

ANALISIS KUALITATIF WARAS (*RESPONSIVE WEB TO ACCESS FAST RESPONSE FOR ATTENDING STRESS, ANXIETY AND DEPRESSION AMONG STUDENTS*) SEBAGAI SISTEM PELAYANAN KESEHATAN MENTAL MAHASISWA UNRIYO

QUALITATIVE ANALYSIS TO WARAS (*RESPONSIVE WEB TO ACCESS FAST RESPONSE FOR ATTENDING STRESS, ANXIETY AND DEPRESSION AMONG STUDENTS*) AS MENTAL HEALTH SERVICE SYSTEM UNRIYO STUDENT

Endang Nurul Syafitri

Program Profesi Ners FIKES UNRIYO
endang.ns85@gmail.com

Abstrak

Penelitian sebelumnya tentang stres pada mahasiswa UNRIYO menyarankan agar pengukuran masalah psikologis mahasiswa diukur secara berkala untuk melihat kecenderungan stresor akademik dan non-akademik pada mahasiswa sepanjang semester sehingga dapat ditangani dengan segera oleh dosen pembimbing akademik (DPA) atau Biro Kemahasiswaan Alumni Career Centre (BKACC) UNRIYO. Pengukuran dengan menggunakan kuesioner akan membutuhkan biaya yang mahal sehingga dibuatlah *responsive web* bernama WARAS (*responsive Web to Access fast Response for Attending Stress, anxiety and depression Among Students*). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas *responsive web* WARAS untuk memonitor tingkat stres, ansietas dan depresi mahasiswa UNRIYO, stresor, tindak lanjut dan perekapan data sebagai *database* penentu kebijakan. Penelitian ini menggunakan pendekatan riset kualitatif dengan rancangan fenomenologi. Partisipan berasal dari mahasiswa dan Dosen Pembimbing Akademik (DPA) yang telah mengujicoba WARAS. Partisipan dikumpulkan dalam kelompok *Focus Group Discussion* (FGD) untuk menggali lebih mendalam tentang perasaan, persepsi dan harapan partisipan terhadap WARAS serta seberapa efektif membantu mereka dalam mengidentifikasi kesehatan jiwa mahasiswa dan tindakan merespon masalah. Dengan desain penelitian tersebut diharapkan tim peneliti mendapatkan data terkait efektifitas WARAS sebagai sistem kesehatan mental berbasis *web* di UNRIYO. Dari hasil FGD didapatkan empat tema yaitu tentang pandangan umum web WARAS dengan hasil semua mengatakan bagus. Tema yang kedua tentang manfaat web WARAS yang hasilnya mengatakan bermanfaat. Kemudian tentang efektifan web WARAS yang ternyata efektif. Dan yang terakhir hambatan yang ada dalam web WARAS ini berhubungan dengan koneksi. Penggunaan *responsive web* diharapkan dapat menekan biaya dan dapat membuat layanan kesehatan pada mahasiswa menjadi lebih efektif dan efisien.

Kata kunci : *responsive web, kesehatan mental, mahasiswa*

Abstract

Previous research on stress in UNRIYO students suggested that the measurement of students' psychological problems be measured regularly to see academic and non-academic stressor trends in

students throughout the semester so that they could be handled immediately by academic supervisors (DPA) or Alumni Career Center (BKACC) UNRIYO. Measurements using a questionnaire will cost a lot of money so that a responsive web is created called WARAS (responsive Web to Access Fast Response to Attending Stress, anxiety and depression Among Students). Therefore, this study aims to determine the responsive effectiveness of the WARAS web to monitor the level of stress, anxiety and depression of UNRIYO students, stressors, follow-up and data collection as a database of policy makers. This study uses a qualitative research approach with phenomenological design. Participants came from students and Academic Advisors (DPA) who had tested WARAS. Participants were collected in the Focus Group Discussion (FGD) group to explore deeply about participants 'feelings, perceptions and expectations of WARAS and how effective they were in identifying students' mental health and responding to problems. With the design of the study, it is expected that researchers will obtain data related to the effectiveness of WARAS as a web-based mental health system at UNRIYO. From the results of the FGD there were four themes, namely about the general view of WARAS web with the results of all saying good. The second theme about the benefits of web WARAS is that the results are useful. Then about the effectiveness of WARAS web which is effective. And the last obstacle in WARAS web is related to connection. . The use of responsive web is expected to reduce costs and be able to make health services for students more effective and efficient.

