

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

World Health Organization (WHO) menyebutkan bahwa satu dari tujuh remaja sekitar 14.3% remaja berusia 10 – 19 tahun mengalami gangguan Kesehatan mental. Kondisi ini menjadi isu global karena kesehatan mental merupakan aspek penting dalam proses tumbuh kembang remaja dan berpengaruh terhadap kemampuan remaja dalam mengelola emosi, berinteraksi sosial, menjalani aktivitas dan proses belajar. Kasus gangguan kesehatan mental remaja yang terjadi meliputi depresi dan kecemasan, namun sebagian besar kasus tersebut belum teridentifikasi dan belum mendapatkan penanganan yang memadai. Gangguan kesehatan mental pada masa remaja apabila tidak ditangani secara tepat dapat berdampak jangka Panjang, seperti gangguan fungsi sosial, peningkatan perilaku berisiko, hingga bunuh diri (WHO, 2025).

Hasil survei Indonesia-*National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS)* tahun 2022, menunjukkan bahwa sebanyak 34,9% remaja Indonesia atau 15,5 juta orang mengalami masalah kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir. Sekitar 5,5% remaja atau 2,45 juta orang mengalami gangguan mental yang memenuhi kriteria klinis, namun hanya sekitar 2,6% remaja yang mengakses layanan dukungan atau konseling untuk masalah kesehatan mental yang dialaminya. (I-NAMHS, 2022).

Laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan bahwa prevalensi masalah kesehatan jiwa pada penduduk usia di atas 15 tahun di Indonesia tercatat 2.0% yang diperkirakan mewakili 630.827 jiwa secara nasional. Pada kelompok usia 15–24 tahun, prevalensi masalah kesehatan jiwa dalam satu bulan terakhir tercatat sebesar 2,8% secara nasional, atau setara dengan sekitar 130.977 jiwa. Pada tingkat provinsi, Jawa Barat merupakan wilayah dengan prevalensi tertinggi yaitu sebesar 4.4% atau sekitar 113.568 jiwa. Selain itu, indikator pikiran untuk mengakhiri hidup secara nasional prevalensinya sebesar 0,25%, yang diperkirakan mewakili sekitar 630.827 jiwa. Pada kelompok usia 15–24 tahun, prevalensi penduduk yang memiliki pikiran mengakhiri hidup dalam satu bulan terakhir tercatat sebesar 0,39% secara nasional, atau setara dengan sekitar 130.977 jiwa, sementara di Provinsi Jawa Barat prevalensinya sebesar 0,45% yang diperkirakan mewakili sekitar 113.568 jiwa (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023)

Berdasarkan data hasil skrining kesehatan jiwa yang dikumpulkan oleh Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya tahun 2025, dari 86.211 peserta skrining sebanyak 24.710 orang (28,86%) mengikuti skrining kesehatan jiwa. Dari jumlah tersebut terdapat 1.203 orang (4,87%) yang menunjukkan gejala kesehatan jiwa yang signifikan, 616 (2,49%) orang mengalami gejala kecemasan ringan dan 267 (1,08%) orang mengalami kecemasan berat dari 24.710 orang (28,86%) yang mengikuti skrining kesehatan jiwa. Diantara jumlah tersebut, tercatat sebanyak 780 (3,16%) remaja mengalami kecemasan.

