

# Perancangan Aplikasi konsultasi Psikologi Mandiri untuk Kesehatan Mental yang Optimal Menggunakan Metode Collaborative Design

1)Yonathan Fransysko Purba, 2) Gratiano A Simbolon ,3) Sujanri Oktovian Purba, 4)Bonfilio Delatersia Nainggolan, 5) Reza Permana Simbolon, 6) Angelina Rini Sinaga, 7)Ike Marisa Br Ginting, 8)Andy Paul Harianja

<sup>1)</sup>Universitas Katolik Santo Thomas Medan, Jln Setia Budi, Sumatera Utara, Indonesia

E-Mail: [yonathanfransisko12@gmail.com](mailto:yonathanfransisko12@gmail.com)<sup>1)</sup>, [sblngradiano@gmail.com](mailto:sblngradiano@gmail.com)<sup>2)</sup>,

[delatersia@gmail.com](mailto:delatersia@gmail.com)<sup>3)</sup>, [angelrini28@gmail.com](mailto:angelrini28@gmail.com)<sup>4)</sup>, [marisaike7@gmail.com](mailto:marisaike7@gmail.com)<sup>5)</sup>, [anpaulhrj@gmail.com](mailto:anpaulhrj@gmail.com)<sup>6)</sup>

## Abstrak

Kesehatan mental yang optimal adalah faktor penting dalam mencapai kesejahteraan dan kehidupan yang berkualitas. Dalam era digital saat ini, aplikasi konsultasi psikologi mandiri telah menjadi alternatif yang menarik dalam menyediakan aksesibilitas dan dukungan bagi individu yang membutuhkan. Namun, untuk menciptakan aplikasi yang efektif dan sesuai dengan kebutuhan pengguna, diperlukan pendekatan perancangan yang kolaboratif dan inklusif. Dalam penelitian ini, kami memperkenalkan perancangan aplikasi konsultasi psikologi mandiri yang berfokus pada kesehatan mental yang optimal menggunakan metode Collaborative Design (Perancangan Kolaboratif). Metode ini melibatkan partisipasi aktif dari berbagai pemangku kepentingan, seperti profesional kesehatan mental, desainer, pengembang, dan pengguna akhir. Kolaborasi ini bertujuan untuk menggabungkan perspektif yang berbeda dan memperoleh pemahaman yang mendalam tentang masalah kesehatan mental yang ingin diatasi. Dengan menggunakan metode Collaborative Design, diharapkan aplikasi konsultasi psikologi mandiri ini dapat memberikan solusi yang efektif dan sesuai dengan kebutuhan pengguna dalam menjaga kesehatan mental yang optimal. Kolaborasi antara pemangku kepentingan memungkinkan integrasi perspektif yang berbeda, pengetahuan yang luas, dan pengalaman yang beragam dalam perancangan aplikasi yang menyeluruh dan bermanfaat bagi pengguna.

Kata kunci : konsultasi Psikologi, Kesehatan Mental, Collaborative Design

## Abstract

Optimal mental health is an important factor in achieving well-being and a quality life. In today's digital era, independent psychology consultation applications have become an attractive alternative in providing accessibility and support for individuals in need. However, to create applications that are effective and meet user needs, a collaborative and inclusive design approach is needed. In this research, we introduce the design of an independent psychology consultation application that focuses on optimal mental health using the Collaborative Design method. This method involves active participation from various stakeholders, such as mental health professionals, designers, developers, and end users. This collaboration aims to combine different perspectives and gain a deep understanding of the mental health problems to be addressed. By using the Collaborative Design method, it is hoped that this independent psychology consultation

application can provide effective solutions that suit user needs in maintaining optimal mental health. Collaboration between stakeholders enables the integration of different perspectives, broad knowledge, and diverse experiences in designing applications that are holistic and beneficial to users.

