

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Permasalahan pada kesehatan mental masih menjadi salah satu permasalahan pada bidang kesehatan yang cukup serius di Indonesia. Persoalan kesehatan mental tengah menjadi pembicaraan di tengah-tengah masyarakat, khususnya generasi Z yang berada di lingkungan akademik seperti Universitas atau lembaga pendidikan lainnya. Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, sekitar 19 juta orang berusia di atas 15 tahun mengalami gangguan kesehatan mental yang terkait dengan emosi, sementara sekitar 12 juta orang dari kelompok usia yang sama mengalami depresi. Jumlah penderita gangguan kesehatan mental ini meningkat sebesar 6,5% selama periode 2020-2021. Menurut Kementerian Kesehatan RI dimana pada tahun 2021 sebanyak 20% atau 50 juta jumlah penduduk Indonesia mengalami prevalensi pada penderita gangguan kesehatan mental (Rokom, 2021). Selain itu, permasalahan kesehatan mental lainnya seperti berbagai macam stress dan tekanan termasuk tekanan dalam menyelesaikan akademik, overthinking akibat ketidakpastian masa depan, serta tekanan dari lingkungan sosial dapat terjadi akibat dari penggunaan teknologi seperti penyalahgunaan media sosial. Sementara Survei yang dilakukan oleh Perhimpunan Dokter Spesialis Kejiwaan menunjukkan angka 77% pada responden penderita gangguan kesehatan mental yang mengalami trauma psikologis, 68% depresi, dan 66% penderita mengalami gangguan kecemasan (NoDokter, 2022). Data yang dikemukakan dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) dan survei oleh Perhimpunan Dokter Spesialis Kejiwaan menunjukkan betapa besarnya skala masalah ini, dengan jutaan penduduk Indonesia mengalami gangguan mental, yang terus meningkat dalam beberapa tahun terakhir. Angka-angka ini menandakan bahwa intervensi segera dan komprehensif diperlukan untuk menangani masalah kesehatan mental, khususnya pada generasi Z yang berada dalam masa kritis perkembangan mental dan emosional.

Kesadaran diri diperlukan bagi generasi Z, untuk merasakan apa yang dirasakan sehingga kesadaran dapat membantu individu dalam menetapkan

keputusan untuk melakukan sesuatu, hingga pada akhirnya memiliki penilaian pada dirinya serta meningkatkan kepercayaan diri. *Self awareness* pada kesehatan mental adalah salah satu bentuk kesadaran yang harus dimiliki oleh generasi Z. *Self awareness* pada diri seseorang adalah sebuah langkah awal dari kepedulian dan kesadaran diri terhadap pencegahan gangguan kesehatan mental. *Self awareness* yang harus ditanamkan tersebut meliputi keyakinan, kognisi, minat, tujuan, kepribadian, pengaruh nilai-nilai, dan pola hidup kita yang bermakna. Peneliti berpendapat bahwa perlu adanya upaya lebih untuk memperbaiki situasi ini, termasuk melalui edukasi yang lebih baik mengenai kesehatan mental, dukungan sosial yang lebih kuat, dan penyediaan akses yang lebih mudah terhadap layanan kesehatan mental bagi mahasiswa sebagai generasi Z. Selain itu, penting untuk mengembangkan kebijakan dan program yang tidak hanya mengobati gangguan kesehatan mental tetapi juga mencegahnya. Perkembangan teknologi informasi yang berkembang harus sejalan dan dimanfaatkan dengan baik untuk meningkatkan *self awareness* agar mahasiswa tersebut tidak terpengaruh dan peningkatan gangguan kesehatan mental dapat diatasi sejak dini.

