

Conference on Electrical Engineering, Informatics, Industrial Technology, and
Creative Media 2023

Expert System Berbasis Website dengan Inisiasi Mental Health Awareness sebagai Edukasi Pentingnya Kesehatan Mental dan Mengatasi Mental Illness

Bintang Ahmada Farhan Adama ^{#1}, Rosalina Alda ^{#2}, Satya Prakash ^{#3}, Mivtakhul Janah ^{#4}, Musyaffa Ahmad Robbani ^{#5}

Fakultas Informatika, Institut Teknologi Telkom Purwokerto
Jl. DI Panjaitan No 128 Purwokerto 53147 Indonesia

¹ 20104020@ittelkom-pwt.ac.id

² 20104066@ittelkom-pwt.ac.id

³ 20102165@ittelkom-pwt.ac.id

⁴ 21102089@ittelkom-pwt.ac.id

⁵ 2211102044@ittelkom-pwt.ac.id

Received on 01-11-2023, revised on 24-11-2023, accepted on 30-11-2023

Abstract

Tantangan serius terkait kesehatan mental di Indonesia, khususnya dalam meningkatnya gangguan mental seperti kecemasan dan depresi. Tingkat gangguan mental mencapai 55% dan 58%, sementara stigma dan diskriminasi terhadap gangguan mental menjadi hambatan signifikan. Sebagai respons terhadap masalah ini, dikembangkan website "Mentality.id" dengan pendekatan inovatif, membahas desain website, mekanisme kerja, dan evaluasi. Penelitian ini bertujuan untuk menghadirkan wadah bagi individu yang mengalami gangguan mental, sehingga pengguna dapat berbagi pengalaman dan cerita dengan orang-orang yang memiliki pengalaman serupa. Sementara itu, memberikan solusi kesehatan mental, berkontribusi pada kebijakan pemerintah, dan menjadi referensi bagi kalangan akademisi. Hasil survei pada saat menyebarkan kuesioner sebanyak 60% sangat setuju tentang dibuatnya *website* ini. Penggunaan sistem pakar dengan metode *forward chaining* dalam Mentality.id melalui penilaian awal kesehatan mental pada fitur kuesioner *SRQ-20*. Kuesioner digunakan untuk mengukur tingkat kesadaran dan dukungan terhadap penanggulangan masalah kesehatan mental melalui platform *online*. Pengujian usability menggunakan *System Usability Scale* (SUS) dengan 30 responden mendapatkan rata-rata skor 83, menempatkan Mentality.id sebagai "Excellent" dan dapat diterima. Skor ini memberikan gambaran positif tentang kegunaan dan pengalaman pengguna website ini, khususnya dengan penerapan metode *forward chaining* dalam membantu pengambilan keputusan pada saat tes kesehatan mental.

Kata kunci: Forward Chaining, Website, Mental, DASS 21, SRQ-20

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



Corresponding Author:

Bintang Ahmada Farhan Adama
Fakultas Informatika, Institut Teknologi Telkom Purwokerto
Jl. DI Panjaitan No.128, Kabupaten Banyumas, Jawa Tengah, Indonesia

I. INTRODUCTION

Negara Indonesia memiliki permasalahan yang belum terselesaikan, salah satunya penderita gangguan mental yang meningkat. Terlebih pada tahun 2020 Indonesia terdampak virus Corona. Virus ini membuat masyarakat Indonesia harus melakukan *Social Distancing* (jaga jarak), akibatnya masyarakat Indonesia mengalami kecenderungan untuk menyendiri dan berdampak pula pada kesehatan mental. Menurut WHO kesehatan memiliki pengertian "Sehat tidak hanya bebas dari penyakit, cacat dan kelemahan tetapi juga sehat secara fisik, mental dan sosial" [1]. Dapat diartikan bahwa seseorang kondisi jiwa dan mentalnya sehat jika terjadi keseimbangan yang baik antar keduanya.

Indonesia terdapat 55% masyarakat yang mengalami gangguan kecemasan dan 58% masyarakat Indonesia mengalami gangguan depresi [2]. Tidak hanya itu, masyarakat Indonesia juga mengalami gejala

trauma psikologis [3]. Menurut penelitian Survei Kesehatan Mental Remaja Nasional Indonesia [4], sebanyak 1 dari 20 anak muda berusia antara 10 dan 17 tahun di Indonesia memiliki masalah kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir. Angka tersebut setara dengan 2,45 juta remaja di Indonesia. Sebesar 3,7%, gangguan kecemasan adalah gangguan mental yang paling umum terjadi pada orang muda ditambah lagi terbatasnya sarana prasarana dan tingginya beban akibat masalah gangguan jiwa/mental. Tak hanya itu, masalah kesehatan jiwa/mental di Indonesia juga terkendala stigma buruk dan diskriminasi dari masyarakat. Misalnya masyarakat memilih untuk diam, menjauhi, mengucilkan orang yang dianggap gangguan jiwa bahkan kerap kali menemukan praktik memasing. Tidak sedikit ditemukan orang dengan gangguan jiwa (ODGJ) berkeliaran yang tinggal di jalanan serta dianggap sebagai hal yang memalukan di keluarganya, sehingga stigma ini merupakan halangan untuk proses penerimaan yang memiliki gangguan mental.

Meskipun perkembangan teknologi semakin maju, Indonesia saat ini sedang dihadapkan pada masalah serius. Dalam penelitian ini akan mengulas beberapa aspek penting, termasuk pendahuluan yang menjelaskan latar belakang, perumusan masalah, tujuan penelitian, dan solusi terhadap permasalahan yang dihadapi.