Berdasarkan wilayah kerja puskesmas, Puskesmas Purbaratu tercatat sebagai puskesmas dengan jumlah hasil skrining masalah kesehatan mental dengan *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ) bermasalah tertinggi, yaitu sebanyak 208 (5,7%) dari 3,649 total populasi remaja di Kota Tasikmalaya pada tahun 2024. Skrining kesehatan mental dengan SDQ ini merupakan bagian dari seluruh program Puskesmas Kota Tasikmalaya yang dilaksanakan setiap 1 tahun. Pada tahun 2025, program pemeriksaan kesehatan mental di Puskesmas Kota Tasikmalaya dialihkan ke program Cek Kesehatan Gratis (CKG) yang diselenggarakan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Prevalensi tinggi masalah kesehatan mental di kalangan remaja menegaskan pentingnya deteksi dini sebagai strategi pencegahan utama untuk mendeteksi tanda-tanda awal gangguan sebelum menjadi lebih parah. Namun, implementasi deteksi dini ini masih terhambat oleh faktor seperti rendahnya literasi kesehatan mental, stigma terhadap gangguan jiwa, serta akses terbatas ke layanan skrining yang ramah bagi remaja. Akibatnya, banyak remaja dengan masalah mental tidak terdeteksi secara optimal. Di tengah kemajuan teknologi informasi dan komunikasi, penggunaan media digital atau aplikasi mobile muncul sebagai solusi potensial karena aksesibel, fleksibel, dan bisa dipakai secara mandiri. Studi di Indonesia membuktikan bahwa aplikasi digital ini efektif sebagai alat skrining awal serta media promosi dan pencegahan kesehatan mental remaja, sehingga membantu mereka mengenali kondisi

psikologis lebih cepat dan mendorong pencarian bantuan yang tepat. (Hertini *et al.*, 2024).

Seiring dengan pesatnya perkembangan teknologi informasi dan komunikasi, peluang pemanfaatan teknologi digital menjadi salah satu pendekatan yang relevan dalam mendukung upaya deteksi dini kesehatan mental remaja. Kelompok usia remaja merupakan pengguna aktif smartphone dan internet, sehingga media berbasis aplikasi dinilai lebih mudah diterima. Aplikasi kesehatan mental berbasis mobile dapat berfungsi sebagai sarana skrining awal, penyediaan informasi kesehatan mental yang akurat, serta media edukasi yang interaktif dan sesuai dengan karakteristik perkembangan remaja. Pemanfaatan teknologi digital juga berpotensi meningkatkan literasi kesehatan mental, menurunkan stigma, serta mendorong remaja untuk lebih proaktif dalam mengenali kondisi psikologisnya dan mencari bantuan secara mandiri. Namun demikian, agar pemanfaatannya efektif, pengembangan aplikasi kesehatan mental perlu disesuaikan dengan kebutuhan, preferensi, dan konteks sosial remaja sebagai pengguna utama (Wulandari *et al.*, 2025).

Berbagai penelitian telah membahas pemanfaatan teknologi digital dalam bidang kesehatan mental, termasuk penggunaan aplikasi mobile sebagai salah satu bentuk intervensi digital. Kajian literatur menunjukkan bahwa aplikasi mobile banyak digunakan dalam intervensi kesehatan mental karena kemudahan akses dan fleksibilitasnya, serta berpotensi membantu pemantauan dan dukungan kondisi psikologis, khususnya pada kelompok remaja dan dewasa muda (Ihsanuddin & Kurniawan, 2025). Namun demikian, kajian

tersebut juga menunjukkan bahwa sebagian besar penelitian lebih menitikberatkan pada pemanfaatan aplikasi sebagai sarana intervensi, seperti terapi digital dan edukasi, dibandingkan dengan kajian yang secara khusus membahas proses perancangan *prototype* aplikasi kesehatan mental. Oleh karena itu, penelitian yang berfokus pada perancangan *prototype* aplikasi kesehatan mental yang berorientasi pada deteksi dini dan disusun berdasarkan kebutuhan remaja masih relatif terbatas (Ihsanuddin & Kurniawan, 2025).

Berdasarkan kondisi tersebut, dapat disimpulkan bahwa masih terdapat kesenjangan penelitian (*research gap*) terkait pengembangan aplikasi kesehatan mental remaja, khususnya pada aspek perancangan *prototype* yang berorientasi pada deteksi dini dan disusun berdasarkan kebutuhan pengguna. Belum banyak penelitian yang menempatkan remaja sebagai subjek utama dalam proses identifikasi kebutuhan serta perancangan aplikasi kesehatan mental yang sesuai dengan karakteristik perkembangan remaja. Selain itu, penguatan upaya promotif dan preventif dalam kesehatan mental remaja memerlukan dukungan tenaga kesehatan di pelayanan primer yang memiliki kedekatan dengan kelompok usia remaja.