Keywords: responsive web, mental health, students

1. PENDAHULUAN

Daerah Istimewa Yogyakarta dikenal sebagai kota pendidikan atau kota pelajar memiliki perguruan tinggi (PT) dalam jumlah yang banyak. Kementerian Pendidikan dan Budaya (2012) menyebutkan jumlah PT di Yogyakarta adalah sebanyak 126 baik PT Negeri maupun PT Swasta dimana beberapa dari PT tersebut memiliki kualitas unggul di tingkat nasional dan internasional. Hal ini tentunya menjadi daya tarik bagi kaum muda dari seluruh daerah untuk menjadi mahasiswa PT, salah satunya Universitas Respati Yogyakarta (UNRIYO) [1].

Lingkungan kampus merupakan lingkungan yang penuh stresor. Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa khususnya mahasiswa kesehatan rentan mengalami stres yang akhirnya mengakibatkan masalah fisik atau masalah psikologis lainnya. Hasil penelitian pada mahasiswa kesehatan menyatakan bahwa 44% mengalami kecemasan dan 34,9% mengalami depresi. Stres dianggap sebagai penyebab dari dua masalah tersebut. Selain itu, penelitian menunjukkan bahwa stres khususnya tingkat berat dapat menimbulkan gangguan kesehatan fisik dan gangguan kognitif pada mahasiswa yang akhirnya menurunkan nilai akademiknya [2,3].

Stres mahasiswa disebabkan oleh berbagai stresor. Sumber stres (stresor) pada mahasiswa terdiri dari: stresor akademik, stresor interpersonal (hubungan antar individu), stresor intrapersonal (dari dalam individu), dan stresor lingkungan dimana stresor akademik merupakan stresor utama bagi mahasiswa. Stresor tersebut biasanya berlangsung terus menerus. Jadi dapat disimpulkan bahwa stres pada mahasiswa adalah suatu kondisi yang tidak dapat dihindarkan. [1,4]. Stres pada mahasiswa biasanya menurun dari tahun ke tahun kecuali pada tahun terakhir. Hal ini disebabkan karena di tahun terakhirnya mahasiswa menghadapi tugas akhir sebagai penentu kelulusannya [5]. Hal tersebut dengan menyatakan bahwa sebanyak 69,4 % mahasiswa yang mengambil tugas akhir

mengalami stres sedang yang merupakan stres negatif pemicu masalah kesehatan lain seperti depresi dan gangguan tidur.[4]

Penelitian juga menunjukkan bahwa mahasiswa rentan terkena depresi dan ansietas. Pada mahasiswa kesehatan, tingkat depresi dan ansietas lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa lain yang seumuran dengan mereka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 44% mahasiswa mengalami ansietas dan 34,9% mahasiswa terindikasi depresi. Depresi banyak terjadi di tahun pertama perkuliahan sedangkan ansietas lebih banyak teridentifikasi di tahun terakhir mahasiswa [3]. Hal tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa membutuhkan pelayanan kesehatan mental selama mereka kuliah untuk mencegah terjadinya gangguan kesehatan atau perilaku yang lebih berat yang akhirnya mengurangi mutu lulusan.

Penelitian di Universitas Respati Yogyakarta (UNRIYO) mendapatkan hasil secara kuantitatif bahwa rata-rata stres mahasiswa UNRIYO di setiap angkatan berada di tingkat stres normal-ringan [1]. Kondisi ini diperoleh karena pengambilan data tingkat stres hanya dilakukan satu kali saat di awal semester. Hasil kualitatif menggunakan *Focus Group Discussion* (FGD) menunjukkan bahwa partisipan mengalami tingkat stres dan stresor yang berbeda-beda di setiap semester. Mahasiswa dengan beban lebih seperti menjadi pengurus himpunan mahasiswa dan mahasiswa dari prodi kesehatan memiliki stres yang lebih berat daripada mahasiswa non pengurus dan non prodi kesehatan.

Untuk meningkatkan peran Dosen Pembimbing Akademik (DPA) untuk memonitor stres mahasiswanya supaya bisa ditindaklanjuti dengan segera untuk mengurangi risiko terjadinya gangguan mental. Selain itu, dengan adanya data yang berkesinambungan terkait stres dan stresor yang dialami mahasiswa, diharapkan pihak UNRIYO khususnya Biro Kemahasiswaan, Alumni dan *Career Centre* (BKACC) dapat menggunakan data tersebut untuk mengambil kebijakan pengembangan kualitas proses belajar mengajar di UNRIYO [1].

Dari kondisi-kondisi yang diuraikan, tim peneliti bermaksud untuk mengembangkan suatu aplikasi berwujud *responsive website* yang dapat diakses mahasiswa, DPA, dan pihak terkait. Aplikasi ini nantinya akan digunakan DPA dan BKACC UNRIYO untuk memonitor kesehatan mental mahasiswa secara berkala dan memberikan layanan psikologis ke mahasiswa sesuai peran dan tanggung jawabnya. Tim peneliti melihat efektivitasnya selama satu semester sehingga dapat menyempurnakan *responsive website* tersebut.