Berdasarkan latar belakang dan permasalahan yang sudah dijelaskan, dibuatlah *website* tentang kesehatan mental bernama *Mentality.id*. Tujuan dari penelitian ini adalah menghadirkan wadah bagi individu yang mengalami gangguan mental, sehingga pengguna dapat berbagi pengalaman dan cerita dengan orang-orang yang memiliki pengalaman serupa. Hal ini bertujuan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung dan nyaman setelah berbicara tentang pengalaman mereka. *Website* ini tidak hanya menyediakan informasi dan sumber daya seputar kesehatan mental, tetapi juga memanfaatkan teknologi sistem pakar yaitu *forward chaining* untuk memberikan pengalaman yang lebih personal dan terarah kepada pengguna. Dengan memanfaatkan teknologi sistem pakar ini, pengguna dapat melakukan penilaian awal kesehatan mental mereka, menyediakan tes kesehatan mental seperti *Self Reporting Questionnaire (SRQ)* dan *DASS-21*. Pengguna secara mandiri menilai kesehatan mental mereka, mendapatkan wawasan, dan mencari bantuan jika dibutuhkan. Dalam upaya ini, berharap dapat mengurangi stigma seputar pentingnya kesehatan mental melalui peningkatan literasi dan berdiskusi di forum yang ada.

II. RESEARCH METHOD

A. SRQ-20

Self Rating Questionnaire (SRQ-20) adalah tes *screening* yang dari 20 pertanyaan kesehatan mental bertujuan untuk menilai tingkat kecemasan dan depresi pada individu. Tes SRQ-20 tidak bertujuan untuk menyediakan diagnosis medis, namun bertujuan sebagai alat bantu dalam deteksi dini dan perencanaan tindakan untuk individu yang mengalami tingkat kecemasan dan depresi yang meningkat [5].

B. DASS-21

Depression Anxiety Stress Scale 21 merupakan alat pengukur laporan diri yang mengukur tingkat kecemasan, depresi, dan stress. *DASS-21* merupakan bentuk singkat dari ukuran 42 item yang dikembangkan untuk mencakup berbagai gejala kecemasan dan depresi dengan memberikan perbedaan antara tiga konstruk [6].

C. Forward Chaining

Forward chaining merupakan metode yang akan digunakan dalam pembuatan sistem ini. Forward chaining adalah metode pencarian / pelacakan ke depan yang menarik kesimpulan berdasarkan pada data atau fakta ada, penelusuran dimulai dari sekumpulan fakta-fakta dengan mencari kaidah yang cocok dengan dugaan yang ada sehingga mencapai kesimpulan [7]. forward chaining mencocokkan fakta-fakta yang ada menggunakan rules IF-THEN. jika ada fakta yang cocok dengan kondisi if maka rules tersebut dieksekusi [18].

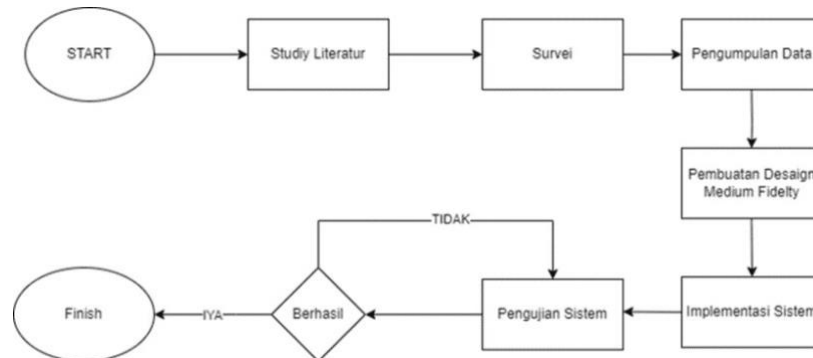
D. System Usability Scale

System Usability Scale (SUS) adalah metode evaluasi kegunaan yang efektif untuk menilai sejauh mana suatu aplikasi memenuhi standar usability dari perspektif pengguna [8]. Dengan menggunakan kuesioner SUS, pengembang dapat mengukur tingkat kepuasan dan kemudahan penggunaan aplikasi.

Keunggulan utama SUS terletak pada keterlibatan pengguna akhir dalam proses evaluasi, memberikan pemahaman yang lebih baik tentang pengalaman pengguna secara keseluruhan.

E. Tahap Penelitian

Untuk memberikan gambaran yang lebih jelas tentang penelitian ini, terdapat sebuah diagram alur penelitian yang memvisualisasikan langkah-langkah penelitian. Berikut gambar alur penelitian.



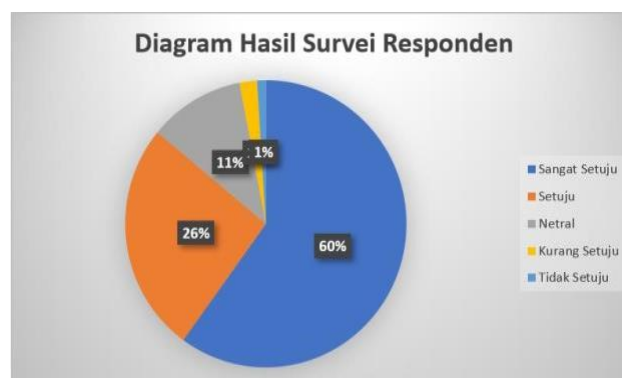
Gambar. 1. Alur Penelitian

Adapun keterangan dari Gambar 1 yaitu: Studi Literatur, memahami dan memperoleh gambaran tentang pengetahuan yang sudah ada tentang suatu masalah atau topik yang diteliti, memvalidasi hasil penelitian sebelumnya; Survei, membagikan kuesioner kepada pengguna untuk memperoleh data tentang pentingnya kesehatan mental dan adanya website kesehatan mental; Pengumpulan Data, mengumpulkan data berdasarkan hasil studi literatur dan survei; Pembuatan *Design Medium Fidelity*, merancang *medium fidelity* untuk mendapatkan gambaran pada *website* yang akan dibuat; Implementasi sistem, pembuatan *website* dan penerapan metode *forward chaining* pada sistem pengambilan keputusan; Pengujian, dilakukan dengan metode *System Usability Scale* (SUS) untuk mengevaluasi pengalaman pengguna.

