

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Depresi merupakan gangguan mental yang sering terjadi di tengah-tengah masyarakat. Depresi biasanya terjadi akibat adanya stress yang dialami seseorang tidak kunjung reda dan cenderung berkorelasi dengan kejadian dramatis yang baru saja terjadi atau menimpa seseorang, misalnya kematian seseorang yang sangat dicintai atau kehilangan pekerjaan yang sangat dibanggakan. (Davison, 2006)

Depresi tidak hanya terjadi pada orang dewasa, anak-anak dan remaja mungkin juga dapat mengalami depresi. Depresi sebenarnya merupakan penyakit yang dapat diobati. Depresi didefinisikan sebagai penyakit ketika perasaan tertekan dan mengganggu aktifitas seorang anak atau remaja untuk berfungsi normal. Diagnosis gejala depresi pada anak dan remaja dapat dilakukan sejak dini menggunakan terapi interpersonal psiko-terapi atau *Interpersonal Psycho-Therapy (IPT)*. IPT adalah bentuk terapi individu yang terbukti efektif dalam mengobati depresi. (Haryanto, 2015)

Untuk membantu melakukan diagnosis dan *healing* pada penderita depresi, maka peneliti ingin membuat suatu sistem aplikasi yang dapat mendiagnosis dan mengobati penderita gangguan depresi menggunakan terapi *Interpersonal Psycho-Therapy (IPT)* berbasis *android mobile*.

Penelitian ini merupakan penelitian lanjutan dari penelitian yang telah dilakukan sebelumnya. Eresha Tirtan (2020) membangun aplikasi *stress healing* yang merupakan aplikasi *stress healing* berbasis *website* dengan pendekatan *CBT (Cognitive Behavioral Therapy)*. Pendekatan ini efektif untuk mengurangi gejala stres yang dialami oleh penderita karena jenis perawatannya berfokus pada pola pikiran, kepercayaan dan sikap yang mempengaruhi masalah yang berbeda. Pada aplikasi ini penderita juga diberikan terapi teknik bernafas, terapi dengan mendengarkan musik dan dapat berkonsultasi dengan Psikolog. Farhan Adli Darmawanto (2019) membangun sistem gangguan kesehatan mental yang merupakan sistem dengan menggunakan pendekatan *gamification* yaitu penggunaan elemen permainan (*game*) dan desain dalam konteks *non-game*.

Penelitian ini menggunakan *DASS (Depression, Anxiety, Stress Scale)* sebagai acuan untuk membuat deteksi gangguan kesehatan mental. Tujuan penelitian adalah untuk memperoleh data dari seorang pengguna dengan mudah, efisien dan menyenangkan dengan menggunakan pendekatan *gamification*.

Penelitian ini merupakan bagian dari Penelitian Terapan Unggulan Perguruan Tinggi dengan pendanaan DIKTI oleh Ibu Dr. Umami Azizah Rachmawati, Ibu Dr. Octaviani Indrasari Ranakusuma, dan Ibu Nova Eka Diana, M. Eng. Penelitian ini juga merupakan payung penelitian yang dikerjakan oleh Rifki Ardi Hisbullah (penulis), Fido Octafian Sucipto dan Dio Mafazi Widya.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang sudah dijelaskan, maka penulis dapat merumuskan suatu perumusan masalah adalah sebagai berikut:

- 1) Bagaimana cara deteksi penderita yang mengalami depresi menggunakan terapi *Interpersonal Psycho-Therapy* menggunakan aplikasi *Depression Healing* berbasis *mobile* dan *web*?
- 2) Bagaimana integrasi sistem dari beberapa aplikasi terapi depresi yang berada di *web* maupun *android*?
- 3) Bagaimana melakukan uji coba aplikasi dan mengevaluasi dari *user experience* pada terapi depresi?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah:

- 1) Membangun aplikasi berbasis *android mobile Depression Healing* yang dapat digunakan untuk mengukur tingkat depresi seseorang.
- 2) Mengurangi gejala depresi dengan menggunakan terapi *Interpersonal Psycho-Therapy*.
- 3) Membantu Psikolog dalam melakukan deteksi awal dari penderita depresi dan melakukan tindakan lebih lanjut yang diperlukan.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat yang diperoleh dalam penelitian ini adalah:

- 1) Mempermudah diagnosa gangguan depresi.
- 2) Membantu mengurangi gejala penderita gangguan depresi dengan terapi *Depression Healing*.
- 3) Membantu Psikolog untuk menentukan jenis gangguan mental depresi pada remaja menggunakan terapi *Interpersonal Psycho-Therapy*.

1.5 Batasan Masalah

Adapun batasan masalah yang dilakukan pada penelitian ini adalah:

- 1) Deteksi serta *healing* pada penderita gangguan depresi dengan terapi *Interpersonal Psycho-Therapy*.
- 2) Aplikasi yang difokuskan untuk remaja dengan rentang usia mulai 16 tahun.