Keywords: Psychological consultation, Mental Health, Collaborative Design

## PENDAHULUAN

Kesehatan mental yang optimal merupakan hal yang penting dalam menjaga kesejahteraan dan kualitas hidup seseorang. Dalam era digital yang terus berkembang, teknologi telah memberikan kesempatan untuk memperluas aksesibilitas dan ketersediaan layanan konsultasi psikologi. Dalam rangka memenuhi kebutuhan tersebut, perancangan aplikasi konsultasi psikologi mandiri menjadi solusi yang menarik [1].

Tujuan dari perancangan aplikasi konsultasi psikologi mandiri adalah untuk menyediakan sarana yang memungkinkan individu untuk mengakses sumber daya dan dukungan dalam menjaga kesehatan mental mereka. Namun, untuk menciptakan solusi yang sesuai dan efektif, diperlukan pendekatan yang inklusif, kolaboratif, dan berfokus pada pengguna [2], [3].

Dalam konteks ini, metode Collaborative Design (Perancangan Kolaboratif) menjadi pendekatan yang relevan dan bermanfaat. Collaborative Design memungkinkan partisipasi aktif dari berbagai pemangku kepentingan, termasuk profesional kesehatan mental, desainer, pengembang, dan pengguna akhir. Dengan melibatkan pemangku kepentingan yang beragam, perancangan aplikasi ini dapat menggabungkan perspektif yang berbeda, pengetahuan yang luas, dan pengalaman yang beragam untuk mencapai hasil yang lebih baik [4].

Pendekatan Collaborative Design juga memungkinkan tim perancang untuk memperoleh wawasan yang lebih mendalam tentang kebutuhan dan preferensi pengguna akhir. Dalam proses kolaboratif ini, pemangku kepentingan dapat berbagi pengetahuan, memberikan umpan balik, dan berpartisipasi dalam mengambil keputusan desain yang akurat dan sesuai dengan kebutuhan mereka [4][5].

Dalam tulisan ini, kami akan menjelaskan perancangan aplikasi konsultasi psikologi mandiri untuk kesehatan mental yang optimal dengan menggunakan metode Collaborative Design. Kami akan membahas bagaimana kolaborasi antara pemangku kepentingan yang berbeda akan mempengaruhi proses perancangan, pengambilan keputusan, dan pengembangan solusi yang berfokus pada pengguna [6].

Melalui pendekatan Collaborative Design, diharapkan aplikasi ini dapat menjadi sarana yang efektif dalam memberikan dukungan psikologi mandiri yang berkualitas, meningkatkan kesadaran akan kesehatan mental, dan membantu individu mencapai kesejahteraan yang optimal[7].

## METODE PENELITIAN

Dalam pembuatan aplikasi konsultasi Psikologi Mandiri Untuk Kesehatan Mental Yang Optimal, penulis menggunakan metode psikoedukasi. Psikoedukasi adalah pendekatan dalam bidang psikologi yang bertujuan untuk memberikan informasi,

pengetahuan, dan pemahaman kepada individu atau kelompok tentang kondisi atau masalah kesehatan mental. Arti dari psikoedukasi dapat dijelaskan sebagai proses pendidikan yang membantu individu untuk memahami gejala, penyebab dan pengelolaan kondisi kesehatan mental tertentu.

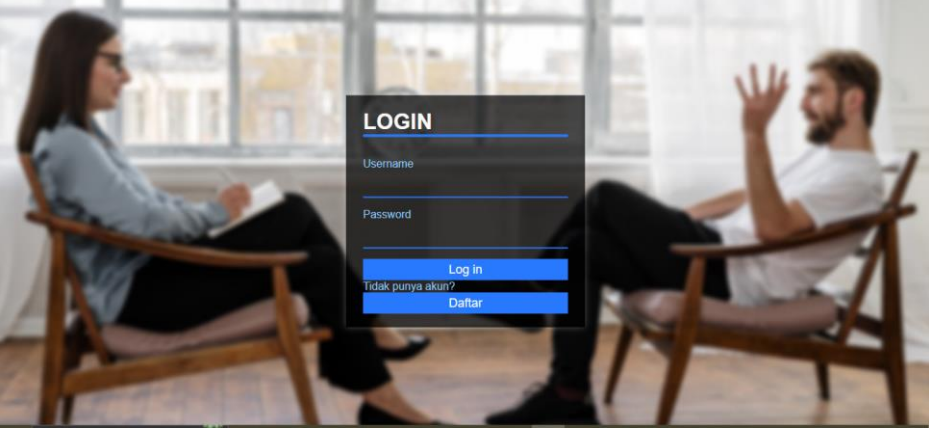
Dalam psikoedukasi, tujuan utamanya adalah memberikan pengetahuan yang akurat dan relevan kepada individu agar mereka dapat memahami kondisi atau masalah kesehatan mental yang mereka alami. Melalui pemahaman yang lebih baik tentang kondisi mereka, individu dapat mengembangkan strategi pengelolaan yang lebih efektif, meningkatkan kesadaran diri, dan mengambil langkah-langkah yang tepat untuk mendapatkan dukungan dan perawatan yang diperlukan.