Generasi Z atau generasi yang dilahirkan pada periode tahun 1997 hingga 2012 merupakan generasi yang memiliki akses terhadap informasi dengan mudah akibat dari perkembangan era digital dan teknologi informasi. Di Indonesia, generasi ini sangat akrab dengan penggunaan teknologi dan internet dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk pendidikan, hiburan, dan komunikasi. Karakteristik unik dari generasi Z mencakup keterbukaan terhadap perubahan, ketergantungan pada teknologi, dan preferensi untuk interaksi yang cepat dan efisien melalui platform digital. Perkembangan era digital dan teknologi tersebut juga diakibatkan dari dampak terjadinya pandemi COVID-19 yang digunakan oleh seluruh sektor industri khususnya pada bidang kesehatan. Penggunaan aplikasi kesehatan di Indonesia mengalami peningkatan selama pandemi COVID-19, sebagaimana dijelaskan dalam pedoman dan acuan penerapan *Telemedicine* selama masa pandemi sesuai dengan Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MENKES/4829/2021. Masyarakat mencari informasi kesehatan terkini dan akurat dengan menggunakan layanan konsultasi dengan teknologi komunikasi antara dokter dan pasien (Harahap et al., 2022). Survei pada lebih dari 1000 responden yang dilakukan oleh Global Kearney pada tahun 2020 mengenai

Ditha Aulia Andriany, 2024

PENGARUH PERCEIVED USEFULNESS DAN PERCEIVED EASE OF USE TERHADAP PENINGKATAN SELF AWARENESS KESEHATAN MENTAL PENGGUNA APLIKASI KESEHATAN MENTAL HALODOC
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

konsumen pengguna platform aplikasi *medical health* di Indonesia menunjukkan bahwa layanan yang disediakan pada platform aplikasi *medical health* memerlukan peningkatan ditengah penggunaan aplikasi yang meningkat (Damar, 2020). Survei yang dilakukan Populix (2022) mengenai “Indonesia’s Mental Health State & Access to Medical Assistance” diperoleh angka sebesar 54 persen pada responden yang mengakses layanan kesehatan mental dari aplikasi *telemedicine*. Aplikasi *medical health* atau *telemedicine* yang banyak digunakan di Indonesia diantaranya Halodoc, Alodokter dan masih banyak lagi. Dengan semakin banyaknya masyarakat yang menggunakan aplikasi *telemedicine* untuk layanan kesehatan mental, peneliti melihat hal tersebut sebagai salah satu indikasi bahwa pentingnya peran teknologi dalam mendukung kesehatan mental di era digital. Namun, hal ini juga menuntut perhatian lebih pada kualitas dan efektivitas layanan yang disediakan oleh aplikasi tersebut untuk benar-benar memenuhi kebutuhan kesehatan mental pengguna.

Peneliti percaya bahwa untuk mendukung Generasi Z yang sangat bergantung pada teknologi, perlu ada inovasi dan peningkatan berkelanjutan dalam layanan *telemedicine*, terutama di bidang kesehatan mental, agar dapat memberikan dampak positif yang maksimal. Walaupun aplikasi *medical health* memberikan kemudahan dari sisi efisiensi waktu, kemudahan mengakses layanan menggunakan internet dan biaya yang lebih murah dibandingkan harus mendatangi langsung fasilitas kesehatan terdekat diperlukan kesadaran diri atau rasa *aware* dari seorang individu untuk mau lebih meningkatkan *awareness* nya terhadap kesehatan dan tidak hanya bergantung pada teknologi yang ada. *Self awareness* adalah kemampuan individu untuk memahami dan menyadari perasaan, pikiran, dan nilai-nilai yang dimilikinya, yang dapat membantu dalam pengambilan keputusan dan menjaga keseimbangan emosional. Pada generasi yang sangat terhubung secara digital seperti Generasi Z, teknologi dapat berperan sebagai alat untuk meningkatkan *self awareness*, tetapi juga dapat menjadi sumber gangguan dan ancaman jika digunakan berlebihan serta tidak digunakan dengan bijak. Survei yang dilakukan oleh Katadata Insight Center (KIC) untuk penggunaan aplikasi *medical health* dalam melakukan *telemedicine*, pada 2.108 responden yang berusia 16 tahun ke atas di Indonesia sebanyak 46,5% responden menggunakan aplikasi Halodoc, penggunaan aplikasi *medical health*

Alodokter 35,7%, penggunaan aplikasi *medical health* Good Doctor sebanyak 5,4% responden.