Dalam pelayanan kesehatan primer, bidan memiliki peran penting dalam upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat, termasuk kesehatan mental. Peran tersebut memiliki dasar hukum yang kuat dalam Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2023 tentang kesehatan, yang menjadi regulasi utama dalam penyelenggaraan pelayanan kesehatan di Indonesia.

Pengaturan mengenai kesehatan jiwa dalam Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2023 terdapat pada Pasal 74 sampai dengan Pasal 85. Undang-undang tersebut juga menegaskan bahwa upaya kesehatan jiwa dilakukan untuk meningkatkan kualitas hidup masyarakat dan mencegah terjadinya gangguan kesehatan jiwa. Pemerintah pusat dan pemerintah daerah bertanggung jawab dalam penyelenggaraan upaya kesehatan jiwa, termasuk penyediaan sumber daya kesehatan dan pelayanan yang mudah diakses oleh masyarakat. Dalam pelaksanaan pelayanan kesehatan primer, upaya promotif dan preventif menjadi pendekatan utama untuk mencegah munculnya masalah kesehatan sejak dini. Pendekatan ini juga penting dalam kesehatan mental remaja karena deteksi dini dan edukasi yang tepat dapat membantu remaja mengenali masalah kesehatan mental serta memperoleh bantuan yang sesuai sebelum kondisinya berkembang menjadi lebih berat.

Peran bidan dalam kesehatan mental sejalan dengan Peraturan Pemerintah Nomor 28 Tahun 2024 sebagai peraturan pelaksanaan Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2023. Regulasi ini menunjukkan bahwa kesehatan remaja termasuk kesehatan mental remaja, menjadi salah satu fokus dalam pembangunan kesehatan nasional. Oleh karena itu, bidan yang bekerja di fasilitas pelayanan kesehatan primer memiliki peran penting dalam edukasi kesehatan mental, meningkatkan literasi kesehatan mental remaja, melakukan skrining atau deteksi dini, serta memfasilitasi rujukan apabila ditemukan indikasi masalah kesehatan mental yang memerlukan penanganan lebih lanjut.

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini dilakukan untuk merancang *prototype* aplikasi kesehatan mental sebagai sarana deteksi dini masalah kesehatan mental pada remaja yang sejalan dengan penguatan pelayanan kesehatan primer yang berfokus pada pencegahan dan peningkatan kesehatan khususnya kesehatan mental remaja di Kota Tasikmalaya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka rumusan masalah yang diambil adalah “Bagaimana perancangan *prototype* media aplikasi Kesehatan Mental Buat-mu (KALBU) sebagai alat deteksi dini kesehatan mental pada remaja?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Merancang *prototype* media aplikasi Kesehatan Mental Buat-mu (KALBU) yang layak sebagai sarana konseptual untuk deteksi dini masalah kesehatan mental pada remaja.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi kebutuhan remaja terhadap media deteksi dini kesehatan mental berbasis aplikasi digital.
- b. Merancang struktur dan fitur aplikasi yang sesuai dengan karakteristik serta kebutuhan remaja.
- c. Menilai kelayakan rancangan *prototype* aplikasi berdasarkan penilaian ahli materi, ahli media serta respon calon pengguna.