Maksud dan tujuan pembuatan aplikasi konsultasi kejiwaan dan mental kepada seorang psikolog adalah untuk menyediakan platform yang memungkinkan individu mengakses layanan konsultasi kejiwaan dan mental dengan lebih mudah, efisien, dan terjangkau. Meningkatkan Aksesibilitas layanan kejiwaan dan mental. Aplikasi ini memungkinkan individu untuk mengakses bantuan psikologi dari mana saja dan kapan saja, tanpa harus menghadiri konsultasi tatap muka. Hal ini memberikan akses yang lebih mudah, terutama bagi individu yang tinggal di daerah terpencil, memiliki mobilitas terbatas, atau sulit mengakses layanan psikologis.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

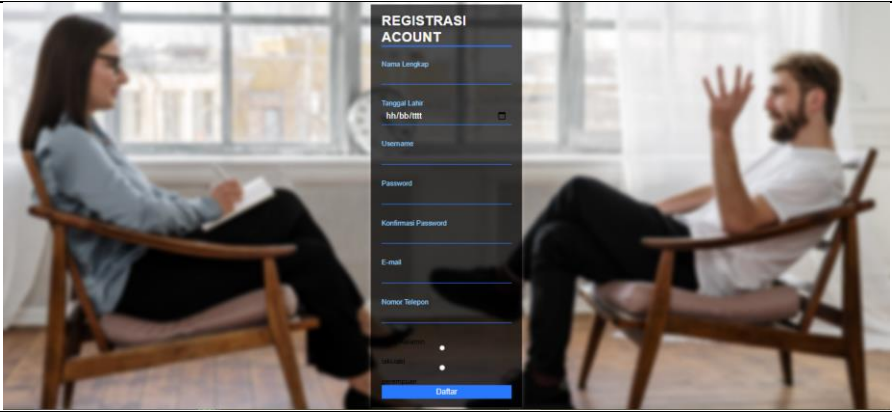
Aplikasi ini memungkinkan individu untuk mengakses bantuan psikologi dari untuk aplikasi konsultasi, dengan metode collaborative untuk setiap menu, dengan uraian seperti tabel berikut:

Tabel 1. Pengujian Menu Login

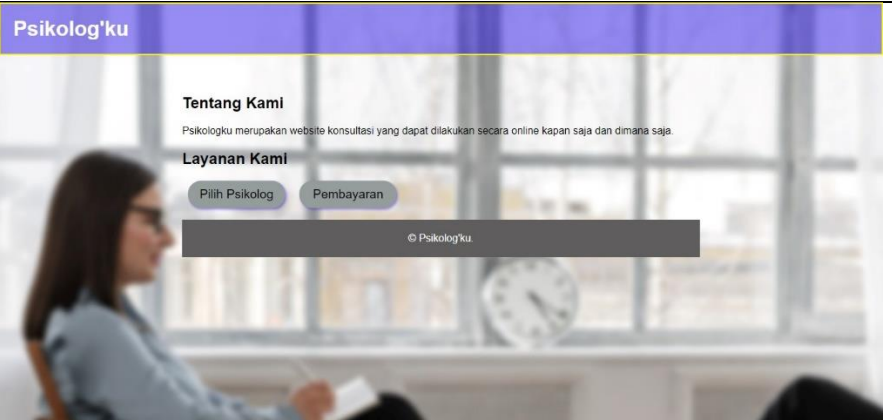
Nama Antar Muka	Menu Login
No Item Fungsionalitas	SKSL-01
Tampilan Antarmuka	
Deskripsi	Menu login adalah menu untuk masuk bagi pengguna mengakses sistem
Pre and Post Condition	Saat menjalankan aplikasinya, pengguna akan masuk ke menu selanjutnya.
Relasi dengan Antarmuka	Saat tombol Login di klik maka sistem akan beralih ke antar muka selanjutnya.