Peningkatan kebutuhan layanan kesehatan mental di kalangan generasi muda, terutama generasi Z, telah menjadi perhatian serius. Generasi ini, sering kali dihadapkan dengan berbagai tekanan hidup yang unik, termasuk transisi dari masa remaja ke dewasa, harapan sosial yang tinggi, dan permasalahan identitas diri. Berbagai kemudahan yang diperoleh dari fitur-fitur pada aplikasi kesehatan mental membuat pengguna memiliki perilaku mengadopsi teknologi informasi baru sebagai bentuk dari penerapan teori TAM (*Technology Acceptance Model*). TAM (*Technology Acceptance Model*) menurut Fewad D. Davis merupakan sebuah model yang digunakan untuk melakukan prediksi, serta menjelaskan bagaimana penggunaan teknologi dapat diterima dan digunakan untuk menyelesaikan suatu pekerjaan (Hasyim et al., 2023). Teori TAM menjelaskan bahwa, seorang individu atau pengguna lebih memilih menggunakan dan lebih memilih tidak menggunakan teknologi, karena teknologi informasi dapat membantu atau bahkan mempersulit pelaksanaan kegiatan pekerjaan atau kata lainnya disebut *perceived usefulness* dan pada saat bersamaan seorang pengguna percaya bahwa sistem teknologi informasi tersebut terlalu sulit ketika digunakan atau biasa disebut dengan *perceived ease of use* sehingga berpengaruh pada *behavioral intention* pengguna yang menggunakan sistem teknologi informasi (Davis, 1989). Dalam konteks aplikasi kesehatan mental, peningkatan *perceived usefulness* dan *perceived ease of use* dari suatu aplikasi dapat berpotensi meningkatkan kesehatan mental penggunanya melalui peningkatan *self awareness*. Peningkatan *perceived ease of use* diharapkan dapat meningkatkan *perceived usefulness* serta efektivitas kinerja dalam penggunaan teknologi. Persepsi tentang manfaat yang dirasakan dari aplikasi dan kemudahan penggunaannya mempengaruhi perilaku individu dalam menggunakan aplikasi tersebut secara teratur. Peneliti mengharapkan bahwa, pengembang aplikasi kesehatan mental perlu memperhatikan faktor-faktor tersebut untuk memberikan manfaat pada pengguna khususnya dalam hal meningkatkan efektivitas aplikasi untuk membantu pengguna dalam meningkatkan *self awareness* kesehatan mental mereka.

Data yang dikumpulkan dari layanan konseling PeKa pada salah satu Universitas di Purwakarta, mengungkapkan bahwa banyak klien yang datang untuk

Ditha Aulia Andriany, 2024

PENGARUH PERCEIVED USEFULNESS DAN PERCEIVED EASE OF USE TERHADAP PENINGKATAN SELF AWARENESS KESEHATAN MENTAL PENGGUNA APLIKASI KESEHATAN MENTAL HALODOC

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

mencari bantuan terkait isu-isu seperti *quarter life crisis*, *overthinking*, dan tekanan akademis. Situasi ini menggambarkan meningkatnya kesadaran di kalangan Generasi Z tentang pentingnya kesehatan mental dan kebutuhan mereka untuk mendapatkan dukungan profesional. Selain itu, temuan ini juga menunjukkan bahwa banyak individu yang merasa terisolasi dan kurang didukung oleh lingkungan sekitar mereka, baik itu teman, keluarga, atau komunitas. Hal ini semakin menggarisbawahi pentingnya layanan kesehatan mental yang mudah diakses dan responsif terhadap kebutuhan spesifik kelompok usia ini. Penting bagi layanan kesehatan mental, seperti PeKa, untuk terus meningkatkan aksesibilitas dan kualitas pelayanan mereka, serta mengembangkan pendekatan yang lebih spesifik terhadap kebutuhan generasi muda. Ini termasuk memberikan edukasi tentang manajemen stres, meningkatkan dukungan sosial, dan mengembangkan strategi intervensi yang efektif untuk mencegah dan mengatasi berbagai permasalahan mental yang dihadapi oleh generasi Z.