III. RESULTS AND DISCUSSION

A. Hasil Survei

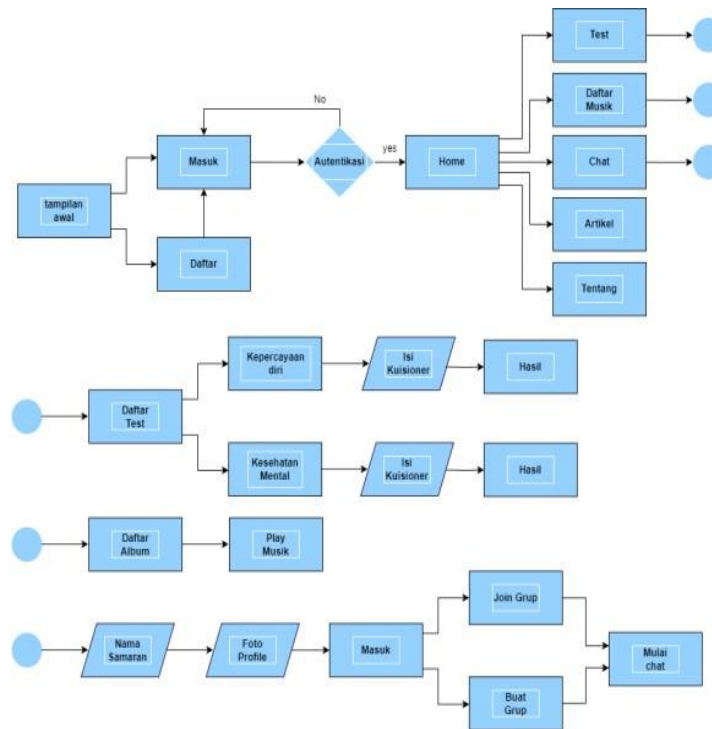
Survei ini dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner untuk mengukur sejauh mana pentingnya kesadaran terhadap kesehatan mental dan sejauh mana tujuan dibuatnya sebuah *website* yang fokus pada kesehatan mental.



Gambar. 2. Diagram Hasil Survei Responden

Berdasarkan Gambar 2 tentang diagram hasil survei kepada responden, menunjukkan bahwa sebanyak 60% sangat setuju artinya dengan pentingnya kesadaran terhadap kesehatan mental dan tujuan dibuatnya sebuah *website* yang fokus pada kesehatan mental. Hal ini mencerminkan tingkat kesadaran yang tinggi terhadap isu kesehatan mental dan dukungan terhadap upaya pembuatan *website* tersebut. Hasil ini menunjukkan bahwa ada minat dan kebutuhan yang signifikan dalam mengatasi masalah kesehatan mental melalui platform *online*.

B. User Flow Website



Gambar. 3. User Flow

Pada gambar *user flow* yang bertujuan untuk menjelaskan langkah-langkah yang akan dilakukan pengguna ketika masuk ke dalam *website* dan menjelaskan menu-menu yang ada pada *website*. Saat membuka *website*, *user* akan masuk ke tampilan awal untuk masuk ke tampilan utama *user* harus melewati proses masuk akun jika ada dan buat akun jika belum punya akun setelah melewati proses autentikasi jika memenuhi kondisi *user* akan masuk ke tampilan utama. Terdapat beberapa menu yang dapat dipilih *user* sesuai dengan kebutuhan.

Berdasarkan *user flow* yang sudah dijelaskan, *user* dapat melakukan tes kesehatan mental. Tabel I merupakan daftar pertanyaan kuesioner SRQ-20 yang telah dimasukkan ke dalam sistem.

Tabel I. Data Pertanyaan SRQ-20

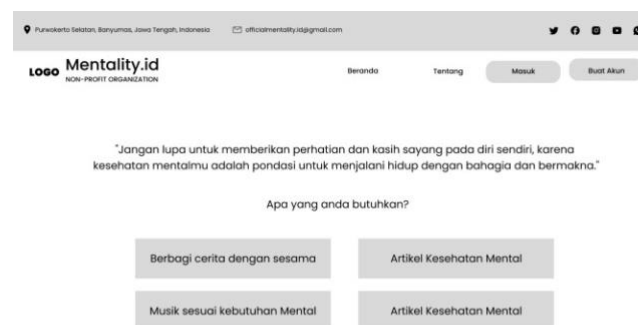
No	Kode	Pertanyaan
1	Q1	Apakah dalam sebulan belakangan ini Anda sering menderita sakit kepala?
2	Q2	Apakah dalam sebulan belakangan ini nafsu makan Anda turun?
3	Q3	Apakah dalam sebulan belakangan ini Anda sulit tidur?
4	Q4	Apakah dalam sebulan belakangan ini Anda sering ketakutan?
5	Q5	Apakah dalam sebulan belakangan ini Anda merasa gugup tegang atau khawatir?
6	Q6	Apakah dalam sebulan belakangan ini tangan Anda sering gemetar?
7	Q7	Apakah dalam sebulan belakangan ini pencernaan Anda terganggu?
8	Q8	Apakah dalam sebulan belakangan ini Anda sulit berpikir jernih?
9	Q9	Apakah dalam sebulan belakangan ini Anda merasa tidak bahagia?
10	Q10	Apakah dalam sebulan belakangan ini Anda menjadi sering menangis?
11	Q11	Apakah dalam sebulan belakangan ini Anda kurang menikmati kegiatan Anda sehari-hari?
12	Q12	Apakah dalam sebulan belakangan ini Anda sulit mengambil keputusan?
13	Q13	Apakah dalam sebulan belakangan ini pekerjaan rutin Anda terganggu?
14	Q14	Apakah dalam sebulan belakangan ini Anda tidak mampu melakukan hal-hal yang bermanfaat?