<b>Nama Antar Muka</b>	:	<b>Menu Login</b>
Lain		

Tabel 2. Pengujian Registrasi Account

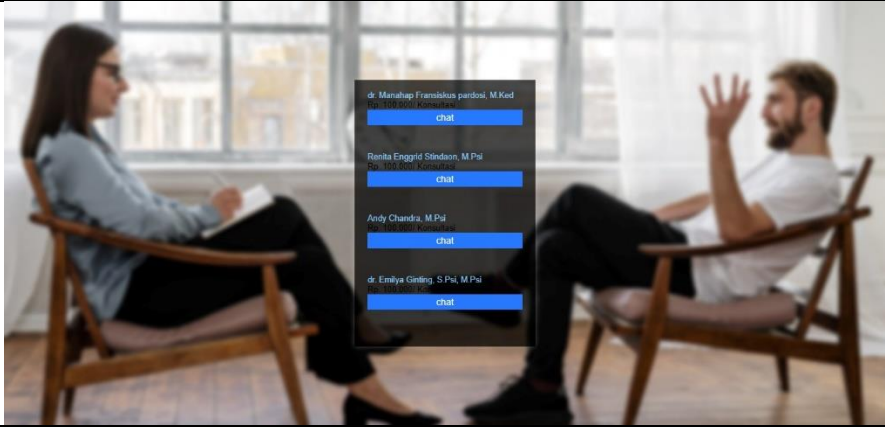
<b>Nama Antar Muka</b>	:	<b>Menu Registrasi Account</b>
No Item Fungsionalitas	:	SKSL-02
Tampilan Antarmuka	:	
Deskripsi	:	Menu Registrasi Account bagi pengguna yang belum memiliki akun.
Pre and Post Condition	:	Saat memasukan Data diri yang di perlukan dengan benar maka akan masuk ke beranda selanjutnya.
Relasi dengan Antarmuka Lain	:	Saat tombol daftar di klik maka tampilan Login akan hilang dan akan muncul tampilan menu beranda .

Tabel 3. Pengujian menu Beranda

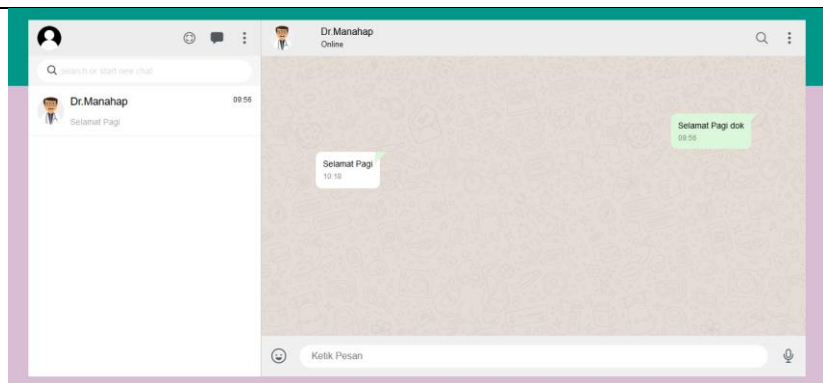
<b>Nama Antar Muka</b>	:	<b>Menu Beranda</b>
No Item Fungsionalitas	:	SKSL-03
Tampilan Antarmuka	:	
Deskripsi	:	Menu Beranda yang dimana terdapat 2 fitur yaitu pilih psikolog dan pembayaran
Pre and Post Condition	:	Jika fitur pilih psikolog di klik maka akan muncul tampilan pilih psikolog.

