untuk text, tombol, background, dan Javascript adalah logika, fungsi, perhitungan, pengambilan keputusan. Untuk membuat konten dalam website itu menggunakan HTML, kemudian pada bagian style dalam tampilan itu menggunakan CSS, sedangkan untuk fungsi itu menggunakan javascript dan ini berlaku untuk setiap tampilan.

Kemudian setelah itu dilakukan pengcodingan dalam setiap item yang akan dimasukkan. Setelah melakukan pengcodingan HTML dan CSS nya, kemudian akan kompaile untuk menjadi aplikasi yang bisa diakses local di computer. Setelah tampilan jadi, maka selanjutnya kita mengupload ke username dan membeli server yang dapat terhubung ke internet yang namanya adalah Virtual Private Server (VPS). Kemudian setelah diakses di VPS, maka aplikasi ini dapat oleh pengguna melalui internet. Pada langkah kedua, dibagian item pertanyaan, pengembang menyiapkan database menggunakan PostgreSQL (database untuk menyimpan data-data seperti soal, biodata user, hasil akhir). Selanjutnya untuk tampilan pertanyaan nya baik kuisisionernya, tombol, item pilihan, tombol lanjutan dan finish nya itu yang sudah di coding dengan HTML, CSS dan javascript. Kemudian hasilnya ketika pengguna sudah memilih salah satu jawaban dari masing-masing pertanyaan maka akan muncul item pertanyaan selanjutnya dan akan tersimpan didalam database. Pada bagian akhir pertanyaan ada tombol bagian finish, setelah itu akan keluar hasil report dari skrining tingkat stress remaja secara realtime.

Pada hasil akhir dari skrining tingkat stres, terdapat saran yang diberikan oleh pengembang website. Saran yang diberikan oleh peneliti juga sudah dilakukan uji expert oleh ahli keperawatan jiwa. Adapun kelebihan yang dimiliki oleh web SICHI ini adalah dapat digunakan dimana pun dan kapanpun untuk dilakukan skrining kesehatan mental. Web ini juga dapat digunakan oleh banyak pengguna yang memiliki link pada website tersebut. Hasil dari skrining juga dapat keluar secara *real time* tanpa harus menunggu. Peneliti mengembangkan suatu alat skrining yang dapat membantu remaja untuk mempermudah dalam mengskrining kondisi kesehatan mental remaja dalam sebulan terakhir tanpa mengharuskan ke pelayananan kesehatan. Dalam website ini juga peneliti berusaha menjaga privasi dari pengguna dengan mengganti identitas nama menjadi kode dari responden serta menggunakan kuisisioner yang sudah teruji validitas dan reabilitasnya. Dalam pengembangan website ini juga telah dilakukan uji kelayakan media website oleh ahli media.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil tingkat stres remaja dari web SICHI secara real time, didapatkan hasil remaja yang berusia rentan antara 18-20 tahun sebanyak 31 orang (86,2%), mayoritas yang paling banyak berusia 19 tahun sebanyak 15 orang (41,7%) dengan mayoritas perempuan, dan remaja yang mengalami gangguan tingkat stres paling banyak dengan kategori stres berat sebanyak 17 orang (47,2%) yang disebabkan oleh faktor akademik (seperti tugas-tugas, adaptasi pembelajaran), tempat tinggal (misalnya tinggal sendiri/ngekost), dan adaptasi lingkungan sekitar (misalnya harus beradaptasi atau berkenalan dengan teman baru). Hasil penelitian dan perancangan website screening kesehatan mental remaja yang dibuat menghasilkan website yang dapat mengeluarkan hasil secara real time dan memberikan informasi tentang cara mengatasi kesehatan mental remaja secara mandiri. Dengan hasil penelitian dan adanya website skrining kesehatan mental remaja, maka proses skrining

kesehatan mental remaja dapat berjalan dengan mudah dan cepat serta mandiri yang dapat diakses dimana saja tanpa harus mendatangi pelayanan kesehatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada seluruh pihak yang telah terlibat dalam penelitian ini. Terima kasih kepada yayasan dan civitas akademika Universitas Awal Bros atas bantuan dan dukungan yang diberikan dalam melaksanakan penelitian

DAFTAR PUSTAKA

- [1] S. Endriyani, S. Martini, and M. Pastari, “Edukasi dan Skrining Kesehatan Jiwa Remaja dengan Aplikasi,” *Madaniya*, vol. 5, no. 1, pp. 192–198, 2024, doi: 10.53696/27214834.687.
- [2] WHO, “Mental health of adolescents,” 2021.
- [3] I-NAMHS., “I-NAMHS: Indonesia – National Adolescent Mental Health Survey,” 2022.
- [4] DP3AP2KB, “Data Kekerasan Perempuan dan Anak Kota Batam.” 2023.
- [5] A. Mawaddah, N., & Prastya, “Upaya Peningkatan Kesehatan Mental Remaja Melalui Stimulasi Perkembangan Psikososial Pada Remaja. DEDIKASI SAINTEK Jurnal Pengabdian Masyarakat, 2(2), 115–125. <https://doi.org/10.58545/djpm.v2i2.180>,” 2023.
- [6] G. Sutanto, S., Amiruddin, D., & Nugraha, “Rancang Bangun Aplikasi Skrining Kesehatan Mental Remaja Berbasis Web Di Rsud Dr.Dradjat Prawiranegara Dengan Menggunakan Metode Analytic Hierarchy Process (Ahp). *Journal of Innovation And Future Technology (IFTECH)*, 4(1), 29–38. <https://doi.org/10.47080/>,” 2022.
- [7] T. F. Hamenda, “Pengembangan Deteksi Dini Gangguan Kesehatan Jiwa Dengan Mental Health Screening Berbasis Aplikasi Android Untuk Masyarakat Pesisir Pantai Desa Ponelo. *Jambura Nursing Journal*, 4(1), 16– 21. <https://doi.org/10.37311/jnj.v4i1.13464>,” 2022.
- [8] H. H. Mustakim, “Rancang Bangun Aplikasi Skrining Kesehatan Mental Remaja Berbasis Web. 11.,” 2023.
- [9] M. S. D. Dahlia, S.Psi., “Kesehatan Mental. *Early Childhood Education Journal*, November 2019, 10. [https://www.who.int/news-room/fact_sheets/detail/mental-health-strengthening-our_response%0Ahttp://digilib.uinsby.ac.id/918/10/Daftar Pustaka.pdf](https://www.who.int/news-room/fact_sheets/detail/mental-health-strengthening-our_response%0Ahttp://digilib.uinsby.ac.id/918/10/Daftar%20Pustaka.pdf),” 2022.
- [10] Itsna Hasni, “Pelatihan Manajemen Stress Pada Remaja Dalam Menghadapi Permasalahan Akademik Di Sman 1 Sliyeg Kabupaten Indramayu. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (NADIMAS)*, 2(1), 49–60. <https://doi.org/10.31884/nadimas.v2i1.21>,” 2023.
- [11] N. L. P. I. P. Pande, “HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN TINGKAT KECEMASAN, STRES, DAN DEPRESI PADA SISWA KELAS X DI SMA NEGERI 2 ABIANSEMAL. *Journal Nursing Research Publication Media*, 3, 1–11. <https://doi.org/10.55887/nrpm.v3i1.48>,” 2024.
- [12] F. Fernandes, “Efikasi Diri dan Stres Akademik pada Mahasiswa Tahun Awal di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas. *Jik Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(2), 226. <https://doi.org/10.33757/jik.v7i2.603>,” 2023.