D. Ruang Lingkup

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini dibatasi pada perancangan *prototype* media aplikasi kesehatan mental KALBU yang disusun sebagai media pendukung deteksi dini masalah kesehatan mental pada remaja di Kota Tasikmalaya. Ruang lingkup penelitian mencakup aspek etik legal dan keselamatan klien melalui perlindungan kerahasiaan data serta penerapan prinsip *informed consent* dan *non-maleficence*, mengingat *prototype* yang dikembangkan belum diimplementasikan dan tidak digunakan sebagai alat diagnosis maupun skrining klinis. Aspek komunikasi efektif diwujudkan melalui perancangan konten dan alur informasi dengan bahasa yang sederhana, komunikatif, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan remaja. Pengembangan diri dan profesionalisme tercermin dalam upaya inovasi peran bidan pada pelayanan promotif dan preventif kesehatan mental berbasis teknologi digital.

Landasan ilmiah praktik kebidanan mengacu pada kajian teoritis deteksi dini kesehatan mental remaja serta instrumen skrining seperti *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ) sebagai dasar konseptual perancangan fitur. Keterampilan klinis dalam praktik kebidanan diwujudkan dalam perancangan alur konseptual skrining awal yang bersifat non-klinis. Aspek promosi kesehatan dan konseling diwujudkan melalui penyusunan materi edukasi kesehatan mental yang bertujuan meningkatkan literasi dan perilaku pencarian bantuan pada remaja. Manajemen dan kepemimpinan penelitian meliputi perencanaan tahapan penelitian yang dilaksanakan pada Februari –

April 2026, meliputi identifikasi kebutuhan pengguna, perancangan *prototype*, serta uji kelayakan oleh ahli dan calon pengguna.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah kajian keilmuan, khususnya terkait pengembangan media edukasi dan deteksi dini kesehatan mental remaja berbasis aplikasi digital. Penelitian ini memberikan gambaran mengenai proses perancangan *prototype* aplikasi kesehatan mental yang disusun berdasarkan kebutuhan remaja sebagai pengguna.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja

Memberikan gambaran mengenai kebutuhan dan preferensi remaja terkait media aplikasi kesehatan mental, yang diperoleh melalui proses pengumpulan data kebutuhan pengguna sebagai bahan dasar perancangan *prototype*.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat menjadi bahan referensi awal dalam pengambilan keputusan dan perencanaan pengembangan media edukasi dan deteksi dini kesehatan mental berbasis digital, serta dapat menjadi dasar rujukan bagi penelitian lanjutan.

c. Bagi profesi

Penelitian ini dapat menjadi acuan awal pengembangan media deteksi dini kesehatan mental remaja berbasis aplikasi digital, yang dapat dikembangkan lebih lanjut menjadi media promotif dan preventif kesehatan mental dalam praktik pelayanan.

F. Keaslian Penelitian

Penelitian yang berkaitan dengan perancangan *prototype* aplikasi Kesehatan Mental Buat-mu (KALBU) sebagai sarana deteksi dini kesehatan mental remaja yang telah dilakukan sebelumnya disajikan pada :

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Judul Penelitian, Penulis, Tahun	Metode	Hasil	Persamaan Perbedaan
1	<i>Designing a Mind Space Application Prototype for Life Cycle Mental Health Risk Management</i> (Kinanti <i>et al.</i> , 2024)	<i>System Development (SDLC)</i> dengan model <i>waterfall</i>	Hasil penelitian menunjukkan 80% responden berminat menggunakan aplikasi dan 70% menginginkan fitur forum anonim, mood <i>tracker</i> , dan konsultasi psikolog	Persamaan berfokus pada perancangan aplikasi, Perbedaannya penelitian sebelumnya menggunakan model pengembangan SDLC, uji coba pengguna dan fokus pada fitur konseling. Sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti menggunakan model pengembangan ADDIE, serta berfokus pada fitur <i>screening</i> berbasis SDQ dan edukasi dimana keseluruhan aplikasi ini disusun berdasar kebutuhan remaja.