Dari permasalahan pada latar belakang tersebut, peneliti ingin mengetahui dan melakukan analisis, bagaimana *perceived usefulness* (persepsi kegunaan) dan *perceived ease of use* (persepsi kemudahan) dalam penggunaan aplikasi kesehatan mental, seperti Halodoc, dapat mempengaruhi peningkatan *self awareness* pada Generasi Z di Indonesia. Aplikasi kesehatan mental menjadi relevan sebagai sarana yang dapat mendukung kesadaran diri, namun efektivitasnya sangat bergantung pada bagaimana pengguna merasakan manfaat dan kemudahan dari aplikasi tersebut. Melalui penelitian ini, peneliti mengharapkan adanya temuan pada hubungan yang signifikan antara persepsi kegunaan dan kemudahan aplikasi kesehatan mental dengan peningkatan *self awareness*, yang pada akhirnya dapat membantu Generasi Z dalam menjaga dan meningkatkan kesehatan mental mereka. Mengetahui dan menganalisis penggunaan aplikasi kesehatan mental memiliki hubungan persepsi kemudahan (*perceived usefulness*), dan kegunaan (*perceived ease of use*) serta bagaimana hubungan tersebut dapat mempengaruhi peningkatan mental health awareness generasi Z di Indonesia, maka penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti diberi judul, “Pengaruh *Perceived Usefulness* dan *Perceived Ease of Use* Terhadap Peningkatan Kesehatan Mental (*Self Awareness*) Pengguna Aplikasi Kesehatan Mental”.

1.2. Rumusan dan Batasan Masalah Penelitian

1.2.1. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka dapat dilakukan identifikasi pada permasalahan dari penelitian ini yakni pengaruh apa yang akan diberikan oleh *perceived usefulness* dan *perceived ease of use* bagi pengguna aplikasi kesehatan mental terhadap peningkatan *self awareness* kesehatan mental generasi Z.

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dipaparkan di atas, maka rumusan masalah dari penelitian ini yakni sebagai berikut:

1. Apakah *perceived usefulness* pada penggunaan aplikasi kesehatan mental memiliki pengaruh signifikan dalam peningkatan *self awareness* generasi Z?
2. Apakah *perceived ease of use* pada penggunaan aplikasi kesehatan mental memiliki pengaruh signifikan dalam peningkatan *self awareness* generasi Z?

1.2.2. Batasan Masalah

Batasan masalah digunakan oleh peneliti untuk menghindari terjadinya penyimpangan dan pelebaran terhadap suatu pokok permasalahan yang diteliti agar penelitian yang dilakukan menjadi lebih terarah dan peneliti dapat lebih mudah melakukan penelitian dan memperoleh pembahasan serta tujuan penelitian dapat dicapai sesuai dengan kebutuhan dan harapan peneliti. Adapun batasan masalah pada penelitian adalah sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan adalah untuk mengetahui pengaruh *perceived usefulness* dan *perceived ease of use* pengguna aplikasi kesehatan mental Halodoc dalam peningkatan *self awareness* generasi Z.
2. Pengguna aplikasi kesehatan mental Halodoc merupakan mahasiswa di lingkungan Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Daerah Purwakarta yang merupakan generasi Z dan menderita atau memiliki diagnosis gangguan kesehatan mental.

