

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan mental menurut seorang ahli kesehatan Merriam Webster, merupakan suatu keadaan emosional dan psikologis yang baik, dimana individu dapat memanfaatkan kemampuan kognisi dan emosi, berfungsi dalam komunitasnya, dan memenuhi kebutuhan hidupnya sehari-hari. Inti dari kesehatan mental sendiri adalah lebih pada keberadaan dan pemeliharaan mental yang sehat. Akan tetapi, dalam praktiknya seringkali kita temui bahwa tidak sedikit praktisi di bidang kesehatan mental lebih banyak menekankan perhatiannya pada gangguan mental daripada mengupayakan usaha-usaha mempertahankan kesehatan mental itu sendiri. (Sari, 2012)

Depresi dapat terjadi pada semua usia termasuk remaja. Gangguan depresi ini dapat menimbulkan penderitaan yang berat. Depresi menjadi masalah dalam kesehatan masyarakat. Biaya pengobatannya sangat besar dan bila tidak diobati dapat terjadi hal yang sangat buruk karena dapat menimbulkan gangguan serius dalam fungsi sosial, kualitas hidup penderita, hingga kematian karena bunuh diri. Remaja berusaha untuk melepaskan diri dari orang tua dengan maksud untuk menemukan jati dirinya. Mönks, Knoers dan Haditono (1992) menyebut proses tersebut sebagai proses mencari identitas diri. Selain itu, Djati (2008) menyebutkan masa pertumbuhan remaja, jarang dapat berlangsung dengan lancar.

Banyak masalah yang terjadi semakin serius hingga menyebabkan depresi yang berkepanjangan. Interaksi dengan lingkungan sosial juga merupakan hal yang rentan bagi remaja dalam melepaskan emosi-emosinya baik secara positif maupun negatif. Mardiya (2013) menyatakan remaja yang mengalami depresi akan menunjukkan gejala seperti merasa putus asa, gairah belajar berkurang, tidak ada inisiatif, hipo atau hiperaktif. Anak remaja dengan gejala-gejala depresi akan memperlihatkan kreativitas, inisiatif dan motivasi belajar yang menurun, sehingga akan menimbulkan

kesulitan belajar dan membuat prestasi belajar anak menurun dari hari ke hari.

Depresi pada anak atau remaja sering sekali menimbulkan 2 berbagai keluhan somatik, seperti sakit kepala atau sakit perut (Davison, Neale & Kring, 2010). Neiger (dalam Fitriani & Hidayah, 2012) menyatakan bahwa usia muda, yaitu 15-24 tahun, sangat rentan untuk mengalami gangguan depresi. Survei yang dilakukan oleh Avenoli dan Steinberg (dalam Steinberg, 2012) kira-kira 25% remaja merasakan munculnya depresi dan 3% masuk kategori depresi klinis. Petersen Sarigiani, dan Kennedy, (dalam Santrock, 2003) mengadakan penelitian pada sampel nonklinis, ditemukan 7% remaja mengalami depresi klinis, sedangkan penelitian dengan sampel klinis ditemukan 45% remaja yang mengalami depresi klinis.

Depresi pada remaja mempengaruhi prestasi sekolah, remaja mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi, fungsi sosial dan kesulitan dalam penyesuaian diri (dalam Nevid, Rathus & Greene, 2005; Lubis, 2009). Weissman (dalam Nevid, Rathus & Greene, 2005) menyatakan depresi pada remaja menyebabkan risiko terjadinya depresi berat, bahkan percobaan bunuh diri di masa dewasa. Apalagi di Indonesia yang sama sekali tidak menyadari keberadaan terapi psikologi ataupun kesehatan mental. Bahkan orang yang galau di timeline yang biasa kita lihat, seringkali malah mendapatkan bully dan jadi salah tempat untuk bercerita.

Di zaman modern ini ada yang di namakan dorongan psikolog modern yang biasa di sebut dorongan psikososial. Di satu sisi individu memiliki dorongan untuk memenuhi kebutuhan individu, namun di sisi lain ia hidup di tengah-tengah individu-individu secara sosial. Misalnya, rasa memiliki, penghargaan, kehormatan, berkelompok, rasa memusuhi, berkompetisi, dan lain-lain. Dorongan – dorongan psikologis tampak dalam tingkah laku manusia yang memusuhi orang lain dengan tujuan untuk menyakitinya, baik secara fisik maupun dengan kata-kata. Allah SWT berfirman:

وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً قَالُوا أَتَجْعَلُ فِيهَا مَنْ يُفْسِدُ فِيهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَاءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ قَالَ إِنِّي أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ

Artinya: "Ingatlah ketika Tuhanmu berfirman kepada Para Malaikat: "Sesungguhnya aku hendak menjadikan seorang khalifah di muka bumi." mereka berkata: "Mengapa Engkau hendak menjadikan (khalifah) di bumi itu orang yang akan membuat kerusakan padanya dan menumpahkan darah, Padahal Kami Senantiasa bertasbih dengan memuji Engkau dan mensucikan Engkau?" Tuhan berfirman: "Sesungguhnya aku mengetahui apa yang tidak kamu ketahui." (Q.S. Al-Baqarah (2): 30)

Dalam ayat ini, Allah menceritakan bahwa Allah menjadikan manusia sebagai seorang khalifah di muka bumi ini, tetapi kemudian para malaikat yang selalu tunduk dan taat kepada Allah bertanya kepada Allah, "Mengapa Engkau hendak menjadikan manusia itu sebagai khalifah, sementara mereka selalu berperang dan menumpahkan darah?". Sungguh hanya Allah yang Maha Mengetahui atas segala sesuatu (Heri Ruslan, 2014). Oleh karena itu di buatlah sebuah aplikasi Pakar Konsultasi Gangguan Psikologi Dan Pencegahan Depresi Berbasis Web menurut tinjauan Islam yang berfungsi untuk menghubungkan seseorang yang memiliki permasalahan pribadi dengan orang-orang yang memiliki latar belakang psikologi atau gangguan mental. Aplikasi ini mempunyai forum untuk dairy depresi yang berfungsi untuk membuang rasa emosinya dalam bentuk cerita kesahnya dengan *anonymous*. Di aplikasi tersebut terdapat juga terdapat fitur konsultasi untuk user yang mengalami depresi dan ingin tahu solusinya agar tidak merasakan depresi yang di alami oleh user tersebut.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka dapat dirumuskan permasalahan, yaitu bagaimana tinjauan Islam mengenai pembuatan aplikasi believe untuk pencegahan depresi atau gangguan psikologi pada remaja berbasis web?

1.3 Tujuan

Tujuan Penelitian:

Merancang dan membangun sistem believe berbasis web untuk seseorang yang ingin curhat atau sharing masalah pribadinya yang dapat digunakan untuk para remaja yang merasa mengalami gangguan mental agar dapat sharing tentang keluhan kesahnya atau kecemasannya kesesama orang yang mengalami gangguan mental namun tetap dipantau oleh psikolog.

Dan juga untuk mengetahui hukum pembuatan aplikasi believe untuk pencegahan depresi atau gangguan psikologi pada remaja berbasis web menurut tinjauan Islam.

Manfaat Penelitian:

Mempermudah para remaja yang mempunyai masalah pribadi untuk bercerita atau curhat ke sembarang tempat, seperti di sosial media yang bukan tempatnya untuk bercerita masalah pribadinya dan membantu orang untuk mencegah depresi menurut tinjauan Islam.