

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Dalam 5 tahun terakhir, tidak sedikit berita mengenai gangguan mental, *anxiety disorder* adalah salah satu dari beberapa penyakit mental yang terjadi di Indonesia. *anxiety disorder* atau biasa disebut gangguan kecemasan merupakan suatu penyakit mental yang membuat penderitanya merasa sangat cemas disertai rasa takut yang berlebihan. Menurut Craske et al. (2011) gangguan kecemasan terlihat dari adanya ketakutan secara prototipikal seperti perilaku melarikan diri dan gairah secara fisiologis. Gejala dari penyakit ini membuat penderitanya memiliki perasaan gugup hingga membuat detak jantungnya berdebar kencang. Tubuh dan pikiran sulit dikendalikan dan ini dapat membuat penderitanya merasa panik ketika menghadapi suatu objek. Riset Kesehatan Dasar (Kemenkes RI, 2018) mendapatkan data lebih dari 19 juta penduduk yang berusia setidaknya lebih dari 15 tahun didapatkan mengalami gangguan mental emosional, lalu lebih dari 12 juta penduduk yang berusia lebih dari 15 tahun didapatkan mengalami depresi. Pada tahun 2016, Badan Litbangkes mendapatkan data yakni sekitar 1.800 orang atau setidaknya setiap hari terdapat 5 orang yang melakukan bunuh diri, sekitar 47,7% pelaku bunuh diri terjadi pada rentang usia 10-39 tahun yang dapat dikategorikan sebagai usia anak remaja yang memasuki usia produktif. Gangguan kesehatan mental di Indonesia setidaknya terjadi pada 1 dari 5 orang atau sekitar 20% dari populasi yang ada. Survey I-NAMHS (*Indonesia- National Adolescent Mental Health Survey*) didapatkan temuan gangguan kecemasan ini menjadi gangguan mental yang sangat sering terjadi pada remaja. Pada data menunjukkan satu dari tiga remaja atau setara 15.5 juta remaja di Indonesia mempunyai masalah gangguan mental yang dialami dan 2.45 remaja diantaranya memiliki gangguan mental.

Terdapat beberapa pendapat mengenai kecemasan yakni menurut Fadila (2018) Kecemasan mempunyai beberapa aspek – aspek yang menjadi penyebab munculnya kecemasan yaitu aspek afektif yang mana seorang individu merasakan ketakutan serta kekhawatiran yang berlebihan terhadap sesuatu, Aspek kognitif

dimana individu mudah bingung ketika bersikap dan akan memunculkan respon fisiologis berupa nyeri dada maupun jantung yang berdebar kencang hingga berkeringat. Selain itu, Sarwono (2018) Gejala yang muncul ketika individu mengalami kecemasan adalah detak jantung yang berdebar, nyeri kepala, susah tidur hingga tekanan darah yang meningkat. *Anxiety Disorder* memiliki gejala umum yang biasanya terjadi, gejala tersebut diantaranya kecemasan yang sulit dikontrol, gelisah disertai rasa panik, kelelahan, sulit untuk berkonsentrasi, mudah terpancing emosi, rasa nyeri pada bagian tubuh, bagian tubuh yang kesemutan hingga disertai keringat sampai memikirkan hal yang belum terjadi hingga berlarut-larut. Penyebab dari penyakit ini bisa disebabkan dari genetik yang diturunkan dari keluarga, hormon yang terlepas dari dalam otak, lingkungan yang memicu terjadinya stres dan membuat ketakutan, penyalahgunaan obat-obatan, konsumsi kafein hingga kondisi medis yang tidak stabil. Dari hasil penelitian oleh (Chin & Augustine, 2023; Engel et al., 2009; Martin et al., 2009) didapatkan bahwa penyebab dari gangguan kecemasan yakni berasal dari otak, otak menciptakan suatu bentuk respon rasa takut melalui ingatan dan memori objek yang pernah dirasakan oleh penderita penyakit. Terdapat 3 macam penyakit kecemasan, yaitu kecemasan realistis yang mana ini merupakan kecemasan dengan rasa takut akan bahaya yang bisa saja terjadi. Kedua, ada kecemasan *neurotis* yang dapat mengakibatkan rasa cemas apabila insting seseorang tidak dapat dikendalikan. Ketiga, ada kecemasan moral yang mana merupakan kecemasan pada hati. Kecemasan ini memiliki dasar realitas karena di masa lalu orang telah mendapatkan suatu perlakuan atau hukuman sebagai suatu akibat dari perbuatan yang melanggar suatu kode moral dan bisa saja selanjutnya mendapatkan hukuman kembali.

Gangguan kecemasan atau penyakit *anxiety disorder* ini menjadi gangguan mental paling umum yang terjadi di Indonesia. Berdasarkan studi pendahuluan yang penulis lakukan dengan menggunakan *google form* mengenai masalah kesehatan mental beberapa remaja, ada sekitar 21,4% dari 28 orang yang mengalami *anxiety disorder* dan telah dibuktikan secara medis. Lalu 42.9 % diantaranya sering mengalami gejala dari penyakit ini. Hal ini menunjukkan bahwa pentingnya informasi mengenai penyakit ini dan berdasarkan data yang didapatkan, setengah dari responden menyatakan bahwa masih jarang informasi

mengenai penyakit *anxiety disorder*. Terlepas dari data yang didapat, ada faktor yang menyebabkan meningkatnya kecemasan pada remaja. Faktor yang dimaksud adalah pandemi Covid-19 yang pernah terjadi. Pada penelitian yang dilakukan oleh Fortuna et al. (2023) pandemi Covid-19 ini menyebabkan peningkatan yang dramatis dalam hal kecemasan dan perlu adanya pendekatan yang berbasis sosial untuk dapat melengkapi layanan kesehatan mental juga untuk mengatasi meningkatnya kecemasan yang terjadi pada remaja anak, remaja, maupun orang dewasa. Penelitian-penelitian yang ada mengenai informasi pada dunia kesehatan tidak sedikit menggunakan media *website* sebagai solusi dari media informasi yang dibuat. *Website* dapat dijadikan sebagai sarana untuk memberikan informasi seputar dunia kesehatan, namun dalam konten yang terdapat pada *Website* haruslah lengkap agar tidak memunculkan kesalahan informasi yang akan berakibat fatal kepada pengguna *website* (Nazla Prasetyo et al., 2022; Reavley et al., 2021).