1.3. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan latar belakang dan identifikasi rumusan masalah yang telah diuraikan diatas, maka tujuan dari penelitian ini yakni sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui apakah *perceived usefulness* (persepsi kegunaan) pada penggunaan aplikasi kesehatan mental Halodoc memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan *self awareness* generasi Z.

Ditha Aulia Andriany, 2024

PENGARUH *PERCEIVED USEFULNESS* DAN *PERCEIVED EASE OF USE* TERHADAP PENINGKATAN *SELF AWARENESS* KESEHATAN MENTAL PENGGUNA APLIKASI KESEHATAN MENTAL HALODOC
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

2. Untuk mengetahui apakah *perceived ease of use* (persepsi kemudahan) pada penggunaan aplikasi kesehatan mental Halodoc memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan *self awareness* generasi Z

1.4. Manfaat Penelitian

Dengan melakukan analisis pengaruh pada penggunaan aplikasi kesehatan mental terhadap peningkatan *self awareness* generasi Z akan memberikan manfaat yang berguna yakni:

1. Bagi peneliti, hasil penelitian yang dilakukan dapat menambah kemampuan peneliti dalam melakukan sebuah analisis untuk mengetahui pengaruh signifikan dari penggunaan aplikasi kesehatan mental terhadap peningkatan *self awareness* generasi Z.
2. Bagi pihak lain, penelitian dapat digunakan sebagai referensi perbandingan dalam melakukan penelitian selanjutnya berkaitan dengan pengaruh *perceived usefulness* dan *perceived ease of use* penggunaan aplikasi kesehatan mental terhadap peningkatan *self awareness* generasi Z.

1.5. Struktur Organisasi Skripsi

Struktur organisasi di dalam skripsi ini merupakan sistematika penulisan skripsi yang dapat dibagi menjadi lima bab. Struktur organisasi yang terdapat dalam penelitian yang berjudul “Pengaruh *Perceived Usefulness* dan *Perceived Ease of Use* Terhadap Peningkatan Kesehatan Mental (*Self Awareness*) Pengguna Aplikasi Kesehatan Mental” ini memuat:

BAB I PENDAHULUAN

Bab ini memaparkan tentang latar belakang pada penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, batasan masalah penelitian, dan struktur organisasi skripsi.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

Bab ini memaparkan terkait teori-teori yang relevan meliputi definisi *perceived usefulness*, *perceived ease of use*, definisi kesehatan mental, aplikasi mHealth, serta penelitian terdahulu yang digunakan untuk mendukung teori-teori dalam penelitian.

BAB III METODE PENELITIAN

Bab ini memaparkan tentang jenis dan desain penelitian, prosedur penelitian, instrumen penelitian, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data.

Ditha Aulia Andriany, 2024

PENGARUH PERCEIVED USEFULNESS DAN PERCEIVED EASE OF USE TERHADAP PENINGKATAN SELF AWARENESS KESEHATAN MENTAL PENGGUNA APLIKASI KESEHATAN MENTAL HALODOC

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN

Bab ini memaparkan terkait hasil temuan berupa deskripsi umum dan karakteristik responden, hasil penelitian tanggapan responden pada *perceived usefulness* dan *perceived ease of use* terhadap peningkatan *self* awareness kesehatan mental melalui penggunaan aplikasi kesehatan mental Halodoc.

BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

Bab ini berisi kesimpulan terkait hal-hal yang sudah dipaparkan pada bab sebelumnya, implikasi dari hasil penelitian, serta rekomendasi yang kiranya dapat membantu pengguna untuk meningkatkan *self* awareness kesehatan mental dari penggunaan aplikasi kesehatan mental pada *perceived usefulness* dan *perceived ease of use* pengguna.

DAFTAR PUSTAKA

Bagian ini berisi tentang informasi tertulis yang digunakan sebagai panduan atau bahan sumber dalam penelitian.

LAMPIRAN

Bagian ini berisi tentang lampiran-lampiran/dokumentasi penelitian.