2. DASAR TEORI /MATERIAL DAN METODOLOGI/PERANCANGAN

Kesehatan mental memiliki banyak komponen dan variasi faktor-faktor yang mempengaruhinya. Faktor-faktor tersebut saling berinteraksi sehingga kesehatan mental adalah kondisi yang dinamis dan selalu berubah. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental dikategorikan menjadi faktor individu, interpersonal dan sosial/kultural. Faktor individu meliputi kondisi fisik, harga diri, kapasitas untuk bertumbuh, vitalitas, kemampuan mencari makna hidup, orientasi realitas dan kemampuan manajemen stres. Faktor interpersonal adalah hubungan individu dengan orang lain meliputi kualitas komunikasi, saling tolong menolong, keintiman dan keseimbangan antara konektivitas dan kehilangan orang lain. Faktor terakhir adalah faktor sosial / lingkungan yang terdiri dari akses pada sumber daya kesehatan, penguasaan lingkungan, intoleransi terhadap kekerasan dan dukungan dari berbagai macam orang [6].

Ketiga faktor tadi saling berinteraksi dan saling mempengaruhi satu dengan yang lain. Faktor eksternal (interpersonal dan sosial) dapat menjadi stresor / penyebab stres bagi individu. Stresor

tersebut dapat menyebabkan individu mengalami stres apabila dia tidak mampu melakukan manajemen stres dengan baik (faktor individu) atau termasuk golongan ODMK. Jika stres ini berlangsung terus-menerus maka orang tersebut dapat jatuh ke dalam kondisi gangguan jiwa berat atau ODGJ. Oleh karena itu, dibutuhkan suatu sistem yang dapat memonitor kesehatan mental orang supaya tidak menambah prevalensi ODMK dan ODGJ di Indonesia.

Stres adalah respon tubuh yang sifatnya nonspesifik terhadap setiap tuntutan beban atasnya. Misalnya bagaimana respon tubuh seseorang manakala yang bersangkutan mengalami beban pekerjaan yang berlebihan. Bila ia sanggup mengatasinya artinya tidak ada gangguan pada fungsi organ tubuh, maka dikatakan yang bersangkutan tidak mengalami stres. Tetapi sebaliknya bila ternyata ia mengalami gangguan pada satu atau lebih organ tubuh sehingga yang bersangkutan tidak lagi dapat menjalankan fungsi pekerjaannya dengan baik, maka ia disebut mengalami distress [7]

Gejala kecemasan baik yang sifatnya akut maupun kronik merupakan komponen utama bagi hampir semua gangguan kejiwaan. Diperkirakan jumlah mereka yang menderita gangguan kecemasan ini baik akut maupun kronik mencapai 5% dari jumlah penduduk, dengan perbandingan wanita dan pria 2 banding 1. Tidak semua orang yang mengalami stresor psikososial akan menderita gangguan cemas, hal ini tergantung pada struktur kepribadiannya. Orang dengan kepribadian pencemas lebih rentan untuk menderita cemas. Depresi adalah salah satu bentuk gangguan kejiwaan pada alam perasaan yang ditandai dengan kemurungan, kelesuan, ketiadaan gairah hidup, perasaan tidak berguna, putus asa dan lain sebagainya. [7]

Tingkat stres, ansietas dan depresi adalah hasil penilaian terhadap berat ringannya tekanan yang dialami seseorang. Tingkatan depresi, ansietas dan stres ini bisa diukur dengan banyak skala di antaranya adalah dengan menggunakan *Depression Anxiety Stres Scale 42 (DASS 42)* yang terdiri dari 42 item pertanyaan. *Depression Anxiety Stres Scale 42* adalah seperangkat skala subjektif yang dibentuk untuk mengukur status emosional negatif dari depresi, ansietas dan stres. *Depression Anxiety Stres Scale 42* dibentuk tidak hanya untuk mengukur secara konvensional mengenai status emosional, tetapi untuk proses yang lebih lanjut untuk pemahaman, pengertian, dan pengukuran yang berlaku di manapun dari status emosional [1]

Web adalah salah satu aplikasi yang berisikan dokumen-dokumen multimedia (teks, gambar, animasi, video) di dalamnya yang menggunakan protokol HTTP (*Hypertext Transfer Protocol*) dan untuk mengaksesnya menggunakan perangkat lunak yang disebut browser [8,9]. Ia mengulas tiga teknik yang telah ada yakni *Flexible grid layout*, *flexible images*, dan *media and media queries* ke dalam satu pendekatan dan menamakannya *Responsive Design*. Beberapa istilah yang digunakan untuk mengacu hal yang sama antara lain *fluid design*, *elastic layout*, *rubber layout*, *liquid design*, *adaptive layout*, *cross-device design*, dan *flexible design*.