No	Judul Penelitian, Penulis,Tahun	Metode	Hasil	Persamaan Perbedaan
2	Perancangan Aplikasi Kesehatan Mental dan Kecemasan Berbasis Android (Nurfadhillah & Novita, 2025)	<i>Research and Development</i> (R&D) dengan analisis kebutuhan diagram <i>Fishbone</i>	Hasil penelitian berupa aplikasi mobile Teduh Rasa dengan fitur <i>Mental Health Scanner</i> , KonsulBot AzureAI, dan meditasi bernapas.	Persamaan penelitian berfokus perancangan aplikasi dan terdapat fitur skrining. Perbedaannya penelitian sebelumnya menggunakan metode <i>Fishbone</i> diagram untuk analisis kebutuhan pengguna sedangkan peneliti menggunakan model pengembangan sesuai prosedur ADDIE
3	Implementasi Model ADDIE dalam Media Edukasi sebagai Pemahaman Kesehatan Mental (An-Nisa <i>et al.</i> , 2025)	<i>Research and Development</i> (R&D) dengan model ADDIE	Hasil penelitian menunjukkan KESMO layak digunakan berdasarkan validasi ahli dan uji coba pada pengguna dan meningkatkan pemahaman terkait kesehatan mental.	Persamaan terletak pada pengembangan media digital untuk kesehatan mental. Perbedaannya penelitian sebelumnya berupa game edukasi untuk meningkatkan pemahaman sedangkan pada penelitian ini berupa <i>prototype</i> aplikasi berfokus pada <i>screening</i> .
4	Pengembangan Deteksi Dini Gangguan Kesehatan Jiwa dengan <i>Mental Health Sreening</i> Berbasis Aplikasi Android untuk Masyarakat Pesisir Pantai Desa Ponelo (Hamenda <i>et al.</i> , 2022)	<i>Research and Development</i> (R&D)	Hasil penelitian menunjukkan aplikasi <i>Mental Health Screening</i> dapat mendeteksi gangguan kesehatan jiwa dengan hasil dari 30 responden 29 (96,7%) tidak mengalami kesehatan jiwa.	Persamaan terletak pada pengembangan aplikasi <i>mental health screening</i> . Perbedaannya penelitian ini menggunakan instrumen <i>screening</i> berbasis SDKI dan menggunakan pengembangan dengan metode R&D, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti berfokus pada perancangan aplikasi dimana setiap kontennya di susun berdasarkan remaja dengan fitur <i>screening</i> berupa instrumen SDQ .

No	Judul Penelitian, Penulis,Tahun	Metode	Hasil	Persamaan Perbedaan
5	Pengembangan Aplikasi Skrining Kesehatan Mental (Rohani <i>et al.</i> , 2025.)	<i>Research and Development</i> (R&D) dengan pendekatan <i>Rapid Application Development</i> (RAD).	Hasil penelitian menunjukkan aplikasi layak berdasarkan penilaian ahli dengan skor 91,63% dan 94,72%. Aplikasi ini dapat mendukung kegiatan	Persamaan terletak pada perancangan aplikasi <i>screening</i> kesehatan mental. Perbedaannya, penelitian sebelumnya menggunakan model RAD, instrument DASS-21, uji responden dan implementasi, sedangkan penelitian peneliti dengan model ADDIE, instrumen <i>screening</i> menggunakan SDQ.

Berdasarkan uraian perbandingan dengan penelitian-penelitian terdahulu, dapat disimpulkan bahwa penelitian ini memiliki kebaruan (*novelty*) pada fokus dan pendekatan yang digunakan. Penelitian ini tidak hanya menitikberatkan pada pengembangan aplikasi kesehatan mental, tetapi secara khusus berfokus pada perancangan *prototype* aplikasi sebagai alat deteksi dini kesehatan mental remaja yang disusun berdasarkan kebutuhan pengguna. Selain itu, penelitian ini menggunakan instrumen skrining *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ) yang disesuaikan dengan karakteristik perkembangan remaja. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi awal dalam pengembangan media deteksi dini kesehatan mental remaja berbasis aplikasi digital, khususnya sebagai pendukung upaya promotif dan preventif dalam masalah kesehatan mental pada remaja.