No	Kode	Pertanyaan
15	Q15	Apakah dalam sebulan belakangan ini Anda kehilangan minat terhadap berbagai hal?
16	Q16	Apakah dalam sebulan belakangan ini Anda merasa diri Anda tidak berharga?
17	Q17	Apakah dalam sebulan belakangan ini dalam benak Anda ada pikiran untuk mengakhiri hidup?
18	Q18	Apakah dalam sebulan belakangan ini Anda merasa lelah berkepanjangan?
19	Q19	Apakah dalam sebulan belakangan ini lambung Anda terasa tidak nyaman?
20	Q20	Apakah dalam sebulan belakangan ini Anda gampang capek?

Pengambilan keputusan ini bertujuan untuk menentukan langkah selanjutnya berdasarkan skor yang diperoleh dari pengguna. Pengujian awal dengan *SRQ-20*:

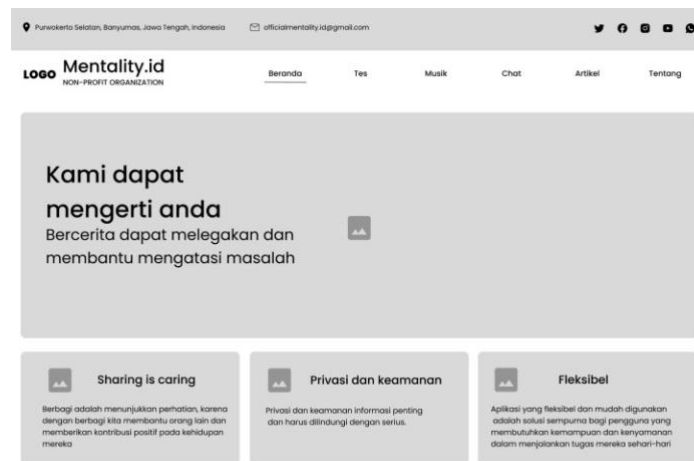
1. Ketika seorang pengguna mengisi kuesioner *SRQ-20*, *forward chaining* digunakan untuk melakukan evaluasi awal. Jika skor yang diperoleh oleh pengguna adalah kurang dari atau sama dengan 7, ini menandakan bahwa mereka berada dalam kategori normal, yang berarti tidak ada indikasi kuat adanya gangguan kesehatan mental yang signifikan. Dalam hal ini, pengguna akan diarahkan kembali ke halaman utama atau halaman beranda (*home page website*), di mana mereka dapat menjelajahi sumber daya dan informasi terkait kesehatan mental secara lebih umum.
2. Skor *SRQ-20* di Antara 8 hingga 20: Jika skor yang diperoleh oleh pengguna adalah antara 8 hingga 20, maka ini dapat menunjukkan adanya gangguan kesehatan mental yang mungkin. *Forward chaining* digunakan untuk mengarahkan pengguna ke langkah selanjutnya dalam proses evaluasi. Pengguna akan diarahkan menuju kuesioner selanjutnya, yaitu *DASS21*, yang dirancang untuk melakukan tes yang lebih spesifik dan akurat terkait dengan kesehatan mental. Hasil dari kuesioner *DASS21* akan memberikan informasi yang lebih mendalam tentang jenis gangguan kesehatan mental yang mungkin dialami oleh pengguna.

C. Perancangan Desain Antarmuka (*Medium-Fidelity*)



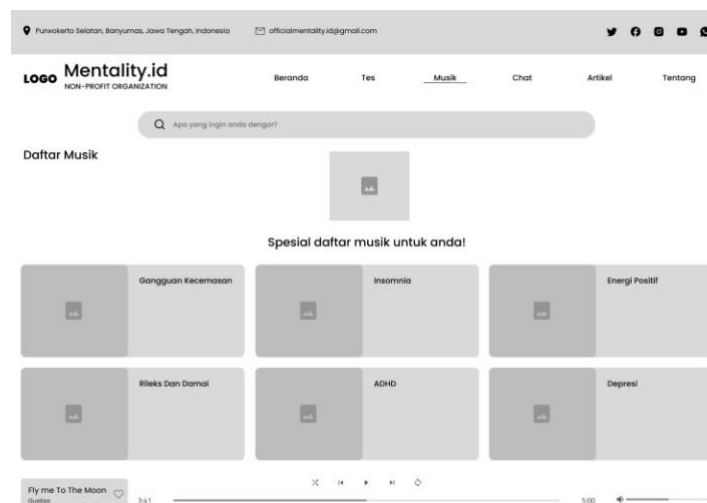
Gambar. 4. Halaman Onboarding

Berikut adalah *medium-fidelity* halaman *onboarding* yang merinci fitur yang menyajikan berbagai kata-kata motivasi kepada pengguna, dengan tujuan memberikan semangat dan inspirasi kepada mereka agar lebih termotivasi dalam menjalani kehidupan sehari-hari. *Medium-fidelity* ini menggambarkan tampilan dan struktur dari fitur ini, termasuk penyajian kata-kata motivasi, gaya desain, serta cara pengguna akan berinteraksi dengan konten motivasi ini ketika mereka pertama kali menggunakan *website* tersebut. Fitur ini bertujuan untuk menciptakan pengalaman awal yang positif dan memberikan dorongan semangat kepada pengguna.