Pada penelitian ini, tim akan mengembangkan aplikasi *responsive web* yang dapat membantu mahasiswa sebagai individu untuk mengidentifikasi stresor-stresor yang dialaminya (individu, interpersonal dan sosial) khususnya dalam proses belajar mengajar dan tingkat stres yang dialaminya. Selain itu, aplikasi *responsive web* tersebut akan membantu mahasiswa melakukan manajemen stres secara mandiri atau dengan bantuan dari tim psikologi. Hal ini bertujuan untuk menjaga kesehatan mental mahasiswa UNRIYO supaya tidak mengalami masalah kejiwaan atau gangguan jiwa.

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif menggunakan rancangan fenomenologi. Peneliti menggunakan teknik fenomenologis untuk melihat apakah WARAS yang sudah diujicoba

dapat efektif penggunaannya guna memberikan layanan kesehatan mental pada mahasiswa UNRIYO. Peneliti membuat kelompok mahasiswa berjumlah 6 mahasiswa yang diambil dari masing-masing program studi di Fakultas Ilmu Kesehatan menjadi anggota *Focus Group Discussion* (FGD). Waktu pelaksanaan dari bulan Mei 2017 – September 2017. Data kualitatif dalam bentuk transkrip dianalisa menggunakan metode analisa dari Spradley [10]

3. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara pada saat Focus Group Discussion pada partisipan, diperoleh hal-hal sebagai berikut :

3.1. Pandangan Umum Tentang *Responsive Web* bernama WARAS (*responsive Web to Access fast Response for Attending Stress, anxiety and depression Among Students*).

Partisipan I : “ WARAS memang sangat bagus dan membantu mahasiswa untuk tahu tentang kesehatan mentalnya, tetapi hhhmm...masih perlu perbaikan...”

Partisipan II : “ Bagus sih tapi sayangnya bingung pas ngisi karena pilihan jawaban tidak ada keterangan dan masalah yang ada tidak semua dialami”

Partisipan III : “Hmm....sangat membantu dan keren, tapi perlu diperbaiki sistemnya yaa...”

Partisipan IV : “Sangat membantu ya...apalagi buat mahasiswa yang susah curhat tapi... pilihannya bikin bingung mungkin masih perlu diperbaiki kali yaa..”

Partisipan V : “Senang ada web kaya ini, jadi tahu kalo ternyata stres dan tau masalahnya tapi bingung tuu tidak semua yang harus diisi terjadi pada saya”

Partisipan VI : “Web yang dibuat ngebantu banget tapi pas jawab agak sulit gitu karena petunjuknya ga jelas dan bikin takut sama hasilnya”

Pernyataan keenam partisipan tersebut menunjukkan pada umumnya *responsive web* WARAS ini sangat bagus dan membantu mahasiswa dalam mengenali masalah kesehatan mental yang terjadi pada mahasiswa. Mahasiswa dalam menjalani masa perkuliahan tentunya harus mengenal tentang kesehatan mental yang terjadi pada dirinya. Mahasiswa perlu mengetahui kondisi mentalnya karena banyaknya stressor yang terjadi selama mereka menjalani perkuliahan.

Setiap mahasiswa memiliki dosen pembimbing akademik (DPA) yang dapat menjadi tempat curhat dan konsultasi baik dalam bidang akademik maupun non akademik. Tetapi tidak semua mahasiswa dapat memanfaatkan hal tersebut, contohnya mahasiswa yang memiliki sifat tertutup membuat mereka tidak mampu mengungkapkan masalah yang mereka hadapi langsung kepada dosen pembimbing akademik (DPA). Mahasiswa menginginkan sebuah wadah yang dapat digunakan untuk menampung segala keluh kesah yang mereka rasakan tanpa harus merasa malu kepada teman maupun dosen pembimbing akademik (DPA) sehingga mahasiswa mampu mengetahui masalah kesehatan mental secara cepat.