Melihat hal yang sangat riskan ini, menciptakan suatu inovasi berupa media informasi tentang penyakit mental ini. Tidak hanya berfokus pada remaja saja tapi diharapkan seluruh masyarakat dapat mengetahui informasi *anxiety disorder* dan terhindar dari bahayanya penyakit ini. *Anxiety disorder* ini perlu mendapatkan perhatian lebih karena bisa saja berakibat fatal jika hanya dibiarkan begitu saja. Di masa perkembangan teknologi saat ini, segala sesuatu dapat diakses dengan mudah hanya dengan melalui internet. *Website* adalah salah satu media yang biasa digunakan untuk menyebarkan informasi dengan sangat mudah dan efisien. Kemudahan akses pengguna yang ada pada *website* menjadikan alasan bagi Peneliti untuk membuat media interaktif berbasis *website*. Peneliti merancang sebuah media untuk membantu penyembuhan serta pencegahan penyakit mental seperti yang sudah dibahas sebelumnya. *Website* yang dirancang akan memperhatikan seluruh komponen yang dapat membantu proses penyembuhan dan pencegahan penyakit mental ini. Maka dari itu peneliti mengambil judul dari penelitian ini yakni “Perancangan *Website* “*Anxie*” Sebagai Media Informasi Penyakit *Anxiety Disorder* Pada Remaja”

## 1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang dari masalah yang ada, didapat sebuah rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana perancangan “Anxie” sebagai media informasi berbasis *website* dapat memberikan informasi penyakit *anxiety disorder* pada remaja?
2. Bagaimana hasil dari uji kelayakan *website* “Anxie” sebagai media informasi penyakit *anxiety disorder* pada remaja?

## 1.3 Tujuan Penelitian

Memperhatikan rumusan masalah yang disebutkan, maka didapatkan tujuan dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Merancang sebuah media informasi berbasis *website* tentang penyakit *anxiety disorder* pada remaja.
2. Mengetahui hasil uji kelayakan *website* anxie sebagai media informasi penyakit *anxiety disorder* pada remaja.

## 1.4 Manfaat Penelitian

Dari perancangan *website* ini, diharapkan dapat memberikan manfaat kepada beberapa pihak, antara lain:

1. Manfaat bagi masyarakat dan individu

Perancangan *website* ini diharapkan dapat membantu memberikan informasi lebih dalam mengenai penyakit *anxiety disorder*. Media informasi ini akan berguna untuk memberikan perhatian kepada setiap elemen masyarakat maupun individu untuk bisa lebih memperhatikan keadaan penyakit ini bila ada orang di sekitar mereka yang terkena atau bergejala penyakit *anxiety disorder*.

2. Manfaat bidang kesehatan

*Website* yang dirancang ini dapat membantu bidang Kesehatan untuk digunakan dalam penyuluhan ataupun media informasi bagi pasiennya sehingga dapat memberikan wawasan yang luas serta menyadarkan beberapa lapisan masyarakat untuk senantiasa perhatian terhadap penyakit mental ini.

## 1.5 Batasan Masalah

Adapun batasan masalah dibuat untuk menghindari adanya pelebaran dari pokok permasalahan yang di angkat serta membuat penelitian yang dilakukan lebih fokus dan terarah. Batasan masalah dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Perancangan media hanya berupa *front end web design* yakni tampilan antarmuka yang dapat di interaksi pengguna.
2. Isi konten berupa informasi mengenai penyakit *anxiety disorder* dan terdapat konten pendukung untuk meditasi *user*.

## 1.6 Struktur Organisasi Penulisan

Sistematika dalam penulisan skripsi ini mengacu pada pedoman penulisan karya ilmiah UPI Tahun 2021. Terdapat struktur dalam penulisan sebagai berikut:

1. BAB I Pendahuluan biasanya memberikan penjelasan pada latar belakang masalah yang menjadi sebuah dasar dari keseluruhan penulisan. Biasanya terdapat rumusan masalah, tujuan penelitian yang akan dicapai, manfaat dari penelitian yang dilakukan, hingga urutan dari penyusunan pada setiap bab yang ditulis.
2. BAB II Kajian Pustaka menjelaskan isian mengenai landasan dari teori yang dibahas dan relevan dengan permasalahan yang diteliti, model penelitian yang digunakan, dan hubungan dari variabel yang diteliti.
3. BAB III Metode penelitian berisi mengenai metode yang digunakan dalam penelitian, alur penelitian, pendekatan instrument yang dilakukan, Langkah analisis serta cara atau Teknik dalam pengumpulan data penelitian.
4. BAB IV Temuan dan Pembahasan akan membahas mengenai hasil dari temuan penelitian yang dilakukan. Pembahasan temuan penelitian bisa memperluas informasi mengenai topik dari penelitian yang dilakukan.
5. BAB V Simpulan, Implikasi. dan Rekomendasi mengenai penjelasan dari hasil atau kesimpulan dari penelitian yang dilakukan serta adanya rekomendasi untuk penelitian kedepannya atau menjadi evaluasi dari penelitian yang sudah dilakukan