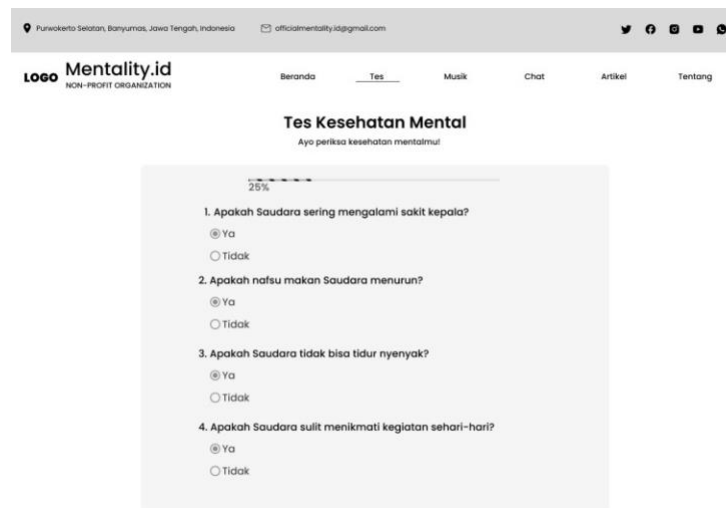
Gambar. 5. Halaman Beranda

Dalam upaya untuk memberikan gambaran yang lebih komprehensif, berikut adalah deskripsi *medium-fidelity* halaman Beranda yang merinci tampilan dan fungsi dari pilihan fitur utama yang akan disediakan di website *mentality.id*. *Medium-fidelity* ini dirancang untuk memberikan pengguna gambaran visual tentang bagaimana halaman utama *website* akan disusun, dengan elemen-elemen yang mencakup *header*, menu navigasi, konten utama, serta berbagai fitur utama seperti artikel terbaru, video pelatihan, forum diskusi, dan lainnya. *Medium-fidelity* ini adalah panduan awal dalam proses pengembangan website dan menggambarkan dengan jelas tata letak dan hierarki informasi yang akan hadir di halaman Beranda.



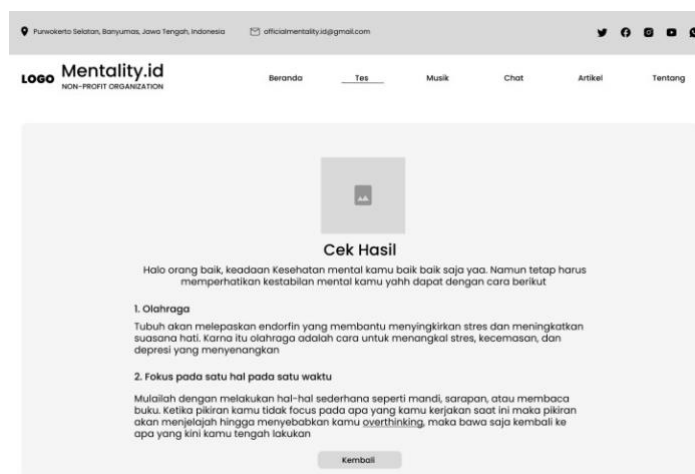
Gambar. 6. Halaman Fitur Musik

Medium-fidelity halaman fitur musik merincikan elemen-elemen yang akan ada dalam bagian yang didedikasikan untuk menyajikan kumpulan musik yang dirancang untuk membantu pengguna website menjelajahi, mendengarkan, dan menikmati beragam jenis musik. *Medium-fidelity* ini memberikan pandangan komprehensif tentang tata letak, fitur interaktif, daftar musik, opsi penyaringan, serta elemen-elemen desain yang akan memberikan pengalaman pengguna yang optimal dalam mengeksplorasi dan menikmati sumber musik yang disediakan di *website* ini.



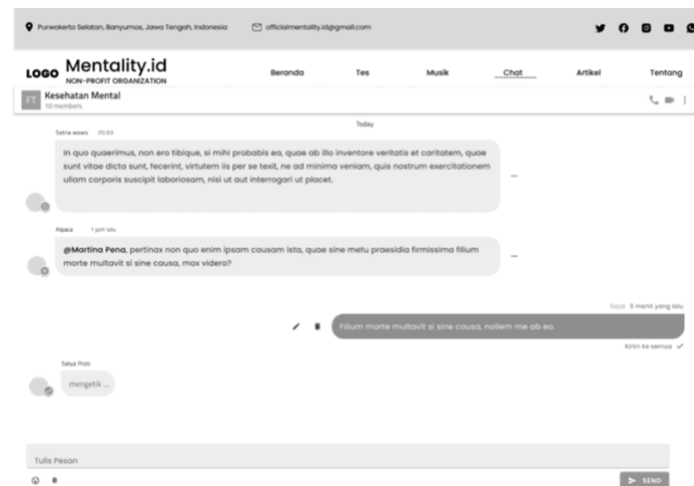
Gambar. 7. Halaman Tes Kesehatan Mental

Medium-fidelity halaman tes kesehatan mental memberikan gambaran rinci tentang fitur tes kesehatan mental yang akan disediakan di dalamnya. *Medium-fidelity* ini mencakup elemen-elemen desain dan tata letak yang akan digunakan untuk menghadirkan tes kesehatan mental, termasuk langkah-langkah proses tes, jenis pertanyaan yang akan diajukan, serta cara hasil tes akan disajikan kepada pengguna. Dengan demikian, *medium-fidelity* ini memberikan pemahaman yang mendalam tentang cara pengguna akan berinteraksi dengan fitur tes kesehatan mental di dalam halaman tersebut.