Web adalah salah satu aplikasi yang berisikan dokumen-dokumen multimedia (teks, gambar, animasi, video) di dalamnya yang menggunakan protocol HTTP (*Hypertext Transfer Protocol*) dan untuk mengaksesnya menggunakan perangkat lunak yang disebut browser. Di dalam pernyataan lain dari keenam partisipan juga mengatakan masih ada hal yang harus diperbaiki dalam *responsive web* WARAS tersebut. Berkaitan dengan konten pembuatan *responsive web* WARAS tersebut yang berisi tentang data – data stressor yang harus diisi oleh semua partisipan yang terlibat dalam uji coba *responsive web* WARAS ini. Partisipan didalam

pernyataannya mengisi mengalami kesulitan ketika pertama membaca isi dari pada petunjuk pengisian, sehingga dirasa perlu pengecekan kembali apa yang sudah ke dalam *responsive web* WARAS tersebut.

3.2. Manfaat Tentang *Responsive Web* bernama WARAS (*responsive Web to Access fast Response for Attending Stress, anxiety and depression Among Students*).

Partisipan I : “ Terbantu buat tahu kondisi kita yang stres...”

Partisipan II : “Hhmm...supaya tahu stresnya...”

Partisipan III : “....tahu kondisi kita sekarang ini”

Partisipan V : “Jadi tahu klo stres, ternyata ada masalah di kesehatan mental...”

Partisipan VI : “Manfaatnya yaa...jadi tahu nah...”

Pernyataan kelima partisipan tersebut menunjukkan bahwa manfaat dari *responsive web* WARAS ini bagi mahasiswa yaitu mahasiswa dapat mengetahui kondisi kesehatan mental. Stres, kecemasan dan depresi adalah hal – hal yang mesti kita tahu tentang gangguan kesehatan mental. Hanya saja banyak pemahaman kita yang keliru terkait dengan kondisi – kondisi tak menyenangkan tersebut. Banyak opini tentang masalah gangguan mental yang sering di dengar dan belum pasti kebenarannya. Isu kesehatan mental apabila terus menerus terpinggirkan akan berpengaruh buruk bagi Indonesia. Berdasarkan kenyataan tersebut sudah sepatutnya masyarakat untuk lebih *aware* akan pentingnya kesehatan mental karena berdampak langsung terhadap diri sendiri maupun lingkungan sekitar bahkan sampai negara.

Partisipan II : “....biar bisa mengendalikan stres, bisa juga tuu untuk mempermudah curhat”

Partisipan III : “....Manfaatnya yaa jadi bisa prepare gitu setelah tahu kita stres...”

Partisipan IV : “Iya setuju...kita bisa prepare karena ternyata kita stres”

Partisipan VI : “....terus kita bisa preventif atas status mental kita”

Pernyataan keempat partisipan tersebut menunjukkan bahwa manfaat dari *responsive web* WARAS ini bagi mahasiswa yaitu mahasiswa dapat mengendalikan stres, kecemasan dan depresi dengan berbagai macam cara atau apabila hal tersebut belum terjadi mahasiswa dapat melakukan usaha untuk mencegah terjadinya masalah kesehatan mental. Menurut Karl Menninger yang dimaksud sehat mental yaitu orang yang mempunyai kemampuan untuk menyesuaikan diri pada lingkungan, serta berintegrasi dan berinteraksi dengan baik, tepat dan bahagia.

Jawaban partisipan tersebut menunjukkan setelah mahasiswa mengetahui tentang kondisi mentalnya yang meliputi stres, kecemasan dan depresi, mahasiswa dapat melakukan usaha preventif untuk kondisi tersebut. Menurut Commission on Chronic terdapat tiga tingkatan program preventif yaitu preventif primer, preventif sekunder dan preventif tersier. Dengan mahasiswa mengetahui lebih awal kondisi kesehatan mentalnya, mahasiswa dapat mencari sarana untuk mengendalikan stres, kecemasan dan depresi yang terjadi pada mahasiswa. [11]

Partisipan I : “ Dosen juga bisa tahu jadi...kita bisa atasi stres dan jadi dekat juga sama dosen”

Partisipan II : “.... bisa juga tuu untuk mempermudah curhat”

Partisipan V : “.....bikin mudah komunikasi sama dosen pembimbing, saling tahu gitu laah...”

Jawaban partisipan tersebut menunjukkan, manfaat lain dari adanya *responsive web* WARAS akan mempermudah mahasiswa untuk curhat dan mempermudah komunikasi dengan

dosen pembimbing. Dosen pembimbing akademik (DPA) mempunyai komitmen untuk membantu mahasiswa menyelesaikan studinya. Apabila ada permasalahan kesehatan mental yang terjadi pada mahasiswa sudah selayaknya dosen juga terlibat didalamnya. Namun terkadang ada mahasiswa yang memang merasa malu dan takut untuk menceritakan permasalahannya terutama yang berkaitan dengan kesehatan mentalnya sehingga banyak permasalahan kesehatan mental dapat terjadi.