Relasi dengan Antarmuka Lain	:	Setelah mengklik fitur pilih psikolog maka akan muncul tampilan fiturnya.
------------------------------	---	---

Tabel 4. Pengujian Fitur Psikolog


Nama Antar Muka	:	Fitur Pilih Psikolog
No Item Fungsionalitas	:	SKSL-04
Tampilan Antarmuka	:	
Deskripsi	:	Tampilan fitur pilih psikolog ini untuk pengguna memilih salah satu psikolog yang akan konsultasi kepada pengguna
Pre and Post Condition	:	Jika salah satu psikolog di klik maka,akan muncul menu selanjutnya
Relasi dengan Antarmuka Lain	:	Setelah pengguna memilih tanda chat yang ada disetiap nama psikolog maka akan muncul tampilan chat dengan psikolog yang dipilih.

Tabel 5. Pengujian Tampilan Chat

Nama Antar Muka	:	Menu Tampilan Chat
No Item Fungsionalitas	:	SKSL-05
Tampilan Antarmuka	:	
Deskripsi	:	Tampilan menu chat


<b>Nama Antar Muka</b>	:	<b>Menu Tampilan Chat</b>
Pre and Post Condition	:	Tampilan menu chat ini digunakan untuk komunikasi pengguna dengan seorang psikolog
Relasi dengan Antarmuka Lain	:	Setelah sudah konsultasi maka akan muncul menu pembayaran.

Tabel 6. Pengujian Menu Pembayaran

<b>Nama Antar Muka</b>	:	<b>Menu Pembayaran</b>
No Item Fungsionalitas	:	SKSL-03
Tampilan Antarmuka	:	<p><b>Menu Pembayaran</b></p> 
Deskripsi	:	Menu pembayaran ini adalah Ketika seorang pengguna telah melakukan konsultasi kepada psikolog maka akan melakukan pembayaran.
Pre and Post Condition	:	Menu pembayaran ini diisi disaat sudah selesai konsultasi
Relasi dengan Antarmuka Lain	:	Setelah mengklik tanda bayar yang ada ditampilkan maka akan muncul struk tanda bukti pembayaran.

Tabel 7. Pengujian Struk Pembayaran

<b>Nama Antar Muka</b>	:	<b>Struk tanda bukti pembayaran</b>
No Item Fungsionalitas	:	SKSL-03
Tampilan Antarmuka	:	

Nama Antarmuka	: Struk tanda bukti pembayaran
	
Deskripsi	: Struk pembayaran ini adalah sebagai tanda bukti jikaa sudah melakukan pembayaran sebelumnya
Pre and Post Condition	: -
Relasi dengan Antarmuka Lain	: -

## KESIMPULAN

Kesimpulan pada pembuatan aplikasi konsultasi online kepada seorang psikolog dapat mencakup beberapa hal berikut:

1. **Kebutuhan Pengguna:** Penting untuk memahami kebutuhan pengguna yang akan menggunakan aplikasi konsultasi online kepada seorang psikolog. Hal ini meliputi fitur-fitur yang diharapkan, antarmuka yang intuitif, dan keamanan data pribadi.
2. **Desain Antarmuka:** Desain antarmuka yang baik dan mudah digunakan sangat penting dalam memastikan pengalaman yang positif bagi pengguna aplikasi. Antarmuka harus intuitif, jelas, dan memudahkan pengguna untuk mengakses layanan konsultasi psikologis secara online.
3. **Keamanan Data:** Dalam aplikasi konsultasi online yang melibatkan informasi pribadi dan sensitif, keamanan data menjadi faktor kritis. Diperlukan langkah-langkah keamanan yang kuat untuk melindungi privasi dan kerahasiaan pengguna, seperti enkripsi data, otentikasi dua faktor, dan kebijakan privasi yang jelas.
4. **Integrasi Teknologi:** Aplikasi konsultasi online dapat memanfaatkan teknologi seperti video call, chat, atau voice call untuk menyediakan konsultasi yang efektif. Integrasi dengan teknologi ini harus dilakukan dengan baik untuk memastikan kualitas komunikasi yang baik antara psikolog dan pengguna.
5. **Regulasi dan Etika:** Dalam pengembangan aplikasi konsultasi online, penting untuk mempertimbangkan regulasi dan etika yang terkait dengan praktik psikologis. Pastikan aplikasi mematuhi peraturan dan pedoman yang berlaku, serta menjaga standar etika dalam memberikan layanan konsultasi psikologis.
6. **Pengujian dan Pemeliharaan:** Sebelum diluncurkan, aplikasi harus melalui tahap pengujian yang cermat untuk memastikan fungsionalitas yang baik, keamanan, dan performa yang memadai. Selain itu, pemeliharaan berkala dan pembaruan aplikasi diperlukan untuk menjaga kinerja dan memperbaiki bug atau masalah yang muncul.

7. Umpan Balik Pengguna: Selalu penting untuk mendengarkan umpan balik dari pengguna aplikasi konsultasi online. Umpan balik tersebut dapat digunakan untuk meningkatkan pengalaman pengguna, menambahkan fitur yang diinginkan, atau memperbaiki masalah yang mungkin timbul.

### UCAPAN TERIMAKASIH

Kami ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua yang terlibat dalam pembuatan makalah Perancangan Aplikasi Konsultasi Psikolog Mandiri ini, terutama kepada tim yang telah bekerja keras. Metode Collaborative Design yang digunakan dalam penelitian ini sungguh membantu kami merancang aplikasi yang inovatif untuk kesehatan mental yang optimal. Semua usaha dan dedikasi yang Anda berikan sangat berarti bagi kami. Terima kasih atas kontribusi berharga Anda.

### DAFTAR PUSTAKA

- [1] M. Destiningrum and Q. J. Adrian, "Sistem Informasi Penjadwalan Dokter Berbasis Web Dengan Menggunakan Framework Codeigniter (Studi Kasus: Rumah Sakit Yukum Medical Centre)," *J. Teknoinfo*, vol. 11, no. 2, p. 30, 2017, doi: 10.33365/jti.v11i2.24.
- [2] "FUNGSI TES PSIKOLOGI." <https://nsd.co.id/posts/10002-fungsi-tes-psikologi.html> (accessed Jul. 02, 2021).
- [3] N. Nurfadilah, A. Rahmadani, and B. Ulum, "Profil Sikap Mencari Bantuan Layanan Psikologis pada Mahasiswa," *Aspir. J. Masal. Sos.*, vol. 12, no. 1, pp. 15–30, 2021, doi: 10.46807/aspirasi.v12i1.2030.
- [4] Y. A. Respati, "Collaborative Learning Dalam Upaya Peningkatan Keaktifan," *J. Efisiensi - Kaji. Ilmu Adm.*, vol. XV, no. 2, pp. 15–23, 2018.
- [5] L. Dzumiroh and R. Saptano, "Penerapan Metode Collaborative Filtering Menggunakan Rating Implisit pada Sistem Rekomendasi Pemilihan Film di Rental VCD," *J. Teknol. Inf. ITSmart*, vol. 1, no. 2, p. 54, 2016, doi: 10.20961/its.v1i2.590.
- [6] R. Bdiwi, C. de Runz, S. Faiz, and A. A. Cherif, "Smart learning environment: Teacher's role in assessing classroom attention," *Res. Learn. Technol.*, vol. 27, no. 1063519, pp. 1–14, 2019, doi: 10.25304/rlt.v27.2072.
- [7] T. Vasileva-Stojanovska, M. Vasileva, T. Malinovski, and V. Trajkovik, "The educational prospects of traditional games as learning activities of modern students," *Proc. Eur. Conf. Games-based Learn.*, vol. 2, no. February 2015, pp. 746–759, 2014.