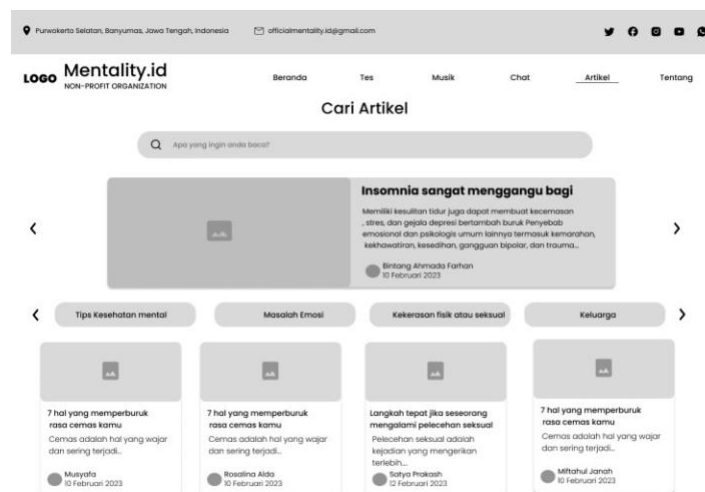
Gambar. 8. Halaman Hasil Tes Kesehatan Mental

Medium-fidelity halaman hasil tes kesehatan mental memberikan gambaran terperinci mengenai fitur yang menampilkan hasil dari tes kesehatan mental setelah pengguna menyelesaikan tes tersebut. *Medium-fidelity* ini mencakup elemen-elemen desain yang merinci bagaimana hasil tes akan ditampilkan, seperti grafik, skor, rekomendasi, serta mungkin tindakan atau saran yang dapat diambil berdasarkan hasil tersebut. Dengan demikian, *medium-fidelity* ini memungkinkan pengguna untuk memahami cara hasil tes kesehatan mental akan disajikan dan bagaimana informasi ini akan memberikan wawasan dan bantuan kepada mereka setelah menyelesaikan tes.



Gambar 9. Halaman Chat

Medium-fidelity halaman chat memberikan gambaran komprehensif tentang fitur percakapan (*chat*) yang akan memungkinkan pengguna berinteraksi dan berbagi cerita dengan tujuan menciptakan ikatan dan koneksi emosional. *Medium-fidelity* ini merincikan elemen-elemen desain, termasuk tata letak pesan, fitur-fitur interaktif seperti emoji atau lampiran media, serta kemungkinan integrasi dengan bot atau fitur lain yang dapat memperkaya pengalaman percakapan. Dengan adanya fitur ini, pengguna dapat merasa terhubung dengan orang lain, berbagi pengalaman, dan menciptakan hubungan yang mendukung dalam menjalani perjalanan kesehatan mental mereka.



Gambar 10. Halaman Artikel

Medium-fidelity halaman artikel menyajikan gambaran komprehensif mengenai fitur yang akan menampilkan kumpulan artikel tentang kesehatan mental. *Medium-fidelity* ini merinci elemen-elemen desain, seperti tata letak artikel, daftar artikel terkait, fitur pencarian, serta opsi penyaringan konten. Fitur ini dirancang untuk memberikan pengguna akses mudah dan informatif ke berbagai artikel yang berkaitan dengan kesehatan mental, memungkinkan mereka untuk menjelajahi topik-topik yang relevan, menggali informasi, dan mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang kesehatan mental mereka.

D. Hasil Tampilan Website

Hasil dari pengembangan *website* ini dapat dilihat dengan jelas pada gambar yang merupakan representasi visual dari tampilan website Mentaliti.id. Selain *website*, terdapat sosial media yaitu Instagram.



Gambar. 11. Home Mentality.id

Pada Gambar 4.1 Menu "Home" memiliki tujuan utama yang sangat penting, yaitu memberikan pengguna gambaran singkat dan memikat tentang seluruh ekosistem situs web, dengan harapan bahwa pengalaman awal ini akan memicu rasa ketertarikan yang kuat, mendorong mereka untuk menjelajahi lebih dalam dan menyelami beragam konten yang tersedia di situs. Sebagai titik awal perjalanan pengguna dalam menjelajahi *website*, halaman "Home" harus memadukan elemen-elemen desain yang menarik perhatian, menghadirkan *highlight* konten terbaik, serta mengkomunikasikan nilai-nilai inti dan manfaat yang dapat ditemukan dalam situs ini. Dengan demikian, "Home" berfungsi sebagai pintu gerbang yang mengundang, menggugah rasa ingin tahu, dan memotivasi pengguna untuk lebih mendalam dalam eksplorasi seluruh situs web.



Gambar. 12. Informasi macam macam Gangguan mental

Pada Gambar 12 bagian ini memuat informasi yang sangat berharga mengenai beragam jenis gangguan kesehatan mental. Bagian ini bertujuan untuk memberikan penjelasan komprehensif tentang macam-macam gangguan mental yang ada, dengan tujuan memberikan edukasi yang mendalam kepada setiap pengguna. Melalui penjelasan yang terinci mengenai masing-masing gangguan, diharapkan bahwa pengguna akan memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang kondisi-kondisi ini, termasuk gejala, penyebab, serta opsi pengelolaan atau perawatan yang tersedia. Dengan cara ini, Gambar 12 berperan sebagai sumber pengetahuan yang berharga, membantu pengguna dalam upaya memahami gangguan kesehatan mental dan mempromosikan kesadaran serta pemahaman yang lebih luas tentang topik ini.