Dengan adanya *responsive web* WARAS ini bermanfaat untuk mengetahui secara cepat kondisi kesehatan mental para mahasiswa sehingga permasalahan yang muncul dapat teratasi dengan cepat. Aplikasi berwujud *responsive website* yang dapat diakses mahasiswa, DPA, dan pihak terkait yang nantinya dapat digunakan DPA dan BKACC UNRIYO untuk memonitor kesehatan mental mahasiswa secara berkala dan memberikan layanan psikologis ke mahasiswa sesuai peran dan tanggung jawabnya.

3.3. Keefektifan dalam mengidentifikasi kesehatan mental pada *Responsive Web* bernama WARAS (*responsive Web to Access fast Response for Attending Stress, anxiety and depression Among Students*).

Keefektifan *Responsive Web* WARAS dalam mengidentifikasi kesehatan mental terbagi menjadi tiga

3.3.1. Kemudahan, Kelancaran dan Ketepatan dalam *Responsive Web* WARAS

Partisipan I : “ Kemarin itu log in susah, username sama password susah dihafal, bisa...”

Partisipan II : “Log in sih ok..asal tahu passwordnya...masuk web nya sih ok, tapi nama web nya susah dihafal...”

Partisipan III : “Ada hambatan pas log in karena lupa passwordnya, padahal sudah masuk webnya dan sering error gitu yaa pas saat tertentu kali ya..”

Partisipan IV : “Lancar aja sih pas masuk web nya tapi...pas log in harus berkali-kali padahal udah benar nama sama password”

Partisipan V : “Mudah banget diakses lewat HP, tapi nama webnya susah dihafal”

Partisipan VI : ‘Pas isi mudah, langkahnya bisatapi sulit log in nya pake berkali-kali...

Pernyataan keenam partisipan tersebut menunjukkan bahwa pada saat partisipan hendak masuk untuk log in ada hambatan yang terjadi. Hambatan – hambatan itu bisa saja terjadi dalam suatu uji coba pembuatan *website* baru.

Setiap partisipan mempunyai user name dan password baru yang dibuat khusus untuk uji coba pada *responsive web* WARAS tersebut. Karena merupakan hal yang baru ternyata membuat partisipan susah untuk menghafal dan memasukan user name serta password yang sudah dibuat. *Website* yang dibuat masih bersifat sementara untuk uji coba, tentunya masih terdapat hal menyebabkan tidak bisa diakses. Domain jika tidak diperpanjang akan memasuki masa expired, dimana domain tersebut di kunci dan dialihkan ke sebuah halaman yang disebut dengan domain parking.

3.3.2. Hambatan menggunakan *Responsive Web* WARAS

Partisipan I : “...Dan itu tuuh Pilihannya ambigu, kurang variatif untuk masalahnya jadi bingung gitu...”

Partisipan II : “Kalo saya kemarin hambatan pas isi kuesioner karena petunjuk ga jelas dan pilihannya juga ga semua terjadi...”

Partisipan III : “Bingung aja mau isi apa karna masalahnya ga sesuai kondisi saat ini...”

Partisipan IV : “Iya idem... belum ngrasain masalah itu maklum maba...jadi kemarin yang bayangin kalo itu terjadi kira-kira stres apa ga ya..”

Partisipan V : “Harus berfikir lama karena masalah disitu belum dihadapi... jadi sama saya juga mengira-ngira...”

Partisipan VI : ‘....trus bingung juga kaya temen-temen itu karena masalahnya belum terjadi”

Dari enam partisipan mengatakan mempunyai hambatan pada saat mengisi kuesioner yang berupa macam – macam stressor yang dapat mengakibatkan stres. Karena dari semua pilihan stresor yang masukan dalam *website* tersebut belum tentu terjadi atau dialami oleh partisipan.

Penyebab stres atau yang disebut stresor dapat berasal dari diri individu ataupun dari lingkungan. Beberapa penelitian telah mengidentifikasi penyebab stres baik pada mahasiswa maupun pada civitas akademika yang lain. Ong dan Cheong mengungkapkan dalam hasil penelitiannya bahwa sumber stres pada mahasiswa berasal dari kondisi eksternal lebih banyak memicu munculnya stres pada mahasiswa. [4]

Dalam hal tersebut membuat sumber stres atau stresor itu tidak hanya yang terjadi dari kampus saja dan setiap individu mempunyai sumber stres yang berbeda. Selain dilihat dari sumber stres, pengukuran skala stres, kecemasan dan depresi bisa juga dilihat dari tanda dan gejala yang dialami seseorang. Hal tersebut bisa dilihat dari penilaian yang menggunakan kuesioner dari DASS 42. Pada *Psychometric Properties of The Depression Anxiety Stress Scale 42* terdiri dari 42 item, mencakup 3 subvariabel, yaitu fisik, emosi atau psikologis, dan perilaku. Kuesioner depresi, ansietas dan stres pada DASS-42 masing-masing terdiri dari 14 pernyataan yang harus dijawab oleh mahasiswa dapat dimasukan ke dalam aplikasi *responsive web*.