Gambar. 13. Artikel Gangguan Mental

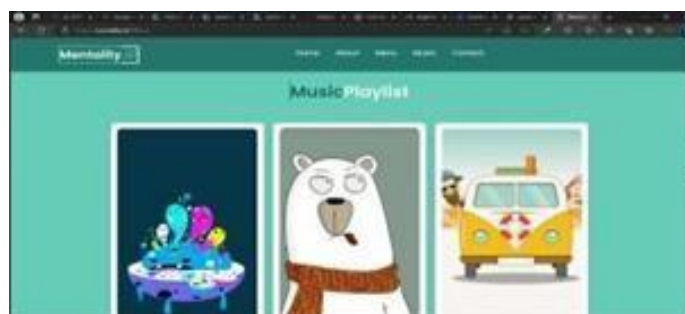
Fitur artikel yang tersaji pada Gambar 13, yakni artikel yang berfokus pada topik "Gangguan Mental," dirancang untuk memberikan pemahaman yang mendalam tentang faktor-faktor risiko yang terkait dengan

gangguan kesehatan mental. Artikel-artikel ini bertujuan untuk memberikan wawasan yang jelas mengenai beragam aspek kehidupan yang dapat meningkatkan resiko seseorang mengalami gangguan kesehatan mental. Dengan mengeksplorasi faktor-faktor ini secara komprehensif, tujuannya adalah untuk menyadarkan pembaca akan pentingnya pengenalan dan pengelolaan risiko-risiko ini dalam rangka mendorong kesadaran dan pemahaman yang lebih baik tentang kesehatan mental, serta memberikan panduan yang berharga dalam upaya pencegahan dan perawatan yang tepat.



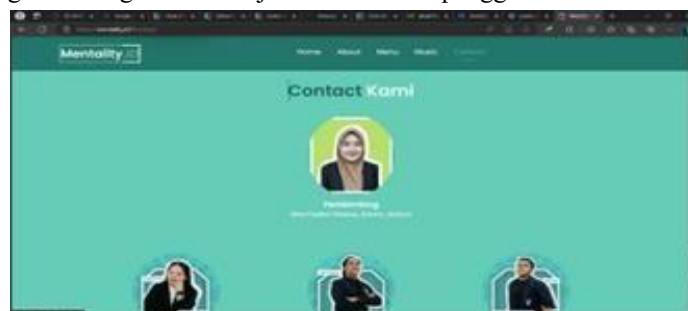
Gambar. 14. Tentang Mentality.id

Fitur "Tentang" yang terdapat pada Gambar 14, yaitu halaman "Tentang Mentality.id," berfungsi sebagai sumber informasi utama yang memberikan gambaran yang mendalam tentang esensi Mentality.id dan tujuan di balik pendiriannya. Halaman ini berisikan informasi komprehensif yang menjelaskan dengan detail apa itu Mentality.id, visi, misi, serta tujuan yang mendasari keberadaan website ini. Dengan demikian, halaman "Tentang Mentality.id" menjadi sarana untuk memberikan pemahaman yang lebih dalam dan menyeluruh kepada pengguna tentang sifat, peran, dan dampak yang diharapkan dari situs ini dalam konteks kesehatan mental dan dukungan yang ditawarkan.



Gambar. 15. Playlist musik Mentality.id

Fitur playlist musik yang terdapat pada Gambar 15 menghadirkan sebuah halaman khusus yang memuat beragam pilihan musik yang tersusun dalam beberapa album, antara lain album "*anxiety*," "*stress*," "*depresi*," dan "*insomnia*." Setiap album ini mengandung koleksi musik yang disusun untuk memberikan dukungan yang sesuai terhadap berbagai kondisi kesehatan mental, mulai dari kecemasan, stres, depresi, hingga masalah tidur (*insomnia*). Dengan menyediakan akses ke beragam jenis musik yang dapat memberikan kenyamanan dan dukungan emosional, halaman ini bertujuan untuk memberikan solusi yang bermanfaat dalam rangka meningkatkan kesejahteraan mental pengguna.



Gambar. 16. Contact Us Mentality.id

Fitur "*Contact Us*" yang terlihat pada Gambar 16 merupakan halaman yang menghadirkan foto-foto dari anggota tim Mentality beserta akun media sosial pribadi dari masing-masing anggota. Dalam halaman ini, tujuannya adalah untuk memberikan wawasan yang lebih personal dan mendalam tentang tim di balik Mentality.id. Dengan menampilkan foto-foto anggota tim dan akun media sosial pribadi, pengguna memiliki kesempatan untuk lebih mendekatkan diri, berinteraksi, dan berkomunikasi dengan para anggota tim, yang dapat memberikan pengalaman yang lebih pribadi dan mendalam dalam menjalin hubungan dengan komunitas Mentality.id.



Gambar. 17. SRQ Kuesioner Mentality.id

Gambar 17 menggambarkan halaman yang berfungsi sebagai kuesioner yang digunakan sebagai alat penilaian dan tes ukur kesehatan mental, dengan menyertakan sebanyak 20 pertanyaan yang dirancang untuk membantu pengguna dalam mengevaluasi dan mengukur kondisi kesehatan mental mereka. Halaman ini bertujuan untuk memberikan pengguna kesempatan untuk merenungkan dan menjawab serangkaian pertanyaan yang relevan, yang pada gilirannya akan memberikan wawasan yang lebih baik tentang aspek kesehatan mental mereka.

A. Hasil Pengujian

Pengujian *usability* website Mentality.id menggunakan metode *System Usability Scale* (SUS) dengan jumlah responden sebanyak 30 orang, pengguna yang dipilih yaitu mahasiswa yang bukan hanya mewakili kelompok pengguna yang beragam tetapi juga memiliki minat khusus terkait dengan kesehatan mental. Sehingga, hasil dari pengujian ini dapat memberikan wawasan yang berharga tentang kegunaan dan pengalaman pengguna terhadap website Mentality.id, serta sejauh mana website ini memenuhi kebutuhan pengguna mahasiswa yang peduli dengan kesehatan mental, yang merupakan target audiens utama.