3.3.3. Alasan *Responsive Web* WARAS efektif sebagai kesehatan mental

Partisipan I : “ Untuk mahasiswa efektif banget bisa curhat tentang masalah kesehatan mental dan akan nyambung ke dosen PA jadi lebih efektif gitu ga perlu nunggu janji dulu sama PA kalo mau curhat”

Partisipan II : “Efektif aja sih, jadi sarana buat mahasiswa dan dosen PA jadi ga harus nunggu satu-satu ketemu dan denger komentar dosen”

Partisipan III : “Sangat efektif untk membantu mahasiswa dan dosen nya jadi tahu mahasiswa stres kenapa”

Partisipan IV : “Efektif siih...soalnya tidak perlu curhat langsung eeehh keluar hasilnya deeh kalo stres”

Partisipan V : “Web efektif daripada cerita langsung sama dosen PA, maklum PA nya sibuk jadi antri janji.hee..”

Partisipan VI : “Lebih efektif banget,, dan lebih cepat untuk PA tahu kondisi mahasiswanya”

Dari enam partisipan dalam menjawab keefektifan *responsive web* WARAS yaitu semua setuju website ini sangat efektif digunakan. Dengan website ini mahasiswa dapat melihat kondisi kesehatan mental langsung dengan menjawab berbagai macam pertanyaan yang ada dan mendapatkan hasilnya apakah mahasiswa stres, cemas atau bahkan depresi.

3.4. Sarana dan Prasarana untuk memperluas pada *Responsive Web* bernama WARAS (*responsive Web to Access fast Response for Attending Stress, anxiety and depression Among Students*).

Partisipan I : “Tambahin aja anjungan yang kaya ke Simpati gitu, jadi kalo pas paket data abis tetap bisa pake tanpa harus bawa HP, WIFI kampus tanpa password dong...biar bisa diakses juga di HP...”

Partisipan II : “Iya betul, anjungan ditambah atau bisa juga pake ruang CBT untuk ngisi web waras

Partisipan III : “Bagus tu... anjungan ditambah, apalagi klo dibagi tiap prodi, ada di tiap kelas jadi ga usah malu is...”

Partisipan IV : “ Anjungan ditambah dunk...WIFI kampus dibikin yang lancar ya...”

Partisipan V : “Anjungan bisa dipake buat buka web nya...dan WIFI yang lancar lagii ya”

Partisipan VI : “Anjungan diperbaiki dan tempatnya yang lebih private kali ya..ga bikin malu” WIFI juga yang lebih mudah diakses

Dari enam partisipan menjawab dalam sarana dan prasarana untuk memperluas pada *Web* WARAS ini perlu adanya tambahan anjungan atau komputer yang dapat mengakses ke *web* WARAS tersebut. Selain adanya komputer perlu adanya WIFI kampus yang perlu perbaikan supaya lebih lancar dan mempunyai signal yang kuat.

WARAS merupakan aplikasi berbasis *Web* yang dapat diakses menggunakan web browser. Karena web ini bersifat dekstop service, maka pengguna (user) tidak perlu melakukan instalasi pada komputer miliknya tentunya dengan membangun koneksi dengan server (baik jaringan LAN maupun WAN). *Web* adalah salah satu aplikasi yang berisikan dokumen-dokumen multimedia (teks, gambar, animasi, video) di dalamnya yang menggunakan protocol HTTP (*Hypertext Transfer Protocol*) dan untuk mengaksesnya menggunakan perangkat lunak yang disebut browser [9].

3.5. Harapan Mahasiswa Pada *Responsive Web* bernama WARAS (*responsive Web to Access fast Response for Attending Stress, anxiety and depression Among Students*) sebagai bagian dari sistem pelayanan kesehatan mental bagi mahasiswa UNRIYO

Partisipan I : “Setuju tapi perlu dibenahi yaa...karena klo sistem error mahasiswa tdk punya back-up nya...”

Partisipan II : “Setuju juga tapi ya itu dia banyak yang harus dibenahi (akses, petunjuk, soal, rujukan sarana) dll”

Partisipan III : “Setuju.... tapi diperbaiki sistemnya yaa....”

Partisipan IV : “Idem masnya.. setuju saya jugaa... asal perbaiki system”

Partisipan V : “Setuju saja karena mahasiswa jadi tahu status mental dan tidak perlu keluar kampus”

Partisipan VI : “ Setujuuuu.... karena sebagai upaya prevetif mahasiswa”

Dari ke enam partisipan mahasiswa mempunyai harapan pada *Responsive Web* bernama Waras ini sebagai bagian dari sistem pelayanan kesehatan mental bagi mahasiswa UNRIYO. Kesehatan mental pada mahasiswa merupakan salah satu hal yang seharusnya menjadi salah satu perhatian Dosen Pembimbing Akademik (DPA).

Mahasiswa yang merasa malu atau bahkan tidak mengerti tentang kondisi kesehatan mental, seperti kondisi stres, cemas dan depresi. Sehingga jarang sekali mahasiswa yang menceritakan kondisi psikologisnya kepada DPA. Dengan adanya *Web WARAS* ini dapat membantu mahasiswa mengetahui kondisi kesehatan mental dan dapat membantu DPA untuk mengetahui kondisi kesehatan mental mahasiswa. Penggunaan *responsive Web* diharapkan dapat menekan biaya dan dapat membuat layanan kesehatan pada mahasiswa menjadi efektif dan efisien.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan hal sebagai berikut :

1. Pandangan Umum Tentang *Responsive Web* bernama WARAS (*responsive Web to Access fast Response for Attending Stress, anxiety and depression Among Students*) yaitu bagus karena membantu mahasiswa dalam mengenali masalah kesehatan mental yang terjadi pada mahasiswa.
2. Manfaat Tentang *Responsive Web* bernama WARAS (*responsive Web to Access fast Response for Attending Stress, anxiety and depression Among Students*) yaitu bermanfaat untuk mengetahui secara cepat kondisi kesehatan mental para mahasiswa sehingga permasalahan yang muncul dapat teratasi dengan cepat.
3. Keefektifan dalam mengidentifikasi kesehatan mental pada *Responsive Web* bernama WARAS (*responsive Web to Access fast Response for Attending Stress, anxiety and depression Among Students*) yaitu *Web* ini sangat efektif digunakan.
4. Harapan Mahasiswa Pada *Responsive Web* bernama WARAS (*responsive Web to Access fast Response for Attending Stress, anxiety and depression Among Students*) sebagai bagian dari sistem pelayanan kesehatan mental bagi mahasiswa UNRIYO yaitu dapat membantu mengenali kondisi kesehatan mental mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Rochdiat, W., Setiawan, D. (2016). Stressors Analysis in UNRIYO Students as A Basic to Develop Mental Health System in University. *Prosiding 3rd International Conference of Health Science*
- [2] Abdulghani, HM; AlKanhil, AA; Mahmoud, ES; Ponnampereuma, GG; Alfaris, EA. (2011). Stress and Its Effects on Medical Students: A Cross-sectional Study at a College of Medicine in Saudi Arabia. *J Health Popul Nutr*, 2011 Oct;29(5):516-522
- [3] Saravanan, C and Wilks, R. Medical Students' Experience of and Reaction to Stress: The Role of Depression and Anxiety Scientific. *World Journal* Volume 2014, Article ID 737382, 8 pages
- [4] Ong, B., Cheong, K.C. (2009). Sources of stress among college students – The case of a credit transfer program. *College Student Journal*; 43, 4.

- [5] Ablanedo-Rosas, JH, Blevin, RC, Gao, H, Teng, WY, White, J. (2011). The impact of occupational stress on academic and administrative staff, and on students: an empirical case analysis. *Journal of Higher Education Policy and Management*, Vol. 33, No. 5, October 2011, 553–564
- [6] Stuart, GW. (2013). *Principles and Practice of Psychiatric Nursing, 10th Edition*. Philadelphia: Elseiver, Inc.
- [7] Hawari, D. (2011). *Manajemen Stres, Cemas dan Depresi*. Jakarta : FKUI.
- [8] Hidayat, A (2016). Penerapan Responsive Web Design Dalam Perancangan Sistem Modul Online Adaptif, *Jurnal Sistem Informasi*, Vol 12 No. 1 e-ISSN 2502-6631
- [9] Arief, M. R. (2011). *Pemrograman Web Dinamis Menggunakan PHP clan Mysql*. Yogyakarta: Andi.
- [10] Moleong, LJ. (2010). *Metodologi penelitian kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- [11] Sundberg, Norman D, et.al. (2007). *Psikologi Klinis*. Edisi Keempat. Yogyakarta. Pustaka belajar