Tabel II. Hasil Perhitungan Pengujian SUS

Responden	Skor SUS
1	50
2	100
3	80
4	42.5
5	82.5
6	80
7	77.5
8	55
9	82.5
10	67.5
11	87.5
12	80
13	85
14	90
15	100

Responden	Skor SUS
16	100
17	82.5
18	72.5
19	80
20	95
21	100
22	82.5
23	82.5
24	97.5
25	92.5
26	100
27	72.5
28	87.5
29	95
30	90
Rata - rata	83

Dari hasil perhitungan SUS, memperoleh rata - rata sebesar 83. Rata - rata SUS kemudian dikonversikan kedalam *letter grades* untuk menunjukan tingkat usability ke dalam kelas A sampai F. Dengan skor tersebut, tingkat *usability website* Mentality.id memperoleh *letter grades* A yang artinya *EXCELLENT* sedangkan pada *acceptability range* pada skor SUS masuk ke dalam golongan *ACCEPTABLE* yang artinya dapat diterima.

IV. CONCLUSION

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, Mentality.id muncul sebagai inovasi signifikan dalam merespons tantangan kesehatan mental di Indonesia. Tingginya tingkat kecemasan dan depresi di masyarakat menegaskan kebutuhan mendesak akan solusi seperti *website* ini. Survei menunjukkan dukungan yang kuat terhadap kesadaran akan kesehatan mental dan tujuan pembuatan *website* ini. Pentingnya memanfaatkan teknologi untuk meningkatkan kesehatan mental tercermin dalam penerapan metode *forward chaining* dalam sistem pakar Mentality.id. Dengan pendekatan ini, website dapat memberikan penilaian awal kesehatan mental melalui tes seperti *SRQ-20* dan *DASS21*, meningkatkan interaktivitas dengan pengguna, dan memberikan solusi yang lebih terarah.

Hasil pengujian menggunakan System Usability Scale (SUS) menunjukkan tingkat kegunaan yang sangat baik, dengan rata-rata skor 83. Dengan pencapaian ini, Mentality.id dikategorikan sebagai "Excellent" dan dapat diterima menurut standar *acceptability range*. Integrasi metode *forward chaining* dalam pengembangan website menjadi langkah yang efektif dalam meningkatkan efisiensi dan efektivitas solusi kesehatan mental di Indonesia.

B. Saran

Untuk mengembangkan Mentality.id secara optimal, diperlukan langkah-langkah strategis. Pertama, perlu dilakukan pembaruan dan penambahan konten secara teratur agar tetap relevan dan bermanfaat bagi pengguna.

Kampanye promosi yang lebih intens dapat meningkatkan kesadaran masyarakat akan eksistensi Mentality.id serta pentingnya perawatan kesehatan mental. Kerjasama erat dengan ahli kesehatan mental dapat meningkatkan kualitas konten dan layanan, menjadikan Mentality.id sebagai sumber informasi yang lebih terpercaya dan terarah.

Upaya peningkatan interaktivitas, seperti forum diskusi, konsultasi *online*, dan dukungan *peer-to-peer*, akan memperkuat komunitas *online*, menciptakan lingkungan yang lebih mendukung. Evaluasi rutin terhadap tingkat kepuasan pengguna dan efektivitas *website* merupakan langkah penting untuk memastikan perbaikan berkelanjutan dan peningkatan kualitas. Dengan pendekatan holistik ini, Mentality.id dapat terus menjadi sumber daya yang berharga dalam mengatasi tantangan kesehatan mental di Indonesia.

References

- [1] B. Smet, Psikologi Kesehatan., Jakarta: PT. Gramedia Widiasarna Indonesia, 1994.
- [2] W. Suriastini, B. Sikoki dan L. , “Gangguan Kesehatan Mental Meningkat Tajam di Masa Pandemi COVID-19? : surveymeter,” 27 Juli 2020. [Online]. Available: <https://surveymeter.org/id/post/ganguankesehatan-mental-meningkat-tajam-di-masa-pandemi-covid-19>. [Diakses 28 Agustus 2023].
- [3] A. dan H. Santoso, “Permasalahan Kesehatan mental Di Masa Covid-19,” *Jurnal Riset dan Pengabdian Masyarakat.*, vol. I, no. 2, pp. 170-185, 2021.
- [4] M. A. Rizaty, “detail: survei-1-dari-3-remaja- indonesia-punya-masalah-kesehatan-mental,” dataindonesia.id, 10 November 2022. [Online]. Available: <https://dataindonesia.id/ragam/detail/survei-1-dari-3-remaja-indonesia-punya-masalah-kesehatan-mental..> [Diakses 28 oktober 2023].
- [5] . J. H. Orley dan M. Beusenber, “View publication : A user’s guide to The Self-Report Questionnaire (SRQ). Geneva,” World Health Organization, 1994. [Online]. Available: <https://iris.who.int/handle/10665/61113?locale-attribute=ru&show=full>. [Diakses 28 oktober 2023].
- [6] P. Arjanto, “Depression Anxiety Stress Scales 21 (DASS-21) pada Mahasiswa,” *Jurnal Psikologi Perseptual*, vol. 7, no. 1, 2022.
- [7] Y. E. B. Mawartika dan M. Guntur, “Aplikasi Sistem Pakar Pemilihan Makanan Berdasarkan,” *Cogito Smart Journal*, vol. 7, no. 1, 2021.
- [8] V. Y. P. Ardhana, “Evaluasi Usability E-Learning Universitas Qamarul Huda Menggunakan,” *Journal of Informatics, Electrical and Electronics Engineering*, vol. 2, no. 1, pp. 5-11, 2022.